

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Pendekatan kuantitatif digunakan dalam penelitian ini karena data yang digunakan merupakan data numerikal atau berupa angka-angka sehingga analisis data bersifat statistik. Pendekatan kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini berguna untuk meneliti suatu populasi atau sampel tertentu melalui instrumen penelitian dan bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Hal ini diperjelas oleh pendapat Sugiyono (2014, hlm. 14) yang juga menjelaskan bahwa pendekatan kuantitatif digunakan ketika peneliti bermaksud untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, di mana pengumpulan data memanfaatkan instrumen penelitian, dengan analisis data yang bersifat kuantitatif/statistik yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Adapun metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif, yaitu metode penelitian yang digunakan guna menggambarkan atau mendeskripsikan fenomena yang terjadi. Deskripsi dari fenomena tersebut dapat dituangkan secara individual maupun kelompok dan menggunakan angka-angka (Sukmadinata, 2009, hlm. 54). Dalam penelitian ini, dideskripsikan profil kemampuan penyesuaian diri peserta didik kelas IX SMP Negeri 22 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018.

3.2. Lokasi dan Populasi Penelitian

3.2.1. Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 22 Bandung yang beralamat di jalan W.R. Supratman no 24 Bandung.

3.2.2. Populasi Penelitian

Populasi ditetapkan peneliti untuk dipelajari kualitas karakteristik tertentu. Populasi dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas IX SMP Negeri 22 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018. Adapun jumlah populasi dalam penelitian adalah sebanyak 338. Distribusi peserta didik dalam penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.1.

**Distribusi Peserta Didik Kelas IX SMP Negeri 22 Bandung
Tahun Ajaran 2017/2018**

No	Kelas	Jumlah
1	IX-1	35
2	IX-2	37
3	IX-3	33
4	IX-4	33
5	IX-5	33
6	IX-6	35
7	IX-7	28
8	IX-8	34
9	IX-9	36
10	IX-10	35

Adapun dasar bagi peneliti dalam menetapkan populasi penelitian di SMP Negeri 22 Bandung yaitu sebagai berikut:

- 1) Berdasarkan penemuan pada studi pendahuluan, ditemukan masalah berupa banyaknya peserta didik kelas IX yang kurnag mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, ditandai dengan perilaku yang terlalu aktif, atau menarik diri.
- 2) Peserta didik kelas IX berada pada rentang usia 12-15 tahun yang mana dalam usia ini perkembangan sosial remaja sedang meningkat. Penyesuaian diri menjadi komponen yang penting agar peserta didik dapat memiliki fisik dan mental yang sehat (Mu'tadin, dalam Oktaviana, 2012, hlm. 14).
- 3) Belum ada yang melakukan penelitian untuk mengungkap gambaran umum penyesuaian diri peserta didik di SMP Negeri 22 Bandung.

3.3. Definisi Operasional Variabel

3.3.1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri dapat diartikan penguasaan, yaitu kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respons-respons sedemikian rupa sehingga dapat menanggapi segala macam konflik, masalah hidup, dan frustrasi secara efisien (Widianingsih dan Widiarini, 2009, hlm. 11). Pada penelitian ini, penyesuaian diri dibatasi sebagai kemampuan peserta didik kelas IX SMP Negeri 22 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018 untuk merespons atau mengatasi masalahnya dengan wajar, tidak merugikan diri sendiri dan lingkungannya, serta sesuai norma.

Scheneiders (1964, hlm. 430) mengungkapkan bahwa aspek-aspek penyesuaian diri meliputi hal-hal sebagai berikut.

- 1) Mampu mengontrol emosi yang berlebihan.

Emosi yang tidak berlebihan serta tidak memiliki gangguan emosi menandai penyesuaian diri yang baik. Ketika kontrol emosi individu baik, maka individu dapat mengatasi situasi dengan baik.

- 2) Mampu mengatasi mekanisme psikologis.

Kejujuran dan keterbukaan atas adanya konflik atau masalah merupakan reaksi yang normal daripada menunjukkan reaksi yang diikuti dengan mekanisme pertahanan diri.

- 3) Mampu mengatasi frustrasi.

Tidak adanya frustrasi yang pada akhirnya membuat individu menghadapi kesulitan untuk menampilkan reaksi secara wajar terhadap suatu situasi dan tidak ada tingkah laku yang menyimpang menandai individu yang mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik.

- 4) Memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional.

Individu dengan penyesuaian diri yang baik menunjukkan kemampuan berpikir dan melakukan pertimbangan terhadap masalah atau konflik serta kemampuan mengorganisasi pikiran, perasaan serta tingkah laku untuk melakukan pemecahan masalah sekalipun berada dalam kondisi sulit.

- 5) Memiliki kemampuan untuk belajar.

Proses belajar dilihat dari hasil kemampuan individu mempelajari pengetahuan yang mendukung situasi yang dihadapi sehingga pengetahuan tersebut dapat digunakan untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi. Perkembangan individu dari suatu masalah ke masalah lain

dapat membuat individu lebih banyak belajar, yang pada akhirnya individu dapat lebih menyesuaikan diri.

6) Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu.

Keberhasilan maupun kegagalan yang berada pada masa lalu merupakan pengalaman yang dapat mengembangkan kualitas hidup menjadi lebih baik. Pengalaman masa lalu sangat berhubungan dengan proses belajar individu. Ketika individu tidak mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu, ia akan kesulitan menyesuaikan diri jika individu menghadapi kesulitan yang sama.

7) Bersikap objektif dan realistis.

Individu dengan kemampuan penyesuaian diri yang baik akan menerima keterbatasan serta kelebihan yang dimiliki sebagaimana adanya serta tetap yakin pada kemampuan dirinya. Ketidakmampuan menyesuaikan diri tampak dari ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan penolakan diri.

3.4. Instrumen Penelitian

Penelitian menggunakan instrumen non-tes berupa kuesioner tertutup, yang berarti metode pengumpulan data disajikan dan tugas responden adalah memilih salah satu alternatif jawaban yang dirasakan sesuai dengan keadaan dirinya.

Kuesioner pengungkap kemampuan penyesuaian diri peserta didik disusun menggunakan skala skala Guttman agar responden dapat memberikan respons

terhadap pernyataan dengan memberikan salah satu jawaban dari dua alternatif jawaban yang diberikan.

3.4.1. Kisi-kisi Instrumen

Adapun konstruk kisi-kisi instrumen penyesuaian diri secara rinci tersaji pada tabel 3.2 dan 3.3.

Tabel 3.2
Kisi-Kisi Instrumen Penyesuaian Diri
Sebelum Uji Kelayakan

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		(+)	(-)	
1. Mampu mengontrol emosi yang berlebihan	1.1. Mampu mengekspresikan rasa bahagia secara wajar	1,2	3	3
	1.2. Mampu mengungkapkan rasa sedih secara wajar	4	5,6	3
	1.3. Mampu mengendalikan perasaan marah	7	8,9	3
2. Mampu mengatasi mekanisme psikologis	2.1. Tidak menghindari dari masalah	10, 11, 12	13	4
	2.2. Jujur terhadap setiap permasalahan yang dihadapi	14	15, 16	3
3. Mampu mengatasi frustrasi	3.1. Mampu menghindari dari rasa cemas yang berlebihan	17, 18	19	3
	3.2. Mampu menghindari dari kekecewaan yang mendalam	20, 21	22	3
4. Memiliki	4.1. Mampu menemukan	23	24	2

pertimbangan dan pengarahan diri yang rasional	solusi untuk setiap masalah yang dihadapi			
	4.2. Mampu mengarahkan diri sejalan dengan keputusan yang dibuat	25	26	2
5. Memiliki kemampuan untuk belajar	5.1. Mampu mengerjakan tugas sekolah dengan baik	27, 28	29, 30	4
	5.2. Memiliki motivasi untuk meningkatkan prestasi belajar	31	32	2
6. Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu	6.1. Mampu mengambil hikmah dari setiap kejadian yang dialami	33, 34	35	3
	6.2. Memiliki sikap optimis dalam menghadapi masa depan	36, 37,38	-	3
7. Bersikap objektif dan realistis	7.1. Yakin terhadap kemampuan diri sendiri	-	39,40	2
	7.2. Menerima segala kekurangan yang ada dalam diri	41	42	2
Jumlah				42

Tabel 3.3
Kisi-Kisi Instrumen Penyesuaian Diri
Setelah Uji Kelayakan

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		(+)	(-)	
1. Mampu mengontrol emosi yang berlebihan	1.1. Mampu mengekspresikan rasa bahagia secara wajar	1,2	3	3
	1.2. Mampu mengungkapkan rasa sedih secara wajar	4	5,6	3
	1.3. Mampu mengendalikan perasaan marah	7	8,9	3
2. Mampu mengatasi mekanisme psikologis	2.1. Tidak menghindari dari masalah	10, 11, 12	13	4
	2.2. Jujur terhadap setiap permasalahan yang dihadapi	14	15, 16	3
3. Mampu mengatasi frustrasi	3.1. Mampu menghindari dari rasa cemas yang berlebihan	17, 18	19	3
	3.2. Mampu menghindari dari kekecewaan yang mendalam	20, 21	22	3
4. Memiliki pertimbangan dan pengarahannya diri yang rasional	4.1. Mampu menemukan solusi untuk setiap masalah yang dihadapi	23	24,25	3
	4.2. Mampu mengarahkan diri sejalan dengan keputusan yang dibuat	26,27	-	2
5. Memiliki kemampuan untuk belajar	5.1. Mampu mengerjakan tugas sekolah dengan baik	28,29	30,31	4
	5.2. Memiliki motivasi untuk meningkatkan prestasi belajar	32	33	2
6. Mampu memanfaatkan	6.1. Mampu mengambil hikmah dari setiap kejadian	34,35	-	2

pengalaman masa lalu	yang dialami			
	6.2. Memiliki sikap optimis dalam menghadapi masa depan	36, 37,38	-	3
7. Bersikap objektif dan realistis	7.1. Yakin terhadap kemampuan diri sendiri	39,40	-	2
	7.2. Menerima segala kekurangan yang ada dalam diri	41	42	2
Jumlah				42

3.4.2. Pedoman Skor

Instrumen yang digunakan adalah angket dengan kategori pilihan jawaban. Instrumen pengumpul data menggunakan skala Guttman sebagai alternatif respons terhadap pernyataan. Adapun teknik skoring dalam instrumen ini adalah sebagai berikut.

Tabel 3.4
Pola Skor Alternatif Respons Skala Guttman

Pernyataan	Skor Aternatif Respons	
	Ya	Tidak
<i>Favourable (+)</i>	1	0
<i>Unfavourable (-)</i>	0	1

Pada alat ukur, setiap item diasumsikan memiliki nilai 1 dan 0 dengan bobot tertentu. Adapun bobotnya secara rinci yaitu:

1. Untuk pilihan jawaban Ya memiliki skor 1 pada pernyataan positif atau skor 0 pada pernyataan negatif.

2. Untuk pilihan jawaban Tidak memiliki skor 0 pada pernyataan positif atau skor 1 pada pernyataan negatif.

3.4.3. Uji Validitas Butir Item

Uji validitas dilakukan guna mengukur tingkat keabsahan atau ketaatan suatu instrumen, apakah instrumen yang disebarkan dapat mengungkap apa yang ingin peneliti ukur atau tidak (Karno To, 2003, hlm. 4).

Uji validitas item memanfaatkan media berupa program *SPSS 20.0 for windows* dengan menggunakan rumus *Pearson Product Moment* yang penggunaannya didasarkan pada alternatif pilhan jawaban skala Guttman yang menghasilkan data interval.

3.5 Hasil Pengujian Validitas

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

3.4.4. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan guna mengetahui tingkat reliabilitas instrumen, seberapa reliabel dan dapat dipercaya. Reliabilitas menurut Arikunto (2006, hlm.154) merujuk pada pengertian bahwa alat pengumpul

data berupa instrumen sudah dapat disebut baik dan dapat dipercaya. Keajegan skor yang dihasilkan merupakan acuan dari reliabilitas, di mana skor-skor yang dihasilkan dari pengolahan data instrumen relatif tidak berubah meskipun disebarakan kepada subjek yang berbeda maupun kondisi yang berbeda pula (Karno To, 2003, hlm.7).

Uji reliabilitas memanfaatkan media berupa program *SPSS 20.0 for windows* dengan rumus *Cronbach's Alpha*. Adapun patokan reliabilitas data yang digunakan oleh peneliti tersaji pada tabel 3.6.

Tabel 3.6
Kriteria Reliabilitas Instrumen

0.00 – 0.199	Derajat keterandalan sangat rendah
0.20 – 0.399	Derajat keterandalan rendah
0.40 – 0.599	Derajat keterandalan sedang
0.60 – 0.799	Derajat keterandalan tinggi
0.80 – 1.00	Derajat keterandalan sangat tinggi

Hasil uji reliabilitas pada instrumen penyesuaian diri tersaji pada tabel 3.7 sebagai berikut:

Tabel 3.7
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Nilai Reliabilitas	Keterangan
Penyesuaian Diri	0.685	Derajat keterandalan tinggi

3.5. Prosedur Penelitian

3.5.1. Tahap Persiapan

Tahap ini meliputi:

- 1) Menyusun proposal penelitian yang kemudian diseminarkan pada mata kuliah metode dan riset BK.
- 2) Proses revisi proposal oleh dosen pengampu mata kuliah dan diajukan kepada Ketua Dewan Skripsi Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan kemudian disahkan oleh Ketua Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.
- 3) Mengajukan permohonan Surat Keputusan (SK) pengangkatan dosen pembimbing pada tingkat fakultas.
- 4) Mengajukan permohonan izin penelitian dari Universitas untuk disampaikan pada pihak SMP Negeri 22 Bandung.

3.5.2. Tahap Pelaksanaan

Tahap ini meliputi:

- 1) Melakukan studi pendahuluan ke SMP Negeri 22 Bandung.
- 2) Mengajukan permohonan ijin untuk meminjam instrumen penelitian.
- 3) Melaksanakan pengumpulan data melalui penyebaran instrumen penelitian di kelas IX SMP Negeri 22 Bandung.
- 4) Melakukan pengolahan, mendeskripsikan, dan menganalisis data yang telah terkumpul.
- 5) Mendeskripsikan hasil pengolahan data dengan menarik kesimpulan dan rekomendasi.

3.5.3. Tahap Pelaporan

Tahap ini meliputi:

- 1) Hasil penelitian disusun menjadi laporan akhir penelitian.

- 2) Laporan akhir diujikan pada saat ujian sidang sarjana.
- 3) Hasil ujian sarjana dijadikan sebagai masukan bagi penyempurnaan penelitian.