

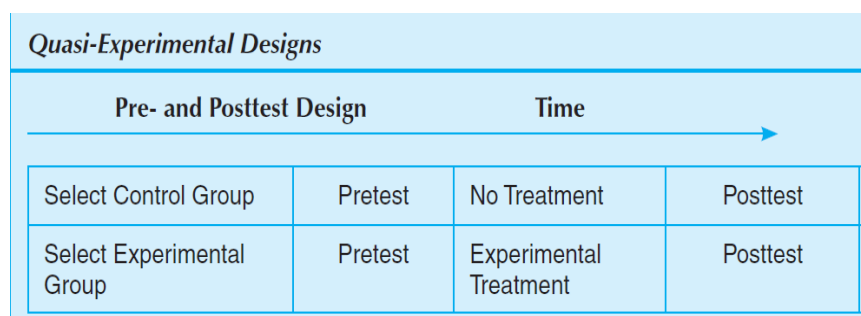
BAB III METODE PENELITIAN

Bab tiga membahas mengenai desain penelitian, populasi dan sampel, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, prosedur penelitian dan teknik analisis data.

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu pendekatan untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti *hubungan antarvariabel*. Pendekatan kuantitatif pada umumnya memiliki struktur yang ketat dan konsisten mulai dari pendahuluan, tinjauan pustaka, landasan teori, metode penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan (Creswell, 2008)

Metode penelitian yang digunakan yaitu metode eksperimen kuasi (*quasi experiment*), penelitian ini menggunakan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, namun tidak secara acak (*nonrandom assignment*) memasukan partisipan ke dalam dua kelompok tersebut (Creswell, 2008). Desain yang digunakan dalam eksperimen kuasi adalah *nonequivalent control group design*. Pada dua kelompok tersebut, sama-sama dilakukan *pretest* dan *posttest*. Kelompok eksperimen (A) yang di *treatment* berupa Konseling Singkat Berfokus Solusi (X), sedangkan kelompok kontrol (B) tidak di *treatment* dari peneliti (Creswell, 2009). Berikut dapat dilihat *nonequivalent control group design* di gambar 3.1.



Gambar 3.1
Nonequivalent Control Group Design
(Creswell, 2008)

B. Populasi dan Sampel

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa/i S-1 di beberapa Departemen Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) angkatan 2015 berjumlah 120 orang dari empat Departemen. Pengambilan sampel penelitian menggunakan *non-probability sample*. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan strategi *homogeneous sampling*. *Homogeneous sampling* merupakan strategi pemilihan *sample* dimana setiap *sample* memiliki ciri atau karakteristik yang sama (Creswell, 2012). Berikut data jumlah mahasiswa yang menjadi responden dalam studi pendahuluan dan uji coba teknik, dapat dilihat pada tabel 3.1.

Tabel 3.1
Jumlah Responden Penelitian

Tahap Penelitian	Departemen	Jumlah Mahasiswa
Studi Pendahuluan	PGPAUD	29
	Pend. Bahasa Jerman	23
	PKO	36
	PKK	32
	Jumlah Total	120
Uji Efektivitas Teknik	Kelompok Eksperimen	7
	Kelompok Kontrol	7
	Jumlah Total	14

Pada penelitian ini sampel yang diambil adalah mahasiswa/i semester dua tahun akademik 2014/2015 yang memiliki determinasi diri belum memadai.

Pertimbangan dalam menentukan sampel dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Dari empat departemen, diketahui dua departemen yang memiliki uji rata-rata rendah dan variansi tinggi, dan diperoleh Departemen PGPAUD dan Pend. Bahasa Jerman.
2. Dari 52 responden, terdapat 14 partisipan yang memiliki kategori *ekternal regulation*, *introjected regulation* dan *identified regulation*, sedangkan

kategori *ammotivation* tidak menjadi kajian dalam penelitian ini berdasarkan pertimbangan bahwa tingkat determinasi diri yang abnormal tidak termasuk dalam kajian bidang Bimbingan dan Konseling, melainkan kajian bidang Psikologi.

3. Data laporan observasi non formal bahwa mahasiswa yang menunjukkan perilaku determinasi diri yang rendah, misalnya malas mengerjakan tugas kuliah, tidak menikmati tugas, kurang motivasi, kurang semangat, perasaan tidak berdaya, menunda pekerjaan, dan telat masuk kuliah.
4. Mahasiswa semester dua merupakan mahasiswa yang sedang mengalami suatu perpindahan menuju struktur akademik yang lebih besar, dan lebih impersonal.
5. Mahasiswa semester dua memiliki tuntutan tekanan akademik untuk mencapai prestasi, karir dan tekanan sosial.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah konseling singkat berfokus solusi sebagai *Independent variable* dan determinasi diri sebagai *dependent variable*.

Secara rinci dipaparkan definisi operasional masing-masing variabel sebagai berikut:

1. Determinasi Diri

Menurut O'Connor & Vallerand (1994) menyatakan bahwa determinasi diri merupakan tindakan yang disengajakan oleh individu sampai batas dimana tindakan tersebut di pengaruhi oleh rasa '*kepribadian*' (memaknai, yakin, rasa senang, optimis, tekad dan semangat) seseorang.

Menurut Deci & Ryan (1985) merumuskan determinasi diri sebagai kemampuan yang dimiliki dari kebutuhan dasar yaitu *competence*, *relatedness* dan *autonomy*.

Determinasi dalam penelitian ini mengacu pada teori Deci & Ryan (1985) kemampuan yang dapat membawa individu dalam bertindak untuk memilih dan

mengambil keputusan terkait kegiatan perkuliahan yang mendasarkan pilihan atas manfaat yang diperoleh individu dari pilihan tersebut. Kemampuan tersebut dipengaruhi oleh tiga kebutuhan dasar individu terhadap hal-hal berikut:

- a. Kompetensi yaitu penguasaan atas kecakapan yang memungkinkan individu menghadapi tantangan, tugas, dan hambatan dilingkungannya secara efektif.
- b. Keterhubungan yaitu kepemilikan atas hubungan antar pribadi yang saling mendukung dan saling menguntungkan.
- c. Kemandirian yaitu kemampuan membuat keputusan terkait area penting dalam kehidupan secara independen dan tanpa pengaruh dari orang lain.

2. Konseling Singkat Berfokus Solusi

Konseling Singkat berfokus solusi dalam penelitian ini pendekatan konseling yang menelusuri, mengidentifikasi pada sumber daya yang dimiliki individu untuk membangun perubahan cara berfikir dan bertindak secara efektif dan positif.

Penggunaan pendekatan konseling singkat berfokus solusi mengacu pada teori Henderson & Thompson (2007) menjelaskan bahwa konseling singkat berfokus solusi mengidentifikasi pada kekuatan, membangun kepercayaan diri, membangun perubahan positif dalam hidupnya, pelaksanaan berfokus pada akuntabilitas tindakan, wawasan akan muncul selama masa konseling, dan menciptakan perubahan yang jelas, target yang terukur, dan mengevaluasi kemajuan individu.

Penggunaan konseling singkat berfokus solusi dalam *setting* kelompok mengacu pada prinsip dari Sharry (2007) prinsip konseling singkat berfokus solusi, yaitu: (1) berfokus pada perubahan dan kemungkinan positif, (2) mengembangkan, melaksanakan, tujuan masa depan yang lebih terarah (3) perubahan konseli lebih memangun potensi yang dimiliki, (4) lebih fokus untuk mencari perubahan apa yang baik, (5) imajinasi yang kreatif, (6) menciptakan kelompok kerja yang kooperatif dan (7) menggunakan rasa humor dan kreativitas.

Mekanisme pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi mengacu pada teori Jacobs & Harvil (2009) bahwa Konseling Singkat Berfokus Solusi berputar dalam empat pertanyaan utama dalam setiap sesi konseling. Setiap pertanyaan yang diajukan akan membantu konseli untuk fokus terhadap solusi dari permasalahan mereka bukan hanya membiarkan masalahnya begitu saja. Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan bertujuan untuk membuat konseli paham mengenai tujuan dan kekuatan yang dimiliki serta membantu konseli untuk fokus pada kemungkinan terjadinya perubahan.

Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan bertujuan untuk membuat konseli paham mengenai tujuan dan kekuatan yang dimiliki serta membantu konseli untuk fokus pada kemungkinan terjadinya perubahan. Berikut bentuk pertanyaan dalam konseling singkat berfokus solusi

a. Pertanyaan tentang perubahan prakonseling

Pertanyaan prakonseling yaitu pertanyaan yang mendorong perubahan positif, dan menggali potensi yang dimiliki konseli. Perubahan tersebut mungkin telah terjadi/dilakukan konseli sebelum mengikuti Konseling Singkat Berfokus Solusi.

b. *Goal setting question*

Goal setting question yaitu pertanyaan mengenai tujuan yang ingin dicapai konseli untuk mengembangkan determinasi diri.

c. *Scaling questions*

Scaling questions yaitu pertanyaan berupa angka, pertanyaan berskala membantu kepada konseli yang mengalami kesulitan mengekspresikannya dengan kata-kata. *Scaling questions* membantu konseli untuk menilai kesiapan dan keyakinan dirinya dalam mencari solusi atau tujuan dalam mengembangkan determinasi diri.

d. *Exception questions*

Exception questions, yaitu pertanyaan yang mengarahkan konseli untuk memikirkan ketika dirinya merasa tidak memiliki masalah. Karena masalah yang dihadapinya sekarang sebenarnya bukanlah sebuah masalah. *Exception*

questions mendorong konseli untuk memikirkan masalahnya secara berbeda, pertanyaan ini berfokus pada membuat perubahan yang akan membantu konseli untuk menggapai tujuannya.

e. *Miracle question*

Miracle question, yaitu pertanyaan yang mengarahkan konseli untuk berimajinasi apa yang akan terjadi jika masalah yang dihadapinya secara ajaib terselesaikan. Pertanyaan yang mengajak konseli untuk memvisualisasikan kondisi atau kehidupan seperti apa yang diinginkan manakala permasalahan teratasi.

f. *Coping questions*

Coping questions, yaitu pertanyaan yang meminta konseli mengemukakan pengalaman sukses dalam menangani masalah yang dihadapi dan kemungkinan negatif yang akan terjadi. Tujuan dari *coping questions* adalah untuk meningkatkan kesadaran konseli akan usaha yang diperlukan untuk mengatasi masalah yang sama di kemudian hari serta pengakuan terhadap usahanya sehingga konseli menyadari bahwa dirinya telah melakukan sesuatu untuk mengatasi permasalahan.

Dalam melakukan intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam *setting* kelompok, peneliti menganalisis hasil perubahan dinamika psikologis konseli dengan menggunakan Jurnal kegiatan, lembar observasi yang di catat oleh pengamat, format isian dan lembar tugas yang harus diisi konseli selama mengikuti kegiatan Konseling Singkat Berfokus Solusi. Jurnal kegiatan, lembar observasi yang di catat oleh pengamat, format isian dan lembar tugas terdiri atas:

- a. Format komitmen kelompok mengikuti kegiatan konseling singkat berfokus solusi dalam *setting* kelompok.
- b. Format 1 sampai dengan 4 adalah jurnal mingguan yang berfungsi untuk memonitor kemajuan konseli dalam proses konseling. Format 1-4

merupakan hasil modifikasi dari format jurnal kegiatan konseling singkat berfokus solusi yang dikembangkan oleh Dahlan, T. H (2011).

- c. Lembar pengarahan diri, yang terdiri dari lembar tugas format 5a sampai dengan lembar tugas 5h merupakan lembar isian yang harus diisi oleh konseli. Lembar tugas merupakan hasil adopsi dari modul konseling singkat berfokus solusi oleh Dahlan, T. H (2011).
- d. Lembar observasi pada format 6a-6c merupakan lembar observasi yang diadopsi dari modul konseling singkat berfokus solusi oleh Dahlan, T. H (2011). Lembar observasi ini diisi oleh tim pengamat untuk merekam segala yang terjadi pada konseli selama sesi konseling.
- e. Sesi intervensi yang memodifikasi dari model Konseling Singkat Berfokus Solusi yang dikembangkan oleh Dahlan, T. H (2011).

D. Pengembangan Instrumen Pengumpul Data

1. Konsep dan Konstruk Instrumen

Skala instrumen dalam penelitian ini menggunakan instrumen skala ordinal, dengan dasar pertimbangan data penelitian independen, tidak berdistribusi normal dan peubahnya kontinu (Furqon, 2011).

Konsep instrumen yang akan digunakan untuk menjaring data tentang tingkat determinasi diri mahasiswa sebelum dan setelah mengikuti konseling singkat berfokus solusi. Butir pertanyaan determinasi diri diturunkan dari atribut aspek-aspek kompetensi, keterhubungan dan kemandirian sebagai kebutuhan dasar yang mengembangkan determinasi diri mahasiswa yang mengacu pada konsep teoritik determinasi diri Deci & Ryan (1985).. Masing-masing butir pernyataan disajikan ke dalam satu item *favorable*.

2. Kisi-kisi Instrumen Pengumpul Data

Kisi-kisi instrumen pengumpul data dibuat untuk menyusun instrumen penelitian yang dikemukakan oleh Deci & Ryan, (1985). Secara rinci kisi-kisi instrumen dapat dilihat pada tabel 3.2.

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen Pegungkap Determinasi Diri yang Dicapai Mahasiswa

Variabel	Aspek	Definisi Operasional	Indikator	Butir Pernyataan	No Item
Determinasi Diri yaitu kemampuan yang dapat membawa individu dalam bertindak untuk memilih dan mengambil keputusan terkait kegiatan perkuliahan yang mendasarkan pilihan atas manfaat yang diperoleh individu dari pilihan tersebut.	Kompetensi	Penguasaan atas kecakapan yang memungkinkan individu menghadapi tantangan, tugas, dan hambatan perkuliahan secara efektif.	Rasa memiliki kendali atas hasil dari tindakan yang dilakukan	Saya percaya jika mengerjakan tugas dengan sungguh-sungguh maka akan memberikan hasil yang baik	1
				Saya senang datang ke perpustakaan untuk mencari buku atau jurnal agar menambah pengetahuan terkait materi perkuliahan	2
				Saya bersungguh-sungguh dalam melakukan pekerjaan kuliah agar menghasilkan dampak positif terhadap diri sendiri	3
				Saya mempertimbangkan dampak dari suatu tindakan terhadap berbagai pihak	4
			Kemahiran dalam melakukan tugas tertentu terkait perkuliahan	Saya pandai dalam manajemen waktu belajar	5
				Saya memiliki keterampilan menulis makalah	6
				Saya memiliki kemampuan mencari bahan referensi tugas perkuliahan	7
				Saya terampil dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi UAS	8
			Kemampuan meningkatkan kualitas kinerja melalui proses belajar	Saya melatih kemampuan berkomunikasi melalui diskusi kelompok	9
				Saya dapat menanyakan, menjawab dan menambahkan pengetahuan dengan dosen untuk meningkatkan pemahaman materi kuliah	10

				Saya mempelajari kembali materi perkuliahan di rumah/kostan	11
				Saya berdiskusi dengan teman mengenai cara-cara menyelesaikan tugas perkuliahan	12
			Kesadaran atas pengaruh diri terhadap lingkungan	Saya dapat mencari bahan referensi untuk menyelesaikan tugas terkait perkuliahan	13
				Saya dapat memberikan pengetahuan materi kuliah di lingkungan pergaulan kampus	14
				Saya dapat berkontribusi terhadap penyelesaian masalah dalam kelompok diskusi	15
				Saya melakukan perbuatan yang disenangi oleh orang-orang disekitar	16
			Kesadaran akan kemampuan diri untuk mengubah situasi menjadi lebih baik	Saya percaya pada kemampuan diri untuk mencari solusi permasalahan terkait perkuliahan	17
				Saya menggunakan kelebihan yang dimiliki untuk mencapai prestasi yang lebih baik	18
				Saya bersedia bekerja keras untuk memperbaiki nilai kuliah yang rendah	19
				Saya melatih keterampilan mengerjakan tugas tepat waktu untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam perkuliahan	20
	Keterhubungan	Kepemilikan atas hubungan antar pribadi yang saling	Penerimaan dari teman sebaya	Saya merasa diapresiasi oleh teman pada saat menambahkan materi terkait perkuliahan	21
				Saya merasa diperhatikan dan dihargai oleh teman-teman pada saat persentasi materi kuliah	22

		mendukung dan saling menguntungkan.		Saya merasa diingatkan oleh teman jika melakukan kesalahan terkait perkuliahan	23
				Saya menghindari pertengkaran dengan teman-teman di kelas	24
		Memperoleh dukungan dari keluarga		Saya didukung sepenuhnya oleh orang tua untuk kuliah di perguruan tinggi	25
				Saya diberikan kebebasan untuk menentukan pilihan terkait perkuliahan oleh orang tua	26
				Saya mendapatkan penghargaan dari orang tua karena prestasi yang baik	27
				Saya memperoleh bimbingan dari orang tua seputar perkuliahan	28
		Memiliki orang dewasa yang dapat diajak berkonsultasi saat individu mengalami kebingungan		Saya berkonsultasi dengan Dosen yang dapat membantu menyelesaikan masalah terkait perkuliahan	29
				Saya meminta saran dari Dosen pembimbing akademik terkait hal-hal seputar kontrak kuliah	30
				Saya menanyakan informasi seputar tugas kuliah kepada kakak tingkat	31
				Saya meminta bantuan dari konselor perguruan tinggi untuk mengatasi permasalahan seputar kuliah	32
		Memelihara hubungan baik dengan orang yang memberi kontribusi positif		Saya berdiskusi dengan teman yang memberikan teladan baik	33
				Saya menjaga komunikasi dengan teman sekelas yang dapat memberi informasi seputar perkuliahan	34
		Keterlibatan orang lain dalam		Saya memiliki teman yang bersedia membantu pada saat mengalami kesulitan terkait perkuliahan	35

			memberi bantuan disaat sulit		
				Saya memiliki komunitas yang dapat membantu mencari solusi permasalahan yang dialami	36
	Kemandirian	Kemampuan membuat keputusan terkait area penting dalam kehidupan secara independen dan tanpa pengaruh dari orang lain.	Mengetahui kebermanfaatan suatu keputusan bagi diri sendiri	Saya dapat mencari bahan tugas perkuliahan di luar lingkungan kampus	37
				Saya dapat mengerjakan tugas perkuliahan setelah pulang kuliah	38
				Saya memutuskan untuk mengerjakan tugas di perpustakaan agar dapat selesai tepat waktu	39
				Saya memutuskan untuk menunda liburan agar dapat mempersiapkan diri mengikuti UAS	40
			Menentukan pilihan menurut pertimbangan sendiri	Saya tetap bertahan pada suatu pilihan meski orang lain menentangnya	41
				Saya mempelajari pedoman karya ilmiah agar dapat mengerjakan makalah dengan baik dan benar	42
				Saya memiliki pendirian yang kuat dalam memilih kegiatan terkait perkuliahan	43
				Saya merasa cukup dewasa menentukan pilihan sendiri	44
			Memikirkan dengan seksama keputusan yang dibuat	Saya mampu mengambil keputusan dengan terarah dan terencana	45
				Saya dapat menjawab pertanyaan sesuai dengan bahan referensi	46
				Saya memperhatikan dengan seksama teman sekelas	47

				atau dosen sedang menerangkan materi kuliah	
				Saya mengetahui manfaat yang diambil dari sebuah keputusan	48
				Saya berhati-hati dalam mengambil sebuah keputusan	49
			Berani menanggung resiko dari keputusan yang dibuat	Saya menerima dengan lapang dada ketika keputusan yang diambil memunculkan permasalahan	50
				Saya bertanggung jawab atas dampak negatif dari keputusan yang diambil	51
				Saya mencermati berbagai kemungkinan terburuk dari suatu keputusan	52
				Saya melakukan introspeksi diri ketika mengambil keputusan yang salah	53
			Tidak menyerahkan pengambilan keputusan pada orang lain bahkan disaat-saat sulit	Saya bersikeras memutuskan sesuatu sendiri tanpa campur tangan orang lain ketika menghadapi kesulitan	54
				Saya dapat berpikir dan bertindak positif tanpa bantuan dari teman sekelas pada saat menghadapi permasalahan yang rumit	55

3. Prosedur Analisis Item

a. Penimbangan Instrumen

Penimbangan instrumen dilakukan untuk memperoleh item-item yang valid yang dapat mengukur tingkat determinasi diri mahasiswa. Instrumen penelitian ditimbang dengan menggunakan lembar penilaian instrumen yang ditelaah oleh dua pakar dalam Bidang Bimbingan dan Konseling. Proses penimbangan instrumen ini berorientasi pada isi, redaksi setiap butir pernyataan, dan kesesuaian item dengan aspek-aspek yang akan di ungkap.

Dua penimbang tersebut merupakan pakar dalam Bimbingan dan Konseling. Hasil penimbangan dosen ahli menyatakan bahwa instrumen Determinasi Diri sudah layak untuk digunakan sebagai alat pengambilan data. Hasil yang telah memperoleh penilaian, kemudian direvisi berdasarkan saran dan masukan dari para penimbang.

b. Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan instrumen dilakukan pada delapan orang mahasiswa semester dua yang bukan dijadikan populasi atau sampel penelitian dengan tujuan untuk mengetahui instrumen yang dibuat dapat dan mudah dipahami oleh mahasiswa. Setiap masukan yang diberikan mahasiswa dijadikan bahan untuk perbaikan sehingga instrumen layak untuk diujicobakan.

c. Uji Validitas dan Realibilitas Instrumen

Validitas merupakan tingkat penafsiran kesesuaian hasil instrumen dengan tujuan yang diinginkan suatu instrumen (Creswell, 2012, hlm. 159). Pengujian validitas dilakukan pada seluruh butir pernyataan (item) instrumen dengan menggunakan rumus *spearman correlation*. Tujuan menggunakan *spearman correlation* untuk mengukur keeratan hubungan tiap jawaban responden yang memiliki skala ordinal, dalam perhitungan validitas butir pernyataan digunakan bantuan program SPSS 17.0.

Setelah uji validitas setiap item selanjutnya instrumen tersebut diuji tingkat realibilitasnya, realibilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas

instrumen. Tujuan uji realibilitas untuk mengetahui tingkat kepercayaan dan ketepatannya instrumen sehingga mampu menghasilkan skor-skor secara konsisten. Dalam pengujian realibilitas instrumen digunakan rumus *crobach's alpha* dalam proses pengujian realibilitas digunakan bantuan program SPSS 17.0.

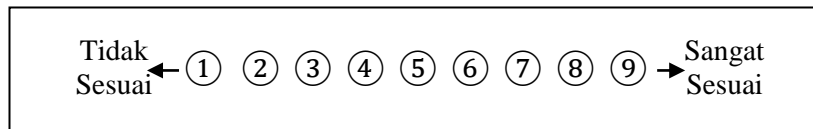
Untuk menginterpretasikan hasil perhitungan koefisien validitas dan tingkat koefisien realibilitas menggunakan klasifikasi menurut Drummond & Jones (2010). Uji validitas instrumen Determinasi diri mahasiswa dengan bantuan SPSS 17.0. Hasil uji coba perangkat instrumen Determinasi diri pada mahasiswa yang dilaksanakan pada tanggal 15 dan 17 April 2015 dengan menyebarkan angket determinasi diri sejumlah 70 responden. Hasil perhitungan dan pengolahan terhadap 61 butir pernyataan menghasilkan 55 butir pernyataan memiliki indeks validitas yang signifikan pada $p < 0,05$. Pernyataan yang tidak valid yaitu *pertama* aspek keterhubungan dengan indikator memelihara hubungan baik dengan orang yang memberi kontribusi positif (butir pernyataan nomor 33 dan 34); *kedua* aspek keterhubungan dengan indikator keterlibatan orang lain dalam memberi bantuan disaat sulit (butir pernyataan 39 dan 40); dan *ketiga* aspek kemandirian dengan indikator tidak menyerahkan pengambilan keputusan pada orang lain bahkan disaat-saat sulit (butir pernyataan 58 dan 60)

Untuk menguji konsistensi dan keteradalan hasil ukur instrumen Determinasi diri, dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan metode koefisien realibilitas *Cronbach's Alpha* dibantu dengan SPSS 17.0. Dari uji reliabilitas didapatkan koefisien reliabilitas instrumen sebesar 0.926.

Berdasarkan kategori koefisien realibilitas menggunakan klasifikasi menurut Drummond & Jones (2010) derajat kepercayaan dan keterandalan instrumen termasuk pada kategori tinggi sekali, dengan demikian peneliti merasa koefisien realibilitas tersebut diatas sudah cukup memuaskan bagi keperluan penelitian ini.

4. Pedoman Skoring

Pedoman skor untuk setiap jawaban sesuai dengan sistem yang telah ditetapkan. Instrumen pengumpul data menggunakan bentuk model respon jenjang kontinum yang menyediakan 9 alternatif jawaban dengan pernyataan *favorable*. Pola skor opsi alternatif jenjang kontinum, dapat dilihat pada gambar 3.2.



Gambar 3.2

Pola skor opsi alternatif jenjang kontinum (Azwar. S, 2014 hlm. 46)

Dalam menentukan kategorisasi tingkat Determinasi Diri menggunakan rentang *norm criteria* dan kategori mengacu pada teori Deci & Ryan (1985) dapat dilihat pada tabel 3.3.

Tabel 3.3
Kategorisasi Tingkat Determinasi diri

Rentang	Kategorisasi
1-82	<i>Amotivation</i>
83-164	<i>External regulation</i>
165-246	<i>Introjected regulation</i>
247-328	<i>Identified regulation</i>
329-410	<i>Integrated regulation</i>
411-495	<i>Intrinsic regulation</i>

E. Pengembangan Rancangan Intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri Mahasiswa

Pengembangan rancangan intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam penelitian ini mengacu pada model pengajaran personal (Joyce, Weil & Calhoun, 2009; dalam Dahlan, 2011) keterkaitan mengenai Konseling Singkat Berfokus Solusi dengan pengajaran personal yaitu 1) individu memiliki kapasitas dan potensi yang cukup memadai untuk berubah dan dikembangkan, 2) mendorong individu untuk memiliki kekuatan dan keterampilan baik dalam berfikir dan bertindak yang lebih baik dan konstruktif, upaya yang dapat dilakukan dengan mengembangkan kepercayaannya dan menumbuhkan empati pada orang lain, 3) individu menentukan proses apa yang dilakukan dan bagaimana cara mempelajarinya, dan 4) mengembangkan cara berfikir kreatif dan ekspresi diri.

Berikut disajikan pengembangan rancangan intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa yang disesuaikan dengan hasil *need assesment*, tahapan-tahapan kelompok dan teknik Konseling Singkat Berfokus Solusi, dapat dilihat pada tabel 3.4.

Tabel 3.4
Rancangan Intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi Dalam *Setting* Kelompok untuk Mengembangkan Determinasi Diri Mahasiswa

Sesi	Tahapan Intervensi	Nama Sesi Intervensi	Tujuan	Alat dan Bahan
Ke-1	Tahap Awal (<i>beginning a group</i>) tahap dimana anggota kelompok melakukan berbagai orientasi terhadap anggota	Perkenalan/ <i>Introduction</i> dan penelusuran determinasi diri	a. Membuat komitmen kelompok untuk mengikuti kegiatan konseling yang terdiri dari empat sesi, sesi pertama dimulai hari ini dengan mengisi format komitmen anggota kelompok. b. Menjelaskan maksud dan tujuan mengikuti kegiatan	Laptop, alat tulis, alat perekam, dan kamera Format yang digunakan:

	lainnya mengenai hubungan antar pribadi yang dikehendaki kelompok dan mengeksplorasi untuk mendapatkan reaksi dari anggota lainnya.		<p>konseling</p> <p>c. Memfasilitasi anggota kelompok untuk saling mengenal sehingga mereka dapat berbagi pengalaman secara konstruktif pada setiap sesi</p> <p>d. Mendorong anggota kelompok untuk berdialog secara positif dan efektif</p> <p>e. Menciptakan hubungan yang kolaboratif dan kooperatif dalam kelompok</p> <p>f. Membantu anggota kelompok memahami sumber daya, hambatan atau permasalahan yang dialami</p> <p>g. Menciptakan rasa empati terhadap masing-masing anggota kelompok</p> <p>h. Menumbuhkan rasa hangat dalam kelompok</p> <p>i. Mendorong untuk berfikir dan bertindak secara positif dan efektif</p> <p>j. Menciptakan suasana saling menghargai, mendengarkan, berpendapat, memberikan masukan atau arahan pada masing-masing anggota kelompok dengan baik</p> <p>k. Mengidentifikasi permasalahan mengenai determinasi diri yang dialami anggota kelompok</p> <p>l. Mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan anggota kelompok</p> <p>m. Menciptakan anggota kelompok untuk saling</p>	Lembar Komitmen kelompok, Format 1, Format 4, Format 5, Format observasi 6a, 6b, 6c, Format 7 dan Format 8.
--	---	--	---	---

			<p>mengingat, bertanggung jawab dari apa yang dilakukan</p> <p>n. Menelusuri usaha yang sudah dilakukan</p>	
Ke-2	<p>Tahap Transisi (<i>transition stage</i>) tahap dimana anggota kelompok mempelajari bagaimana mulai bekerja dalam kelompok, anggota kelompok mempelajari karakteristik kepribadian masing-masing, memahami perasaan, membantu orang lain, dan memperlakukan orang lain dalam kelompok.</p>	<p>Siapa ingin memperbaiki diri</p>	<p>a. Memahami kemampuan, kekuatan dan potensi yang dapat melatih keterampilan anggota kelompok dalam menetapkan tujuan dan mengarahkan dirinya untuk meningkatkan determinasi diri.</p> <p>b. Mendorong anggota kelompok untuk saling empati</p> <p>c. Menciptakan suasana yang hangat dalam menghadapi berbagai hambatan, tekanan atau masalah</p> <p>d. Mendorong anggota kelompok untuk saling mendengarkan dan memberi masukan</p> <p>e. Menciptakan anggota kelompok untuk bertanggung jawab, teliti, mengingatkan, mengaplikasikan dan menjalin komunikasi dengan baik pada teman sebaya, orang tua atau dosen</p> <p>f. Mendorong anggota kelompok untuk berpikir positif, melakukan tindakan tanpa ada paksaan, dan bertindak dengan rasa senang, yakin, dan semangat.</p> <p>g. Mengidentifikasi perbedaan-perbedaan yang dirasakan setelah melakukan kegiatan</p>	<p>Alat tulis, alat perekam, dan kamera</p> <p>Format yang digunakan: Format 2, format 4, Format lembar pengarahan diri (5a, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h), lembar observasi format 6a, 6b, dan 6c</p>

			<p>konseling dari sesi 1 dan mendorong anggota kelompok untuk berfokus pada solusi.</p> <p>h. Melatih kecakapan untuk menghadapi tantangan, tugas, dan hambatan di lingkungannya secara efektif.</p> <p>i. Melatih keterampilan kebiasaan dan bertindak secara efektif dan konstruktif.</p>	
Ke-3	<p>Tahap kerja (<i>working stage</i>) tahap yang dicirikan dengan produktivitas kinerja meningkat, anggota kelompok mengerjakan tugas secara efektif, dengan mengikuti suasana hubungan kerja yang harmonis, norma kelompok telah disepakati, tujuan dan tugas yang sudah diperoleh dari tahapan-tahapan sebelumnya.</p> <p>(Lanjutan) Selanjutnya merupakan tahap anggota kelompok diarahkan untuk lebih mengenal diri sendiri, anggota</p>	Bahagia adalah penghayatan diri internal	<p>a. Mendorong anggota kelompok untuk mendengarkan, memperhatikan dan memberikan kepercayaan</p> <p>b. Menciptakan anggota kelompok untuk berfikir kreatif</p> <p>c. Menciptakan hubungan dengan anggota kelompok yang bermakna</p> <p>d. Menjalinkan kerjasama dengan anggota kelompok yang efektif dan konstruktif</p> <p>e. Mendorong anggota kelompok untuk saling memotivasi, menyemangati setiap kegiatan yang dilakukan</p> <p>f. Mendorong anggota kelompok untuk percaya diri, dapat mengandalkan diri, dan mampu mengarahkan diri untuk fokus mencapai tujuan.</p> <p>g. Mendorong anggota kelompok untuk mulai memanfaatkan kekuatan, kemampuan, dan potensi diri sebagai sumber daya dalam</p>	<p>Alat tulis, alat perekam, dan kamera</p> <p>Format yang digunakan: Format 3, Format 4, Lembar Tugas Format 5a, Format 5i, dan Format Lembar Observasi 6a, 6b, 6c</p>

	<p>kelompok yang lain dan mengintegrasikan pengalaman-pengalaman yang didapatkan dari tahap awal sampai tahap kerja serta memutuskan bagaimana pengalaman yang baru ini didapat menjadi bagian dalam kehidupan sehari-hari. Dalam tahap ini kelompok diarahkan untuk merencanakan dan menindaklanjuti</p>		<p>kehidupan sehari-hari yang sekaligus akan membantunya dalam mengembangkan determinasi diri.</p> <p>h. Peka terhadap kemampuan diri sendiri dan orang lain, yang hidup berdampingan dan saling mendukung satu sama lain.</p> <p>i. Mendorong untuk memiliki kendali atas hasil dari tindakan yang dilakukan.</p> <p>j. Mendorong kebermanfaatan suatu keputusan bagi diri sendiri.</p> <p>k. Mampu menerima tanggungjawab sebagai seorang pribadi yang mandiri dengan segala risiko yang ada di dalamnya.</p> <p>l. Menguatkan anggota kelompok bahwa dirinya dapat diandalkan untuk mengatasi suatu permasalahan.</p> <p>m. Memandirikan anggota kelompok dalam mengatasi permasalahannya dan lebih berfokus pada solusi yang dapat diraih berupa tujuan-tujuan hidup yang ingin dicapai.</p>	
Ke-4	<p>Tahap terminasi (<i>termination stage</i>) (<i>follow up</i>) tindakan, mempraktekan perubahan perilaku kedalam bentuk tindakan</p>	<p><i>Live happily for better future</i></p>	<p>a. Menindaklanjuti hasil dari proses Konseling Singkat Befokus Solusi untuk dianalisis secara akurat mengenai perubahan dinamika psikologis yang terjadi pada anggota kelompok mengenai</p>	<p>Laptop, alat tulis, alat perekam, dan kamera</p> <p>Format</p>

	yang diharapkan dan diaplikasikan dalam kehidupan nyata.		determinasi diri, b. Mengantisipasi jika ada anggota kelompok yang memundurkan diri di pertengahan proses konseling dikarenakan terjadi yang tidak diinginkan, menjelaskan indikator-indikator anggota kelompok memundurkan diri. Selanjutnya membuat kesepakatan baru jika memungkinkan untuk dilaksanakan kembali atau melanjutkan proses konseling.	yang digunakan : Format A
--	--	--	---	---------------------------

Hasil validasi rancangan intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk mengembangkan determinasi diri, diantaranya: 1) Program yang dirancang disesuaikan dengan kebutuhan mahasiswa pada hasil *pretest*, 2) Pada sub pendahuluan dipaparkan mengenai fenomena tingkat determinasi diri hasil studi pendahuluan, 3) Tujuan intervensi disesuaikan dengan kebutuhan aspek-aspek determinasi diri mahasiswa, 4) Asumsi dipaparkan secara operasional, 5) Sesi intervensi disesuaikan dengan ketercapaian aspek determinasi diri, tahapan-tahapan dalam kelompok, alat dan bahan disesuaikan dengan teliti dan baik, 6) Format-format dalam simulasi pengarahan diri dan jurnal observasi disesuaikan dan mengacu pada pedoman konseling singkat berfokus solusi oleh Tina Hayati Dahlan (2011), dan 7) Evaluasi dan indikator keberhasilan dipaparkan secara operasional perubahan dinamika psikologis dalam mengembangkan determinasi diri. Masukan dan saran digunakan untuk merevisi rancangan intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi menjadi rancangan intervensi yang layak untuk memenuhi tujuan penelitian.

Rancangan intervensi yang sudah direvisi berdasarkan penilaian selanjutnya diujicobakan untuk memberikan arahan pada pencapaian mahasiswa dalam mengembangkan determinasi diri secara optimal, dengan melibatkan 6

orang mahasiswa jurusan PGSD angkatan 2015 dengan komposisi 5 orang sebagai konseli dan 1 orang sebagai notulen dan pengamat. Hasil uji coba intervensi yaitu

- 1) Dalam memberikan pertanyaan seyogianya lebih dioperasionalkan kembali, dengan tujuan mahasiswa dapat mengerti dan menjawab secara baik dan benar,
- 2) Dalam memberikan tujuan dan maksud konseling singkat berfokus solusi dan determinasi diri, mahasiswa dapat memahami dan mengerti,
- 3) Dalam melakukan simulasi pengarahan diri, sebagian besar mahasiswa belum memahami cara-cara untuk mengisinya, fasilitator untuk terus memantau dan mengarahkan mengisi lembar-lembar dalam simulasi pengarahan diri dan mengevaluasi kemajuan yang sudah dilaksanakan,
- 4) kesulitan mencocokkan jadwal ketika ada mahasiswa satu atau dua orang yang tidak bisa hadir mengikuti konseling,
- 5) Dalam memberikan pertanyaan *scaling* fasilitator harus lebih jelas dalam memberikan instruksi mengenai penjelasan rentang 1-10, dan
- 6) Waktu dan tempat harus diperhatikan secara teliti, dikarenakan pada saat waktu sudah habis dan sesi intervensi masih berlangsung, kondisi mahasiswa merasa bosan, kurang bersemangat untuk melakukan konseling.

F. Teknik Analisis Data

Analisis efektivitas Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa dilakukan dengan menganalisis perbedaan determinasi diri mahasiswa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini menggunakan teknik *U-Mann-Withney* yang dituangkan ke dalam rumusan sebagai berikut : Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam *setting* kelompok efektif untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa.

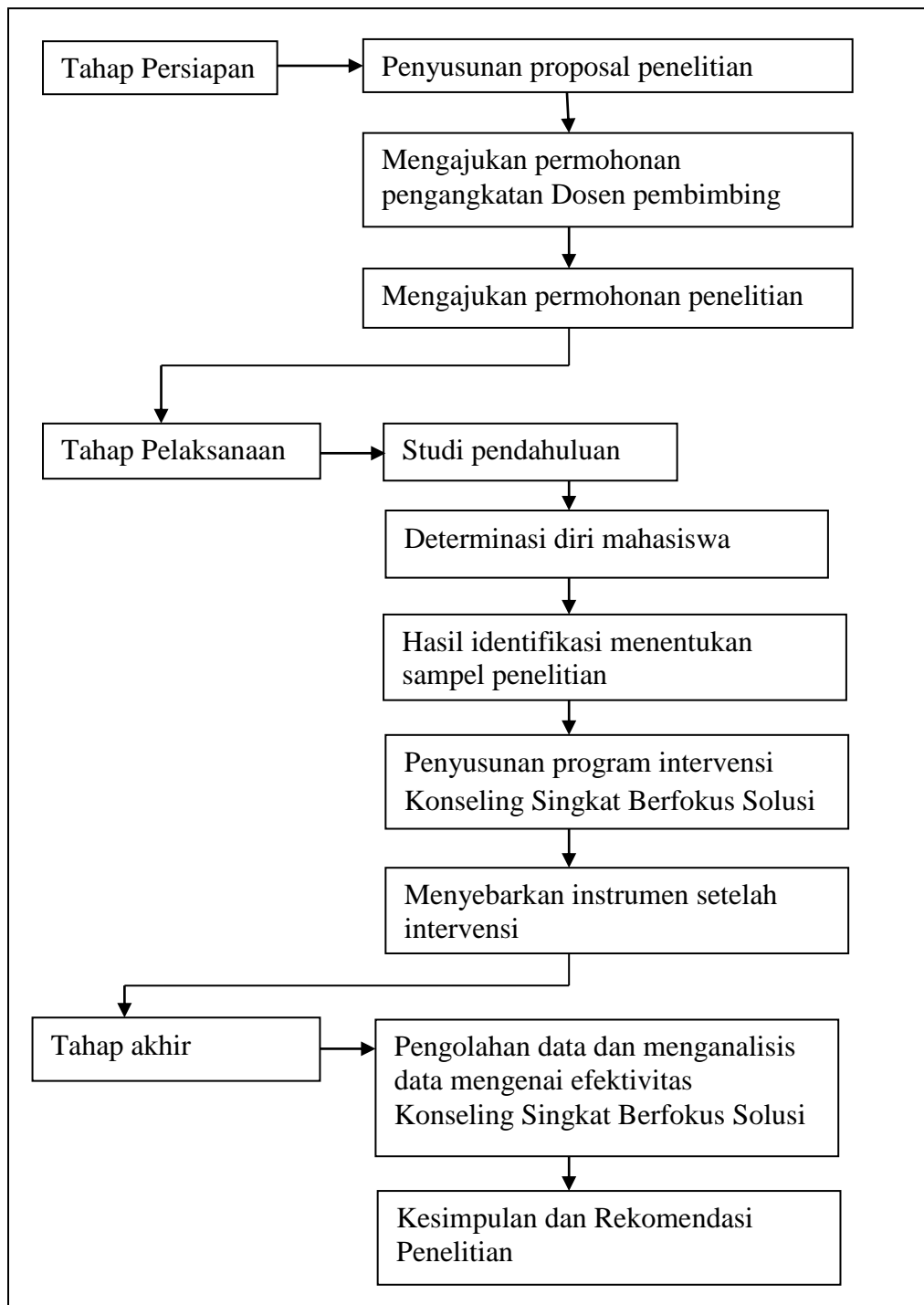
Pengujian hipotesis penelitian tersebut selanjutnya dijabarkan ke dalam hipotesis statistik, dapat dilihat pada gambar 3.3.

$H_0 : m_1 = m_2$	Keterangan : $m_1 =$ Harga Uji <i>Mann Whitney</i>
$H_1 : m_1 > m_2$	$m_2 = \alpha$

Gambar 3.3
Hipotesis statistik

G. Tahap-tahap Penelitian

Tahap-tahap penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar 3.4.



Gambar 3.4
Prosedur Penelitian

Secara rinci tahap-tahap penelitian diuraikan sebagai berikut:

1. Tahap persiapan

Tahap ini meliputi kegiatan sebagai berikut:

- a. Penyusunan proposal penelitian dan konsultasi proposal dengan dosen pengampu pembimbing akademik dan disahkan dengan persetujuan dari dosen penguji proposal dan ketua Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
- b. Mengajukan permohonan pengangkatan dosen pembimbing tesis pada tingkat sekolah pascasarjana
- c. Mengajukan permohonan izin penelitian dari departemen bimbingan dan konseling yang memberikan rekomendasi untuk melanjutkan ke tingkat sekolah pascasarjana dan rektor UPI. Selanjutnya mengajukan permohonan penelitian pada jurusan yang sudah ditentukan.

2. Tahap pelaksanaan

Tahap ini meliputi kegiatan sebagai berikut:

- a. Mengumpulkan data studi pendahuluan sebagai data *pretest* dengan menyebarkan instrumen pada mahasiswa semester dua di salah satu jurusan UPI.
- b. Menentukan sampel penelitian ditentukan berdasarkan rendahnya atau kategori *External regulation* dan *Introjected regulation* determinasi diri mahasiswa.
- c. Melaksanakan program konseling singkat berfokus solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa yang telah dirancang. Rancangan pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa yang telah disusun dan disesuaikan.
- d. Mengumpulkan data *posttest* setelah melakukan intervensi dengan menyebarkan instrumen untuk mengetahui perubahan dinamika psikologis (determinasi diri) mahasiswa.

3. Tahap Akhir

Tahap akhir dilakukan pengolahan dan menganalisis data tentang Efektivitas Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa menentukan kesimpulan dari hasil penelitian dan rekomendasi untuk peneliti selanjutnya.