

BAB III

METODE PENELITIAN

Bab III menjelaskan tentang metode yang digunakan dalam penelitian, meliputi: desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, analisis data, dan prosedur penelitian.

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Analisis data hasil penelitian dengan pendekatan kuantitatif dilakukan melalui prosedur matematika atau statistika. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah mencari koefisien determinasi untuk mengetahui besarnya kontribusi dari *coping strategy* terhadap keterbukaan diri. Dalam penelitian ini hanya ada dua variabel yang akan diukur yaitu *coping strategy* sebagai variabel bebas dan keterbukaan diri sebagai variabel terikat.

3.2. Partisipan

Partisipan yang dilibatkan dalam penelitian adalah mahasiswa semester 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia. Mahasiswa semester 1 adalah mahasiswa yang baru memasuki pendidikan di perguruan tinggi. Mahasiswa semester 1 yang menjadi partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2016 yang melaksanakan pendidikan tinggi tahun akademik 2016-2017 pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Dasar pertimbangan pemilihan partisipan adalah sebagai berikut.

- 1) mahasiswa semester 1 memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dari pada mahasiswa tingkat akhir, penyebabnya yaitu: (a) kesulitan beradaptasi dengan lingkungan pendidikan yang baru; dan (b) baru pertama kali merasakan jadwal dan tugas perkuliahan yang padat.
- 2) pada masa transisi ke perguruan tinggi individu mendapatkan tekanan sosial berupa berpisah dengan keluarga, teman, dan lingkungan asalnya. Selain itu,

mahasiswa semester 1 dituntut untuk menjalin hubungan sosial yang baru dengan teman-teman baru di perguruan tinggi. Kurangnya dukungan dan jaringan sosial serta belum adanya model relevan untuk dijadikan acuan pencapaian kesuksesan akademik, merupakan bagian dari kesulitan yang dihadapi oleh mahasiswa semester 1.

- 3) mahasiswa semester 1 memerlukan mekanisme *self disclosure* untuk mengurangi stres, namun mereka belum memiliki jaringan sosial yang luas.
- 4) *Self disclosure* menjadi ketertarikan konselor dalam profesi konseling serta menjadi pusat eksplorasi untuk mencapai keberhasilan konseling. Sumber utama dari beberapa masalah dalam konseling adalah berasal dari *self disclosure* konseli (Derlega dan Berg, 1987, hlm. 5). Mahasiswa semester 1 program studi bimbingan dan konseling merupakan individu yang dipersiapkan untuk menjadi guru BK atau konselor, sehingga perlu mengetahui pentingnya *self disclosure* untuk mencapai keberhasilan tugas sebagai konselor dan memiliki kesehatan psikologis yang baik dengan kemampuan *strategy coping* yang efektif.

3.3. Populasi dan Sampel Penelitian

Penelitian ini melibatkan populasi mahasiswa semester 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2016-2017 yang berjumlah 85 orang.

3.4. Definisi Operasional Variabel

Variabel yang didefinisikan secara operasional dalam penelitian ini yaitu *coping strategy* dan keterbukaan diri. *Coping strategy* didefinisikan sebagai strategi mahasiswa semester 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2016-2017 dalam upaya untuk menguasai, menoleransi, dan meminimalkan atau mereduksi tuntutan yang dihadapinya baik berasal dari eksternal (lingkungan) maupun internal (diri sendiri), yang dikategorikan ke dalam delapan kelompok yaitu: (1) *Problem Solving*, (2) *Cognitive Restructuring*, (3) *Social Support*, (4) *Express Emotions*, (5) *Problem Avoidance*, (6) *Wishful Thinking*, (7) *Self Critism*, (8) *Social Withdrawal*.

Berikut adalah penjelasan dari delapan kelompok *coping strategy*:

1) *Problem Solving*

Strategi perilaku dan kognitif individu yang dirancang untuk menghilangkan sumber stres dengan cara mengubah situasi tertekan yang dihadapi.

2) *Cognitive Restructuring*

Strategi kognitif individu untuk mengubah makna stres dari situasi tertekan atau mengancam kepada situasi positif yang dilihat dari sudut pandang berbeda.

3) *Social Support*

Perilaku individu untuk mencari dukungan emosional dari orang lain, baik keluarga maupun temannya pada saat menghadapi masalah.

4) *Express Emotions*

Perilaku meluapkan, melepaskan, dan mengekspresikan perasaan atau emosi pada saat menghadapi masalah.

5) *Problem Avoidance*

Perilaku penghindaran terhadap masalah dengan cara tidak memikirkan dan bertindak apa pun untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi

6) *Wishful Thinking*

Strategi kognitif individu berupa berangan-angan tentang situasi yang diinginkan supaya berubah menjadi lebih baik.

7) *Self Critism*

Perilaku menyalahkan dan mengkritisi diri sendiri atas masalah yang dialami

8) *Social Withdrawal*

Penghindaran dari adanya pertemuan dengan orang lain baik dari keluarga maupun teman.

Selanjutnya, keterbukaan diri yang diukur dalam penelitian didefinisikan sebagai kemampuan mahasiswa semester 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2016-2017 untuk memberikan informasi kepada temannya yang mencakup aspek sikap dan opini (*attitude and opinions*), selera dan minat (*taste and interests*), pendidikan atau pekerjaan (*School or Work*), keuangan (*money*), kepribadian (*personality*), dan fisik (*body*). Pada penelitian ini aspek keuangan (*money*) tidak dilibatkan karena

kurang sesuai dengan kebutuhan penelitian, sehingga variabel keterbukaan diri yang diungkap hanya sebanyak lima aspek.

Berikut penjabaran dari kelima aspek tersebut.

- 1) Sikap dan opini (*Attitude and Opinions*), mencakup informasi sikap dan pendapat mengenai keagamaan, pergaulan remaja, dan keadaan keluarga.
- 2) Selera dan minat (*Taste and Interests*), mencakup informasi tentang selera dalam berpakaian, makanan, buku bacaan, acara TV dan minat yang dimiliki.
- 3) Pendidikan atau Pekerjaan (*School or Work*), mencakup informasi tentang keadaan lingkungan pendidikan, evaluasi kemampuan belajar, dan rencana masa depan.
- 4) Kepribadian (*Personality*), mencakup informasi tentang hal-hal yang berkaitan dengan emosi (bahagia, marah, cemas, sedih, benci, bangga, kegagalan, kesalahan, dan malu) serta hubungan lawan jenis.
- 5) Fisik (*Body*), mencakup informasi tentang pertumbuhan fisik dan kondisi kesehatan fisik.

3.5. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah angket atau kuesioner. Angket atau kuesioner digunakan sebagai alat pengumpul data untuk mencapai tujuan penelitian. Kisi-kisi instrumen untuk mengukur *coping strategy* dikembangkan dari definisi operasional variabel *coping strategy* dan adaptasi modifikasi dari *Coping Strategies Inventory* oleh David L. Tobin (1984) yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian. Kisi-kisi instrumen untuk mengukur keterbukaan diri pada mahasiswa semester 1 program studi Bimbingan dan Konseling dikembangkan berdasarkan definisi operasional variabel keterbukaan diri dan adaptasi modifikasi dari *Jourard Self Disclosure Questioner* (JSDQ) oleh Sidney M. Jourard (1971) yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian.

3.5.1. Jenis Instrumen

Jenis instrumen penelitian yang digunakan adalah angket atau kuesioner. Angket yang digunakan adalah angket tertutup, yaitu responden diberikan pernyataan mengenai *strategy coping* dan keterbukaan diri yang disertai alternatif

pilihan jawaban. Responden memilih salah satu alternatif pilihan jawaban yang sudah disediakan pada setiap item pernyataan.

3.5.2. Pengembangan Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Kisi-kisi instrumen penelitian untuk mengukur keterbukaan diri pada mahasiswa semester 1 program studi Bimbingan dan Konseling dikembangkan menurut definisi operasional variabel keterbukaan diri, bahwa berdasarkan karakteristiknya *self disclosure* berkaitan dengan aspek sikap dan opini (*attitude and opinions*), selera dan minat (*taste and interests*), pendidikan atau pekerjaan (*school or work*), kepribadian (*personality*), dan fisik (*body*). Sedangkan, pengembangan kisi-kisi instrumen penelitian untuk variabel *coping strategy* didasarkan pada kategori *coping strategy* yaitu: (1) *Problem Solving*, (2) *Cognitive Restructuring*, (3) *Social Support*, (4) *Express Emotions*, (5) *Problem Avoidance*, (6) *Wishful Thinking*, (7) *Self Critism*, dan (8) *Social Withdrawal*.

Kisi-kisi instrumen penelitian pada variabel keterbukaan diri disajikan pada Tabel 3.1 sebagai berikut.

Tabel 3.1
Kisi-kisi Instrumen Keterbukaan Diri, 50 items version
(Sebelum Uji Kelayakan Instrumen)

NO.	ASPEK	INDIKATOR	NO. ITEM (+)	TOTAL
1	Sikap dan Opini (<i>Attitudes and Opinions</i>)	Mengungkapkan hal-hal keagamaan dan politik/pemerintahan	1, 2, 3, 4	4
		Mengungkapkan pergaulan remaja	5,6, 7, 8, 9	5
		Mengungkapkan kondisi keluarga	10	1
2	Selera dan Minat (<i>Tastes and Interests</i>)	Mengungkapkan selera dalam makanan, musik, buku bacaan, acara TV, dan pakaian	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18,	8
2	Selera dan Minat (<i>Tastes and Interests</i>)	Mengungkapkan minat atau hobi yang disukai	19, 20	2

Tabel 3.1
Kisi-kisi Instrumen Keterbukaan Diri, 50 items version
(Sebelum Uji Kelayakan Instrumen)

NO.	ASPEK	INDIKATOR	NO. ITEM (+)	TOTAL
3	Pekerjaan atau Pendidikan (<i>Work or Studies</i>)	Mengungkapkan keadaan lingkungan pendidikan, evaluasi kemampuan belajar, dan rencana masa depan	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30	10
4	Kepribadian (<i>Personality</i>)	Mengungkapkan keadaan emosional dirinya	31, 32, 35, 36, 37, 38, 39, 40	8
		Mengungkapkan hubungannya dengan lawan jenis	33, 34	2
5	Fisik (<i>Body</i>)	Mengungkapkan pertumbuhan dan kondisi kesehatan fisik	41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	10
JUMLAH				50

Adapun kisi-kisi instrumen *coping strategy* disajikan pada Tabel 3.2 sebagai berikut.

Tabel 3.2
Kisi-kisi Coping Strategy, 72 items version

NO	ASPEK	INDIKATOR	NO. ITEM	TOTAL
1	<i>Problem Solving</i>	Merancang strategi perilaku dan kognitif untuk menghilangkan sumber stres dengan mengubah situasi	1, 9, 17, 25, 33, 41, 49, 57, 65	9
2	<i>Cognitive Restructuring</i>	Mengubah makna dari stres sebagai ancaman menjadi situasi positif karena dilihat dari sudut pandang baru yang berbeda	2, 10, 18, 26, 34, 42, 50, 58, 66	9

Tabel 3.2
Kisi-kisi Coping Strategy, 72 items version

NO	ASPEK	INDIKATOR	NO. ITEM	TOTAL
3	<i>Social Support</i>	Mencari dukungan emosional dari orang lain, baik keluarga maupun teman-teman	3, 11, 19, 27, 35, 43, 51, 59, 67	9
4	<i>Express Emotions</i>	Melepaskan dan mengekspresikan emosi	4, 12, 20, 28, 36, 44, 52, 60, 68	9
5	<i>Problem Avoidance</i>	Menghindari masalah dengan tidak memikirkan dan mengambil tindakan apa pun	5, 13, 21, 29, 37, 45, 53, 61, 69	9
6	<i>Wishful Thinking</i>	Berangan-angan situasi akan berubah menjadi lebih baik	6, 14, 22, 30, 38, 46, 54, 62, 70	9
7	<i>Self Critism</i>	Menyalahkan dan mengkritisi diri sendiri atas masalah yang dimiliki	7, 15, 23, 31, 39, 47, 55, 63, 71	9
8	<i>Social Withdrawal</i>	Menghindar pertemuan atau perkumpulan dengan orang lain	8, 16, 24, 32, 40, 48, 56, 64, 72	9
JUMLAH				72

3.5.3. Uji Kelayakan Instrumen

Sebelum disebarkan kepada responden, terlebih dahulu instrumen *coping strategy* dan keterbukaan diri diuji kelayakannya. Uji kelayakan instrumen dilakukan melalui penimbangan tentang kesesuaian item pernyataan pada instrumen dengan landasan teoretis, ketepatan redaksi atau bahasa yang digunakan, dan ketepatan esensi atau isi instrumen. Penimbangan butir pernyataan pada instrumen dilakukan oleh lima orang ahli, yang terdiri atas tiga orang dosen Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, satu orang dosen Bahasa Indonesia, dan satu orang dosen Bahasa Inggris. Berikut adalah hasil

penimbangan butir pernyataan pada instrumen keterbukaan diri dan *coping strategy* yang disajikan dalam Tabel 3.3 dan Tabel 3.4.

Tabel 3.3
Hasil *Judgement* Instrumen Keterbukaan Diri

Kesimpulan	No. Item	Jumlah
Memadai	2, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 19, 21, 23, 27, 28, 29, 31, 34, 36, 37, 38, 39, 41, 44, 47, 48, 49, 50	29
Diperbaiki	1, 3, 6, 7, 8, 15, 18, 20, 22, 24, 24, 26, 30, 32, 33, 35, 40, 42, 43, 45, 46	21
Dibuang	(Tidak ada)	(Tidak ada)

Tabel 3.4
Hasil *Judgement* Instrumen *Coping Strategy*

Kesimpulan	No. Item	Jumlah
Memadai	1, 2, 4, 5, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 36, 38, 41, 42, 44, 46, 47, 49, 54, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 68, 71, 73, 75	42
Diperbaiki	3, 6, 7, 11, 12, 13, 19, 22, 23, 24, 25, 27, 34, 35, 37, 39, 40, 43, 45, 48, 50, 51, 52, 53, 55, 64, 65, 66, 67, 69, 70, 72, 74	33
Dibuang	(Tidak ada)	(Tidak ada)

Penimbangan instrumen yang telah dilakukan oleh dosen ahli menunjukkan pada instrumen keterbukaan diri, terdapat sebanyak 29 item pernyataan sudah memadai dan 21 item pernyataan masih harus diperbaiki dari segi redaksi dan isi. Selanjutnya, pada instrumen *coping strategy* terdapat sebanyak 42 item pernyataan sudah memadai dan 33 item pernyataan masih harus diperbaiki dari segi redaksi dan isi. Secara keseluruhan, jumlah item pernyataan yang digunakan untuk penelitian berjumlah 50 item untuk variabel keterbukaan diri dan 75 item untuk variabel *coping strategy*. Kisi-kisi instrumen keterbukaan diri dan *coping strategy* setelah dilakukan uji kelayakan mengalami perubahan yang ditampilkan dalam Tabel 3.5 sebagai berikut.

Tabel 3.5
Kisi-kisi Instrumen Keterbukaan Diri
(Setelah Uji Kelayakan)

NO.	ASPEK	INDIKATOR	NO. ITEM (+)	TOTAL
1	Sikap dan Opini (<i>Attitudes and Opinions</i>)	Mengungkapkan hal-hal keagamaan dan politik/pemerintahan	1, 2, 3, 4	4
		Mengungkapkan pergaulan remaja	5,6, 7, 8, 9	5
		Mengungkapkan kondisi keluarga	10	1
2	Selera dan Minat (<i>Tastes and Interests</i>)	Mengungkapkan selera dalam makanan, musik, buku bacaan, acara TV, dan pakaian	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18,	8
2	Selera dan Minat (<i>Tastes and Interests</i>)	Mengungkapkan minat atau hobi yang disukai	19, 20	2
3	Pekerjaan atau Pendidikan (<i>Work or Studies</i>)	Mengungkapkan keadaan lingkungan pendidikan, evaluasi kemampuan belajar, dan rencana masa depan	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30	10
4	Kepribadian (<i>Personality</i>)	Mengungkapkan keadaan emosional dirinya	31, 32, 35, 36, 37, 38, 39, 40	8
		Mengungkapkan hubungannya dengan lawan jenis	33, 34	2
5	Fisik (<i>Body</i>)	Mengungkapkan pertumbuhan dan kondisi kesehatan fisik	41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	10
JUMLAH				50

Tabel 3.6
Kisi-kisi Instrumen *Coping Strategy*
(Setelah Uji Kelayakan)

NO	ASPEK	INDIKATOR	NO. ITEM	TOTAL
1	<i>Problem Solving</i>	Merancang strategi perilaku dan kognitif untuk menghilangkan sumber stres dengan mengubah situasi	1, 9, 17, 26, 34, 42, 50, 58, 68	9
2	<i>Cognitive Restructuring</i>	Mengubah makna dari stres sebagai ancaman menjadi situasi positif karena dilihat dari sudut pandang baru yang berbeda	2, 10, 18, 27, 35, 43, 51, 59, 69	9
3	<i>Social Support</i>	Mencari dukungan emosional dari orang lain, baik keluarga maupun teman-teman	3, 11, 19, 28, 36, 44, 52, 60, 70	9
4	<i>Express Emotions</i>	Melepaskan dan mengekspresikan emosi	4, 12, 20, 29, 37, 45, 53, 61, 71	9
5	<i>Problem Avoidance</i>	Menghindari masalah dengan tidak memikirkan dan mengambil tindakan apa pun	5, 13, 21, 30, 38, 46, 54, 62, 72	9
6	<i>Wishful Thinking</i>	Berangan-angan situasi akan berubah menjadi lebih baik	6, 14, 22, 31, 39, 47, 55, 63, 73	9
7	<i>Self Critism</i>	Menyalahkan dan mengkritisi diri sendiri atas masalah yang dimiliki	7, 15, 23, 32, 40, 48, 56, 64, 65, 74	10
8	<i>Social Withdrawal</i>	Menghindar pertemuan atau perkumpulan dengan orang lain	8, 16, 24, 25, 33, 41, 49, 57, 66, 67, 75	11
JUMLAH				75

3.5.4. Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan instrumen dilakukan dengan tujuan untuk menilai pemahaman responden terhadap setiap item pernyataan yang ada dalam instrumen penelitian. Beberapa item yang tidak dipahami oleh responden akan diperbaiki sehingga didapatkan instrumen yang sesuai dengan kebutuhan responden. Uji keterbacaan pada instrumen *coping strategy* dan keterbukaan diri dilakukan terhadap sepuluh orang mahasiswa semester 1 Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2016-2017. Sepuluh orang mahasiswa tersebut terdiri atas lima orang dari Program Studi Pendidikan Akuntansi, tiga orang dari Pendidikan Teknologi Agroindustri, satu orang dari Program Studi Ilmu Komputer, dan satu orang dari Program Studi Pendidikan Sosiologi. Berdasarkan uji keterbacaan yang telah dilakukan, terdapat sebanyak tujuh item pernyataan pada instrumen keterbukaan diri dan sepuluh pernyataan pada instrumen *coping strategy* yang tidak dipahami oleh responden. Seluruh pernyataan yang tidak dipahami dijabarkan dalam tabel berikut.

Tabel 3.7
Uji Keterbacaan Instrumen Keterbukaan Diri

No.	Pernyataan yang Tidak Dipahami	No. Item
1	Mengungkapkan pendapat Saya tentang paham yang tidak mengakui adanya Tuhan (<i>Atheis</i>)	3
2	Menceritakan konsep perayaan yang disukai dan tidak disukai	18
3	Menceritakan hal-hal yang patut dihargai dalam seluruh dimensi kehidupan	20
4	Menceritakan hal-hal dalam diri Saya yang sudah dihargai oleh orang lain dalam perkuliahan (teman-teman, orang tua, dan dosen)	26
5	Menceritakan kesulitan dalam mengekspresikan perasaan	32
6	Mendiskusikan sistem reproduksi	33
7	Menceritakan daya tarik diri sendiri	43

Tabel 3.8
Uji Keterbacaan Instrumen *Coping Strategy*

No.	Pernyataan yang Tidak Dipahami	No. Item
1	Saya berkonsentrasi penuh atas hal-hal yang seharusnya dilakukan	1
2	Saya berusaha untuk tidak melibatkan masalah Saya ke dalam sistem	11
3	Saya bepergian bersama orang lain seolah-olah tidak terjadi apa-apa pada diri Saya	13
4	Saya menganggap bahwa masalah yang dihadapi adalah masalah orang lain	38
5	Saya berharap untuk tidak memulai dengan masalah	39
6	Saya berangan-angan atas situasi yang membuat Saya tertekan akan berubah	47
7	Saya memaki diri sendiri atas peristiwa yang terjadi	56
8	Saya memutuskan untuk berhenti dalam memikirkan masalah yang dihadapi	62
9	Saya membayangkan kondisi yang tidak nyata untuk membuat Saya merasa lebih baik	73
10	Saya merasa sangat bodoh	74

Setelah didapatkan hasil dari uji keterbacaan, selanjutnya beberapa pernyataan yang tidak dipahami responden diperbaiki dan disesuaikan dengan kebutuhan penelitian, sebagai berikut.

Tabel 3.9
Hasil Perbaikan Item Pernyataan Keterbukaan Diri
(Setelah Uji Keterbacaan)

No	Pernyataan yang Diperbaiki	No. Item
1	Mengungkapkan pendapat tentang adanya paham yang tidak mempercayai Tuhan	3
2	Menceritakan hal-hal yang seharusnya dihargai dalam seluruh kehidupan	18
3	Mendiskusikan sistem perkembangbiakan manusia	20
4	Menceritakan konsep pesta yang disukai dan tidak disukai	26
5	Menceritakan hal-hal tentang diri saya yang layak dihargai orang lain	32
6	Sulit bercerita tentang perasaan sendiri kepada orang lain	33
7	Mendiskusikan sistem perkembangbiakan manusia	43
8	Menceritakan daya tarik diri sendiri	

Tabel 3.10
Hasil Perbaikan Item Pernyataan *Coping Strategy*
(Setelah Uji Keterbacaan)

No.	Pernyataan yang Diperbaiki	No. Item
1	Saya berkonsentrasi penuh dalam melakukan kegiatan	1
2	Saya berusaha untuk tidak melibatkan masalah pribadi menjadi masalah orang lain	11
3	Saya pergi bermain bersama orang lain seolah-olah tidak ada masalah	13
4	Saya menganggap masalah saya merupakan masalah orang lain	38
5	Saya berharap untuk tidak memulai sesuatu dengan membuat masalah	39
6	Saya berkhayal situasi stres yang dihadapi akan segera berubah	47
7	Saya memaki diri sendiri atas peristiwa yang menimpa diri saya	56
8	Saya memutuskan untuk berhenti memikirkan masalah yang dihadapi	62
9	Saya membayangkan kondisi lain agar saya merasa lebih baik	73
10	Saya merasa menjadi manusia bodoh	74

3.5.5. Uji Validitas Butir Item

Mutu penelitian dapat dinilai dari nilai validitas hasil yang diperoleh. Uji validitas butir item bertujuan untuk menilai item pernyataan yang sekiranya dapat mengukur apa yang akan diukur. Untuk menguji validitas instrumen dilakukan melalui pengolahan data dengan bantuan program SPSS 20.0 *for windows*.

Berdasarkan hasil uji validitas, pada instrumen keterbukaan diri didapatkan pernyataan yang valid sebanyak 41 item dan pernyataan yang tidak valid sebanyak 9 item. Selanjutnya, pada instrumen *coping strategy* didapatkan pernyataan yang valid sebanyak 52 item dan pernyataan yang tidak valid sebanyak 23 item. Kriteria uji validitas yang dipakai adalah jika nilai validitas < 0,50 dengan syarat sudah merepresentasi masing-masing aspek dalam kisi-kisi instrumen. Berikut ini hasil uji validitas instrumen yang disajikan dalam Tabel 3.7 dan Tabel 3.8.

Tabel 3.11
Hasil Uji Validitas Instrumen Keterbukaan Diri

Kesimpulan	Item	Jumlah
Jumlah Awal	1, 2, 3, 4, 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	50
Item Valid	1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49	41
Item Tidak Valid (Dibuang)	4, 9, 19, 20, 24, 32, 33, 34, 50	9

Tabel 3.12
Hasil Uji Validitas Instrumen *Coping Strategy*

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

3.5.6. Uji Reliabilitas Instrumen

Data-data hasil penelitian yang akan diolah dengan suatu teknik statistik melalui pengukuran perlu memiliki instrumen yang reliabel. Artinya, instrumen tersebut dapat dipercaya untuk mengukur sesuatu yang diukur secara konsisten dari waktu ke waktu. Uji reliabilitas instrumen yang berskala dilakukan dengan menggunakan metode Alpha Cronbach. Adapun rumus koefisiensi reliabilitas Alpha Cronbach adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \frac{k}{k-1} \times \left\{ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t} \right\}$$

(Arikunto, 2013, hlm. 239)

Keterangan:

r_{11} : Nilai reliabilitas
 $\sum S_i^2$: Jumlah varians skor tiap-tiap item
 S_t : Varians total
 K : Jumlah item

Untuk mengukur nilai reliabilitas digunakan kategori koefisiensi reliabilitas instrumen dari Sugiyono (2013, hlm. 257).

Tabel 3.13

Kriteria Keterandalan (Reliabilitas) Instrumen

Besarnya Nilai r	Interpretasi
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Tinggi
0,80 – 1,000	Sangat Tinggi

Hasil pengolahan uji reliabilitas instrumen keterbukaan diri dapat dilihat pada Tabel 3.7 sebagai berikut.

Tabel 3.14

Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Keterbukaan Diri

Cronbach's Alpha	N of Items
,923	41

Berdasarkan Tabel 3.8, hasil pengujian pengolahan reliabilitas instrumen menunjukkan koefisien reliabilitas instrumen keterbukaan diri sebesar 0,923, artinya tingkat korelasi atau derajat keterandalannya sangat tinggi.

Selanjutnya, Hasil pengolahan uji reliabilitas instrumen *coping strategy* dapat dilihat pada Tabel 3.9 sebagai berikut.

Tabel 3.15
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen *Coping Strategy*

Cronbach's Alpha	N of Items
,880	54

Berdasarkan Tabel 3.9 didapatkan hasil pengujian pengolahan reliabilitas instrumen menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,880, artinya tingkat korelasi atau derajat keterandalannya berada pada kategori sangat tinggi. Dengan demikian, instrumen keterbukaan diri dan *coping strategy* yang digunakan dalam penelitian ini sudah baik dan dapat dipercaya untuk dijadikan alat pengumpul data.

Tabel 3.16
Kisi-kisi Instrumen Keterbukaan Diri
(Setelah Uji Coba Instrumen)

NO.	ASPEK	INDIKATOR	NO. ITEM (+)	TOTAL
1	Sikap dan Opini (<i>Attitudes and Opinions</i>)	Mengungkapkan hal-hal keagamaan dan politik/pemerintahan	1, 2, 3	3
		Mengungkapkan pergaulan remaja	4, 5, 6, 7	4
		Mengungkapkan kondisi keluarga	8	1
2	Selera dan Minat (<i>Tastes and Interests</i>)	Mengungkapkan selera dalam makanan, musik, buku bacaan, acara TV, dan pakaian	9, 10, 11, 12, 13,14, 15, 16	8
3	Pekerjaan atau Pendidikan (<i>Work or Studies</i>)	Mengungkapkan keadaan lingkungan pendidikan, evaluasi kemampuan belajar, dan rencana masa depan	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25	9
4	Kepribadian (<i>Personality</i>)	Mengungkapkan keadaan emosional dirinya	26, 27, 28, 29, 30, 31, 32	7
5	Fisik (<i>Body</i>)	Mengungkapkan pertumbuhan dan kondisi kesehatan fisik	33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41	9
JUMLAH				41

Tabel 3.17
Kisi-kisi Instrumen *Coping Strategy*
(Setelah Uji Coba Instrumen)

NO	ASPEK	INDIKATOR	NO. ITEM	TOTAL
1	<i>Problem Solving</i>	Merancang strategi perilaku dan kognitif untuk menghilangkan sumber stres dengan mengubah situasi	4, 9, 17, 23, 30, 36, 40, 48	8
2	<i>Cognitive Restructuring</i>	Mengubah makna dari stres sebagai ancaman menjadi situasi positif karena dilihat dari sudut pandang baru yang berbeda	1, 5, 10, 18, 24, 31, 41, 49	8
3	<i>Social Support</i>	Mencari dukungan emosional dari orang lain, baik keluarga maupun teman-teman	19, 25, 37, 42, 50	5
4	<i>Express Emotions</i>	Melepaskan dan mengekspresikan emosi	6, 11, 20, 26, 32, 38, 43, 51	8
5	<i>Problem Avoidance</i>	Menghindari masalah dengan tidak memikirkan dan mengambil tindakan apa pun	12, 33, 44, 52	4
6	<i>Wishful Thinking</i>	Berangan-angan situasi akan berubah menjadi lebih baik	2, 7, 13, 21, 27, 34, 45, 53	8
7	<i>Self Critism</i>	Menyalahkan dan mengkritisi diri sendiri atas masalah yang dimiliki	3, 8, 14, 22, 28, 39, 54	7
8	<i>Social Withdrawal</i>	Menghindar pertemuan atau perkumpulan dengan orang lain	15, 16, 29, 35, 46, 47	6
JUMLAH				54

3.6. Analisis Data

3.6.1. Pedoman Penyebaran Data Hasil Penelitian

Instrumen penelitian untuk mengukur variabel keterbukaan diri dan *coping strategy* menggunakan Skala Likert yang menyediakan lima alternatif pilihan jawaban. Alternatif pilihan jawaban pada variabel keterbukaan diri dan *coping strategy* yaitu Tidak Pernah, Jarang, Kadang-kadang, Sering, dan Sangat Sering. Masing-masing pilihan jawaban mempunyai nilai skor yang berbeda disesuaikan dengan derajat intensitasnya. Berikut ini kategori pemberian skor pada alternatif pilihan jawaban.

Tabel 3.18
Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban
pada Instrumen Keterbukaan Diri dan *Coping Strategy*

Pilihan Jawaban	Bobot Nilai Skor
Tidak Pernah	1
Jarang	2
Kadang-kadang	3
Sering	4
Sangat Sering	5

3.6.2. Pengolahan Data

Kontribusi *coping strategy* terhadap keterbukaan diri pada mahasiswa semester 1 prodi BK dapat dideskripsikan apabila data yang sudah terkumpul diolah dengan menggunakan teknik statistik. Tahapan yang dilakukan untuk mengolah data adalah sebagai berikut:

1. Pengkategorisasian dengan menjumlahkan skor dari seluruh item pernyataan yang selanjutnya ditentukan panjang setiap kelas dengan rumus:

$$R = \frac{X_{maks} - X_{min}}{Bk}$$

(Furqon, 2009, hlm. 24-25)

Keterangan:

- R : panjang kelas
 Xmaks : skor maksimum
 Xmin : skor minimum
 Bk : banyak kelas

2. Membuat kategorisasi untuk variabel yang diukur.

Data yang telah diolah lalu dikelompokkan ke dalam kategori yang sudah ditentukan. Untuk variabel keterbukaan diri, data dikelompokkan ke dalam empat kategori yaitu:

- 1) sangat terbuka, yang ditandai dengan menceritakan semua aspek tentang dirinya secara mendetail dan tidak ada yang ditutup-tutupi;
- 2) cukup terbuka, ditandai dengan menceritakan informasi diri secara umum tidak sampai mendetail;
- 3) tertutup, ditandai dengan tidak adanya kemauan untuk menceritakan informasi dirinya, kalau pun dia bercerita maka cerita yang dia bagikan adalah tidak akurat dengan dirinya; dan
- 4) sangat tertutup, ditandai dengan tidak pernah menceritakan apapun tentang dirinya.

Untuk variabel *coping strategy*, data dibagi menjadi dua kelompok yaitu *Engagement Coping Strategy* dan *Disengagement Coping Strategy*. Berikut ini adalah *scoring* data untuk mengukur dan menentukan pengelompokkan *coping strategy*.

Tabel 3.19
Pengelompokkan *Coping Strategy*

Kategori	Aspek
<i>Engagement</i>	<i>Problem Focused + Emotion Focused</i> <i>(Problem Solving+Cognitive Restructuring+Express Emotion+Social Support)</i>
<i>Disengagement</i>	<i>Problem Focused + Emotion Focused</i> <i>(Problem Avoidance+Wishful Thinking+Self Critism+Social Withdrawal)</i>

Setelah dilakukan pengelompokkan data, lalu hitung persentase penggunaan *Engagement Coping Strategy* dan *Disengagement Coping Strategy* dengan membandingkan nilai median untuk masing-masing *coping strategy*, selanjutnya dibagi dengan jumlah responden dan dikalikan seratus.

3. Menghitung Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi digunakan untuk menentukan besarnya kontribusi *coping strategy* terhadap keterbukaan diri yang dijelaskan melalui hubungan linier antara kedua variabel tersebut. Rumusnya adalah sebagai berikut.

$$KD = r^2 \times 100\%$$

(Sugiyono, 2013, hlm. 259)

Keterangan:

KD : Koefisien Determinasi

r : Koefisien Korelasi

3.1. Prosedur Penelitian

3.1.1. Langkah-langkah Penelitian

Penelitian ini dilakukan melalui tiga tahap yaitu tahap awal, inti, dan akhir. Berikut penjelasan masing-masing tahapan penelitian.

Tabel 3.20 Tahapan Penelitian

Tahapan Penelitian	Kegiatan	Hasil
Awal	a. Melakukan studi pendahuluan b. Mengkaji landasan teori	Data awal mengenai kondisi objektif mahasiswa semester 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia
Inti	a. Pengumpulan data b. Pengolahan c. Analisis dan pembahasan	Data hasil penelitian keterbukaan diri dan <i>coping strategy</i> mahasiswa semester 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia yang disertai analisis dan pembahasan berlandaskan teori.

Tabel 3.20 Tahapan Penelitian

Tahapan Penelitian	Kegiatan	Hasil
Akhir	a. Pelaporan	Simpulan dan rekomendasi hasil penelitian kontribusi <i>coping strategy</i> terhadap keterbukaan diri pada mahasiswa semester 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2016/2017.