

BAB III

METODE PENELITIAN

Bab ini menguraikan pokok bahasan yang berkenaan dengan pendekatan penelitian, metode penelitian, desain penelitian, populasi dan sampel, definisi operasional variabel, pengembangan instrumen penelitian, prosedur penelitian, analisis penelitian, serta hipotesis penelitian.

A. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah Pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif sebagai pendekatan ilmiah didisain untuk menjawab pertanyaan penelitian atau hipotesis secara spesifik dengan penggunaan statistik dianggap relevan oleh peneliti sebagai pendekatan yang digunakan untuk mengetahui efektivitas teknik *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi siswa. Salah satu penggunaan pendekatan kuantitatif digunakan apabila peneliti ingin mengetahui perlakuan atau treatment tertentu terhadap yang lain (Sugiyono, 2012, hlm. 34).

Menurut Cresswell (2008, hlm. 46) pendekatan kuantitatif merupakan jenis penelitian pendidikan dimana para peneliti memutuskan apa yang harus diteliti, memiliki pertanyaan yang lebih fokus, menganalisis data menggunakan analisis statistik, dan melakukan penyelidikan tersebut dengan cara yang objektif.

Pendekatan kuantitatif dapat diartikan sebagai pendekatan penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2012, hlm. 14).

Data profil resiliensi remaja yang dihasilkan dalam penelitian ini menjadi landasan untuk perumusan teknik *self instruction training* sebagai teknik untuk meningkatkan resiliensi remaja. Dimana memungkinkan dilakukannya pencatatan data hasil penelitian secara nyata dalam bentuk angka berupa tingkat resiliensi siswa yang diungkap dengan instrumen resiliensi remaja, sehingga memudahkan proses analisis dan penafsiran dengan menggunakan perhitungan statistik. Adapun

perhitungan yang dilakukan adalah dengan menguji keefektifan teknik *self instruction training* dengan uji-t dan pengujian perubahan tingkat resiliensi remaja dilihat dari perbandingan tingkat resiliensi siswa pada saat *pretest* dengan *posttest* yang kemudian penafsirannya digunakan untuk mengungkap tentang efektivitas teknik *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi remaja.

B. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Experimental*. Bentuk eksperimen ini merupakan pengembangan dari *True Experimental Design*. *Quasi experimental* mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen (Sugiyono, 2012, hlm. 114).

Shadish, Cook dan Campbell (2002) mendefinisikan eksperimen kuasi sebagai penelitian yang memiliki perlakuan, pengukuran dampak, unit eksperimen namun tidak menggunakan penugasan acak untuk menciptakan perbandingan dalam rangka menyimpulkan perubahan yang disebabkan perlakuan. Dalam penelitian ini penelitian eksperimen dilakukan untuk mengetahui perlakuan teknik *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi siswa di SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran tahun ajaran 2015/2016.

C. Desain Penelitian

Desain eksperimen yang digunakan adalah *Nonequivalent Pretest-Posttest Control Group Design*. *Nonequivalent Pretest-Posttest Control Group Design* merupakan desain penelitian yang dilaksanakan terhadap dua kelompok, yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dalam desain *Nonequivalent Pretest-Posttest Control Group*, kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Kelompok kontrol merupakan kelompok pembanding. Kedua kelompok dikenakan pengukuran sebanyak dua kali sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (Sugiyono, 2012, hlm. 116).

Data *pretest-posttest* diambil melalui instrumen untuk mengungkap tingkat resiliensi siswa. Skema

model penelitian *quasi eksperimental* dengan desain *Nonequivalent Pretest-Posttest Control Group*, sebagai berikut.

Kelas	Pretes	Postes
Eksperimen	O₁ x O₂	
Kontrol	O₁- O₂	

(Campbell & Stanley, 1963, hlm. 47)

Keterangan:

O₁ : Pretest kelompok eksperimen.

O₂ : Posttest kelompok eksperimen.

O₁ : Pretest kelompok kontrol.

O₂ : Posttest kelompok kontrol.

X : Diberikan perlakuan.

- : Tidak diberikan perlakuan.

Dalam penelitian ini, kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa teknik *self instruction training*, sedangkan kelompok kontrol selaku kelompok pembandingan tidak diberikan perlakuan.

D. Populasi dan Sampel

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMAN 1 Mangunjaya yang berlokasi di Kecamatan Mangunjaya Kabupaten Pangandaran. Menurut Arikunto (2010, hlm. 173),

populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Dalam penelitian ini populasi penelitian nya adalah siswa kelas X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran Tahun Ajaran 2015/2016 yang secara administratif terdaftar dan aktif dalam pembelajaran yang berjumlah 504 orang siswa.

Tabel 3.1
Populasi Penelitian

Tahun Ajaran	Kelas	Jumlah
2015/2016	X	251
	XI	253
Jumlah Keseluruhan		504

Alasan rasional yang menjadi pertimbangan dalam menentukan lokasi, populasi, dan sampel penelitian di SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandar sebagai berikut:

1. Remaja merupakan salah satu periode dalam perkembangan yang dianggap sangat penting dan berpengaruh besar terhadap perkembangan individu. Masa remaja adalah periode transisi atau perubahan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Masalah yang terkait dengan periode transisi ini diantaranya masalah pribadi, sosial, dan munculnya berbagai perilaku maladaptif atau salah suai.
2. Siswa SMA kelas X dan XI pada umumnya lebih banyak menghabiskan waktu untuk berkumpul, bermain dan bergaul dengan teman sebaya mereka sehingga menjadi sangat terikat oleh norma kelompok sebaya. Oleh karena itu, ketika mengalami adversitas remaja cenderung mencari dukungan dari kelompok sebayanya meskipun kadang dukungan tersebut berupa godaan untuk ‘melarikan diri’ dari dampak adversitas seperti rasa kecewa, frustrasi atau tertekan dengan melakukan berbagai bentuk perilaku maladaptif dengan dampak negatif berkepanjangan seperti penyalahgunaan NAPZA, alkoholisme, kedekatan intim dengan lawan jenis, dan aksi kenakalan remaja lainnya
3. Siswa SMA kelas X dan XI dipandang masih memiliki cukup waktu untuk membangun dan meningkatkan resiliensi sebagai persiapan memasuki babak baru kehidupan yang lebih rentan terhadap tantangan dan tekanan serta sarat resiko dan adversitas yakni dunia kerja, perkuliahan, dan kehidupan bermasyarakat.

Menurut Arikunto (2010, hlm. 174), sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* (sampel bertujuan). *Purposive sampling* (sampel bertujuan) yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2012, hlm. 124).

Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling* dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan berdasarkan strata, random

atau daerahtetapiberdasarkanadanyatujuantertentu (Arikunto, 2010, hlm. 183). Dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, peneliti dapat mengambil sampel dengan tujuan tertentu, tetapi ada syarat-syarat yang harus dipenuhi (Arikunto, 2010, hlm. 183).

1. Pengambilan sampel harus didasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi.
2. Subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi (*key subjectis*).
3. Penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat didalam studi pendahuluan.

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran Tahun Ajaran 2015/2016, hal ini mengacu pada pendapat Schoon (2006, hlm. 9) setiap individu memiliki kapasitas resiliensi yang berbeda antara satu dengan yang lainnya, semakin tinggi kapasitas resiliensi individu maka semakin baik ketahanan dalam menghadapi masalah sehingga terhindar dari perilaku-perilaku yang merugikan bagi kehidupannya. Dengan demikian secara umum siswa kelas X dan XI yang telah teridentifikasi tingkat resiliensinya berdasarkan *pretest* instrumen resiliensi remaja menjadi sampel penelitian. Sehingga peneliti mengambil kelas X sebagai kelas eksperimen yang akan diberikan perlakuan berupa teknik *self instruction training* dan kelas XI sebagai kelas kontrol yang berperan sebagai kelompok pembandingan yang tidak diberikan perlakuan.

E. Validitas Internal dan Eksternal

1. Validitas Internal

Validitas internal merupakan validitas yang terjadi ketika variabel dependen dalam hal ini resiliensi siswa hanya dipengaruhi oleh variabel independen dalam hal ini *self instruction training* dan tidak ada variabel lain yang mempengaruhi. Namun pada penelitian sosial dimungkinkan terdapat variabel lain yang mempengaruhi variabel dependen, variabel tersebut dinamakan variabel rancuan (Neuman, 2013).

Variabel rancuan yang mengancam validitas internal dalam penelitian ini diantaranya adanya hasil dari suatu peristiwa yang tidak terkait dengan perlakuan yang terjadi selama percobaan dan mempengaruhi variabel dependen, misalkan selama penelitian berlangsung siswa mengalami proses belajar mengajar dan berinteraksi dengan guru dikelas, mengalami pendidikan baru dari orang tuanya di rumah, perubahan pengetahuan selama bergaul dengan teman sebaya, dan mengalami peristiwa lainnya terutama kaitannya dengan adversitas. Hal tersebut memungkinkan berpengaruh pada dinamika resiliensi siswa, sehingga validitas internal penelitian ini terancam.

Variabel rancuan terjadi dikarenakan penelitian eksperimen ini tidak dilakukan didalam laboratorium dimana variabel lain tidak bisa mempengaruhi. Hal ini dikarenakan pertimbangan etis penelitian dimana pada dasarnya sebagian percobaan yang dilakukan bersifat mengganggu (mencampuri aktivitas biasa), dalam penelitian sosial kita tidak boleh menempatkan peserta penelitian dalam bahaya fisik serta menempatkan mereka pada situasi memalukan atau menimbulkan rasa gelisah, dan hingga saat ini peneliti kesulitan menemukan laboratorium yang diperuntukan bagi penelitian sosial.

2. Validitas Eksternal

Validitas Eksternal merupakan keefektifan dalam menggeneralisasi temuan percobaan. Sebuah penelitian dikatakan memiliki validitas eksternal baik ketika penelitian tersebut mampu menggeneralisasi sampel penelitian untuk semesta atau populasi. Dalam keefektifan menggeneralisasi tersebut penelitian dapat melakukan *random sampling* atau menentukan sampel penelitian secara acak (Neuman, 2013). Adapun dalam penelitian ini sampel dilakukan dengan *purposive sampling* atau berdasarkan tujuan tertentu. Rasionalisasi menggunakan *purposive sampling* dalam penelitian ini yaitu karena peneliti terhambat oleh dana yang dimiliki, keterbatasan waktu dan tenaga, serta minimnya sarana dan prasarana untuk melakukan *random sampling*. Oleh sebab itu temuan penelitian ini hanya berlaku bagi penelitian tertentu saja.

F. Definisi Operasional Variabel

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yakni *self instruction training* dan resiliensi siswa. *Self instruction training* sebagai variabel independen, dan

resiliensi siswa sebagai variabel dependen. Variabel dalam penelitian ini didefinisikan sebagai berikut.

1. Resiliensi Siswa

Resiliensi siswa dalam penelitian ini merupakan kapasitas internal siswa kelas X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran yang berfungsi untuk mencegah, menghadapi, meminimalkan, bahkan menghilangkan dampak-dampak merugikan dari kondisi tidak menyenangkan atau situasi negatif. Kapasitas internal yang dimaksud terdiri dari,

- a. Efikasi-diri, yaitu keyakinan dirisiswa kelas X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran dalam menghadapi adversitas. Keyakinan tersebut meliputi *self image* positif, rasa keberartian diri, keyakinan terhadap keberhasilan terhadap upaya yang dilakukan dan lokus kendali internal.
- b. Penilaian realistis terhadap lingkungan, yaitu kemampuan siswa kelas X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran untuk menilai aspek dari kondisi tidak menyenangkan atau situasi negatif yang berada di dalam kendali dirinya dan membedakannya dari aspek situasi negatif yang berada di luar kendali dirinya. Kemampuan ini diindikasikan oleh adanya kesadaran dan penerimaan terhadap kenyataan aktual, serta harapan yang terukur terhadap orang lain di sekitar.
- c. Keterampilan pemecahan masalah (*problem solving skill*), yaitu kemampuan siswa kelas X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran untuk menemukan solusi dari suatu masalah berdasarkan pengetahuan, pemahaman, keterampilan yang telah dimiliki sebelumnya dalam rangka merespon kondisi tidak menyenangkan atau situasi negatif secara positif, yang diindikasikan oleh rasa tertarik dan termotivasi untuk menyelesaikan masalah, mengidentifikasi penyebab dari masalah, mengidentifikasi akibat dari suatu masalah, mempertimbangkan sumber-sumber kredibel untuk pemecahan masalah, dan memunculkan sebanyak mungkin ragam solusi untuk masalah.

- d. Kemampuan merencanakan dan menentukan tujuan, yaitu kemampuan siswa kelas X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran untuk menyusun serangkaian kegiatan yang ditujukan untuk mencapai suatu hal serta menetapkan dan memaknai hal yang ingin dicapai tersebut sehingga dapat dijadikan pegangan utama saat menghadapi kondisi tidak menyenangkan atau situasi negatif. Kemampuan ini ditampilkan oleh indikator minat yang kuat terhadap suatu hal, tekad dan harapan terkait masa depan serta fleksibilitas dalam perencanaan.
- e. Kemampuan berempati, yaitu kemampuan siswa X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran untuk mengenali, merasakan, dan memahami pengalaman emosional orang lain dalam kondisi tertentu serta memaknai pengalaman emosional tersebut sebagai kesan yang berguna ketika menghadapi kondisi tidak menyenangkan atau situasi negatif, yang diindikasikan oleh mengenali dan memahami ekspresi orang lain yang mewakili pengalaman emosional tertentu, apresiatif terhadap orang lain, serta menunjukkan kasih sayang dan tanggung jawab terhadap sesama.
- f. Kemampuan menggunakan humor secara efektif yaitu kemampuan siswa kelas X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran untuk menangkap kelucuan dari suatu hal kemudian menggunakannya sebagai strategi untuk mengurangi ketegangan yang ditimbulkan oleh kondisi tidak menyenangkan atau situasi negatif serta memberi semangat untuk mengatasi kondisi tidak menyenangkan atau situasi negatif tersebut. Kemampuan ini diindikasikan oleh, dapat menemukan komedi dalam tragedi, memiliki keinginan untuk membuat orang lain tertawa, menggunakan lelucon untuk mengurangi ketegangan, serta memperhatikan unsur kesopanan, kreativitas dan pengetahuan dalam lelucon.
- g. Kemampuan menjaga jarak secara adaptif yaitu kemampuan siswa kelas X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran untuk menghindari lingkungan pergaulan disfungsional yang diakibatkan

oleh kondisi tidak menyenangkan atau situasi negatif dalam rangka memelihara kesehatan mental pribadi dari pengaruh maladaptif orang-orang di sekitar. Kemampuan ini diindikasikan oleh kemampuan menjaga diri dari pengaruh perilaku buruk teman sebaya dan menjaga diri dari hal-hal yang dapat memancing emosi negatif.

- h. Peran seksual androgini, yaitu kemampuan siswa kelas X dan XI SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran untuk mengadopsi karakteristik peran seksual feminin dan maskulin secara bersamaan dan dalam level yang sama-sama tinggi agar dapat mendukung keluwesan dalam menghadapi kondisi tidak menyenangkan atau situasi negatif. Kemampuan ini diindikasikan oleh, sikap yang mengusung ekualitas gender, tidak menutup diri dari pergaulan dengan lawan jenis, serta menunjukkan karakteristik feminin dan maskulin secara bersamaan pada situasi tertentu.

2. *Self Instruction Training*

Secara operasional teknik *self instruction training* didefinisikan sebagai suatu upaya pemberian bantuan kepada siswa kelas X SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaranguna meningkatkan kapasitas resiliensi siswa yang dilakukan dalam suasana kelompok dan melibatkan penggunaan sejumlah pedoman atau prosedur yang secara spesifik untuk mengubah pikiran yang irasional menjadi lebih rasional melalui instruksi diri. Adapun pedoman atau prosedur yang digunakan untuk meningkatkan resiliensi siswa yaitu dengan mengikuti langkah-langkah adalah sebagai berikut :

- a. *Cognitive Modeling*

Instruktur mendemonstrasikan instruksi diri dengan suara yang keras. Hal yang perlu diperhatikan adalah instruksi diri yang berupa *self-statement* harus sesuai dengan masalah konseli.

- b. *Overt External Guidance*

Dibawah instruksi instruktur, siswa melakukan verbalisasi diri seperti yang dilakukan instruktur. Pada tahap ini, kata-kata yang diverbalisasikan oleh siswa harus sama dengan yang diinstruksikan instruktur. Instruktur melakukan instruksi secara langsung,

mengarahkan, dan memperbaiki kesalahan siswa dalam mempraktekkan kata-kata dan/atau perilaku yang diinstruksikan.

c. *Overt Self-Guidance*

Siswa melakukan verbalisasi diri dengan suara yang keras disertai menampilkan perilaku (*performance*) yang tepat. Pada tahapan ini, siswa melakukan verbalisasi diri secara berulang seperti yang dicontohkan instruktur sampai melibatkan perilaku siswa yang tepat.

d. *Faded Overt Self-Guidance*

Siswa menampilkan perilaku yang tepat pada saat membisikkan verbalisasi atau instruksi diri. Siswa melakukan verbalisasi atau instruksi diri secara berulang dengan suara yang pelan.

e. *Covert Self-Instruction*

Pada tahap terakhir, siswa melakukan verbalisasi atau instruksi diri secara tersembunyi, seperti berbicara dalam hati. Siswa akan terbiasa melakukan verbalisasi atau instruksi diri dan mampu menampilkan perilaku yang tepat.

G. Pengembangan Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah instrumen yang dikembangkan oleh Anesty (2012) dari teori Norman (2000). Instrumen ini telah teruji kelayakan, keterbacaan, serta validitasnya. Selain itu instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas sangat tinggi yakni 0,982. Oleh sebab itu instrumen ini dianggap dapat menjadi alat untuk mengidentifikasi resiliensi siswa pada jenjang pendidikan yang sama.

Jenis instrumen yang digunakan yaitu instrumen berbentuk skala, yakni sebuah pengumpul data yang berbentuk daftar cocok dengan alternatif jawaban tersedia berupa sesuatu yang berjenjang. Bentuk skala dipilih karena resiliensi merupakan kapasitas dinamis yang sifatnya *threshold* sehingga dapat dideskripsikan mulai dari tingkatan paling rendah sampai dengan tingkatan paling tinggi. Instrumen penelitian disajikan dalam angket tertutup dalam bentuk daftar cek, yakni angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda check (√) pada kolom jawaban yang sesuai (Arikunto, 2005).

Instrumen ini berbentuk angket berskala dengan kategori pilihan jawaban, Tidak Sesuai (TS), Agak Sesuai (AS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS), yang masing-masing diberi skor 0 (TS), 1 (AS), 2 (TS) dan 3 (SS). Berikut disajikan kisi-kisi instrumen skala resiliensi siswa dalam tabel 3.2

Tabel 3.2
Matriks Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Siswa

Variabel	Aspek	Indikator	No. Item	Jmh Item
Resiliensi	Efikasi diri yang tinggi	Memiliki self image yang positif	1 – 2	2
		Merasa diri berarti	3 – 5	3
		Keyakinan terhadap keberhasilan upaya yang dilakukan	6 – 7	2
		Memiliki lokus kendali internal	8 – 10	3
	Penilaian realistis terhadap lingkungan	Menunjukkan kesadaran dan penerimaan terhadap kenyataan aktual	11 – 14	4
		Memiliki harapan yang terukur terhadap orang lain di sekitar	15 – 16	2
	Keterampilan pemecahan masalah	Tertarik dan termotivasi untuk menyelesaikan masalah	17 – 20	4
		Mengidentifikasi penyebab dari masalah	21 – 23	3
		Mengidentifikasi akibat dari suatu masalah	24 – 27	4
		Mempertimbangkan sumber-sumber kredibel untuk pemecahan masalah	28 – 29	2
		Memunculkan sebanyak mungkin ragam solusi untuk masalah	30 – 31	2
	Kemampuan merencanakan dan menentukan	Memiliki minat yang kuat terhadap suatu hal	32 – 33	2
		Menunjukkan adanya tekad	34 – 36	3

	tujuan	dan harapan terkait masa depan			
		Memiliki fleksibilitas dalam perencanaan	37 – 40	4	
	Kemampuan berempati	Mengenali dan memahami ekspresi orang lain yang mewakili pengalaman emosional tertentu	41 – 44	4	
Variabel	Aspek	Indikator	No. Item	Jmh Item	
Resiliensi		Apresiatif terhadap orang lain	45 – 47	3	
		Menunjukkan kasih sayang dan tanggung jawab terhadap sesama	48 – 49	2	
	Kemampuan menggunakan humor secara efektif	Menemukan komedi dalam tragedi	50 – 51	2	
		Memiliki keinginan untuk membuat orang lain tertawa	52 – 55	4	
		Menggunakan humor untuk mengurangi ketegangan	56 – 57	2	
		Memperhatikan unsur kesopanan, kreativitas dan pengetahuan dalam humor	58 – 63	6	
	Kemampuan menjaga jarak yang adaptif	Menjaga diri dari pengaruh perilaku buruk teman sebaya	64 – 68	5	
		Menjaga diri dari hal-hal yang dapat memancing emosi negatif	69 – 71	3	
	Peran seksual androgini	Mengusung ekualitas gender	72 – 75	4	
		Tidak menutup diri dari pergaulan dengan lawan jenis	76 – 77	2	
		Menunjukkan karakteristik feminin dan maskulin secara bersamaan pada situasi tertentu	78 – 80	3	
	Jumlah				80

Setelah penyebaran instrumen dengan kisi- kisi diatas diperoleh nilai validitas dan reliabilitas instrumen resiliensi siswa. Pengujian validitas instrumen resiliensi siswa adalah dengan menghitung koefisien korelasi skor setiap butir item dengan skor total, dengan menggunakan rumus korelasi *Pearson Product Moment* seperti yang diungkapkan oleh Furqon (2008, hlm. 103), yaitu :

$$r_{hitung} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{hitung}	= Koefisien orekasi
n	= Jumlah responden
X	= Skor item
Y	= Skor total
$\sum X$	= Jumlah skor item
$\sum Y$	= Jumlah skor total (seluruh item)

Setelah menghitung nilai koefisien korelasi setiap item dalam instrumen kecerdasan interpersonal, selanjutnya menghitung nilai Uji-t atau menguji signifikansi korelasi *product moment* dengan rumus:

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan:

t	= harga t_{hitung} untuk tingkat signifikansi
r	= koefisien korelasi
n	= banyaknya sampel

(Sugiyono, 2012, hlm.257)

Setelah diperoleh nilai t_{hitung} maka, sedangkan nilai t_{tabel} yang diperoleh pada tingkat kepercayaan sebesar 95% ($\alpha = 0.05$) didapat nilai $t_{tabel} = 0,138$. Setelah t_{hitung} diperoleh, langkah selanjutnya t_{hitung} dibandingkan dengan t_{tabel} untuk mengetahui tingkat signifikansinya dengan kriteria:

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

Jika nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka item pernyataan dinyatakan tidak valid.

Pengujian validitas instrumen kecerdasan interpersonal dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Microsoft Excel 2010* terhadap 80 item pernyataan dengan jumlah subyek 504 orang siswa. Dari 80 item pernyataan diperoleh 78 item yang valid dan 2 item tidak valid (Hasil perhitungan terlampir).

Tabel 3.3
Hasil Uji Validitas

Kesimpulan	Nomor Item	Jumlah
Valid	2, 3, 5, 6, 7, 8, 9,10, 11, 12, 13, 14, 15,16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29,30, 31,32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80.	78
Tidak Valid	1 dan 4	2

Selain ditampilkan hasil uji validitas instrumen resiliensi siswa, peneliti juga melakukan uji reliabilitas instrumen resiliensi siswa. Hal ini dilakukan untuk menguji keterandalan instrumen. Dalam menguji nilai reliabilitas instrumen, digunakan rumus Alpha sebagai berikut:

$$r = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

- r = reliabilitas instrumen
 k = banyaknya butir pernyataan atau banyaknya soal
 $\sum \sigma_b^2$ = jumlah varians butir
 σ_t = varians total

(Arikunto, 2010, hlm. 239)

Untuk mengetahui koefisien korelasi digunakan distribusi (Tabel r) untuk $\alpha = 0,05$ dengan derajat kebebasan ($dk = n - 2$). Kemudian membandingkan nilai r_{hitung} dengan r_{tabel} , yaitu dengan kriteria:

Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ berarti reliabel, dan

Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ berarti tidak reliabel.

Adapun tolak ukur untuk menentukan koefisien reliabelitas, digunakan kriteria interpretasi nilai r yang dapat dilihat pada Tabel 3.4 berikut:

Tabel 3.4
Interpretasi Reliabilitas

Koefisien Korelasi	Kriteria reliabilitas
$0,81 \leq r \leq 1,00$	Sangat Tinggi
$0,61 \leq r \leq 0,80$	Tinggi
$0,41 \leq r \leq 0,60$	Cukup
$0,21 \leq r \leq 0,40$	Rendah
$0,00 \leq r \leq 0,20$	Sangat Rendah

(Arikunto, 2010, hlm. 75)

Pengujian reliabilitas instrumen menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* (α) dengan menggunakan program *SPSS 19.0 for windows*. Berdasarkan hasil perhitungan statistik untuk mengetahui nilai reliabilitas instrumen kecerdasan interpersonal, diperoleh nilai reliabilitas yang tertera dalam Tabel 3.5 dibawah ini:

Tabel 3.5
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.921	78

Nilai reliabilitas atau $r_{hitung} = 0,921$ berada pada kategori sangat tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa instrumen resiliensi siswa yang digunakan dalam penelitian sudah baik dan dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data (instrumen penelitian siap pakai terlampir).

H. Prosedur Penelitian

1. Pengukuran awal (*Pre test*)

Pengukuran awal atau *pre test* bertujuan untuk memperoleh data awal terkait profil resiliensi siswa subjek penelitian yang termasuk dalam kelompok kontrol dan eksperimen sebelum diberikan perlakuan *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi siswa. Pelaksanaan *pre test* dilakukan selama 40 menit/kelas, sebelumnya dilakukan pengondisian terhadap anggota kelompok dengan cara memberikan pengarahan terkait petunjuk pengisian instrumen dan penjelasan mengenai maksud pelaksanaan *pre test*.

2. Perlakuan (*Treatment*)

Selanjutnya peneliti menentukan kelompok kontrol yang beranggotakan 251 orang siswa kelas XI dan kelompok eksperimen beranggotakan 253 orang siswa kelas X. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa serangkaian sesi *self instruction training*, sedangkan kelompok kontrol selaku kelompok pembandingan tidak diberikan perlakuan serupa. Waktu pemberian intervensi bagi kelompok eksperimen mengambil jam mata pelajaran sekolah.

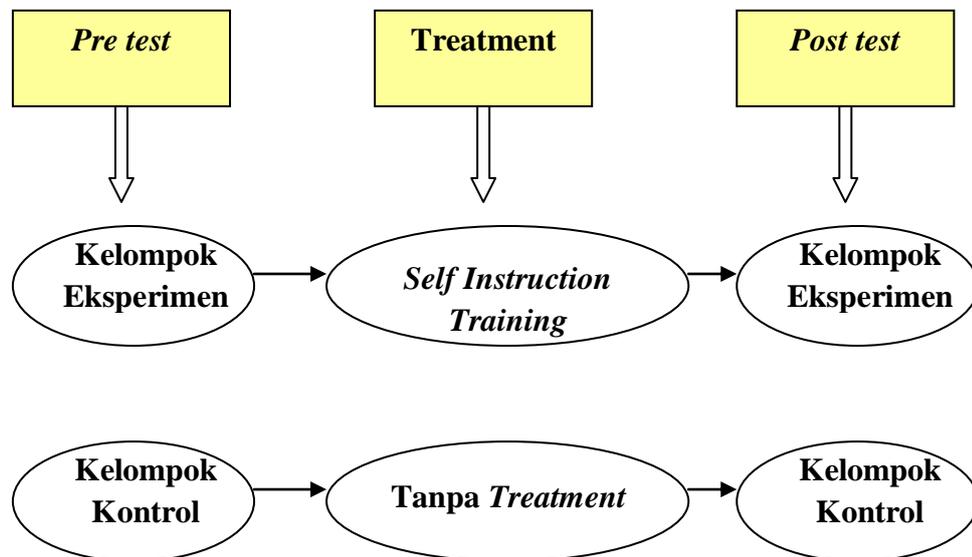
Self instruction training dikembangkan berdasarkan profil resiliensi siswa SMAN 1 Mangunjaya Kabupaten Pangandaran, dan juga hasil studi pustaka. Pemberian intervensi berlangsung selama 10 sesi, dua sesi intervensi digunakan untuk *pre test* dan *post test*, dan 8 sesi intervensi lainnya digunakan sebagai sesi pelatihan dilaksanakan lima kali dalam seminggu yakni setiap senin sampai dengan jumat. Dalam pemberian perlakuan (*treatment*) terhadap kelompok eksperimen, peneliti tidak hanya berperan sebagai eksperimenter namun juga sebagai instruktur yang memandu sesi intervensi.

3. Pengukuran akhir (*Post test*)

Pengukuran akhir atau *post test* bertujuan untuk memperoleh data terkait profil resiliensi subjek penelitian yang termasuk dalam kelompok kontrol dan eksperimen setelah perlakuan berupa *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi siswa. *Post test* dilaksanakan satu minggu setelah sesi ke 10 berlangsung. Pemberian interval

waktu selama satu minggu tersebut bertujuan untuk memberikan waktu bagi perembesan *output* berupa nilai-nilai yang diperoleh dari sesi *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi siswa. Pelaksanaan *post test* dilakukan selama 40 menit dan sebelumnya dilakukan pengondisian dengan cara mengajak anggota kelompok mereview apa saja perubahan-perubahan yang telah dicapai setelah pemberian intervensi, baru kemudian menjelaskan petunjuk pengisian instrumen. Instrumen yang digunakan pada saat *post tests* sama seperti instrumen yang digunakan pada saat *pre test*.

Ketiga langkah penelitian tersebut di atas digambarkan dalam skema langkah penelitian dengan desain *Nonequivalent Pre test-Post test Control Group* sebagai berikut.



Gambar 3.1

**Skema Langkah Penelitian dalam desain
*Nonequivalent Pre test-Post test Control Group***

I. Analisis Data

Data yang dianalisis dalam penelitian ini terdiri atas data tentang resiliensi berikut indikator setiap aspeknya, serta data untuk memperoleh fakta empirik mengenai efektivitas *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi siswa. Kedua jenis data tersebut dianalisis untuk menjawab pertanyaan penelitian, baik

yang berkenaan dengan profil resiliensi remaja dan efektivitas *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi siswa sebagai produk penelitian.

1. Analisis profil resiliensi siswa

Analisis data terkait profil resiliensi siswa menggunakan ukuran gejala pusat dan persentase. Kedua teknik analisis data tersebut dilakukan dengan menggunakan bantuan perangkat lunak *Microsoft Excel 2010*. Tahapan teknik analisis data menggunakan ukuran gejala pusat adalah sebagai berikut (Sudjana, 1996, hlm. 47).

- a. Menentukan skor maksimal ideal yang diperoleh sampel dengan rumus:
skor maksimal ideal = jumlah soal x skor tertinggi.
- b. Menentukan skor minimal ideal yang diperoleh sampel dengan rumus:
skor minimal ideal = jumlah soal x skor terendah.
- c. Mencari rentang skor ideal yang diperoleh sampel dengan rumus:
rentang skor = skor maksimal ideal – skor minimal ideal.
- d. Mencari interval skor dengan rumus: interval skor = rentang skor/3.

Dari langkah langkah di atas di atas, kemudian didapatkan kategorisasi sebagai berikut.

Tabel 3.6
Kategorisasi Rentang Skor

Tingkatan	Kategori	Rentang
Rendah	Kurang Resilien	$x \leq \text{skor minimal ideal} + 1.\text{interval}$
Sedang	Cukup Resilien	$\text{skor minimal ideal} + 1.\text{interval} < x \leq \text{skor minimal ideal} + 2.\text{interval}$
Tinggi	Resilien	$x > \text{skor minimal ideal} + 2.\text{interval}$

Sementara itu, teknik analisis data menggunakan persentase dilakukan untuk mengetahui banyaknya subjek penelitian yang termasuk dalam kategori resiliensi tertentu, serta tinggi rendahnya kecenderungan aspek dan indikator resiliensi yang ditunjukkan oleh subjek penelitian baik sebelum maupun setelah diberikan perlakuan berupa *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi siswa.

2. Analisis Efektivitas *Self Instruction Training* Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa

Sebelum melakukan analisis terhadap data terkait efektivitas *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi siswa, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dengan menggunakan rumus uji z Kolmogorov-Smirnov terhadap skor *pre test*, skor *post test* dan *gain score* kelompok eksperimen dan kontrol sebagai uji prasyarat. Kemudian untuk mengetahui keefektifan *self instruction training* untuk meningkatkan resiliensi siswa dilakukan analisis terhadap skor *pre test* dan skor *post test* dengan menggunakan teknik statistik berupa uji perbedaan dua rerata (*t-test*) jika data resiliensi siswa normal dan homogen dan uji Mann-whitney dan/atau uji Wilcoxon jika data resiliensi siswa tidak normal. Adapun teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan perangkat lunak *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) versi 19.0.

J. Hipotesis Penelitian

a. $H_0 : \mu_1 = \mu_2$

Tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap data resiliensi siswa yang diberi perlakuan dan yang tidak diberi perlakuan *self instruction training*.

b. $H_1 : \mu_1 \neq \mu_2$

Terdapat perbedaan yang signifikan terhadap data resiliensi siswa yang diberi perlakuan dan yang tidak diberi perlakuan *self instruction training*.

Keterangan :

μ_1 : kelompok eksperimen.

μ_2 : kelompok kontrol.

H_0 : *Pretest*

H_1 : *Posttest*

Kedua hipotesis ini akan diuji pada $\alpha = 0,05$ atau 5% dengan tingkat kepercayaan 95%.