

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan melalui pendekatan kuantitatif, yang menekankan pada data angka-angka yang dilakukan pengolahan data-data dengan metoda statistik. Pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan penelitian yang menggunakan pengumpulan data instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis. Gambaran penerimaan diri siswa diukur berdasarkan aspek-aspek penerimaan diri yang selanjutnya akan dijadikan bahan penyusunan layanan intervensi bimbingan menggunakan teknik *expressive writing* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa.

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode penelitian eksperimen (*experimental research*). Model desain penelitian yang digunakan adalah eksperimen lemah atau pra-eksperimen, karena tidak ada penyamaan karakteristik (random) dan tidak ada pengontrolan variabel. Dalam model desain penelitian pra-eksperimen, kelompok tidak diambil secara acak atau pasangan, juga tidak ada kelompok pembanding. Sebelum dilaksanakan perlakuan, diadakan tes awal, kemudian diberi perlakuan dalam jangka waktu tertentu, pada akhir masa perlakuan diberi tes akhir (Sukmadinata, N. S., 2012, hlm. 208).

Desain yang digunakan dalam penelitian adalah desain satu kelompok subjek (*one group pretest-posttest design*). Menurut Arikunto (2009, hlm. 212), desain satu kelompok subjek adalah:

...eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja, tanpa kelompok kontrol, dengan alasan *pre-test* memberikan landasan untuk membuat komparasi perubahan yang dialami oleh subjek yang sama sebelum dan sesudah dilaksanakan eksperimen *treatment*.

Desain Pra-Tes dan Pasca-Tes Satu Kelompok

(*One Group Pretest-Posttest Design*)

Kelompok		Prates		Perlakuan		Pascates
A	→	0 ₁	→	X	→	0 ₂

Keterangan:

A : Sasaran intervensi

X : Teknik bermain peran

O₁ : Kecerdasan interpersonal yang rendah

O₂ : Perkembangan kecerdasan interpersonal

3.2. Lokasi, Populasi, dan Sampel Penelitian

3.2.1. Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 9 Bandung yang berlokasi di Jalan Semar Nomor 5, Kota Bandung. Alasan pemilihan lokasi penelitian adalah karena di SMP Negeri 9 Bandung terdapat permasalahan penerimaan diri dan belum tersedianya layanan bimbingan dan konseling khususnya dengan teknik *expressive writing* untuk penerimaan diri siswa. Pemilihan lokasi juga didasarkan hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 9 Bandung melalui metode wawancara dengan guru bimbingan dan konseling dan observasi terdapat penerimaan diri peserta didik yang rendah.

3.2.2. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada subyek atau obyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subyek atau obyek tersebut

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung Tahun Pelajaran 2014/2015 yang dijadikan sebagai sumber data dalam penelitian. Populasi penelitian ditentukan menurut beberapa kriteria sebagai berikut.

3.2.2.1. Anggota penelitian adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung

3.2.2.2. Asumsi pemilihan siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung adalah:

3.2.2.2.1. Siswa kelas VIII berada pada rentang 12-15 tahun dalam lingkup psikologi perkembangan, individu pada tahap ini adalah masa remaja awal.

- 3.2.2.2.2. Menurut teori Piaget, remaja berada pada tahap perkembangan kognitif operasional formal. Remaja dapat mengerti arti dan makna dari sebuah narasi pada tahap operasional formal. Oleh karena itu, penggunaan teknik *expressive writing* untuk meningkatkan penerimaan diri dapat diberikan pada remaja, terutama siswa kelas VIII yang berusia 13 sampai 14 tahun.
- 3.2.2.2.3. Siswa kelas VIII membutuhkan layanan bimbingan dan konseling dalam penyesuaian kebutuhan dan dorongan untuk mampu menerima dirinya sesuai dengan tugas perkembangan masa remaja.

Adapun populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung tahun ajaran 2014/2015, sebagai berikut:

Tabel 3.1

Jumlah Anggota Populasi

No	Kelas	Populasi
1	VIII-1	35
2	VIII-2	35
3	VIII-3	33
4	VIII-4	35
5	VIII-5	30
6	VIII-6	34
7	VIII-7	33
8	VIII-8	35
9	VIII-9	33
10	VIII-10	32
11	VIII-11	35
12	VIII-12	33
13	VIII-13	31
14	VIII-14	33
Jumlah		467

Sampel penelitian adalah sebagian dari jumlah keseluruhan siswa yang dijadikan sebagai sumber data dalam penelitian. Sampel penelitian yang memperoleh intervensi adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung yang penerimaan dirinya berada pada kategori sangat rendah berdasarkan hasil studi pendahuluan dan *pre-test*, yaitu sebanyak 26 siswa. Dalam pelaksanaannya, siswa yang selalu hadir dalam intervensi sebanyak 14 siswa, dikarenakan kondisi

sekolah yang sudah tidak kondusif dimana kelas IX sedang melaksanakan *try out* dan Ujian Nasional (UN), oleh karena itu dalam pembahasan selanjutnya disebutkan langsung 14 siswa.

Tabel 3.2

Jumlah Sampel Penelitian

No	Kelas	Sampel
1	VIII-1	1
2	VIII-2	2
3	VIII-3	2
4	VIII-4	3
5	VIII-5	1
6	VIII-7	3
7	VIII-10	1
8	VIII-13	1
Jumlah		14

Teknik sampling yang digunakan adalah teknik nonprobabilitas, dimana setiap sampel tidak memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih yakni dengan menggunakan sampel secara bertujuan (*purposive sampling*), yaitu suatu teknik dimana:

- 1) Pengambilan sampel harus didasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu yang merupakan ciri-ciri pokok populasi.
- 2) Subyek yang diambil sebagian sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi

3.3. Definisi Operasional Variabel

Terdapat dua variabel utama dari tema penelitian yaitu penerimaan diri dan teknik *expressive writing*. Definisi operasional variabel diuraikan sebagai berikut:

3.3.1. Penerimaan Diri

Menurut Allport (Hjelle dan Ziegler, 1992) menjelaskan penerimaan diri adalah sikap positif ketika menerima diri sebagai seorang manusia.

Menurut Shepard (1979, hlm. 141) penerimaan diri mengacu pada kepuasan individu atau kebahagiaan dengan dirinya sendiri, yang diperlukan

untuk kesehatan mental yang baik. Penerimaan diri mengacu pada kepuasan individu dengan dirinya sendiri yang berkorelasi menjadi positif dengan variabel sebagai: sikap kinerja, akurasi persepsi, tidak mudah depresi, tidak psikosomatik, tidak menyalahkan diri, dan kecemasan yang lebih rendah (Negovan, dkk., 2011, hlm. 41).

Menurut Jersild (1978, hlm. 434-436) individu yang menerima dirinya sendiri yaitu yakin akan standar-standar dan pengakuan terhadap dirinya tanpa terpaku pada pendapat orang lain dan memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya serta tidak melihat dirinya secara irasional. Chaplin (2004, hlm. 92) menyatakan penerimaan diri sendiri merupakan sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri.

Menurut Hurlock (1974, hlm. 434) terdapat kondisi penting yang mendukung penerimaan diri yaitu adanya pemahaman diri, pandangan terhadap diri, konsep diri yang stabil, harapan yang realistis dan tidak ada stress emosional.

Merujuk pada pendapat para ahli tersebut, penerimaan diri yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu sikap positif terhadap diri sendiri dalam menerima dirinya sebagai manusia yang memiliki kelemahan dan kelebihan. Kondisi penting yang mendukung penerimaan diri adalah adanya pemahaman diri, pandangan terhadap diri, konsep diri, harapan yang realistis, dan tidak ada stress emosional. Secara lebih spesifik sebagai berikut:

3.3.1.1 Pemahaman diri

Pemahaman diri ditandai dengan siswa dapat: 1) mengenali potensi-potensi diri, yang mencakup ranah minat, kemampuan dan kepribadian; 2) mengetahui kelebihan; 3) mengetahui kekurangan diri.

3.3.1.2 Pandangan terhadap diri

Pandangan terhadap diri sendiri ditandai dengan siswa dapat: 1) memandang kondisi diri sama seperti orang lain memandang; 2) tidak memandang diri aneh; 3) menganggap diri berharga sebagai manusia sederajat dengan orang lain.

3.3.1.3 Konsep diri yang stabil

Konsep diri yang stabil akan memberikan gambaran yang jelas mengenai diri yang ditandai dengan siswa dapat melihat diri sama dari waktu ke waktu mengenai penampilan diri dan keadaan tubuh.

3.3.1.4. Harapan yang realistis

Siswa yang memiliki harapan yang realistis ditandai dengan mampu: 1) merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan realitas; 2) merancang tujuan yang kemungkinan besar untuk dapat dicapai; 3) memiliki cita-cita sesuai dengan kemampuan yang dimiliki; 4) mampu menghadapi kegagalan yang mungkin menghadang.

3.3.1.5. Tidak ada stres emosional

Siswa memiliki kesadaran terhadap berbagai emosi yang muncul di dalam diri, ciri-cirinya adalah: 1) memiliki kemampuan dalam menangani stress; 2) mampu menggunakan stress untuk hal-hal yang positif; 3) menerima pujian secara objektif sehingga individu dapat menerima pujian untuk pengembangan kepribadiannya; 4) menerima celaan secara objektif sehingga individu dapat menerima saran dan kritikan untuk pengembangan kepribadiannya.

3.3.2. Teknik *Expressive Writing*

Teknik *expressive writing* merupakan teknik konseling naratif, yang disusun berdasarkan tulisan yang berisi cerita yang ditulis konseli. Freedman dan Combs (Corey, 2009) mengemukakan tujuan umum dari pendekatan naratif adalah membantu individu untuk menulis pengalaman mereka dalam bahasa yang baru dan segar. Terdapat beberapa langkah pengembangan teknik *expressive writing*, yaitu:

3.3.2.1. *Joining and rapport-building* atau membangun hubungan positif dengan konseli, agar konseli terlibat dalam sesi intervensi. Konselor menjelaskan maksud dan tujuan dari intervensi yang akan diikuti oleh konseli.

3.3.2.2. *Developing self-awareness* atau membangun kesadaran dalam diri konseli. Konselor melakukan wawancara dengan konseli dan meminta konseli untuk

menuliskan beberapa hal yang menyebabkan ketidakmampuan untuk menerima diri.

3.3.2.3. *Focusing on emotional processes*, tahap ini merupakan tahap pelepasan segala pemikiran dan perasaan konseli dengan menceritakan pengalaman yang pernah dialami oleh konseli. Konseli diberi media berupa jurnal harian dan pemberian topik serta instruksi.

3.3.2.4. *Integration*, tahap ini merupakan tahap generalisasi dan analisis setiap akhir sesi menulis untuk mengintegrasikan nilai informasi yang diperoleh konseli.

3.3.2.5. *Reflection on self-care*, merupakan tahap refleksi untuk mengetahui pengaruh dan perubahan yang dirasakan oleh konseli setelah intervensi selesai.

- 1) *Possible post-session homework*. Konseli diharuskan menulis selama kurang lebih 15 menit di rumah sebagai bentuk *homework* dengan topik yang sudah ditentukan oleh konselor.

3.4. Pengembangan Instrumen Penelitian

3.4.1. Angket

Instrumen atau alat pengumpulan data penelitian berupa angket atau kuisioner yang digunakan untuk mengungkap penerimaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung tahun ajaran 2014/2015. mengacu pada pendapat Sugiyono (2007, hlm. 162) kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup, yaitu responden diberi sejumlah pernyataan yang menggambarkan hal-hal yang ingin diungkapkan dari variabel-variabel yang ada disertai dengan alternatif jawaban. Dalam angket tertutup, jawaban sudah disediakan sehingga responden tinggal memilih jawaban dengan memberikan tanda checklist (✓) pada kolom yang telah disediakan. (Angket dalam Lampiran).

3.4.2. Pengembangan kisi-kisi instrumen

Kisi-kisi instrumen untuk mengungkap penerimaan diri siswa dikembangkan dari definisi operasional variabel penelitian. Item-item pernyataan

instrumen pengungkap penerimaan diri siswa dikembangkan dari komponen atau variabel penerimaan diri yang telah ada. Kisi-kisi instrumen penerimaan diri dimodifikasi dari instrument penerimaan diri yang dibuat oleh Fahmi Dewi Anggraeni (2013). Kisi-kisi dari instrumen disajikan dalam tabel 3.3 sebagai berikut.

Tabel 3.3
Kisi-kisi Instrumen Penerimaan Diri
(Sebelum Uji Coba)

No	Aspek	Indikator	Pernyataan		
			(+)	(-)	Σ
1	Pemahaman Diri	a. Mengenali kondisi nyata yang dialami	1,2	3, 4	4
		b. Mengenali potensi-potensi diri: 1) minat, 2) kemampuan, 3) kepribadian	5,6 9,10	7,8	6
		c. Mengetahui kelebihan diri	11, 12	13	3
		d. Mengetahui kelemahan diri	14	15,16	3
2	Pandangan terhadap diri	a. Memandang kondisi diri sama seperti orang lain memandang	17,18	19,20	4
		b. Tidak menganggap diri aneh	21,22	23,24	4
		c. Menganggap diri berharga sebagai manusia sederajat dengan orang lain	25,26,27	28	4
3	Konsep diri yang stabil	a. Melihat diri sama dari waktu ke waktu mengenai penampilan diri dan keadaan tubuh	29,30,31	32,33	5
4	Harapan yang realistis	a. Merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan realitas	34,35,36	37	4
		b. Merancang tujuan yang memiliki kemungkinan besar untuk dicapai	38,39	40,41	4

No	Aspek	Indikator	Pernyataan		
			(+)	(-)	Σ
		c. Memiliki cita-cita yang ingin dicapai sesuai dengan kemampuan	42,43,44	45,46,47	6
		d. Mampu menghadapi kegagalan yang mungkin menghadang	48,49,50	51,52	5
5	Tidak ada stress emosional	a. Memiliki kemampuan dalam menangani stress	53,54	55,56	4
		b. Mampu menggunakan stress untuk hal-hal yang positif	57,58	59,60	4
		c. Menerima pujian secara objektif untuk pengembangan kepribadiannya	61,62,63	64,65	5
		d. Menerima celaan secara objektif sehingga dapat menerima saran dan kritikan untuk pengembangan kepribadiannya	66,67,68	69,70	5
TOTAL			40	30	70

3.5. Pengembangan Layanan Intervensi Bimbingan Menggunakan Teknik *Expressive Writing* untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa

3.5.1. Persiapan

Persiapan pengembangan layanan intervensi diawali dengan studi literatur, studi pendahuluan, kemudian menyusun program intervensi bimbingan kelompok menggunakan teknik *expressive writing* yang dirumuskan berdasarkan hasil analisis kebutuhan siswa. Tujuan program intervensi adalah meningkatkan penerimaan diri siswa.

3.5.2. Perancangan dan Pengembangan

Perancangan program intervensi dilakukan berdasarkan *need assessment* yang diperoleh melalui pengolahan instrumen penerimaan diri siswa dari hasil

Devi Aditiansih, 2015

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK EXPRESSIVE WRITING UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI SISWA

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

pre-test. Program disusun berdasarkan aspek penerimaan diri. Sasaran program intervensi adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung yang memiliki penerimaan diri sangat rendah.

Program intervensi bimbingan kelompok menggunakan teknik *expressive writing* untuk mengembangkan kecerdasan inmeningkatkan penerimaan diriterpersonal siswa divalidasi oleh dua dosen ahli di Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dan satu orang Guru BK di SMP Negeri 9 Bandung.

3.5.3. Pelaksanaan

Pelaksanaan program intervensi dilakukan sesuai dengan langkah operasional yang telah dirancang dan divalidasi.

3.5.4. Evaluasi

Evaluasi program intervensi dilakukan melalui evaluasi proses dan evaluasi hasil.

3.6. Uji Coba Alat Ukur

Instrumen penerimaan diri sebagai pengumpul data yang dipergunakan telah melalui tahap pengujian, sebagai berikut:

3.6.1 Uji Kelayakan Instrumen

Instrumen penerimaan diri yang telah disusun terlebih dahulu dilakukan uji kelayakan instrument. Uji kelayakan instrumen dilakukan dengan cara menimbang (*judgement*) pada setiap butir pernyataan yang telah dibuat dengan tujuan untuk mngetahui kelayakan angket dari segi bahasa, materi, maupun konstruk. Penimbangan dilakukan oleh dosen ahli yakni dosen dari Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Penilaian oleh dosen ahli dilakukan dengan memberikan penilaian pada setiap item dengan kualifikasi Memadai (M) dan Tidak Memadai (TM). Instrumen penerimaan diri siswa ditimbang oleh pakar bimbingan dan konseling.

3.6.2. Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan dilakukan sebelum instrument penerimaan diri diuji validitas. Uji keterbacaan bertujuan untuk mengukur sejauh mana instrument tersebut dapat dipahami oleh subjek penelitian. Setelah uji keterbacaan pernyataan-pernyataan yang tidak dipahami kemudian direvisi sesuai dengan

kebutuhan sehingga dapat dimengerti oleh siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung.

Uji keterbacaan dilakukan pada lima orang siswa SMP dengan tujuan sejauh mana instrumen tersebut dipahami oleh siswa. Hasilnya adalah sebagai berikut:

- 1) Petunjuk pengerjaan instrumen sudah dipahami oleh siswa.
- 2) Pernyataan pada setiap item mudah dipahami oleh siswa, hanya terdapat lima kata yang belum dimengerti oleh siswa, yaitu kata “proporsional”, “akademik”, “memetakan”, “minder” dan “memaki”.

3.6.3. Uji Skala dan Penyekoran

Instrumen penelitian perlu diuji skala karena sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada pada alat ukur, sehingga alat ukur yang digunakan dalam pengukuran menghasilkan data kuantitatif yang lebih akurat, efisien dan komunikatif (Sugiyono, 2012, hlm. 135-136).

Skala yang digunakan pada penelitian adalah skala Likert, yaitu digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang mengenai fenomena sosial (yaitu kecerdasan interpersonal sebagai variabel penelitian) (Sugiyono, 2012, hlm. 136).

Jawaban setiap item instrumen skala Likert memiliki gradasi dari sangat positif hingga sangat negatif. Masing-masing pernyataan menyediakan lima alternatif jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS), atau Sangat Tidak Sesuai (STS). Skor setiap pernyataan berkisar dari 1 sampai dengan 5, sesuai dengan jawaban yang diberikan oleh subjek dan disesuaikan dengan hasil uji skala. Skor pernyataan yaitu:

Tabel 3.4

Pola Skor Opsi Alternatif Respons
Model *Summated Ratings* (Likert) pada SKPBS

Pernyataan	Skor Lima Opsi Alternatif Respons				
	SS	S	KS	TS	STS
Nilai untuk Skor Positif (+)	5	4	3	2	1
Nilai untuk Skor Negatif (-)	1	2	3	4	5

3.6.4. Uji Validitas

Arikunto (2009, hlm. 65) mengungkapkan sebuah tes dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur. Semakin tinggi nilai validasi maka menunjukkan semakin valid instrument yang akan digunakan. Angket disebarakan secara bersama terhadap siswa yang menjadi sampel penelitian. Kemudian dilakukan analisis validitas dan reliabilitas data hasil uji coba untuk menentukan keterandalan instrument penelitian. Uji validitas dilakukan terhadap seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung tahun ajaran 2014/2015

Semakin tinggi nilai validitas soal, menunjukkan semakin valid instrument yang akan digunakan. Pengolahan data dalam penelitian dilakukan dengan bantuan layanan SPSS 16.0 *for windows*. Validitas item dilakukan dengan menganalisis menggunakan prosedur pengujian *pearson*. Item dinyatakan valid apabila memiliki koefisien validitas signifikan pada total aspek maupun total perangkat instrumen, dengan nilai probabilitas (*p-value*) lebih kecil dari 0.05 (*p-value* <0.05). Berdasarkan pengolahan data, hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 45 item instrumen penerimaan diri siswa terdapat 40 item valid dan 5 item tidak valid. Berikut disajikan item-item instrumen kecerdasan interpersonal setelah validasi.

Tabel 3.5
Hasil Uji Validitas Item Penerimaan Diri Siswa

Signifikansi	Nomor Item	Jumlah
Valid	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21, 24,25,26,27,28,29,30,32,33,34,35,36,37,38, 39,40,42, 43,44	40
Tidak Valid	22,23,31,41,45	5

3.6.5. Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen menunjukkan sejauh mana instrume yang digunakan tersebut dapat dipercaya atau derajat keajegan skor yang diperoleh oleh subjek penelitian dengan instrument yang sama dalam kondisi yang berbeda. Arikunto (2009, hlm. 86) mengungkapkan reliabilitas berhubungan dengan masalah kepercayaan. Suatu tes dapat dikatakan mempunyai taraf kepercayaan yang tinggi jika tes tersebut dapat memberikan hasil yang tetap. Dalam penelitian

ini pengujian reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan memanfaatkan program SPSS 16.0 *for windows*.

Selanjutnya untuk mengetahui interpretasi dari reliabilitas yang diperoleh menggunakan tabel 3.6 interpretasi sebagai berikut.

Tabel 3.6

Kriteria Keterandalan (Reliabilitas) Instrumen

$0,81 \leq r \leq 1,00$	Derajat keterandalan sangat tinggi
$0,61 \leq r \leq 0,80$	Derajat keterandalan tinggi
$0,41 \leq r \leq 0,60$	Derajat keterandalan sedang
$0,21 \leq r \leq 0,40$	Derajat keterandalan rendah
$0,00 \leq r \leq 0,20$	Derajat keterandalan sangat rendah

(Arikunto, 2009:75)

Berdasarkan pengolahan data, hasil perhitungan memperlihatkan bahwa dari ke 40 item pernyataan, menunjukkan koefisien reliabilitas (konsistensi internal) instrumen kecerdasan interpersonal sebesar 0,84. Artinya, tingkat korelasi dan derajat keterandalan instrumen kecerdasan interpersonal berada pada kategori sangat tinggi.

Tabel 3.7

Tingkat Reliabilitas Instrumen Penerimaan Diri Siswa

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.842	40

Berdasarkan hasil pengujian alat ukur, kisi-kisi instrumen setelah uji coba dapat dilihat pada tabel 3.8.

Tabel 3.8

Kisi-kisi Instrumen Penerimaan Diri Siswa

(Setelah Uji Coba)

No	Aspek	Indikator	Pernyataan (Setelah)			Pernyataan (Sebelum)		
			(+)	(-)	Σ	(+)	(-)	Σ
1	Pemahaman Diri	a. Mengenali kondisi nyata yang dialami	-	-	-	1,2	3,4	4

No	Aspek	Indikator	Pernyataan (Setelah)			Pernyataan (Sebelum)		
			(+)	(-)	Σ	(+)	(-)	Σ
		b. Mengenali potensi-potensi diri: 1) minat, 2) kemampuan, 3) kepribadian	1,2 4	3	4	5,6 9,10	7,8	6
		c. Mengetahui kelebihan diri	5, 6		2	11, 12	13	3
		d. Mengetahui kelemahan diri		7,8	2	14	15, 16	3
2	Pandangan terhadap diri	a. Memandang kondisi diri sama seperti orang lain memandang		9,10	2	17,18	19, 20	4
		b. Tidak menganggap diri aneh	11	12,13	3	21,22	23, 24	4
		c. Menganggap diri berharga sebagai manusia sederajat dengan orang lain	14	15	2	25,26, 27	28	4
3	Konsep diri yang stabil	a. Melihat diri sama dari waktu ke waktu mengenai penampilan diri dan keadaan tubuh	16,17, 18	19,20	5	29,30, 31	32, 33	5
4	Harapan yang realistis	a. Merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan realitas	21	22	2	34,35, 36	37	4
		b. Merancang tujuan yang memiliki kemungkinan besar untuk dicapai	23	24,25	3	38,39	40, 41	4
		c. Memiliki cita-cita yang ingin dicapai sesuai dengan kemampuan		26,27	2	42,43, 44	45, 46, 47	6
		d. Mampu menghadapi kegagalan yang mungkin menghadang		28,29	2	48,49, 50	51, 52	5
5	Tidak ada stress emosional	a. Memiliki kemampuan dalam menangani stress	30	31,32	3	53,54	55, 56	4
		b. Mampu menggunakan stress untuk hal-hal yang positif	33	34,35	3	57,58	59, 60	4
		c. Menerima pujian secara objektif untuk pengembangan kepribadiannya		36,37	2	61,62, 63	64, 65	5

No	Aspek	Indikator	Pernyataan (Setelah)			Pernyataan (Sebelum)		
			(+)	(-)	Σ	(+)	(-)	Σ
		d. Menerima celaan secara objektif sehingga dapat menerima saran dan kritikan untuk pengembangan kepribadiannya	38	39,40	3	66,67, 68	69, 70	5
Total			15	25	40	40	30	70

3.7. Teknik Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data meliputi penentuan sumber data, jenis data, teknik pengumpulan data, dan instrumen yang digunakan.

Tabel 3.9

Teknik Pengumpulan Data

Sumber Data	Jenis Data	Teknik Pengumpulan Data	Instrumen
Siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung tahun ajaran 2014/2015	Penerimaan Diri	<i>Pre-test dan Post-test</i>	Angket Penerimaan Diri Siswa

3.8. Prosedur Pengolahan dan Analisis Data

3.8.1. Verifikasi Data

Verifikasi data yaitu suatu langkah pemeriksaan terhadap data yang diperoleh dalam rangka pengumpulan data untuk menyeleksi atau memilih data yang memadai untuk diolah. Berdasarkan hasil verifikasi diperoleh data yang diisikan responden menunjukkan kelengkapan dan cara pengisian yang sesuai dengan petunjuk, atau jumlah data sesuai dengan subjek dan keseluruhan data memenuhi persyaratan untuk dapat diolah.

Dari 467 responden yang mengisi instrument penerimaan diri, seluruhnya dinyatakan layak untuk dilakukan tabulasi data dan penyekoran karena seluruh responden mampu mengisi instrument penerimaan diri dengan baik tanpa ada pernyataan yang terlewat.

3.8.2. Analisis Data Pre-Test

Analisis data dilakukan sebagai bahan acuan untuk menyusun program intervensi bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri siswa. langkah selanjutnya adalah menentukan tingkat penerimaan diri siswa menjadi lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan *Microsoft Office Excel 2007*. Langkah kategorisasi penerimaan diri siswa adalah sebagai berikut:

- 1) Menentukan nilai rata-rata, rumus yang digunakan yaitu:

$$X = \frac{1}{2} \{(\chi \text{ min}) + (\chi \text{ max})\}$$

Keterangan:

X : rata-rata

$\chi \text{ min}$: skor minimal item

$\chi \text{ max}$: skor maksimal item

- 2) Menentukan nilai simpangan baku, menggunakan rumus:

$$S = 1/3.X$$

Ket:

S : simpangan baku

X : rata-rata

- 3) Menentukan batas-batas kelompok menjadi lima kategori dengan pedoman tabel 3.10 sebagai berikut.

Tabel 3.10

Konversi Skor Mentah Menjadi Skor Matang

Skala Skor	Kategori Skor
$X \geq \mu + 1.5 \sigma$	Tinggi Sekali
$\mu + 0.5 \sigma < X < \mu + 1.5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0.5 \sigma < X < \mu + 0.5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1.5 \sigma < X < \mu - 0.5 \sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1.5 \sigma$	Rendah sekali

(Azwar, 2011, hlm. 108)

Berdasarkan penghitungan tersebut maka pengkategorian skor matang penerimaan diri siswa seperti dalam tabel 3.11 berikut:

Tabel 3.11
Kriteria Skor Matang Penerimaan Diri

Kategori	Kriteria
Sangat rendah	≤ 113
Rendah	114 - 126
Sedang	127 - 138
Tinggi	139 - 150
Sangat tinggi	≥ 151

3.8.3. Pengolahan Data untuk Pengembangan Program

Hasil pengolahan data penerimaan diri siswa yang dijadikan landasan penyusunan program intervensi terlebih dahulu dilakukan pengelompokan siswa menjadi lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Hasil pengelompokan data berdasarkan kategori dan interpretasinya dapat dilihat dalam tabel 3.12 sebagai berikut:

Tabel 3.12
Interpretasi Skor Kategori Penerimaan Diri

Kategori	Skor	Interpretasi
Sangat Tinggi	≥ 151	Siswa pada kategori tinggi telah mencapai tingkat penerimaan diri yang sangat tinggi pada setiap aspeknya, yaitu sangat memiliki pemahaman diri, pandangan terhadap diri, konsep diri yang stabil, harapan yang realistis, dan tidak ada stress emosional.
Tinggi	139-150	Siswa pada kategori tinggi telah mencapai tingkat penerimaan diri yang tinggi pada setiap aspeknya, yaitu memiliki pemahaman diri, pandangan terhadap diri, konsep diri yang stabil, harapan yang realistis, dan tidak ada stress emosional
Sedang	127-138	Siswa pada kategori sedang menuju pada penguasaan penerimaan diri yang tinggi. Masih memerlukan bimbingan dari orang lain, atau belum menunjukkan konsistensi perilaku dalam menunjukkan aspek-aspek penerimaan diri.

Kategori	Skor	Interpretasi
Rendah	114-126	Siswa pada kategori rendah belum mampu dalam mencapai aspek penerimaan diri, yaitu belum memiliki pemahaman diri, pandangan terhadap diri, konsep diri yang stabil, harapan yang realistis, dan tidak ada stress emosional.
Sangat Rendah	≤ 113	Siswa pada kategori sangat rendah sangat belum mampu dalam mencapai aspek penerimaan diri, yaitu tidak memiliki pemahaman diri, pandangan terhadap diri, konsep diri yang stabil, harapan yang realistis, dan tidak ada stress emosional.

Kedudukan siswa dalam tingkat penerimaan diri menentukan banyaknya siswa yang mendapatkan intervensi menggunakan teknik *expressive writing*. Setelah siswa memperoleh intervensi, diadakan kembali tes yang bertujuan mengukur kembali tingkat penerimaan diri siswa apakah mengalami perubahan atau tidak, tes akhir disebut *post-test*.

3.8.4. Analisis Data *Post-Test*

Data hasil *post-test* penerimaan diri siswa diperoleh melalui beberapa pengujian yaitu sebagai berikut:

3.8.4.1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi dengan normal atau tidak. Pengujian normalitas data menggunakan SPSS 16.0 *for windows* dengan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov* menggunakan taraf signifikansi 5%. Hipotesis yang digunakan pada uji normalitas yaitu sebagai berikut:

H_0 : data *pre-test* dan *post-test* berdistribusi normal

H_1 : data *pre-test* dan *post-test* berdistribusi tidak normal

Kriteria pengujian sebagai berikut:

Jika $\text{Sig} \geq 0.05$ maka H_0 diterima

Jika $\text{Sig} < 0.05$ maka H_0 ditolak

Tabel 3.13

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		VAR00001
N		14
Normal Parameters ^a	Mean	125.9286
	Std. Deviation	12.76090
Most Extreme Differences	Absolute	.207
	Positive	.130
	Negative	-.207
Kolmogorov-Smirnov Z		.776
Asymp. Sig. (2-tailed)		.584

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan tabel 3.13 diperoleh nilai signifikasi skor pos-test dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0.584, pada taraf signifikasi $\alpha = 0.05$. Nilai signifikasi *post-test* lebih besar dari $\alpha = 0.05$, maka H_0 diterima dan H_1 = ditolak, artinya data berdistribusi normal.

3.8.4.2. Uji Wilcoxon

Uji statistik nonparametrik dilakukan jika salah satu atau kedua data *pre-test* dan *post-test* tidak memenuhi asumsi normalitas. Uji statistik nonparametrik yang digunakan adalah dengan uji *Wilcoxon*. Uji *Wilcoxon* merupakan metode statistika yang dipergunakan untuk menguji perbedaan dua data yang berpasangan (Susetyo, 2012, hlm. 228). Pengujian dilakukan dengan bantuan software *SPSS 16.0 for windows*. Adapun hasil uji *wilcoxon* yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.14

Hasil Uji Wilcoxon

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
VAR00002	14	1.0679E2	5.35190	96.00	113.00
VAR00001	14	1.2593E2	12.76090	100.00	146.00

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
VAR00001 - VAR00002	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	14 ^b	7.50	105.00
	Ties	0 ^c		
	Total	14		

a. VAR00001 < VAR00002

b. VAR00001 > VAR00002

c. VAR00001 = VAR00002

Test Statistics^b

	VAR00001 - VAR00002
Z	-3.298 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Pada tabel statistika deskriptif dapat dibaca nilai rata-rata, simpangan baku, skor minimum, skor maksimum data *pre-test* dan *post-test*. Pada tabel *mean rank* dari hasil perbandingan data *pre-test* dan *post-test*, terlihat seluruh siswa yang memiliki hasil *post-test* lebih besar dari hasil *pre-test*. Bisa dikatakan seluruh siswa mendapatkan hasil dari bimbingan kelompok menggunakan teknik *expressive writing* untuk meningkatkan penerimaan diri. Hasil uji *wilcoxon* dapat dilihat dari *Asymp. Sig. (2-tailed)* signifikansi sebesar $0.001 < 0.05$, artinya ada perbedaan signifikan kondisi penerimaan diri siswa sebelum dan setelah bimbingan kelompok menggunakan teknik *expressive writing*.

3.9. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

3.9.1. Persiapan

- 1) Studi literatur
- 2) Studi pendahuluan di SMP Negeri 9 Bandung
- 3) Membuat proposal penelitian dan mengkonsultasikan pada dosen mata kuliah Metode Riset

- 4) Proposal penelitian yang telah disahkan oleh dosen mata kuliah diserahkan dengan persetujuan dari dewan skripsi, calon dosen pembimbing skripsi serta ketua Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
- 5) Mengajukan permohonan pengangkatan dosen pembimbing skripsi pada tingkat fakultas
- 6) Mengajukan permohonan izin penelitian dari Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang memberikan rekomendasi untuk melanjutkan ke tingkat fakultas dan Rektor UPI. Surat izin penelitian yang telah disahkan disampaikan pada kepala sekolah SMP Negeri 9 Bandung
- 7) Membuat instrumen penelitian berikut penimbangannya kepada tiga orang dosen ahli dari Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
- 8) Merekap hasil penimbangan (*judgement*) instrumen penelitian
- 9) Melakukan uji keterbatasan dan uji skala instrumen penelitian

3.9.2. Pelaksanaan

- 1) Melakukan uji coba instrumen pada 3 kelas di SMP Negeri 1 Bandung sebagai sekolah uji coba instrument yang setara dengan SMP Negeri 9 Bandung.
- 2) Menghitung uji validitas dan reliabilitas yang telah di uji cobakan.
- 3) Melakukan *pre-test* pada seluruh kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung
- 4) Melakukan penyekoran dan kategorisasi tingkat penerimaan diri
- 5) Menentukan sampel treatment, yaitu kelompok siswa yang tingkat penerimaan diri rendah
- 6) Mengembangkan layanan intervensi bimbingan kelompok menggunakan teknik expressive writing untuk meningkatkan penerimaan diri siswa berdasarkan hasil analisis data

Untuk menghasilkan program intervensi bimbingan kelompok untuk meningkatkan penerimaan diri, dilakukan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Tahap *need assessment* untuk mengungkap gambaran penerimaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Bandung

- 2) Tahap penyusunan program intervensi bimbingan kelompok menggunakan teknik *expressive writing* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa berdasarkan analisis data dari hasil *need assessment*
- 3) Tahap uji rasional program intervensi bimbingan kelompok menggunakan teknik *expressive writing* kepada dosen ahli Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dan guru BK SMP Negeri 9 Bandung
- 4) Tahap penyempurnaan program intervensi bimbingan. Berdasarkan hasil uji kelayakan program intervensi bimbingan yang telah dilakukan, selanjutnya program intervensi bimbingan disempurnakan dan dinyatakan sebagai program intervensi bimbingan kelompok menggunakan teknik *expressive writing* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa memiliki kelayakan untuk diujicobakan
- 5) Melakukan *treatment* untuk meningkatkan penerimaan diri siswa dengan program intervensi bimbingan kelompok menggunakan teknik *expressive writing* yang telah disusun selama delapan sesi pertemuan
- 6) Melakukan *post-test* untuk memperoleh data mengenai perubahan penerimaan diri siswa setelah dilakukannya intervensi/*treatment*

3.9.3. Pelaporan

Tahap pelaporan merupakan tahap akhir dari tahapan penelitian. Seluruh kegiatan dan hasil penelitian dianalisis dan dilaporkan dalam bentuk karya tulis ilmiah (skripsi) untuk kemudian dipertanggungjawabkan dalam sidang.