

BAB III

METODE PENELITIAN

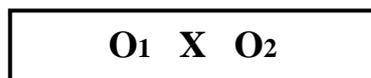
Bab tiga memaparkan alur penelitian yang dilakukan oleh peneliti dari mulai desain penelitian, partisipan, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, prosedur penelitian dan rancangan analisis data.

3.1 Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, yaitu “penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik” (Sugiyono, 2013, hlm. 13). Pada pendekatan kuantitatif, analisis data penelitian dilakukan secara eksak, sehingga proses analisis dan penafsirannya menggunakan perhitungan statistik dalam menguji efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman diri.

Metode penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimen. Menurut Campbell & Stanley (dalam Arikunto, 2006, hlm. 84) pra-eksperimen merupakan eksperimen yang belum baik (pura-pura), hal ini karena penelitian ini belum memenuhi persyaratan eksperimen ilmiah. Menurut Sugiyono (2013, hlm. 109) desain ini belum baik karena hasil pra-eksperimen pada variabel dependen bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen, hal ini karena tidak adanya variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara random.

Desain penelitian yang digunakan dalam pra-eksperimen adalah *One-Group Pretest-Posttest Design* yang artinya “rancangan mencakup satu kelompok yang diobservasi pada tahap pre-test yang kemudian dilanjutkan dengan *intervensi* dan post-tests” (Creswell, 2010, hlm. 241). Pada desain ini pengujian dilakukan sebanyak dua kali, untuk mengetahui perbandingan sebelum *intervensi* (*pretest*) dan sesudah *intervensi* (*posttest*), sehingga hasilnya dapat diperoleh secara signifikan. Struktur desain dari *One-Group Pretest-Posttest* adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1
Struktur desain *One-Group Pretest-Posttest*

Keterangan:

O₁ adalah nilai *pre-test* (sebelum *intervensi*)

X adalah *intervensi* yang diberikan (variabel independen)

O₂ adalah nilai *post-test* (sesudah *intervensi*)

3.2 Partisipan**3.2.1 Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 2 Baleendah bertempat di jalan Siliwangi, Baleendah, Kab. Bandung, Jawa Barat. Lokasi penelitian dipilih karena berdasarkan wawancara dan observasi, belum ada layanan bimbingan dan konseling yang secara khusus untuk meningkatkan pemahaman diri yang dapat menjadi dasar untuk merencanakan karir.

3.2.2 Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah peserta didik kelas IX di SMP Negeri 2 Baleendah Tahun ajaran 2014/2015 yang secara administratif terdaftar dan aktif dalam pembelajaran yang berjumlah 403 peserta didik. Penentuan populasi didasarkan pada pertimbangan sebagai berikut:

- 1) Pada tingkat SMP terutama kelas IX mulai diarahkan untuk merencanakan kelanjutan sekolah atau kemungkinan bekerja. Peserta didik yang berencana melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi, harus membuat keputusan dalam layanan peminatan di tingkat menengah atas, maka peserta didik pada tingkat SMP terutama di kelas IX perlu perencanaan untuk layanan peminatan dengan meningkatkan pemahaman diri.
- 2) Berdasarkan hasil studi pendahuluan berupa wawancara dan observasi yang dilaksanakan terhadap guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 2 Baleendah pada bulan November 2014, menunjukkan bahwa persiapan peserta didik kelas IX dalam memilih lanjutan sekolah masih dirasa belum ajeg. Hal ini dapat dikatakan, bahwa peserta didik belum mempersiapkan diri untuk merencanakan masa depan. Berkaitan dengan hasil tersebut peserta didik di SMP Negeri 2 Baleendah seharusnya mempersiapkan diri untuk merencanakan karir sebagai langkah perencanaan dalam pelayanan peminatan Kurikulum 2013.

Penelitian dilakukan secara langsung terhadap seluruh populasi kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah yang secara yang berjumlah 403 peserta didik, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.1
Populasi Kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah

NO	KELAS	JUMLAH
1	IX A	41
2	IX B	41
3	IX C	37
4	IX D	41
5	IX E	42
6	IX F	38
7	IX G	42
8	IX H	38
9	IX I	43
10	IX J	40
JUMLAH POPULASI		403

Penentuan sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik sampel jenuh yaitu “penentuan sampel yang membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil” (Sugiyono, 2013, hlm. 125). Jenis sampel ini digunakan karena berdasarkan hasil analisis *need assessment* instrumen pemahaman diri peserta didik kelas IX di SMP Negeri 2 Baleendah yang berada pada kategori rendah seluruhnya akan dijadikan sampel intervensi, yaitu 47 orang peserta didik.

3.3 Definisi Operasional Variabel

3.3.1 Pemahaman Diri

3.3.1.1 Definisi Konseptual

Santrock (2007, hlm. 177) menjelaskan bahwa pemahaman diri (*self-understanding*) adalah “representasi kognitif remaja mengenai diri, substansi dan isi dari konsep diri remaja”. Berdasarkan pendapat tersebut dapat diartikan pemahaman diri merupakan pemikiran remaja mengenai gambaran dirinya yang didasarkan pada konsep diri remaja.

Remaja yang memahami diri akan memiliki karakteristik pemahaman diri remaja yang berbeda dengan pemahaman diri anak. Menurut Santrock (2007, hlm.

178) karakteristik pemahaman diri remaja terbagi atas beberapa dimensi-dimensi yaitu pemikiran *abstrak* dan *idealis*, *diferensiasi*, diri yang berfluktuasi, kontradiksi diri, diri *real* vs diri *Ideal*, perbandingan sosial, kesadaran diri, perlindungan diri, diri yang tidak disadari dan integrasi diri. Remaja yang sesuai dengan karakteristik tersebut dapat dikatakan telah memahami diri sesuai dengan konsep remaja.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa pemahaman diri merupakan pemikiran remaja mengenai gambaran dirinya yang didasarkan pada dimensi pemahaman diri remaja.

3.3.1.2 Definisi Operasional

Pemahaman diri dalam penelitian ini merupakan kondisi pemahaman diri peserta didik kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah berdasarkan banyaknya kesesuaian karakteristik pemahaman dirinya dengan karakteristik pemahaman diri remaja. Semakin banyak karakteristik yang sesuai, berarti mengindikasikan semakin tinggi pemahaman diri yang dimiliki peserta didik. Sebaliknya, semakin sedikit karakteristik yang sesuai, maka mengindikasikan semakin rendah pemahaman diri yang dimiliki peserta didik. Karakteristik peserta didik diperoleh dari dimensi-dimensi pemahaman diri yang dikemukakan oleh Santrock (2007, hlm. 178), sebagai berikut:

1) *Abstraksi dan Idealisasi*

Peserta didik yang memperoleh skor tinggi dalam memahami diri akan mampu berpikir *abstrak* dan *idealis* dengan melihat apakah peserta didik mampu berpikir secara logis dalam mendefinisikan dirinya, mengkategorikan atau mengklasifikasikan dirinya dan mengargumentasikan dirinya, berikutnya berpikir idealis mengenai karakteristik ideal dari dirinya, serta apakah peserta didik dapat memecahkan masalah yang ada pada dirinya seperti memahami masalah, menganalisis masalah, mengambil tindakan dan menilai pemecahan masalah yang telah dilakukan.

2) *Diferensiasi*

Peserta didik yang mampu mendefinisikan dirinya dengan menampilkan diri dalam berbagai peran sosial sebagai anggota keluarga, teman dan peserta didik, akan menambah tingkat pemahaman diri yang dimiliki peserta didik.

3) Diri yang berfluktuasi

Peserta didik yang memiliki pemahaman diri yang tinggi mampu mengendalikan diri yang berfluktuasi. Hal ini dapat ditandai apabila peserta didik menampilkan emosi secara tepat dan menyadari adanya fluktuasi emosi dalam diri,

4) Kontradiksi di dalam diri

Peserta didik yang memperoleh skor tinggi dalam memahami diri, mampu menyadari kontradiksi didalam dirinya yang ditandai dengan kesadaran perbedaan antara diri yang terdeferensiasi dengan keyakinan peserta didik yang menimbulkan kontradiksi.

5) Diri *real* versus diri *ideal*

Peserta didik yang memiliki pemahaman diri yang tinggi, mampu membedakan diri *real* dan *ideal* serta mampu menunjukkan diri *real* dengan menampilkan kelebihan dan kelemahan diri *real* dengan percaya diri.

6) Perbandingan sosial

Peserta didik yang dapat melakukan perbandingan sosial dapat ditandai dengan kemampuan peserta didik dalam membandingkan keterampilan, kemampuan bahkan popularitas dirinya dengan orang lain, serta dapat mengevaluasi diri dari hasil perbandingan yang telah dilakukan. Hal ini tentu saja akan menambah tingkat pemahaman diri peserta didik.

7) Kesadaran diri

Peserta didik yang memiliki pemahaman diri yang tinggi dapat mengetahui kesadaran diri publik meliputi penampilan, tindakan, percakapan dan kesadaran diri privat meliputi pikiran, emosi, sikap.

8) Perlindungan diri

Peserta didik yang memperoleh skor tinggi dalam memahami diri, dapat melakukan perlindungan diri dengan melihat apakah peserta didik dapat melindungi diri untuk menyangkal suatu keadaan dan kondisi yang tidak diinginkan dengan menyembunyikan atau menolak secara tepat.

9) Diri yang tidak disadari

Peserta didik yang memiliki tingkat pemahaman diri yang tinggi akan mampu menyadari hal-hal yang tidak disadari oleh dirinya, hal ini dapat diketahui dengan melihat apakah peserta didik menyadari kondisi yang timbul dibawah kontrol atau yang muncul pada saat tertentu.

10) Integrasi diri

Peserta didik yang memperoleh skor tinggi dalam memahami diri akan mampu mengintegrasikan hal-hal yang ada pada dirinya yang ditandai dengan kemampuan peserta didik mendeskripsikan diri secara utuh dan sistematis, serta menampilkan diri secara positif dalam setiap keadaan.

3.3.2 Teknik *Johari Window*

3.3.2.1 Definisi Konseptual

Teknik *Johari Window* merupakan variabel bebas atau variabel *intervensi*. Pada tahun 1955 Joseph Luft dan Harry Ingham menciptakan alat sederhana yang diberi nama *Johari Window*, istilah tersebut merupakan gabungan dari nama mereka Joseph dan Harry (Supratiknya, 1995, hlm. 14). *Johari Window* adalah alat sederhana yang menggambarkan kesadaran diri (*self-awareness*) serta peningkatannya. Hal ini sesuai dengan penjelasan Luft bahwa ia membuat alat yang merupakan “*illustrate relationships in term of awareness*” (Luft, 1999, hlm. 2). Menurut Wartana (2012, hlm. 90), teknik *Johari Window* adalah alat yang sederhana dan sangat bermanfaat untuk menggambarkan kesadaran diri (*self awareness*), serta peningkatannya.

Joseph Luft dan Harrington Ingham (Wartana, 2012, hlm. 90) mengembangkan konsep *Johari Window* untuk membantu setiap individu untuk meningkatkan kesadaran diri melalui visual sederhana berbentuk jendela. Jendela tersebut terdiri dari 4 area terbuka, gelap, tersembunyi, dan tidak diketahui.

3.3.2.2 Definisi Operasional

Secara operasional, teknik *Johari Window* dalam penelitian ini merupakan suatu *intervensi* untuk membantu meningkatkan pemahaman diri peserta didik

kelas IX di SMP Negeri 2 Baleendah Tahun ajaran 2014/2015 dengan membuka empat *Johari Window*, sebagai berikut:

- 1) Area terbuka (*Open Area*) adalah apa yang diketahui oleh seseorang tentang dirinya dan juga diketahui oleh orang lain.
- 2) Area Buta (*Blind Area*) adalah apa yang tidak diketahui oleh seseorang tentang dirinya, tapi diketahui oleh orang lain.
- 3) Area Tersembunyi (*Hidden Area*) adalah apa yang hanya diketahui oleh dirinya, dan tidak diketahui oleh orang lain.
- 4) Area Gelap, Tidak Diketahui (*Unknown Area*) adalah apa yang tidak diketahui oleh seseorang tentang dirinya yang juga tidak diketahui oleh orang lain.

Teknik *Johari Window* merupakan salah satu intervensi yang dapat digunakan untuk mengetahui kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, serta meningkatkan pemahaman diri melalui langkah-langkah Teknik *Johari Window*, sebagai berikut:

- 1) Tahap Pertama, merupakan orientasi untuk membentuk dan konsolidasi dengan peserta didik yang menjadi sampel penelitian.
- 2) Tahap Kedua, merupakan tahap pelaksanaan keterbukaan diri yang dilakukan dengan membuka area terbuka.
- 3) Tahap Ketiga, merupakan lanjutan dari tahap keterbukaan diri yang dilakukan dengan membuka area tersembunyi.
- 4) Tahap Keempat, merupakan tahap memberi dan menerima umpan balik dengan memaparkan area gelap.
- 5) Tahap Kelima, merupakan lanjutan dari tahap memberi dan menerima umpan balik dengan memaparkan area tidak diketahui.
- 6) Tahap Keenam, merupakan tahap akhir untuk mengungkapkan hasil yang telah dicapai oleh peserta didik yang menjadi sampel penelitian dengan melakukan refleksi dan tindak lanjut.

3.4 Instrumen Penelitian

3.4.1 Alat Pengumpul Data

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini berupa angket yaitu responden diberi sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang menggambarkan pemahaman diri peserta didik kelas IX di SMP Negeri 2 Baleendah. Angket yang digunakan adalah angket tertutup yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih jawaban dengan membubuhkan tanda *checklist* (√) pada kolom sesuai (Arikunto, 2006, hlm. 152).

3.4.2 Pengembangan Kisi-kisi

Kisi-kisi instrumen digunakan untuk mengungkap tingkat pemahaman diri pada peserta didik kelas IX di SMP Negeri 2 Baleendah yang disusun berdasarkan rumusan kisi-kisi instrumen berdasarkan dimensi-dimensi dan indikator pemahaman diri, sebagai berikut:

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen Pemahaman Diri

NO	DIMENSI	INDIKATOR	NO ITEM		JUMLAH
			(+)	(-)	
1.	Abstraksi dan Idealisasi	a. Peserta didik dapat berpikir secara logis	1	11	7
		b. Peserta didik dapat memecahkan masalah	21,30	-	
		c. Peserta didik dapat berpikir <i>ideal</i>	37,43,48	-	
2.	Diferensiasi	a. Peserta didik dapat menampilkan peran sebagai pelajar	12,22	2	8
		b. Peserta didik dapat menampilkan peran dikeluarga	31,38,44	-	
		c. Peserta didik dapat menampilkan peran sebagai teman	47,46	-	
3.	Diri yang berfluktuasi	a. Peserta didik dapat menampilkan emosi secara tepat	3,13	-	5
		b. Peserta didik menyadari fluktuasi emosi	23,32	39	

4.	Kontradiksi dalam diri	Peserta didik memiliki kontradiksi positif	4	14,24,33	4
5.	Diri <i>real</i> vs diri <i>ideal</i>	a. Peserta didik memahami perbedaan diri <i>real</i> dan diri <i>ideal</i>	-	5,15	3
		b. Peserta didik menampilkan diri <i>real</i>	-	25	
6.	Perbandingan sosial	a. Peserta didik mampu membandingkan diri dengan orang lain	16	6	5
		b. Peserta didik dapat mengevaluasi diri dengan membandingkan dengan orang lain	26, 34,40	-	
7.	Kesadaran diri	a. Peserta didik memahami kesadaran diri publik (penampilan, tindakan dan percakapan)	17	7	5
		b. Peserta didik memahami kesadaran diri privat (pikiran, emosi dan sikap)	41	27,35	
8.	Perlindungan diri	Peserta didik memahami arti melindungi diri	-	8,18	2
9.	Diri yang tidak disadari	Peserta didik menyadari diri yang tidak disadari	9,19,28	-	3
10.	Integrasi	a. Peserta didik mampu mendeskripsikan diri secara utuh dan sistematis	20,29	10	6
		b. Peserta didik mampu menampilkan diri secara positif	36, 45	42	
JUMLAH			31	17	48

3.4.3 Skala Pengukuran

Skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Likert* yang mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2013, hlm. 134). Pada skala *Likert* pilihan alternatif jawaban yang disediakan berjumlah ganjil dan ada pilihan netral (Suliyanto, 2011, hlm. 4). Pada angket penelitian ini disediakan lima alternatif jawaban, meliputi SS (sangat

sesuai), S (sesuai), KS (kurang sesuai), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai).

Penentuan skor untuk setiap jawaban dilakukan secara aposteriori, yaitu kemungkinan skor bagi setiap jawaban didasarkan atas hasil uji coba (Subino, 1987, hlm. 124).

3.4.4 Uji Validitas

Instrumen pemahaman diri yang telah disusun sebagai alat pengumpul data, selanjutnya dilakukan uji validitas untuk mengetahui apakah instrumen yang digunakan dalam penelitian dapat mengukur apa yang diukur (Sugiyono, 2013, hlm. 144). Pengujian instrumen pemahaman diri telah diuji melalui berbagai tahap dengan hasil uji validitas, sebagai berikut:

1) Uji Validitas Konstruk (*construct validity*) dan Isi Instrumen

Uji validitas konstruk dan isi dilakukan untuk mengetahui tingkat kelayakan instrumen dari berbagai aspek seperti bahasa, konstruk dan isi. Uji validitas konstruk dilakukan oleh tiga dosen ahli dari Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (PPB) yaitu Dr. Nurhudaya, M.Pd, H. Nandang Budiman, S.Pd. M.Si dan Dr. Hj. Euis Farida, M.Pd. Penilaian pada setiap item menggunakan kualifikasi Memadai (M) dan Tidak Memadai (TM). Item yang memadai, artinya pernyataan dapat digunakan, sedangkan yang tidak memadai artinya pernyataan tidak dapat digunakan atau perlu diperbaiki.

Berdasarkan judgement yang telah dilakukan terdapat beberapa item indikator yang memadai dan tidak memadai. Item dan indikator yang tidak memadai ada yang dihilangkan dan diperbaiki. Masukan saran dan kritik dari tiga dosen ahli dijadikan landasan dalam penyempurnaan instrumen pemahaman diri yang berawal dari 23 indikator dengan 115 item pernyataan, menjadi 19 indikator dengan 62 pernyataan.

2) Uji Keterbacaan Item

Uji keterbacaan item dilakukan untuk mengetahui sejauhmana keterbacaan instrumen oleh responden sebelum digunakan untuk penelitian. Uji keterbacaan item pada instrumen pemahaman diri, dilakukan dengan lima orang peserta didik kelas IX SMP Negeri 1 Baleendah yang tidak ikut serta dalam uji coba (*try out*).

Hasil uji keterbacaan menunjukkan tiga item pernyataan yang kurang dipahami dan perlu penjelasan, sehingga dilakukan revisi pada item tersebut.

3) Uji Validitas Butir Item

Uji coba instrumen dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen yang digunakan dalam penelitian telah mencerminkan apa yang diukur (Sugiyono, 2013, hlm. 1740). Instrumen yang telah dilakukan uji validitas konstruk, isi dan keterbacaan, selanjutnya diujicobakan secara empiric (*fiel-test*) kepada 46 peserta didik kelas IX-2 di SMP Negeri 1 Baleendah. Pengujian validitas item dilakukan dengan menggunakan rumus korelasi *Pearson Product Moment*, yang selanjutnya mencari nilai t_{hitung} untuk menguji nilai signifikansi validitas setiap item, dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(n\sum x^2 - (\sum x)^2)(n\sum y^2 - (\sum y)^2)}} \quad \text{dan} \quad t_{hitung} = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

(Arikunto, 2002, hlm. 245)

Keterangan:

r_{xy}	= Koefisien korelasi Pearson	t_{hitung}	= nilai t hitung
n	= Jumlah responden	r	= Koefisien korelasi Pearson
$\sum xy$	= Jumlah hasil kali skor item dan skor total	n	= Jumlah responden
$\sum x$	= Jumlah skor item		
$\sum y$	= Jumlah skor total		
$\sum x^2$	= Kuadrat jumlah skor item		
$\sum y^2$	= Kuadrat jumlah skor total		

Pengujian validitas item dilakukan dengan membandingkan hasil t_{hitung} dengan t_{tabel} . Nilai t_{tabel} diketahui dengan signifikansi untuk $\alpha = 0.05$ dan $dk = n - 2$.

Kriteria pengujian validitas item instrumen pemahaman diri, sebagai berikut:

Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka item valid

Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka item tidak valid

Berdasarkan analisis validitas butir item yang telah dilakukan dengan bantuan program *Microsoft Excel 2007*, terdapat pernyataan yang tidak valid dan pernyataan dinyatakan valid, sebagai berikut:

Tabel 3.3
Hasil Uji Validitas Item

Kategori	Item
Valid	1,2,5,6,7,8,9,11,12,13,15,16,17,18,20,21,22,24,25, 28,29,30,31,32,33,34,37,39,40,41,42,43,44,46,47, 48,50,51,53,54,55,56,57,58,59,60,61,62.
Tidak Valid	3,4,10,14,19,23, 26,27, 35,36,38, 45,49,52.

Tabel 3.3 menunjukkan dari 62 item pernyataan instrumen pemahaman diri, 48 item pernyataan dinyatakan valid, artinya item tersebut dapat digunakan untuk mengukur pemahaman diri. Sedangkan 14 item pernyataan tidak valid, artinya tidak dapat digunakan. Berdasarkan hasil tersebut maka item yang digunakan adalah 48 item pernyataan yang valid.

3.4.5 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas instrumen dilakukan untuk menunjukkan tingkat keterandalan suatu instrumen dapat dipercaya (Arikunto, 2006, hlm. 178). Selain itu, uji reliabilitas akan menunjukkan derajat keajegan (konsistensi) instrumen. Pengujian reliabilitas instrumen pemahaman diri dilakukan secara *internal consistency* dengan cara mencobakan instrumen sekali saja (Sugiyono, 2013, hlm. 185), kemudian data yang dianalisis dengan teknik *split half* dari Spearman Brown dengan rumus sebagai berikut:

$$r_b = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(n\sum x^2 - (\sum x)^2)(n\sum y^2 - (\sum y)^2)}} \quad \text{dan} \quad r_{11} = \frac{2r_b}{1+r_b}$$

(Sugiyono, 2013, hlm. 185)

Keterangan:

r_b = Korelasi product momen antara belahan pertama dan kedua

n = Jumlah subyek

x = Belahan pertama (genap)

y = Belahan kedua (ganjil)

r_{11} = Koefisien reliabilitas internal seluruh instrumen

Nilai dari analisis uji reliabilitas kemudian diinterpretasikan berdasarkan kategori koefisien korelasi sebagai berikut:

Tabel 3.4
Kategori Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Tinggi
0,80 – 1,000	Sangat Tinggi

(Sugiyono, 2013, hlm. 186)

Berdasarkan hasil uji reliabilitas instrumen pemahaman diri menggunakan teknik *split half* dari Spearman Brown diperoleh nilai sebagai berikut:

Tabel 3.5
Nilai Reliabilitas Instrumen Pemahaman Diri Remaja

r_i	
$2r/1+r$	0.84219

Nilai reliabilitas instrumen pemahaman diri remaja adalah 0,84, yang kemudian diinterpretasikan dengan koefisien korelasi termasuk dalam kategori sangat tinggi. Kategori sangat tinggi mengartikan instrumen pemahaman diri remaja yang dikembangkan reliabel dan dapat digunakan sebagai instrumen penelitian.

3.5 Prosedur penelitian

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang dilakukan secara sistematis. Berikut ini tahapan dalam pelaksanaan penelitian:

1) Pelaksanaan *Pre-Test*

Pelaksanaan *pre-test* dilakukan untuk memperoleh data dan persiapan dalam menangani konseli. Berikut langkah dalam pelaksanaan *pre-test*:

- a. Pengumpulan data dengan menyebarkan instrumen pemahaman diri yang telah diuji (validitas dan realibilitas) untuk disebarkan kepada peserta didik kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah Tahun Ajaran 2014/2015.
- b. Menetapkan sampel penelitian yang terdiri dari peserta didik yang memperoleh hasil pemahaman diri sangat rendah.
- c. Pengolahan data yang diperoleh dari peserta didik kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah Tahun 2014/2015 menghasilkan profil pemahaman diri peserta didik yang menjadi dasar pembuatan program bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik di kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah.
- d. Hasil rumusan program bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik di kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah telah layak diujicobakan kepada sampel.

2) Intervensi

Pelaksanaan program bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik di kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah dilaksanakan dengan tahapan *intervensi* sebagai berikut:

- a. Tahap Orientasi dan Konsolidasi
- b. Tahap Keterbukaan diri dengan membuka area terbuka *Johari Window*
- c. Tahap Keterbukaan diri dengan membuka area tersembunyi *Johari Window*
- d. Tahap Memberi Umpan Balik untuk membuka area gelap *Johari Window*
- e. Tahap Menerima Umpan Balik untuk membuka area tidak diketahui *Johari Window*

f. Tahap Akhir

3) Pelaksanaan *Post-Test*

Pelaksanaan *post-test* merupakan tahap akhir dari rangkaian program yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai tingkat pemahaman peserta didik setelah mengikuti rangkaian program bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Johari Window*. Berikut langkah dalam pelaksanaan *post-test*:

- a. Pengumpulan data dengan menyebarkan instrumen pemahaman diri kepada sampel penelitian yang telah melaksanakan *intervensi*.
- b. Pengolahan hasil data *pre-test* dan *post-test*, yang akan dibandingkan hasil pengukuran dengan menguji signifikansi untuk mengungkap keefektifan program teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman diri pada peserta didik di kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah.

3.6 Analisis Data

Data yang diungkap melalui instrumen pemahaman diri yang telah disebar, selanjutnya dilakukan pengolahan data yang menjawab tiga rumusan masalah penelitian, berikut langkah-langkah dalam analisis data untuk menjawab rumusan masalah penelitian menggunakan statistika:

3.6.1 Gambaran umum pemahaman diri peserta didik di kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah

Salah satu tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pemahaman diri peserta didik kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah. Data yang diperoleh dari hasil penyebaran instrumen, akan diolah dan dianalisis untuk mengetahui makna skor yang dicapai peserta didik.

Kategorisasi dari skor yang dicapai peserta didik akan diolah menggunakan teknik statistik, berdasarkan pada langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Menghitung jumlah item instrumen pemahaman diri.
- 2) Memberi bobot untuk setiap alternatif respon dari butir pernyataan yang dijawab oleh responden.
- 3) Mencari skor mean
- 4) Mencari satuan deviasi standar (σ)

Setelah diperoleh skor mean, maka dapat dilakukan penentuan kategorisasi pemahaman diri dengan menggunakan tabel kategori (Azwar, 1999, Hlm. 109). Pemahaman diri diklasifikasikan menjadi tiga kategori dengan pedoman sebagai berikut:

Tabel 3.6
Interpretasi Skor Pemahaman Diri

No	Kriteria Skor Matang	Kategori
1	$X > \text{mean} + 1,0.Sd$	Tinggi
2	$\text{mean} - 1,0.Sd < X < \text{mean} + 1,0.Sd$	Sedang
3	$X < \text{mean} - 1,0.Sd$	Rendah

Sumber: Azwar (2012:148)

Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil kategorisasi pemahaman diri menjadi tiga kategori sebagai berikut:

Tabel 3.7
Kategorisasi Pemahaman Diri Peserta Didik

KATEGORI	INTERVAL	RATA-RATA	JUMLAH PESERTA DIDIK	PERSENTASE
TINGGI	>130.66	136.1	68	16.88
SEDANG	130.65 - 120.79	116.32	288	71.5
RENDAH	<120.78	91.11	47	11.66
JUMLAH			403	100

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, maka menghasilkan kategorisasi pemahaman diri yang dapat dideskripsi dalam setiap kriteria skor sebagai berikut:

Tabel 3.8
Deskripsi Kategorisasi Pemahaman Diri

No	Kriteria	Deskripsi
1	Tinggi	Pada kategori ini peserta didik memiliki jumlah kesesuaian dengan karakteristik pemahaman diri remaja diatas rata-rata, dimana peserta didik akan menggapai kesuksesan, berpikir positif, percaya diri dan mempunyai tujuan dalam menjalani masa remaja. Hal ini karena peserta didik dapat memaknai dimensi pemahaman diri dengan berpikir operasional formal terhadap keadaan diri, dapat menampilkan peran yang berbeda

		dengan konteks tertentu, dapat selalu stabil dalam hal emosi, memiliki konsistensi diri, menampilkan diri yang sebenarnya, mampu mengevaluasi diri dengan membandingkan dengan orang lain, dapat mengintropeksi diri, dapat melindungi diri secara tepat, mampu mengembangkan hal yang tidak disadari serta sudah dapat mengintegrasikan diri secara utuh dan sistematis.
2	Sedang	Pada kategori ini peserta didik memiliki jumlah kesesuaian karakteristik pemahaman diri remaja yang berada ditingkat rata-rata, dimana peserta didik cenderung kurang optimal dalam memaknai dimensi pemahaman diri. Hal ini karena peserta didik cenderung kurang berpikir operasional formal terhadap keadaan diri, belum dapat menampilkan peran yang berbeda dengan konteks tertentu, masih kurang stabil dalam hal emosi, memiliki kebingungan mengenai kontradiksi diri, ragu menampilkan diri yang sebenarnya, belum mampu mengevaluasi diri dengan membandingkan dengan orang lain, belum dapat intropeksi diri, kurang dapat melindungi diri secara tepat, belum dapat mengembangkan hal yang tidak disadari serta kurang mengintegrasikan diri secara utuh dan sistematis.
3	Rendah	Pada kategori ini peserta didik memiliki jumlah kesesuaian dengan karakteristik pemahaman diri remaja dibawah rata-rata, dimana peserta didik cenderung memiliki kebingungan dan tidak dapat memaknai dimensi pemahaman diri. Hal ini karena peserta didik tidak dapat berpikir operasional formal namun masih cenderung berpikir operasional konkret terhadap keadaan diri. Selain itu peserta didik tidak dapat menampilkan peran yang berbeda dengan konteks tertentu, masih tidak stabil dalam hal emosi, tidak memiliki konsistensi diri, menampilkan diri yang palsu, tidak mampu mengevaluasi diri dengan membandingkan dengan orang lain, tidak dapat

		mengintropeksi diri, cenderung melindungi diri dengan tidak tepat, tidak menyadari hal yang tidak disadari serta belum mengintegrasikan diri secara utuh dan sistematis.
--	--	--

Berdasarkan kategorisasi di atas maka dapat diperoleh gambaran pemahaman diri peserta didik kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah Tahun Ajaran 2014/2015. Gambaran ini dapat digunakan sebagai acuan dalam merumuskan program bimbingan kelompok dengan menggunakan Teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman.

3.6.2 Program bimbingan kelompok dengan menggunakan Teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah

Gambaran pemahaman diri peserta didik kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah Tahun Ajaran 2014/2015 akan menjadi dasar dalam membuat rancangan program bimbingan kelompok dengan menggunakan Teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik di kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah. Program yang telah dirumuskan selanjutnya dilakukan uji kelayakan program pemahaman diri, sebagai berikut:

- 1) Konsultasi dengan dosen pembimbing mengenai program yang telah dirumuskan
- 2) Meminta pertimbangan kepada tiga orang pakar yaitu dosen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang merupakan pakar program dan pakar pribadi, serta satu orang praktisi yaitu guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 2 Baleendah.

Adapun susunan program *intervensi* meningkatkan pemahaman diri peserta didik kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah Tahun Ajaran 2014/2015, yang diuji kelayakannya, sebagai berikut:

- | | |
|--|---------------------------|
| 1) Rasional | 7) Sasaran Intervensi |
| 2) Deskripsi Kebutuhan | 8) Rencana Operasional |
| 3) Tujuan Program | 9) Indikator Keberhasilan |
| 4) Asumsi Intervensi | 10) Evaluasi |
| 5) Prosedur Teknik <i>Johari Window</i> | 11) Pengembang RPL |
| 6) Langkah-langkah Pelaksanaan Bimbingan | |

4.6.3 Efektivitas Teknik *Johari Window* dalam meningkatkan pemahaman diri pada peserta didik di kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah

Pengujian keefektifan program teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman diri pada peserta didik di kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah menggunakan statistik, yang ditentukan berdasarkan data yang diperoleh, selanjutnya data tersebut diuji menggunakan rumus yang relevan. Berikut analisis data untuk menguji efektivitas teknik *Johari Window* dalam meningkatkan pemahaman diri:

1) Uji Normalitas

Uji Normalitas merupakan analisis data untuk mengetahui data setiap variabel berdistribusi normal atau tidak, (Sugiyono, 2013, hlm. 241). Menurut Priyatno (2012, hlm. 33) uji normalitas data merupakan syarat pokok yang harus dipenuhi dalam analisis parametrik. Data yang berdistribusi normal, dianggap dapat mewakili suatu populasi. Pengujian normalitas pada data *pretest* dan *posttest* dilakukan dengan bantuan *software SPSS 16.0 for window*. Hipotesis yang digunakan pada uji normalitas, sebagai berikut:

H_0 : Data *pre-test* dan *post-test* berdistribusi tidak normal

H_1 : Data *pre-test* dan *post-test* berdistribusi normal

Kriteria pengujian nilai signifikansi data *pretest* dan *posttest* pemahaman diri, sebagai berikut:

Jika signifikansi > 0.05 , maka H_0 ditolak

Jika signifikansi < 0.05 , maka H_0 diterima.

Apabila data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal, maka perhitungan dilanjutkan dengan uji *paired samples t* (uji t sampel berpasangan). Sebaliknya apabila salah satu data atau kedua data berdistribusi tidak normal, maka perhitungan dilanjutkan dengan uji statistik non parametric menggunakan uji *Wilcoxon*.

2) *Two related samples test* (uji Perbandingan Dua Sampel Berpasangan)

Two related samples test atau uji perbandingan dua sampel berpasangan merupakan analisis data untuk menguji perbandingan dua rata-rata sampel yang

berpasangan. Menurut Prayitno (2012, Hm. 103) “Uji ini biasa dilakukan pada subjek yang diuji untuk situasi sebelum dan sesudah suatu proses”. Pada penelitian ini *two related samples test* atau uji perbandingan dua sampel bebasan skor *pre-test* dan *post-test* bertujuan untuk mengetahui perbedaan rata-rata skor sebelum dan sesudah diberikan *intervensi* layanan bimbingan kelompok melalui Teknik *Johari Window*.

Menurut Susetyo (2012, hlm. 208) “*Paired samples t test* atau uji perbandingan dua sampel berpasangan biasa digunakan untuk desain penelitian *pra-eksperimen* dengan *one group pretest-posttest design*. Pengujian ini digunakan apabila data memenuhi syarat statistik parametrik (berdistribusi normal). Jika tidak memenuhi syarat (berdistribusi tidak normal), maka digunakan uji alternatif dari statistik non-parametrik yaitu uji *Wilcoxon* (lihat gambar 3.2). Pengujian perbandingan dua sampel berpasangan pada data *pretest* dan *posttest* dilakukan dengan bantuan *software SPSS 16.0 for window*. Hipotesis yang digunakan pada uji perbedaan dua sampel berpasangan skor *pre test* dan *post-test* pemahaman diri, sebagai berikut:

H0 : Tidak ada perbedaan skor *pre test* dan *post-test* setelah adanya intervensi.

H1 : Ada perbedaan skor *pre test* dan *post-test* setelah adanya intervensi.

Kriteria pengujian nilai signifikansi skor *pretest* dan *posttest* pemahaman diri, sebagai berikut:

Jika signifikansi < 0.05 , maka Ho ditolak

Jika signifikansi $.> 0.05$, maka Ho diterima.

3) Uji Gain

Uji Gain merupakan analisis data untuk membandingkan rata-rata skor *pre test* dan *post-test*, apabila desain penelitian yang digunakan adalah *pre-test* dan *post-test one group desaign* (Arikunto, 2006, hlm. 306). Pengujian dengan menggunakan uji gain dilakukan untuk mengetahui peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas IX SMP Negeri 2 Baleendah Tahun Ajaran 2014/2015, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok melalui Teknik *Johari Window*. Berikut analisis data menggunakan uji gain dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Skor posttes} - \text{skor pretest}$$

$$\text{Gain ternormalisasi} = \frac{\text{Skor maksimal} - \text{skor pretest}}{\text{Skor maksimal} - \text{skor pretest}}$$

Hasil perhitungan N-Gain, selanjutnya diklasifikasikan dalam tiga interpretasikan berdasarkan kategori N-gain sebagai berikut:

Tabel 3.9
Kategori Interpretasi N-Gain

Indeks N-Gain	Kategorisasi
N-Gain > 0,7	Tinggi
0,3 < N-Gain < 0,7	Sedang
N-Gain < 0,3	Rendah

Nilai N-Gain menunjukkan perubahan pemahaman diri peserta didik. Apabila nilai N-Gain menunjukkan peningkatan baik itu dalam kategori rendah, sedang ataupun tinggi, maka pelaksanaan intervensi bimbingan kelompok melalui Teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman diri dapat dikatakan efektif. Sebaliknya apabila nilai N-Gain menunjukkan penurunan maka intervensi yang dilakukan tidak efektif.

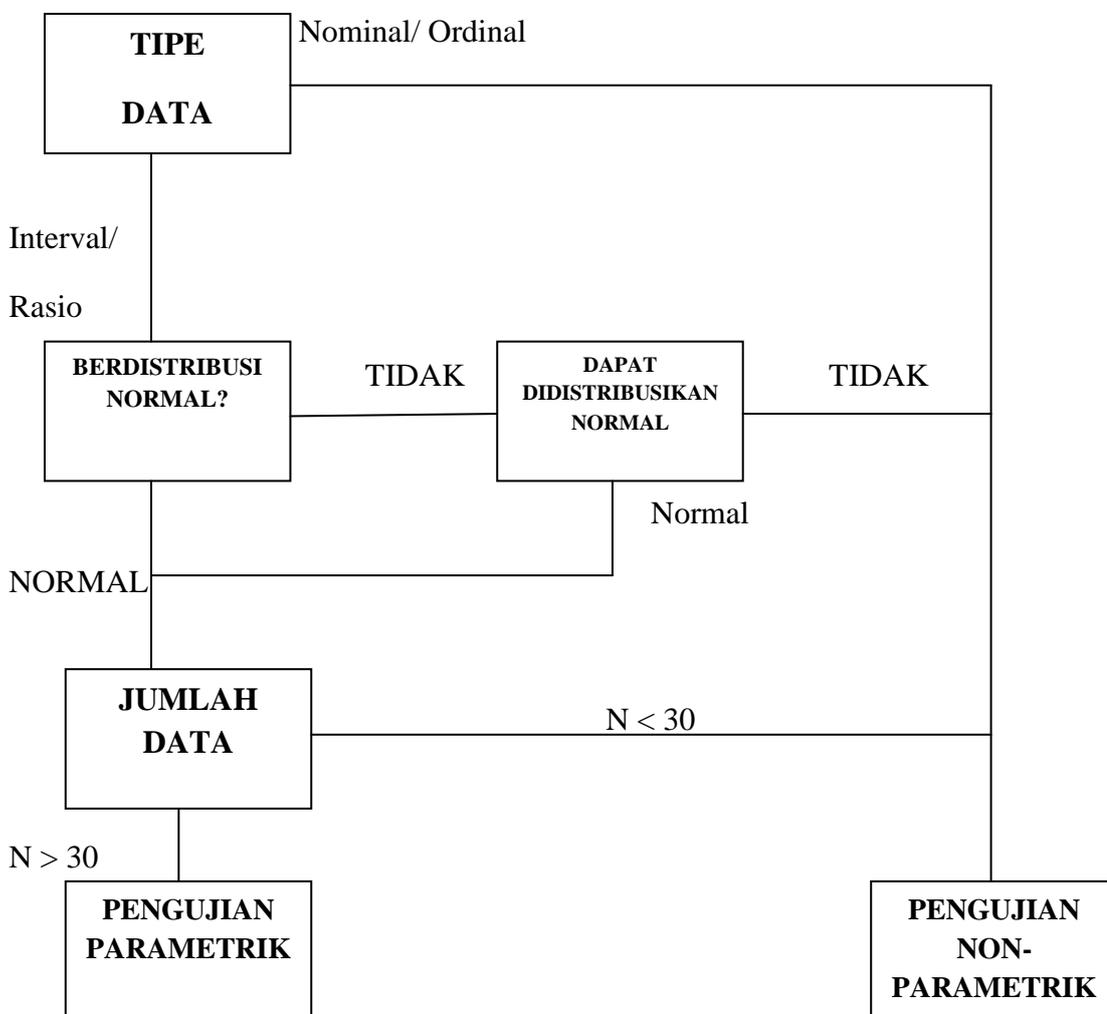
4) Hasil Observasi

Observasi tidak hanya memperhatikan sesuatu hal dengan menggunakan mata, namun observasi dalam psikologi diartikan sebagai pengamatan meliputi kegiatan pemuatan perhatian terhadap sesuatu objek dengan menggunakan seluruh indra. Menurut Azwar (2006, hlm. 157) penelitian observasi dapat dilakukan dengan tes, kuesioner, foto, rekaman gambar atau rekaman suara. Jenis observasi dapat dilakukan dengan dua cara non-sistematis dan sistematis menggunakan pedoman sebagai instrumen. Pada penelitian ini observasi akan dilakukan dengan non-sistematis, dengan tidak menggunakan instrumen pengamatan dan hanya mengamati aspek-aspek yang ingin diselediki.

5) Hasil Dokumentasi

Dokumentasi berasal dari kata dokumen, artinya barang-barang tertulis. Menurut Azwar (2006, hlm. 158) untuk memperoleh informasi dari objek yang diperhatikan (ditatap), kita dapat memperoleh dari tiga sumber, yaitu tulisan (*papper*), tempat (*place*) dan kertas atau orang (*people*). Berdasarkan pemaparan tersebut, dokumentasi untuk mendapatkan informasi peningkatan pemahaman diri,

akan diperoleh melalui jurnal harian yang akan ditulis oleh peserta didik yang mendapatkan intervensi bimbingan kelompok melalui Teknik *Johari Window* untuk meningkatkan pemahaman diri.



(Sumber: Kurniawan, 2009. Hlm 61; Hartono, 2007; Cooper dan Schindler 2006; Lind, 2002; Sekarang, 2000)

Gambar 3.2
Perbedaan Pengujian Parametrik dan Non-Parametrik