

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan, Metode dan Desain Penelitian

Penelitian dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal atau angka yang diolah dengan metode statistika dalam rangka pengujian hipotesis sehingga diperoleh signifikansi hubungan antara variabel yang diteliti. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengetahui gambaran dari gejala kejenuhan belajar pada siswa Kelas X MIA SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014 dan keefektifan strategi *coping skills* untuk mengurangi gejala yang ditimbulkan dari kejenuhan belajar siswa Kelas X MIA SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah pra-eksperimen dengan desain *one-group pretest-posttest*. Desain penelitian *one-group pretest-posttest* yaitu desain penelitian pra-eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding dan adanya pemberian tes awal sebelum diberi perlakuan dan tes akhir setelah diberi perlakuan pada kelompok yang sama. Desain penelitian *one group pretest-posttest* digunakan untuk mengetahui ketepatan strategi *coping skills* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa.

Skema model penelitian pra eksperimen dengan desain *One-Group Pretest-Posttest*, sebagai berikut.

$O_1 \times O_2$

Keterangan :

O_1 : Observasi yang dilakukan sebelum pemberian perlakuan/*treatment* (*pre-test*)

Azalia, Ulva. 2014

EFEKTIVITAS STRATEGI COPING SKILLS UNTUK MENGURANGI KEJENUHAN BELAJAR (BURNOUT) SISWA

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

X : Pemberian perlakuan (*treatment*)

O₂ : Observasi yang dilakukan setelah pemberian perlakuan *treatment* (*post-test*)

(Arikunto, 2006, hlm 12)

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu strategi *coping skills* variabel satu (V₁) dan kejenuhan belajar sebagai variabel kedua (V₂)

2. Definisi Operasional

a. Strategi *Coping Skills*

Strategi *coping skills* dalam penelitian ini didefinisikan sebagai upaya peneliti selaku konselor untuk membantu siswa Kelas X MIA SMA Negeri 15 Bandung dalam meningkatkan keterampilan *coping* serta mengembangkan potensi yang ada pada dirinya dengan menilai tingkah lakunya secara bertanggung jawab dan dalam upaya mengatasi tuntutan eksternal maupun internal yang dinilai sebagai beban di luar sumber daya yang dimiliki siswa tersebut. Strategi *coping skills* terdiri dari: (1) *Problem focused coping*; (2) *Emotion focused coping*; (3) *Social support coping*; (4) *Religious coping*; dan (5) *Meaning making*.

b. Gejala Kejenuhan Belajar

Dalam penelitian ini gejala kejenuhan belajar yang dimaksud adalah segala bentuk kondisi yang dirasakan dan perilaku yang ditimbulkan siswa Kelas X MIA SMA Negeri 15 Bandung sebagai bentuk *distress* siswa dalam mengatasi berbagai tekanan belajar yang ditunjukkan dalam bentuk gejala seperti kelelahan fisik, kelelahan emosional, dan kelelahan mental.

- 1) Indikator kelelahan fisik ditandai dengan adanya sakit fisik berupa sakit kepala, demam, mudah sakit, punggung terasa sakit, merasa tegang otot leher dan bahu, sulit tidur, merasa mual-mual, gangguan kebiasaan makan, merasa lelah dan letih setiap hari.
- 2) Indikator kelelahan emosional ditandai dengan mudah tersinggung, emosi tidak terkontrol, mudah gelisah, mudah cemas, merasa sedih, marah tanpa sebab, mudah putus asa dan mudah benci.

- 3) Indikator keletihan mental ditandai dengan merasa bosan, mudah mengeluh setiap hari, merasa tidak peduli orang lain, merasa tertekan, kehilangan makna dan harapan dalam belajar, merasa gagal dalam belajar, tidak peka terhadap orang lain, merasa tidak kompeten, menyalahkan orang lain, merasa terjebak, merasa rendah diri dan tidak percaya diri, kehilangan semangat, dan mengalami ketidakpuasan berlebih.

C. Pengembangan Instrumen Penelitian

1. Kisi-Kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen pengungkap gejala kejenuhan belajar siswa dikembangkan dari definisi operasional variabel penelitian yang di dalamnya terkandung aspek-aspek dan indikator untuk kemudian dijabarkan dalam bentuk pernyataan. Adapun kisi-kisi instrumen untuk mengungkap gejala kejenuhan belajar siswa Kelas X SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014 dapat dilihat pada Tabel 3.1 berikut.

Tabel 3.1
Kisi-Kisi Instrumen Pengungkap Gejala Kejenuhan Belajar

No	Aspek	Indikator	Nomor Pernyataan
1	Keletihan fisik	Sakit kepala	1, 2, 3, 4, 5
		Demam	6, 7, 8
		Mudah sakit	9, 10, 11
		Punggung terasa sakit	12, 13
		Merasa tegang otot dan bahu	14, 15, 16
		Sulit tidur	17, 18, 19, 20
		Merasa mual-mual	21, 22
		Gangguan kebiasaan makan	23, 24, 24, 26
		Merasa lelah setiap hari	27, 28, 29
2	Keletihan emosional	Mudah tersinggung	30, 31, 32, 33
		Emosi tidak terkontrol	34, 35, 36, 37, 38, 39
		Mudah gelisah	40, 41, 42, 43, 44, 45, 46
		Mudah cemas	47, 48, 49
		Merasa sedih	50, 51, 52

		Marah tanpa sebab	53, 54
		Mudah putus asa	55, 56, 57, 58
		Mudah benci	59, 60, 61
3	Keletihan mental	Merasa bosan	62, 63, 64, 65
		Mudah mengeluh setiap hari	66, 67
		Merasa tidak peduli orang lain	68, 69, 70, 71
		Merasa tertekan	72, 73, 74, 75, 76
		Kehilangan makna dan harapan dalam belajar	77, 78, 79, 80
		Merasa gagal dalam belajar	81, 82, 83
		Tidak peka terhadap orang lain	84, 85, 86
		Merasa tidak kompeten	87, 88, 89
		Menyalahkan orang lain	90, 91, 92, 93, 94
		Merasa terjebak	95, 96
		Merasa rendah diri dan tidak percaya diri	97, 98, 99, 100
		Kehilangan semangat	101, 102, 102
		Mengalami ketidakpuasan berlebih	104, 105

2. Pedoman Skoring

Jenis instrumen pengungkap data dalam penelitian ini berupa inventori berskala. Skala yang digunakan dalam instrumen adalah skala *Guttman* dengan alternatif respon subjek dalam skala 2 (dua). Setiap pernyataan memiliki dua alternatif jawaban sebagai bentuk ketegasan dari keadaan yang dirasakan oleh siswa, lebih rincinya dapat dilihat pada Tabel 3.2 berikut.

Tabel 3.2
Format Skala *Guttman*

Bentuk Item	Pola Skor	
	Ya	Tidak
Negatif	1	0
Positif	0	1

3. Uji Coba Instrumen Penelitian

Uji coba instrumen dilakukan dengan tujuan mengetahui kelayakan dan keandalan instrumen sebagai alat pengumpul data berdasarkan validitas dan reliabilitas instrumen. Instrumen sebagai alat pengumpul data yang dipergunakan telah melalui beberapa tahap pengujian, sebagai berikut.

a. Uji Kelayakan Instrumen

Uji kelayakan instrumen bertujuan untuk mengetahui tingkat kelayakan instrumen dari segi bahasa, konstruk, dan konten. Uji kelayakan instrumen dilakukan dengan mengadakan penimbangan (*judgement*) oleh tiga dosen ahli, yakni dengan meminta pendapat dosen ahli untuk memberikan penilaian pada setiap item dengan kualifikasi Memadai (M) dan Tidak Memadai (TM). Item yang diberikan nilai M berarti item tersebut bisa digunakan, dan item yang diberi nilai TM bisa memiliki dua kemungkinan yaitu item tersebut tidak bisa digunakan atau masih bisa digunakan dengan revisi.

Uji kelayakan instrumen dilakukan oleh Dr. H. Mubiar Agustin, M. Pd, Dra. S A. Lily Nurillah, M.Pd dan Eka Sakti Yudha, M.Pd. Sebanyak 105 item pernyataan yang ditimbang dan secara rinci disajikan dalam bentuk Tabel 3.3 berikut.

Tabel 3.3
Hasil Uji Kelayakan Instrumen

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

Hasil penimbangan menunjukkan terdapat 35 item yang dapat digunakan, 53 item yang perlu direvisi dan 17 item yang dibuang, sehingga jumlah pernyataan yang dapat digunakan untuk uji coba instrumen yaitu sebanyak 88

item. Adapun kisi-kisi instrumen untuk mengungkap gejala kejenuhan belajar siswa Kelas X SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014 dapat dilihat pada Tabel 3.4 berikut.

Tabel 3.4
Kisi-Kisi Instrumen Pengungkap Gejala Kejenuhan Belajar Siswa
(Setelah Uji Kelayakan Instrumen)

No	Aspek	Indikator	Nomor Pernyataan
1	Keletihan fisik	Sakit kepala	1, 2, 3
		Demam	4, 5, 6
		Mudah sakit	7, 8, 9
		Punggung terasa sakit	10, 11
		Merasa tegang otot dan bahu	12, 13, 14
		Sulit tidur	15, 16, 17
		Merasa mual-mual	18, 19
		Gangguan kebiasaan makan	20, 21
		Merasa lelah setiap hari	22, 23, 24
2	Keletihan emosional	Mudah tersinggung	25, 26, 27
		Emosi tidak terkontrol	28, 29, 30, 31
		Mudah gelisah	32, 33, 34, 35, 36
		Mudah cemas	37, 38, 39
		Merasa sedih	40, 41
		Marah tanpa sebab	42
		Mudah putus asa	43, 44, 45
		Mudah benci	46, 47, 48
3	Keletihan mental	Merasa bosan	49, 50, 51
		Mudah mengeluh setiap hari	52, 53
		Merasa tidak peduli orang lain	54, 55, 56
		Merasa tertekan	57, 58, 59, 60
		Kehilangan makna dan harapan dalam belajar	61, 62, 63, 64
		Merasa gagal dalam belajar	65, 66, 67
		Tidak peka terhadap orang lain	68, 69, 70
		Merasa tidak kompeten	71, 72
		Menyalahkan orang lain	73, 74, 75, 76, 77
		Merasa terjebak	78, 79
		Merasa rendah diri dan tidak percaya diri	80, 81, 82, 83
Kehilangan semangat	84, 85, 86		

	Mengalami ketidakpuasan berlebih	87, 88
--	----------------------------------	--------

b. Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan dilakukan kepada lima orang siswa SMA untuk mengukur sejauh mana keterbacaan instrumen dengan tujuan untuk mengetahui kata-kata yang kurang dipahami, sehingga kalimat dalam pernyataan dapat disederhanakan tanpa mengubah maksud dari pernyataan tersebut. Pernyataan yang tidak dipahami direvisi sesuai dengan kebutuhan sehingga dimengerti oleh siswa yang lalu kemudian dilakukan uji validitas dan reliabilitasnya.

c. Uji Validitas dan Reliabilitas

1) Uji Validitas Butir Item

Nilai validitas skor setiap butir item dihitung menggunakan teknik korelasi *point biserial* dari Brown (Arikunto, 2006, hlm.283) dengan rumus sebagai berikut.

$$r_{pbis} = \frac{M_p - M_t}{s_{dt}} \sqrt{\frac{p}{q}}$$

- Ket:
- r_{pbis} = Koefisien korelasi *point biserial*
 - M_p = Rerata skor dari responden yang menjawab benar
 - M_t = Rerata skor total
 - S_{dt} = Standar deviasi dari skor total
 - p = Proporsi responden menjawab benar
 - q = Proporsi responden menjawab salah ($q = p-1$)

Pengolahan data menggunakan rumus di atas dapat dilihat pada tabel hasil pengolahan validitas instrumen yang terlampir pada Lampiran 3.2. Kriteria pengujian akan memperoleh hasil t_{hitung} yang kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} , apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka dapat dinyatakan nilai validitas item butir pernyataan tersebut valid. Hasil uji validitas menunjukkan pernyataan yang dinyatakan valid dari 88 item ialah sebanyak 71 item. Sedangkan 17 item lainnya dinyatakan tidak valid dan tidak dapat

digunakan. Adapun item pernyataan yang dianggap valid dan tidak valid dapat dilihat pada Tabel 3.5 berikut.

Tabel 3.5
Hasil Uji Validitas Instrumen

Item	No Item	Jml
Valid	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 63, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 82, 83, 84, 86, 87, 88	77
Tidak Valid	14, 28, 29, 43, 44, 45, 53, 62, 64, 81, 85	11

Kisi-kisi instrumen untuk mengungkap gejala kejenuhan belajar siswa setelah dihitung nilai validitasnya dapat dilihat pada Tabel 3.6 berikut.

Tabel 3.6
Kisi-Kisi Instrumen Pengungkap Gejala Kejenuhan Belajar Siswa
(Setelah Uji Validitas Butir Item)

No	Aspek	Indikator	Nomor Pernyataan
1	Keletihan fisik	Sakit kepala	1, 2, 3
		Demam	4, 5, 6
		Mudah sakit	7, 8, 9
		Punggung terasa sakit	10, 11
		Merasa tegang otot dan bahu	12, 13
		Sulit tidur	14, 15, 16
		Merasa mual-mual	17, 18
		Gangguan kebiasaan makan	19, 20
		Merasa lelah setiap hari	21, 22, 23
2	Keletihan emosional	Mudah tersinggung	24, 25, 26
		Emosi tidak terkontrol	27, 28
		Mudah gelisah	29, 30, 31, 32, 33
		Mudah cemas	34, 35, 36
		Merasa sedih	37, 38
		Marah tanpa sebab	39
		Mudah putus asa	40, 41, 42
		Mudah benci	43, 44, 45
3	Keletihan mental	Merasa bosan	46, 47

	Mudah mengeluh setiap hari	48, 49
	Merasa tertekan	50, 51, 52, 53
	Kehilangan makna dan harapan dalam belajar	54, 55
	Merasa gagal dalam belajar	56, 57, 58
	Tidak peka terhadap orang lain	59, 60, 61
	Merasa tidak kompeten	62, 63
	Menyalahkan orang lain	64, 65, 66, 67, 68
	Merasa terjebak	69, 70
	Merasa rendah diri dan tidak percaya diri	71, 72, 73
	Kehilangan semangat	74, 75
	Mengalami ketidakpuasan berlebih	76, 77

2) Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan pada satu pengertian suatu instrumen memiliki keterandalan atau cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2006, hlm.178). Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur, apakah alat pengukur yang digunakan dapat diandalkan dan tetap konsisten jika pengukuran tersebut diulang. Adapun untuk mengetahui nilai reliabilitas, digunakan rumus KR-20 (Guilford, 1979) yaitu sebagai berikut.

$$KR - 20 = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(\frac{s_{dt}^2 - \sum pq}{s_{dt}^2} \right)$$

Ket: KR – 20 = Koefisien korelasi dengan KR-20

n = Jumlah butir soal

S_{dt} = Standar deviasi dari skor total

p = Proporsi responden menjawab benar

q = Proporsi responden menjawab salah (q = p-1)

Sebagai kriteria untuk mengetahui tingkat reliabilitas, digunakan klasifikasi sesuai dengan Tabel 3.7 berikut.

Tabel 3.7
Kriteria Keterandalan (Reliabilitas) Instrumen

Kriteria	Kategori
0.91-1.00	Derajat keterandalan sangat tinggi
0.71-0.90	Derajat keterandalan tinggi
0.41-0.71	Derajat keterandalan sedang
0.21-0.41	Derajat keterandalan rendah
< 20	Derajat keterandalan sangat rendah

Rakhmat dan Solehudin (2006, hlm.74)

Proses pengolahan data menggunakan rumus KR-20 dalam mencari nilai reliabilitas dapat dilihat sebagai berikut.

$$\begin{aligned}
 \text{KR - 20} &= \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(\frac{s_{dt}^2 - \sum pq}{s_{dt}^2} \right) \\
 &= \left(\frac{88}{88-1} \right) \left(\frac{(15,63)^2 - 17,73}{(15,63)^2} \right) \\
 &= \left(\frac{88}{87} \right) \left(\frac{244,37 - 17,73}{244,37} \right) \\
 &= 1.01 \times 0.927 \\
 &= 0.938
 \end{aligned}$$

Hasil uji reliabilitas terhadap instrumen pengungkap gejala kejenuhan belajar menunjukkan perolehan tingkat keterandalan sebesar 0.938 serta menunjukkan berada dalam rentang 0.91-100 dengan kategori derajat keterandalan sangat tinggi, sehingga menegaskan instrumen pengungkap gejala kejenuhan belajar siswa Kelas X memiliki tingkat kepercayaan yang sangat tinggi sehingga dapat diandalkan dan tetap konsisten apabila akan digunakan kembali.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 15 Bandung. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014, diketahui siswa teridentifikasi mengalami kejenuhan dalam proses belajar seperti tidur dalam kelas, menggunakan *headset* saat belajar dan memilih berdiam di kantin ketika jam pelajaran berlangsung.

Populasi umum penelitian adalah siswa Kelas X MIA SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014, dengan asumsi siswa kelas X masih dalam proses penyesuaian diri dalam menempati jenjang pendidikan baru untuk menyesuaikan kondisi terhadap proses pembelajaran, interaksi dengan teman maupun guru yang mengajar, taraf kesulitan mata pelajaran, keinginan standar kelulusan yang tinggi serta kesiapan dalam mengikuti pembelajaran memungkinkan terpicunya kejenuhan belajar. Sementara populasi target penelitian adalah siswa kelas X MIA SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014. Banyaknya populasi target dalam penelitian berjumlah 213 orang siswa yang terbagi pada enam kelas. Adapun rincian setiap kelasnya disajikan pada Tabel 3.8 berikut.

Tabel 3.8
Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah siswa
1	X MIA 1	35
2	X MIA 2	36
3	X MIA 3	36
4	X MIA 4	35
5	X MIA 5	35
6	X MIA 6	36
Jumlah		213

2. Sampel Penelitian

Pengambilan sampel pada penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*, di mana pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan pengumpul data yang sesuai dengan maksud dan tujuan peneliti, dalam hal ini yaitu siswa yang tingkat kejenuhan belajarnya tinggi. Sampel dalam penelitian merujuk pada hasil pengolahan data yang diambil dari penyebaran instrumen gejala kejenuhan belajar. Adapun karakteristik siswa yang dijadikan sampel adalah sebagai berikut.

- a. Siswa Kelas X MIA SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014
- b. Siswa yang diberikan perlakuan (*treatment*) adalah 11 orang siswa yang mengalami kejenuhan belajar dengan skor tertinggi. Pertimbangan menentukan jumlah berdasarkan perspektif bimbingan kelompok yakni jumlah anggota kelompok yang efektif adalah 8-15 orang.
- c. Siswa bersedia mengikuti proses perlakuan (*treatment*)

E. Langkah-Langkah Penelitian

1. Penyusunan Proposal Penelitian

Sebelum penelitian dilakukan, terlebih dahulu disusun sebuah proposal penelitian. Proses penyusunan proposal dimulai dari pengajuan tema bahasan penelitian kepada dosen mata kuliah Metode Riset Bimbingan dan Konseling. Setelah tema disetujui oleh dosen mata kuliah Metode Riset Bimbingan dan Konseling, proposal diseminarkan untuk mendapatkan berbagai masukan dari dosen mata kuliah Metode Riset Bimbingan dan Konseling maupun teman-teman peserta didik lainnya sebagai peserta seminar. Berdasarkan masukan-masukan yang diperoleh, proposal tersebut direvisi dan diajukan kembali untuk memperoleh pengesahan dan pengangkatan dosen pembimbing skripsi.

2. Studi Pendahuluan

Studi Pendahuluan dilaksanakan dengan melakukan observasi dan wawancara terhadap guru BK dan beberapa siswa sekolah mengenai gejala kejenuhan belajar sehingga didapat gambaran umum mengenai gejala kejenuhan belajar di kalangan siswa terutama Kelas X MIA SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014 secara langsung.

3. Permohonan Izin Penelitian

Perizinan penelitian dilakukan sebagai persiapan selanjutnya untuk mengumpulkan data. Proses perizinan dimaksudkan untuk memperlancar pelaksanaan pengumpulan data. Perizinan penelitian diperoleh dari Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Direktorat UPI, BAKESBANG, Dinas Pendidikan Kota Bandung, dan Kepala SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014.

4. Pelaksanaan Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dalam 9 sesi. Sesi pertama digunakan untuk pelaksanaan *pretest*. *Pretest* dilakukan untuk mengetahui tingkat kejenuhan belajar sampel penelitian sebelum dikenai *treatment* atau intervensi dengan pemberian angket kepada seluruh siswa Kelas X MIA SMAN 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014. Setelah *pretest* selesai, dilakukan pengolahan data secara statistik. Berdasarkan gambaran empiris kejenuhan belajar yang dihasilkan oleh data *pre-test* sehingga diturunkan ke dalam sebuah rancangan intervensi yaitu kegiatan layanan bimbingan dan konseling berbasis strategi *coping skills* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa yang terdiri atas 7 sesi.

Setelah program intervensi dilaksanakan, selanjutnya diberikan *posttest* kepada peserta pada sesi terakhir dengan angket yang sama. Tujuan diadakannya *posttest* ialah untuk mengetahui tingkat kejenuhan belajar sampel penelitian setelah dikenai *treatment/intervensi*. Kemudian, skor *posttest* tersebut akan dibandingkan dengan skor *pretest* untuk mengetahui efektivitas strategi *coping skills* dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa.

5. Tahap Akhir

Pada tahap akhir dilakukan pengolahan dan penganalisisan data tentang efektivitas strategi *coping skills* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa dan kesimpulan dari hasil penelitian serta rekomendasi untuk penelitian selanjutnya.

F. Teknik Analisis Data

Secara berurutan, masing-masing pertanyaan penelitian dijawab dengan cara sebagai berikut.

1. Pertanyaan penelitian mengenai gambaran umum kejenuhan belajar siswa Kelas X SMA Negeri 15 Bandung Tahun Ajaran 2013/2014 dijawab dengan menggunakan persentase skor siswa tentang kejenuhan belajar dengan cara menjumlahkan jawaban untuk mencari rata-rata (μ) skor.

Apabila persentase se **Skor Aktual/Skor Ideal x 100%** in belajar termasuk dalam kategori tinggi begitupun sebaliknya. Selain itu untuk memperoleh kategori gejala kejenuhan belajar siswa, terlebih dahulu dicari distribusi normalnya dengan menggunakan bantuan *software* SPSS 20. Perhitungan distribusi normal data dengan jumlah responden > 50 menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* didapatkan hasil sebagai berikut. **Skor Aktual/Skor Ideal x 100%**

Tabel 3.9
Hasil Perhitungan Distribusi Normal

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
kejenuhan_belajar	.103	213	.000	.974	213	.001

Tabel 3.9 menunjukkan data memperoleh Sig. sebesar 0.00 pada taraf $p/\text{Sig} \geq 0.05$ sehingga menunjukkan Sig. $0.00 < 0.05$ yang berarti data tidak berdistribusi normal.

Setelah diketahui apakah data berdistribusi normal atau tidak, sesuai dengan pendapat Hartono (2001) yang menyebutkan apabila data tidak berdistribusi normal, pengelompokan kategori data siswa didasarkan kepada nilai kuartil (K1, K2, dan K3) sehingga, pengelompokan 3 kategori sesuai dengan acuan dari Tabel 3.10.

- Kejenuhan belajar tinggi : $x > K3$
 Kejenuhan belajar sedang : $K1 \leq x \leq K3$
 Kejenuhan belajar rendah : $x < K1$

Tabel 3.10
Pengkategorian Data Berdasarkan Kuartil

N	Valid	213
	Missing	0

	25	28.00
Percentiles	50	39.00
	75	46.00

Pengelompokan skor siswa terbagi menjadi tiga kelompok (K1, K2 dan K3), sehingga skor berkisar pada interval $x > 46$ untuk kategori Tinggi (T); $28 \leq x \leq 46$ untuk kategori Sedang (S), dan $x < 28$ untuk kategori Rendah (R). Setiap kategori interval diasumsikan mengandung pengertian sesuai Tabel 3.9 berikut.

Tabel 3.11
Kategori Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa

Rentang Skor	Kualifikasi
47 - 68	Siswa pada kategori ini memiliki tingkat kejenuhan belajar yang tinggi
29 - 46	Siswa pada kategori ini memiliki tingkat kejenuhan belajar yang sedang.
1 - 28	Siswa pada kategori ini memiliki tingkat kejenuhan belajar yang rendah.

2. Pertanyaan penelitian mengenai rancangan intervensi strategi *coping skills* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa disusun berdasarkan hasil *pretest*. Rancangan intervensi melalui strategi *coping skills* terdiri atas rasional, tujuan program, prosedur strategi *coping skills*, asumsi intervensi, sasaran intervensi, struktur intervensi, sesi intervensi, indikator keberhasilan, langkah-langkah implementasi strategi *coping skills*. Rancangan tersebut telah melalui uji kelayakan berupa uji rasional, uji keterbacaan (*readability*), dan uji kepraktisan (*usability*) yang dilakukan oleh tiga pakar untuk memberikan penilaian pada setiap komponen dan isi program dengan kualifikasi Memadai (M) dan Tidak Memadai (TM) beserta saran untuk perbaikan. Secara umum, dari hasil uji kelayakan program intervensi untuk semua komponen dan isi program dapat disimpulkan sudah memadai.
3. Pertanyaan penelitian mengenai efektivitas strategi *coping skills* untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa dalam penelitian ini menggunakan uji *paired sample t-test* (uji t). Tujuan uji t adalah untuk menganalisis perbedaan skor *pretest* dan *posttest* siswa yang mendapatkan intervensi. Hasil eksperimen yang

menggunakan *pretest* dan *posttest one group design* dianalisis dengan menggunakan *software* SPSS 20.