

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, yaitu pendekatan yang memungkinkannya pencatatan data dalam penelitian secara nyata dalam bentuk angka sehingga dapat memudahkan dalam penafsiran dan proses analisisnya (Sugiyono, 2010). Pendekatan kuantitatif dipilih untuk mendapatkan kecenderungan *gratitude* siswa.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Tujuan dari metode deskriptif adalah untuk mengolah, menganalisis, menafsirkan, serta menyimpulkan data dalam memperoleh gambaran fenomena-fenomena dan mencari jawaban tanpa menghiraukan kejadian sebelum atau sesudah penelitian itu dilakukan (Sukmadinata, 2006). Metode ini dipilih dengan tujuan untuk mendeskripsi, menganalisis, dan mengambil generalisasi mengenai *gratitude* siswa kelas VII di SMP Negeri 29 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017. Setelah didapatkan data *gratitude* siswa maka akan dirancang program hipotetik yang tepat untuk membantu siswa memiliki *gratitude*.

#### **3.2 Partisipan**

Partisipan yang ikut serta dalam penelitian yaitu siswa kelas VII SMPN 29 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017. Dipilihnya remaja kelas VII karena remaja pada usia tersebut mengalami banyak hal negatif seperti kesulitan bersosial, baik dalam bentuk menarik diri dalam masyarakat, merasa depresi, kurang motivasi dan hal negatif lainnya (Papalia, 2008). Meski demikian hal-hal negatif yang terjadi pada remaja masa awal dapat di turunkan dengan *gratitude* yang dimiliki oleh mereka (McCullough, 2002, 2001; & Watkins, 2009).

##### **3.2.1 Populasi dan Sampel**

Populasi merupakan wilayah secara umum yang terdiri dari objek atau subjek yang menjadi kuantitas dan karakteristik yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga didapatkan kesimpulannya (Sugiyono, 2009). Pada

penelitian dengan populasi yang anggotanya sedikit atau kecil maka penelitian dapat dilakukan pada seluruh anggota populasi. Namun jika anggota populasi yang diteliti cukup besar maka penelitian yang dilakukan tidak memungkinkan, hal ini karena di lihat pula dari kondisi dana, waktu, dan tenaga dari peneliti itu sendiri (Singarimbun dkk, 1987). Sehingga dalam pelaksanaan penelitian diperlukan adanya sampel, Sampel adalah sebuah himpunan bagian dari sebuah populasi, namun sebagian dari populasi yang diambil dengan cara – cara yang tidak sesuai dan benar tidaklah dapat disebut sebagai sampel (Singarimbun dkk, 1987). Menurut Singarimbun (1987, hlm. 150) terdapat empat faktor yang memengaruhi ukuran sampel yaitu: (1) derajat keseragaman, dimana semakin seragam populasi, maka makin kecil sampel yang dapat diambil; (2) presisi yang dikehendaki, semakin tinggi presisi maka semakin besar ukuran sampel yang harus diambil; (3) rencana analisa, jika penelitian berdasarkan kategori maka sampel akan lebih besar lagi; dan (4) tenaga, biaya, dan waktu, apabila peneliti dalam hal ini tenaga, biaya, dan waktunya terbatas maka tidak mungkin mengambil sampel yang besar.

Meski besarnya sampel yang dapat diambil berdasarkan empat hal yang telah dikemukakan diatas, namun peneliti sendirilah yang menentukan tingkat seberapa banyak sampel yang diinginkan.

Dari penjelasan diatas, penulis mengambil sampel jenuh yang dimaksudkan mengambil seluruh populasi sebagai sampel, karena tujuan penelitian ini membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Sehingga menghasilkan eksplorasi secara mendalam tentang kecenderungan *gratitude* khususnya pada jenjang remaja seperti yang direkomendasikan penelitian terdahulu (Wang, 2015).

Jumlah populasi/sampel jenuh dalam penelitian ini secara rinci disajikan dalam tabel 3.1 di bawah ini.

**Tabel 3.1**  
**Jumlah Anggota Populasi/Sampel Jenuh**  
**Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 29 Bandung Tahun Pelajaran 2016/2017**

Nomor	Kelas	Anggota Poulasi
1.	VII A	35
2.	VII B	35
3.	VII C	35
4.	VII D	34
5.	VII E	34
6.	VII F	35
7.	VII G	35
8.	VII H	34
9.	VII I	34
10.	VII J	35
<b>Jumlah</b>		<b>346</b>

### 3.3 Instrumen Penelitian

#### 3.3.1 Definisi Operasional

Secara operasional *gratitude* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sikap siswa kelas VII SMPN 29 Bandung yang dapat dilihat dari empat dimensi yaitu *intensity*, *frequency*, *span*, *density*. Keempat dimensi tersebut nantinya dapat menjadi pembeda antara individu yang *gratitude* dengan individu yang *ingratitude*:

1) *Intensity*

Dimensi *intensity* berkaitan dengan individu yang memiliki *gratitude* akan lebih mudah mengucapkan terima kasih atas hal yang telah terjadi pada dirinya. Selain itu, pada dimensi ini setiap kejadian kecil apapun (baik dan buruk) yang terjadi akan dipersepsikan sebagai hal yang positif oleh individu yang memiliki *gratitude* dan biasanya berkaitan Tuhan.

2) *Frequency*

Dimensi *frequency* berkaitan dengan jumlah berapa banyaknya individu menampilkan *gratitude* dalam sehari, dan *gratitude* tersebut dapat ditampilkan dari hal yang paling kompleks seperti mendapatkan rezeki dan sederhana seperti masih bisa mendengar.

3) *Span*

Dimensi *span* berkaitan dengan ruang lingkup/ keadaan apa saja yang membuat individu menampilkan *gratitude*. Individu dengan *gratitude* yang tinggi akan merasa bahagia atas pekerjaan, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, kesehatan, kehidupan itu sendiri, dan berbagai manfaat lainnya.

4) *Density*

Dimensi *density* berkaitan dengan kepada siapa saja individu bersyukur dalam satu keadaan/ peristiwa. Individu dengan *gratitude* yang tinggi akan merasa perlu mengapresiasi kepada guru, orang tua, teman, rekan kerja, dan individu lainnya yang dianggap berjasa sehingga individu tersebut bisa mencapai suatu keadaan tertentu.

### 3.3.2 Jenis Instrumen

*Gratitude* dalam konteks penelitian ini ditandai dengan skala *Likert*. Penggunaan skala *Likert* didasarkan bahwa *gratitude* merupakan sikap yang dapat diukur oleh skala *Likert*.

Penyusunan kisi-kisi instrumen didasarkan atas variabel yang dirumuskan kedalam definisi operasional, yang selanjutnya menjadi aspek yang akan diukur dan kemudian diturunkan menjadi indikator, dan dari indikator tersebut dijabarkan menjadi pertanyaan (Sugiyono, 2003, hlm. 120).

Konstruk dari kisi-kisi instrumen dan aspek *gratitude* dalam penelitian ini tersaji dalam tabel berikut.

**Tabel 3.2**  
**Kisi-Kisi Instrumen *Gratitude***  
**(Sebelum Uji Validitas)**

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item		$\Sigma$
			<i>Favorable</i> +	<i>Unfavorable</i> -	
1	<i>Intensity</i>	1.1 Memandang kejadian baik dan buruk sebagai hal yang positif/ mengambil hikmah ( <i>thankful</i> ).	1,2	3	6
		1.2 Mudah mengucapkan terima kasih atas hal yang terjadi pada dirinya ( <i>grateful</i> ).	4,5	6	
2	<i>Frequency</i>	2.1 Menampilkan berapa banyak <i>gratitude</i> pada hal yang kompleks.	7,8	9	6
		2.2 Menampilkan berapa banyak <i>gratitude</i> pada hal yang sederhana.	10,11	12	
3	<i>Span</i>	3.1 Mengatakan syukur/terima kasih kepada lingkungan sekolah.	13	14	8
		3.2 Menampilkan perasaan bersyukur atas lingkungan keluarga disekitarnya.	15	16	
		3.3 Menunjukkan perasaan bersyukur atas kesehatannya.	17	18	
		3.4 Menampilkan perasaan bersyukur atas apa yang dimilikinya.	19	20	
		3.5 Menyadari kehidupannya sebagai hal yang harus disyukuri.	21	22	
4	<i>Density</i>	4.1 Mengapresiasi bantuan yang diberikan oleh guru.	23	24	8
		4.2 Menghargai dukungan dan bantuan dari orang tua.	25	26	
		4.3 Mengatakan rasa terima kasih/syukur atas bantuan teman atau teman yang dimilikinya.	27	28	
		4.4 Menyadari dan membalas kebaikan orang lain.	29	30	
<b>Jumlah</b>					30

### 3.3.3 Uji Coba Instrumen Penelitian

#### 1) Uji Validitas Rasional

Pelaksanaan penelitian perlu melihat kesesuaian konstruk instrumen dengan landasan teoritis, ketepatan bahasa, dan subjek yang memberi respon, sehingga perlu adanya telaah mendalam terhadap butir pernyataan instrumen yang lebih dikenal dengan penimbangan (*judgement*) alat pengumpul data. Selain itu, *Judgement* juga dapat berfungsi sebagai uji validitas internal.

*Judgement* atau penimbangan instrumen dalam penelitian ini dilakukan oleh pakar bimbingan dan konseling dari Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yaitu Dr. Nandang Budiman, M.Si., Dr. Ipah Saripah, M.Pd., dan Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd.. Berdasarkan validasi dari pakar tersebut terdapat beberapa yang perlu diperbaiki dari isi dan bahasa instrumen penelitian ini.

#### 2) Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan instrumen penelitian dilakukan kepada 36 orang siswa kelas VII-10 di SMPN 43 Bandung dengan tujuan untuk mengukur tingkat keterbacaan instrumen. Melalui uji keterbacaan ini penulis dapat mengetahui konstruk bahasa yang kurang jelas atau tidak dipahami oleh pemberi respon, sehingga penulis dapat memperbaiki keterbacaan instrumen dengan lebih baik.

Hasil dari uji keterbacaan diperlukan perubahan kata dari salah satu instrumen yaitu pada pernyataan "*saya bisa masuk sekolah ini merupakan bantuan dari guru di jenjang sebelumnya*" dimana siswa mengartikan pernyataan ini sebagai hal yang negatif, maka dirubah menjadi "*saya bisa masuk sekolah ini merupakan bimbingan dari guru di jenjang sebelumnya*".

#### 3) Uji Validitas Empirik

Validitas dari setiap butir item instrumen penelitian dapat diketahui dengan cara analisis item yaitu mengorelasikan skor setiap butir dengan skor total yang merupakan jumlah dari seluruh skor setiap butir. Validitas dari item dilakukan dengan menganalisis daya pembeda

menggunakan prosedur pengujian *Spearman rho*. Data hasil uji coba instrumen diolah validitasnya menggunakan perangkat lunak *SPSS for Windows versi 23* dengan signifikansi 0.01.

**Tabel 3.3**  
**Kisi-Kisi Instrumen *Gratitude***  
**(Setelah Uji Validitas)**

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item		$\Sigma$
			<i>Favorable</i> +	<i>Unfavorable</i> -	
1	<i>Intensity</i>	1.1 Memandang kejadian baik dan buruk sebagai hal yang positif/ mengambil hikmah ( <i>thankful</i> ).	1,2	3	6
		1.2 Mudah mengucapkan terima kasih atas hal yang terjadi pada dirinya ( <i>grateful</i> ).	4,5	6	
2	<i>Frequency</i>	2.1 Menampilkan berapa banyak <i>gratitude</i> pada hal yang kompleks.	7,8	9	5
		2.2 Menampilkan berapa banyak <i>gratitude</i> pada hal yang sederhana.	10	11	
3	<i>Span</i>	3.1 Mengatakan syukur/ terima kasih kepada lingkungan sekolah.	12	13	10
		3.2 Menampilkan perasaan bersyukur atas lingkungan keluarga disekitarnya.	14	15	
		3.3 Menunjukkan perasaan bersyukur atas kesehatannya.	16	17	
		3.4 Menampilkan perasaan bersyukur atas apa yang dimilikinya.	18	19	
		3.5 Menyadari kehidupannya sebagai hal yang harus disyukuri.	20	21	
4	<i>Density</i>	4.1 Mengapresiasi bantuan yang diberikan oleh guru.	22	23	6
		4.2 Menghargai dukungan dan bantuan dari orang tua.	24	-	
		4.3 Mengatakan rasa terima kasih/syukur atas bantuan teman atau teman yang dimilikinya.	25	26	
		4.4 Menyadari dan membalas kebaikan orang lain.	27	-	
<b>Jumlah</b>					27

**Tabel 3.4**  
**Hasil Uji Validitas Instrumen *Gratitude***

<b>Signifikansi</b>	<b>Nomor Item</b>	<b>Jumlah</b>
Valid	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28, 29	27
Tidak Valid	11, 26, 30	3

#### 4) Uji Reliabilitas

Reliabilitas berhubungan dengan masalah kepercayaan. Sebuah tes dapat dikategorikan mempunyai derajat kepercayaan yang tinggi jika tes tersebut dapat memberikan hasil yang tetap. Maka pengertian reliabilitas tes berhubungan dengan ketetapan hasil tes (Arikunto, 2012, hlm. 100). Data hasil validitas diolah reliabilitasnya menggunakan perangkat lunak *SPSS for Windows versi 23*.

Metode pengujian reliabilitas instrumen regulasi diri dilakukan dengan bantuan program *SPSS for Windows versi 23* menggunakan metode *Alpha Cronbach* dengan rumus :

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

(Sugiyono, 2014, hlm. 131)

Tolak ukur hasil pengujian reliabilitas instrumen penelitian berpatokan pada kriteria reliabilitas instrumen yang disajikan dalam tabel 3.5 di bawah ini.

**Tabel 3.5**  
**Kriteria Reliabilitas Instrumen**

$0.800 \leq r \leq 1.000$	Derajat keterandalan sangat tinggi
$0.600 \leq r \leq 0.799$	Derajat keterandalan tinggi
$0.400 \leq r \leq 0.599$	Derajat keterandalan cukup
$0.200 \leq r \leq 0.399$	Derajat keterandalan rendah
$0.000 \leq r \leq 0.199$	Derajat keterandalan sangat rendah



Berdasarkan hasil uji reliabilitas instrumen ditemukan tingkat reliabilitas sebesar 0.729 besaran ini menunjukkan bahwa tingkat reliabilitas atau kepercayaan instrumen *gratitude* memiliki derajat keterandalan yang tinggi. Oleh karena itu, penulis menyatakan bahwa instrumen *gratitude* sudah layak untuk digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini.

### **3.4 Prosedur Penelitian**

#### **3.4.1 Tahap Persiapan**

Tahap ini merupakan tahap persiapan penelitian, dimana penulis mengajukan dan menentukan tema penelitian dalam mata kuliah metode riset BK yang diampu oleh Prof. Furqon, Ph.D. yang kemudian disetujui oleh Prof. Ahman, M.Pd. selaku Dewan Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan. Selanjutnya, penulis mengajukan permohonan yang bersifat administratif terkait pengangkatan dosen pembimbing skripsi dan ijin penelitian di SMP Negeri 29 Bandung.

#### **3.4.2 Tahap Pelaksanaan**

Dalam tahap pelaksanaan, penulis memulai dengan meminta ijin kepada pihak penyelenggara pendidikan di SMP Negeri 29 Bandung untuk menyelenggarakan proses penelitian terutama penyebaran instrumen *gratitude*. Kemudian, penulis melakukan pengumpulan data di tanggal yang sudah ditentukan sebelumnya.

#### **3.4.3 Tahap Pelaporan**

Tahap ini merupakan tahap akhir dari proses penulisan tugas akhir berupa skripsi. Dimana pada tahap ini penulis melaksanakan penulisan laporan yang diketahui oleh dosen pembimbing skripsi dan kemudian diajukan dan diujikan melalui tahap uji plagiarisme dan ujian sidang sarjana.

### **3.5 Analisis Data**

Penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Analisis menggunakan statistik deskriptif ini dilakukan untuk mencari, menunjukkan, atau memaparkan

rata-rata, standar deviasi, dan skor-skor untuk variabelnya (Creswell, 2009). Penyajian data pada analisis deskriptif dalam bentuk distribusi frekuensi sehingga akan diketahui kecenderungan hasil temuan penelitian, alat bantu perhitungan data yang digunakan berupa perangkat lunak *SPSS for Windows versi 23* dan *Microsoft Excel 2016*. Adapun langkah-langkah dalam analisis data pada penelitian ini adalah sebagai berikut.

### 3.5.1 Pemeriksaan Data

Langkah pertama yang dilakukan dalam menganalisis data dalam penelitian ini adalah melakukan pemeriksaan data sehingga dapat dilanjutkan kepada pengklasifikasian data. Data yang telah terkumpul diperiksa untuk dipilih antara data yang layak maupun tidak.

### 3.5.2 Pemberian Skor

Instrumen penelitian disusun oleh peneliti berdasarkan definisi operasional variabel. Skala yang digunakan yaitu skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap. Terdiri atas 20 butir pernyataan dengan pilihan jawaban sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS). Instrumen *gratitude* yang dikembangkan terdiri atas 17 item pernyataan *favorable* dan 13 item pernyataan *unfavorable*. Adapun pemberian skor digambarkan pada Tabel 3.6 berikut.

**Tabel 3.6**  
**Pemberian Skor Instrumen *Gratitude***

<b>Jawaban</b>	<b>Skor Item <i>Favorable</i></b>	<b>Skor Item <i>Unfavorable</i></b>
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Kurang Sesuai	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

### 3.5.3 Kategorisasi Data

Data penelitian yang telah dikumpulkan kemudian dikelompokkan kedalam dua kategori yaitu *gratitude* dan *ingratitude*. Adapun tahapan yang dilakukan dalam menentukan kategorisasi data adalah sebagai berikut.

- 1) Mencari modus dan median skor;

**Tabel 3.7**  
**Statistik**

	<i>Maximum</i>	<i>Minimum</i>	<i>Median</i>	<i>Mode</i>
Total	132	89	116	115

- 2) Mengelompokkan data menjadi 2 kategori yaitu *gratitude* dan rendah *ingratitude* dengan ketentuan seperti pada Tabel 3.8 sebagai berikut.

**Tabel 3.8**  
**Konversi Dari Skor Mentah Menjadi Skor Matang**

Skala Skor Mentah	Kategorisasi Skor
$X \geq M$	<i>Gratitude</i>
$X < M$	<i>Ingratitude</i>

(Emmons, 2004)

Keterangan:

M = Median

X = Skor

Berdasarkan perhitungan tersebut maka diperoleh rumusan rentang skor kategori *gratitude* yang dapat dilihat pada Tabel 3.9 sebagai berikut:

**Tabel 3.9**  
**Rumusan Rentang Skor Kategori**

Kategori	Rentang Skor
<i>Gratitude</i>	$X \geq 116$
<i>Ingratitude</i>	$X < 116$

Adapun interpretasi untuk setiap kategori tersebut dijelaskan dalam Tabel 3.10 sebagai berikut.

**Tabel 3.10**  
**Interpretasi Kategori**

<b>Kategori</b>	<b>Rentang Skor</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Gratitude</i>	$X \geq 116$	Pada kategori ini siswa mudah mengucapkan syukur terhadap apa yang mereka alami, banyak menampilkan <i>gratitude</i> pada hal sederhana dan kompleks, ruang lingkup dari yang siswa tersebut syukuri berada cakupan yang luas, dan menyadari, mengetahui kepada siapa saja orang yang perlu mereka syukuri.
<i>Ingratitude</i>	$X < 116$	Pada kategori ini siswa sulit untuk mengucapkan syukur terhadap apa yang mereka alami, sedikit atau hampir tidak menampilkan atau mengucapkan kalimat <i>gratitude</i> pada hal sederhana dan kompleks, ruang lingkup dari yang siswa tersebut syukuri berada cakupan yang sempit, dan kurang menyadari, mengetahui kepada siapa saja orang yang perlu mereka syukuri.