BAB III
METODE PENENELITIAN

Bab III metode penelitian menguraikan desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, Instrumen penelilitan, prosedur penelitian dan analisis data.

3.1 Desain Penelitian

Penelitian dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitaif merupakan sarana untuk menguji teori obyektif dengan melihat hubungan antara vaiabel yang dapat diukur menggunakan instrumen, sehingga di dapatkan data numerical melalui analisis menggunakan prosedur statistik (Creswell, 2013, hlm.203). Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengetahui deskripsi tingkat optimisme peserta didik berupa angka-angka melalui instrumen optimisme. Data yang di hasilkan dari penyebaran instrumen optimisme, kemudian dianalisis dengan menggunakan perhitungan statistik sehingga dihasilkan suatu data yang teruji secara ilmiah. Gambaran umum tentang optimisme peserta didik SMP yang dihasilkan dijadikan landasan dalam perumusan program bimbingan konseling dengan pendekatan *Resourceful Adolescent Program* (RAP) untuk mengembangkan optimisme peserta didik kelas VIII Sekolah Menengah Pertama.

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah Survey. Pada metode survey peneliti mendeskripsikan secara kuantitatif (angka-angka) kecenderungan-kecenderungan, perilaku-perilaku suatu populasi dengan meneliti sampel populasi (Creswell, 2013: hlm.216). Data mengenai gambaran optimisme peserta didik, dijadikan landasan dalam merumuskan program bimbingan konseling dengan pendekatan *Resourceful Adolescent Program* (RAP) untuk mengembangkan optimisme peserta didik kelas VIII SMP Negeri 40 Bandung.

3.2 Partisipan

Partisipan penelitian adalah seluruh optimisme siswa kelas VIII SMP Negeri 40 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018. Lokasi penelitian, yaitu di SMP Negeri 40 Bandung, beralamat di Jl. Wastukencana No. 75A, Kelurahan: Tamansari, Kecamatan Bandung Wetan, Kota

Bandung, Provinsi Jawa Barat. Pemilihan dan lokasi penelitian berdasarkan pada beberapa pertimbangan yang diuraikan sebagai berikut:

3.2.1 Berdasarkan data nonformal, yang didapatkan dari Guru BK SMP Negeri 40 Bandung. Kebanyakan siswa kurang lebih sebanyak 50% berasal dari latar belakang keluarga menengah ke bawah dan merupakan siswa yang masuk menggunakan SKTM (Surat Keterangan Tidak Mampu). Keadaan lingkungan keluarg siswa kurang mendukung, mengakibatkan siswa memiliki tanggung jawab sosial yang rendah seperti belum ada kesadaran diri sekolah untuk diri sendiri dan untuk masa depan. Terdapat banyak siswa yang memiliki minat belajar yang rendah, salah satunya dikarenakan rendahnya optimisme yang dimiliki peserta didik, siswa tidak memiliki tanggung jawab dalam pengerjaan tugas, belum memiliki kesadaran diri bahwa sekolah untuk diri sendiri dan masa depan.

3.2.2 Memasuki masa pubertas (remaja) optimisme seseorang akan menurun. Masa yang terpenting untuk membentuk individu mampu bertahan dalam menjalani hidup dengan segala permasalahan dimulai pada masa sekolah dasar dan sekolah menengah pertama.

3.2.3 Pada kalangan remaja optimisme merupakan salah satu tugas perkembangan pada aspek pemahaman diri dan pengembangannya yaitu berkaitan dengan persiapan individu menghadapi masa depan dan remaja juga mulai memikirkan masa depan secara sungguh-sungguh.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kesamaan karakteristik (Creswell, 2012, hlm. 142). Populasi penelitian adalah seluruh optimisme siswa kelas VIII SMP Negeri 40 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018 dengan jumlah 328 siswa yang terdiri dari 159 siswa laki-laki dan 169 siswa perempuan. Penelitian menggunakan seluruh subjek di dalam populasi menjadi sampel penelitian. Semua anggota populasi digunakan sebagai sampel teknik penentuan sampling jenuh (Sugiyono, 2013, hlm.85).

Dari keseluruhan populasi sebanyak 328 siswa, kueisioner diisi oleh 253 siswa dikarenakan terdapat siswa dengan kondisi yang tidak memungkinkan untuk berada ditempat penelitian. Jumlah populasi dan sampel yang menjadi responden dalam penelitian diuraikan pada tabel 3.1 sebagai berikut.

Tabel 3.1
Jumlah Populasi dan Sampel Penelitian

Kelas	Populasi	Sampel
VIII-A	36	30
VIII-B	37	33
VIII-C	36	26
VIII-D	37	28
VIII-E	36	25
VIII-F	36	26
VIII-G	37	31
VIII-H	37	30
VIII-I	36	24
Total	**328**	**253**

3.4 Definisi Oprasional Variabel

Terdapat dua variabel utama dalam penelitian yaitu optimisme siswa sebagai variabel terikat dan bimbingan dengan *Resourceful Adolescent Program* (RAP) sebagai variabel bebas. Definisi oprasional variabel diuraikan sebagai berikut.

3.4.1 Definisi Oprasional Optimisme

Menurut Seligman (2008: hlm.96) menyatakan optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berfikir positif dan mudah memberikan makna bagi diri. Sejalan dengan pendapat tersebut Segerstorm, at. all. (1998) mengungkapkan optimisme adalah cara berpikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Optimisme dalam penelitian merujuk pada konsep *explanatory style* milik Seligman. *Explanatory style* adalah cara pandang individu

untuk menerangkan kepada diri sendiri mengapa suatu kejadian dapat terjadi (Seligman, 2008, hlm.19).

Menurut Seligman (2008: 59) terdapat tiga gaya penjelasan (*eksplanatory style*) optimisme, yaitu *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*.

a. *Permanence* adalah gaya penjelasan yang menggambarkan bagaimana individu memandang atau meyakini peristiwa bersifat sementara (*temporary*) atau menetap (*permanent*). *Permanence* terdiri dari dua, yaitu *Permanence Good* (PmG) dan *Permanence Bad* (PmB).
b. *Pervasiveness* adalah gaya penjelasan yang berkaitan dengan ruang lingkup dari peristiwa yang terjadi, yang meliputi universal (menyeluruh) dan spesifik (khusus). *Pervasiveness* terdiri dari dua, yaitu *Pervasiveness Good* (PvG) dan *Pervasiveness Bad* (PvB).
c. *Personalization* adalah gaya penjelasan masalah yang berkaitan dengan penyebab peristiwa yang dialami, meliputi eksternal atau internal. *Personalization* terdiri dari dua, yaitu *Personalization Good* (PsG) dan *Personalization Bad* (PsB).

Optimisme dalam penelitian adalah kemampuan berpikir positif siswa kelas VIII SMP Negeri 40 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018 dalam mempersepsikan kejadian baik dan buruk yang dialami dalam kehidupannya. Individu yang optimis memiliki pandangan secara menyeluruh tidak akan serta merta menimpakan semua kesalahan pada diri; memandang kemalangan sebagai masalah situasional dan spesifik, bukan sebagai wujud yang tidak terelakkan dan akan berlangsung selamanya; serta berfikir positif dan mampu melakukan penyesuaian dengan baik terhadap kejadian yang dialaminya sehingga mudah memberikan makna bagi diri dan memiliki keyakinan bahwa kegagalan yang dialamai besifat sementara. Optimisme dalam konteks penelitian ditandai dengan gaya penjelasan *Permanence Good* (PmG) dan *permanence Bad* (PmB); *Pervasiveness Good* (PvG) dan *Pervasiveness Bad* (PvB); *Personalization Good* (PsG) dan *Personalization Bad* (PsB).

Permanence Good (PmG) menunjukan kemampuan berpikir positif siswa bahwa kejadian baik bersifat menetap, sedangkan *Permanence Bad* (PmB) menunjukkan cara berpikir atau keyakinan kejadian buruk bersifat sementara. Siswa yang optimis memiliki

keyakinan bahwa kegagalan yang dialamai besifat sementara, selalu berpandangan positif dan mampu melakukan penyesuaian dengan baik terhadap kejadian yang dialaminya sehingga memiliki kesuksesan yang lebih besar di sekolah, di tempat kerja, dan di masyarakat.

Pervasiveness Bad (PvG) adalah kemampuan berpikir siswa bahwa kejadian baik yang dialami bersifat universal (menyeluruh), sedangkan *Pervasiveness Bad* (PvB) adalah kemampuan berpikir siswa bahwa kejadian baik yang dialami bersifat spesifik (khusus). Siswa optimis cenderung memandang kemalangan sebagai masalah situasional dan spesifik, bukan sebagai wujud yang tidak terelakkan dan akan berlangsung selamanya sehingga mampu memiliki pengendalian diri yang baik terhadap segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupannya.

Personalization Good (PsG) adalah kemampuan berpikir individu terhadap kejadian baik yang dialami sebagai akibat dari dalam dirinya (internal), sedangkan dan *personalization Bad* (PsB) adalah kemampuan berpikir individu bahwa kejadian buruk yang dialami sebagai akibat dari luar dirinya (eksternal). Individu yang optimis memiliki pandangan secara menyeluruh shingga memiliki penghargaan yang tinggi terhadap kebermaknaan diri dan tidak akan serta merta menimpakan semua kesalahan pada diri sendiri.

3.4.2 Definisi Oprasional Program Bimbingan dengan Pendekatan *Resourceful Adolescent Program* (RAP) untuk Mengembangkan Optimisme Siswa

Program bimbingan adalah suatu rangkaian kegiatan bimbingan yang terencana, terorganisasi, dan terkoordinasi selama periode tertentu (Winkel, W.S. 2005:119). Bimbingan merupakan suatu proses yang berkesinambungan dan terarah kepada pencapaian tujuan. Tujuan bimbingan terkait optimisme yang dimiliki siswa yaitu memiliki pemahaman tentang irama kehidupan yang bersifat fluktuatif antara yang menyenangkan (anugrah) dan yang tidak menyenangkan (musibah) serta mampu meresponnya secara positif. Pengembangan optimisme dapat dilakukan dengan menggunakan program bimbingan yaitu *Resourceful Adolescent Program* (RAP).

Wolfi Vicky, V., at all. (2008, hlm.40) menyatakan RAP adalah program yang paling komprehensif dalam mengatasi faktor-faktor risiko

yang terkait dengan depresi (mengatasi stres, harga diri, mempengaruhi regulasi, berpikir positif, keterampilan hubungan interpersonal, dan resolusi konflik). RAP termasuk strategi pengajaran *psychoeducation*, latihan *skills building*, permainan peran, dan pekerjaan rumah (Wolfi Vicky,V., at.all. 2008, hlm.40). Program Bimbingan diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam merespon masalah-masalah yang dihadapinya agar lebih optimis.

Program bimbingan dengan *Resourceful Adolescent Program* (RAP) yang dimaksudkan dalam penelitian adalah rancangan layanan bimbingan yang disusun secara sistematik dan terkoordinasi yang dilakukan dengan cara berkelompok dengan latihan skills building, permainan peran dan pekerjaan rumah, serta mengintegrasikan langkah-langkah RAP untuk mencapai tujuan yang diinginkan, yaitu mengembangkan optimisme siswa kelas VIII SMP Negeri 40 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018. Program bimbingan dengan *Resourceful Adolescent Program* dilakukan dalam sebelas sesi yang terdiri dari awal sesi bimbingan, pertengahan (inti atau bimbingan untuk mengembangkan optimisme siswa), dan akhir sesi bimbingan (penutupan). Rincian sesi RAP adalah sebagai berikut:

1. Sesi 1 (satu), menjalin dan membangun hubungan baik. Sesi ini bertujuan untuk membangun hubungan baik dan membangun kepercayaan antara anggota kelompok dan fasilitator kelompok. Pada sesi satu siswa mengenal satu sama lain antar anggota, sehingga setiap anggota memiliki kepercayaan satu sama lain dan menjalin hubungan yang baik selama kegiatan berlangsung. Pada sesi satu juga dilakukan pengenalan konsep bimbingan RAP yang dijelaskan oleh fasilitator. Proses pengenalan dapat dilakukan dengan suatu permainan (misalnya “kebenaran dan kebohongan” yaitu kegiatan dimana siswa mengatakan satu pernyataan tidak benar dan empat pernyataan benar tentang diri mereka sendiri, dan siswa lain menebak pernyataan mana yang termasuk yang benar dan tidak benar).
2. Sesi 2 (Dua), penegasan kekuatan dan sumberdaya yang dimiliki. Sesi dua bertujuan agar siswa mampu mengeksporasi kekuatan diri dan mampu memberikan penghargaan diri yang baik. Pada sesi dua

siswa menemukan kekuatan diri yang dimiliki dengan cara melakukan penilaian terhadap penghargaan diri dan penemuan kekuatan yang dimiliki. Siswa mengetahui kekuatan yang dimilikinya dan memberikan penghargaan diri yang baik. Pada sesi dua siswa dikenalkan "personal strengths" dimana siswa diminta untuk mengidentifikasi kekuatan mereka beberapa domain, seperti kreativitas, olahraga, akademisi, prestasi, keluarga, hobi, humor, kemampuan, interpersonal, dan persahabatan. Kemudian teman lain memberikan penilaian mengenai kelebihan yang diliki. Sehingga siswa menjadi mengetahui kekuatan yang mungkin tidak dia ketahui, sehingga menjadi yakin terhadap diri.

3. Sesi 3-4 (tiga dan empat), yaitu pengenalan manajemen diri dan keterampilan menenangkan diri dalam menghadapi stress. Sesi terdiri dari dua kegiatan yaitu pengakuan serta mengelola emosional dan Tetap tenang (*keeping calm*). Sesi tiga dan empat bertujuan agar siswa mampu memiliki harapan yang positif terhadap kejadian yang dialaminya sehingga mudah memberikan makna bagi diri. Pada sesi tiga dan empat siswa mengidentifikasi petunjuk tubuh atau respon yang diberikan ketika mengalami suatu kejadian baik dengan menuliskan respon yang sering dimunculkan/betuk syukur (misalnya, respon pada kejadian baik: selalu tertawa, dan semangat mengerjakan apapun. Kemudian penayangan video yang menunjukan seseorang dalam situasi menyenangkan dan siswa mengidentifikasi reaksi yang ditimbulkan, dengan pertimbangan reaksi berisiko dan akal. Selanjutnya siswa mengerjakan lembar kerja yang telah disediakan oleh fasilitator. Siswa menuliskan suatu peristiwa baik yang dialaminya dan beberapa bentuk syukur yang bisa dilakukan, kemudian siwa juga mengidentifikasi bentuk syukur dari kejadian baik yang ada pada tanyan *video*.
4. Sesi 5-6, yaitu restrukturisasi kognitif. Mengeksploitasi bagaimana fikiran memengaruhi perasaan dan perilaku, serta menantang fikiran negatif. Sesi 5-6 bertujuan agar siswa selalu berfikir positif terhadap kejadian yang diamalaminya sehingga memiliki keyakinan bahwa kegagalan yang dialamai besifat sementara. Siswa belajar bagaimana mengidentifikasi dan menantang *self-talk* negatif dengan

perspektif yang lebih seimbang dari sebuah pengalaman dan selalu berpikir menggunakan akal sehingga siswa mampu memiliki *self-talk* yang positif dalam menghadapi setiap kejadian mampu bangkit dari kegagalan. Sesi dapat menggunakan aktivitas game "Pengendalian Pemikiran". Siswa diberi situasi stres (sketsa Video siswa dalam situasi stres), dan siswa menggambarkan berbagai reaksi self-talk negatif yang mungkin terjadi (misalnya, "Teman-teman saya akan membenci saya jika saya tidak pergi bersama mereka"). Siswa selanjutnya mengomentari/menentang self-talk negatif yang diucapkannya. Siswa melengkapi tabel yang terdiri atas tujuh kolom: situasi, fikiran negatif, perilaku negatif, perasaan negatif, fikiran positif, perilaku positif dan perasaan positif. Setelah kegiatan selesai, kemudian melakukan reflesi dan memberikan pekerjaan rumah.

5. Sesi 7, menemukan solusi untuk masalah (*finding solutions to problems*), yaitu siswa mengidentifikasi masalah, curah pendapat kemungkinan solusi yang dapat dilakukan, evaluasi berbagai solusi yang dipilih, pemilihan solusi, pengembangan rencana aksi, dan evaluasi baik dan aspek buruk dari solusi setelah implementasi. Sesi tujuh bertujuan agar siswa mampu memandang kemalangan sebagai masalah situasional, spesifik, tidak berlangsung selamanya sehingga mudah menemukan solusi dari permasalahan yang dihadapi. Proses berkaitan dengan masalah interpersonal yang lazim dihadapi remaja.
6. Sesi 8 yaitu membangun dan mengakses jaringan dukungan psikologis. Proses mengidentifikasi dan mengembangkan jaringan dukungan sosial di saat-saat baik dan di saat-saat sulit serta menidentifikasi peran humor atau video lucu dalam meningkatkan mood seseorang. Tujuan sesi delapan agar siswa memandang ruang lingkup peristiwa baik yang dialamai secara universal, sehingga individu berusaha untuk slalu mencari dukungan psikologis yang lebih luas. Kegiatan dapat dilakukan dengan sebuah games yaitu "menara koin" yaitu sebuah kompetensi kelompok, dengan gagasan bahwa bekerja bersama-sama dalam kompetisi kelompok meningkatkan kinerja secara keseluruhan.

7. Sesi 9-10 yaitu keterampilan interpersonal dalam memahami perspektif orang lain, dan menjaga kedamaian dan berdamai. Proses dimana siswa melihat dan mempertimbangkan perspektif dari dua sisi yaitu diri sendiri dan orang lain. Siswa mampu memiliki perspektif yang baik dalam menghadapi suatu kejadian. Sesi sembilan-sepuluh bertujuan agar siswa memiliki pandangan secara menyeluruh dalam memandang peristiwa baik yang dialamai akibat dari dalam dirinya, sementara peristiwa buruk disebabkan di luar diri. Siswa yakin pada diri sendiri dan tidak bersikap menyalahkan diri sendiri. Siswa diminta bermain permainan menebak kata yang disapaiakan dengan keadaan telinga tertutup, dan anggota yang paling akhir menjawab kalimatnya.
8. Sesi 11 yaitu ringkasan dan penghentian. Pada sesi 11 fasilitator dan anggota Review konten program, penghentian dan perayaan. Salah satu fungsi penting sesi 11 adalah membiarkan partisipan merasa kontribusi terhadap kelompok berharga dan percaya diri untuk menggunakan keterampilan-keterampilan baru. Ketua kelompok secara pribadi mengucapkan terima kasih kepada setiap remaja atas partisipasi mereka dan memberikan umpan balik positif tetang kontribusi masing-masing orang.

3.5 Instrumen Penelitian

3.5.1 Jenis Instrumen

Instrumen yang digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian berbentuk kuisioner (angket). Angket yang digunakan merupakan angket tertutup yang pilihan jawabannnya telah tersedia dan responden hanya disarankan untuk menjawab setiap item pernyataan dengan cara memilih alternatif jawaban yang telah dicantumkan pada lembar kerja angket. Item-item pernyataan yang dikembangkan masing-masing menggambarkan keadaan tiga dimensi optimisme yaitu *permanence, pervasiveness, personalization*. Angket ini menggunakan dua alternatif jawaban yang menggambarkan individu dengan orientasi hidup optimis dan orientasi pesimis yang tersebar dalam duapilihanjawaban, yaitu a dan b.

3.5.2 Kisi-kisi Instrumen

Penyususnan kisi-kisi instrumen berdasarkan pada variabel-variabel yang dirumuskan dalam definisi oprasional, selanjutnya ditentukan kedalaman aspek yang akan diukur, kemudian diturunkan ke dalam indikator-indikator, dari indikator dijabarkan menjadi butir-butir pernyataan (Sugiyono, 2013, hlm.149).

Kisi-kisi instrumen untuk mengungkap kemampuan optimisme pada peserta didik kelas VIII SMPN 40 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018 dikembangkan berdasarkan definisi oprasional variabel penelitian yang dilihat melalui penurunan indikator dari tiga dimensi optimisme. Kisi-kisi instrument untuk mengukur optimisme siswa disajikan dalam tabel 3.2 berikut.

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen Optimisme (Sebelum Uji Kelayakan)

Variabel	Aspek	Indikator	No. Item		Jml
			optimis	pesimis	
Optimisme	*Permanence Good* (PmG)	Individu optimis memiliki keyakinan bahwa peristiwa baik yang dialamai besifat permanen	1a, 2a, 3a, 4a, 5a,	1b, 2b, 3b, 4b, 5b,	5
	Permanence Bad (PmB)	Individu memiliki keyakinan bahwa kegagalan yang dialamai besifat sementara,	6a, 7a, 8a, 9a, 10a,	6b, 7b, 8a,9b, 10b,	12
		Selalu berpandangan positif terhadap kejadian buruk	11a, 12a, 13a, 14a,	11b, 12b, 13b, 14b,	
		mampu melakukan penyesuaian dengan baik terhadap kejadian yang dialaminya	15a, 16a, 17a,	15a, 16b, 17b,	
	Pervasiveness Good (PvG)	Individu yang optimis memandang ruang lingkup peristiwa baik yang dialamai secara universal	18a, 19a 20a, 21a, 22a	18b, 19b 20b, 21b, 22b	5
	Pervasiveness Bad (PvB).	Individu memandang kemalangan sebagai masalah situasional,	23a, 24a, 25a, 26a, 27a,	23b, 24b, 25b, 26b, 27b,	5

		spesifik, tidak berlangsung selamanya			
	Personalization Good (PsG)	Individu yang optimis memandang peristiwa baik yang dialamai akibat dari dalam dirinya, sehingga semakin yakin pada diri sendiri	28a, 29a, 30a, 31a, 32a,	28b, 29b, 30b, 31b, 32b,	5
	Personalization Bad (PsB)	Individu memandang kemalangan yang dialamai akibat dari luar dirinya, sehingga tidak akan serta merta menimpakan semua kesalahan pada diri sendiri	33a, 34a, 35a, 36a, 37a,	33b, 34b, 35b, 36b, 37b,	5
Jumlah Item					37

3.5.3 **Pedoman Skoring**

Instrumen optimisme dibuat dalam bentuk pernyataan-pernyataan beserta kemungkinan pilihan jawabannya. Pengukuran optimisme menggunakan skala pilihan terarah (*forced choice*). Kategori jawaban dalam angket penelitian optimisme terdiri dari dua alternatif jawaban dengan satu gambaran kejadian, berupa kejadian baik atau buruk. Dua alternatif jawaban merupakan pernyataan yang menggambarkan individu dengan orientasi hidup optimis dan individu dengan orientasi pesimis yang tersebar dalam dua pilihan jawaban yaitu a dan b yang memiliki kunci jawaban tertentu. Ketentuan pemberian skor untuk tiap alternatif jawaban pada instrumen optimisme peserta didik tersedia pada tabel 3.3 sebagai berikut.

Tabel 3.3
Ketentuan Pemberian Skor Instrumen

Alternatif Jawaban	Skor	Deskripsi
A	1	Jika responden (peserta didik) memilih jawaban yang menggambarkan dimensi individu dengan orientasi hidup yang optimis
B	0	Jika responden (peserta didik) memilih

		jawaban yang menggambarkan dimensi individu dengan orientasi hidup pesimis

3.5.4 Uji Kelayakan Instrumen

Uji kelayakan instrumen penelitian terdiri dari penimbangan instrumen, uji reliabilitas, dan uji validitas.

4.5.4.1 Penimbangan Instrumen

Penimbangan instrumen optimisme dilakukan dengan cara menimbang (*judgement*) pada setiap butir pernyataan yang telah dibuat dengan tujuan untuk mengetahui kelayakan instrumen dari definisi oprasional, konstruk, isi dan bahasa pada instrumen. Penimbangan instrumen dilakukan oleh dosen ahli, yaitu Dr. Ipah Saripah, M.Pd., Eka Sakti Yudha, M.Pd., dan Dr. Anne Hafina, M.Pd., yang merupakan dosen dari Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Kemudian masukan-masukan yang dipaparkan dosen ahli dijadikan landasan dalam penyempurnaan alat pengumpul data yang telah dibuat.

Berdasarkan validasi instrumen penelitian, masing-masing tiap butir pernyaan dikelompokan dakan kualifikasi "Memadai" (M) dan "Tidak Memadai" (TM). Item dengan kualifikasi memadai (M) artinya item yang ada dalam instrumen dapat langsung digunakan untuk mengambil data penelitian, dan item dengan kualifikasi TM memiliki dua kemungkinan yaitu item dalam instrumen harus diperbaiki sehingga dapat memadai atau item tersebut harus dibuang.

Instrumen optimisme berdasarkan penimbangan dosen ahli sebagian besar sudah memenuhi kualifikasi, namun terdapat beberapa item yang harus diperbaiki dalam segi bahasa disesuaikan dengan karakteristik peserta didik agar lebih mudah dipahami. Berdasarkan uji validitas rasional instrumen dari 37 item, 23 item memadai, 14 item tidak memadai dan perlu direvisi. Dengan demikian jumlah pernyataan yang dapat digunakan untuk instrumen optimisme adalah sebanyak 37 item. Berikut adalah tabel hasil penimbangan instrumen yang telah dilakukan.

Tabel 3.4
Hasil *Judgement* Instrumen Optimisme

Keterangan	No. Pernyataan	Jumlah
Memadai	2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16,	23

	19, 20, 22, 24, 25, 28, 30, 32, 33, 35, 36	
Revisi	1, 7, 10, 15, 17, 18, 21, 23, 26, 27, 29, 31, 34, 37	14

4.5.4.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas menjelaskan seberapa jauh pengukuran yang dilakukan berkali-kali akan menghasilkan informasi yang sama (Sumintono & Widhiarso, 2013, hlm. 31). Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui konsistensi instrumen optimisme yang digunakan dalam penelitian. Reliabilitas yang stabil menunjukan sebuah instrumen yang digunakan kepada orang yang sama dan dalam kondisi yang sama, namun dalam waktu yang berbeda akan memberikan hasil yang cenderung setara. Kesetaraan menunjukan instrumen yang digunakan reliabel (Sumintono & Widhiarso, 2013, hlm. 31). Pada uji reliabilitas instrumen optimisme dilakukan dengan menggunakan *Rasch Model* berdasarkan kriteri menurut Sumintono & Widhiarso, (2013, hlm. 109) sebagai berikut.

1) *Person Measure:* nilai rata-rata yang lebih tinggi dari logit 0,0 menunjukan kecenderungan responden yang lebih banyak menjawab setuju pada pernyataan di berbagai item.
2) Nilai *Alpha Cronbach* untuk mengukur reliabilitas yaitu interaksi antara *person* dan *item* secara keseluruhan dengan kriteria sebagai berikut.

Tabel 3.5
Kriteria Reliabilitas Instrumen (*Alpha Cronbach*)

Nilai	Kriteria
< 0,5	Buruk
0,6 – 0,6	Jelek
0,6 – 0,7	Cukup
0,7 – 0,8	Bagus
> 0,8	Bagus Sekali

Sumintono & Widhiarso, (2013, hlm. 109)

3) Nilai *Person Reliability* dan *Item Reliability* merujuk pada kriteria sebagai berikut.

Tabel 3.6
Kriteria *Person Reliability* dan *Item Reliability*

Nilai	Kriteria
< 0,67	Lemah
0,67 – 0,80	Cukup
0,81 – 0,90	Bagus
0,91 – 0,94	Bagus Sekali
> 0,94	Istimewa

Sumintono & Widhiarso, (2013, hlm. 109)

4) Pengelompokan *person* dan *item* dapat diketahui dari nilai *separation*. Pengelompokan nilai *separation person-item* harus lebih besar dari 1.09. Semakin besar nilai *separation*, maka kualitas instrumen keseluruhan responden dan item semakin bagus, karena dapat mengidentifikasi kelompok responden dan kelompok item.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas instrumen optimisme yang berjumlah 30 item menunjukan hasil person meausure 1.32 logit menunjukkan rata – rata nilai responden dalam instrument optimisme. Nilai rata-rata yang lebih dari 0.00 menunjukkan kecenderungan responden yang lebih banyak menjawab setuju pada statement di berbagai item. Hasil koefisien reliabilitas item sebesar 0,94 dan koefisien reliabilitas person sebesar 0,65. Artinya tingkat reliabilitas item termasuk ke dalam kategori bagus sekali dan reliabilitas person termasuk ke dalam kategori lemah.

Nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,66 menunjukan interaksi antara item dan person secara keseluruhan berada pada kategori cukup sehingga dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data.

Berikut adalah hasil uji reabilitas instrumen optimisme peserta didik di sekolah yang tersaji pada tabel 3.7 berikut.

Tabel 3.7
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Optimisme

	Mean Measure	***Reliability***	***Separation***	***Alpha Cronbach***
Person	1.32	0.65	1.37	0.66
Item	0.00	0.94	3.83	

Nilai separasi digunakan untuk melihat pengelompokkan secara lebih teliti, maka diperlukan perhitungan dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

$$H = [(4x1.36)+1]/3$$
$$= 2.15$$

Dengan nilai person separasi itu 1.36 maka H = 2.15, angka 2.15 dibulatkan menjadi 2 yang bermakna terdapat dua kelompok besar responden dalam skala optimisme dalam penelitian ini. Kelompok responden perta menggambarkan kelompok siswa yang optimis, dan kelompok responden kedua menggambarkan kelompok siswa yang pesimis. Nilai separasi tersebut menunjukan kualitas instrumen dalam hal keseluruhan responden, karena dapat mengidentifikasi kelompok responden.

4.5.4.3 Uji Validitas

Uji validitas item bertujuan untuk mengukur tingkat keabsahan instrumen pada setiap itemnya yang akan digunakan pada pengumpulan data. Instrumen optimisme yang dinyatakan valid akan dapat mengukur dan menghasilkan data yang seharusnya dapat diukur. Suatu instrumen yang valid akan mempunyai tingkat validitas yang tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid akan memiliki tingkat validitas rendah (Arikunto, 2010, hlm. 168).

Uji Validitas instrumen optimisme menggunakan Pemodelan Rasch (*Rasch Model*) dengan *software Winsteps.* Uji validitas butir item instrumen optimisme dilakukan dilakukan terhadap 143 siswa dengan kriteria pengujian validitas berdasarkan *Rasch Model* menurut Sumintono & Widhiarso, (2013, hlm. 109-113) sebagai berikut.

1) Nilai *Outfit Mean Square* (MNSQ) yang diterima: 0,5 < MNSQ < 1,5 untuk menguji konsistensi jawaban responden dengan tingkat kesulitan butir pernyataan,
2) Nilai *Outfit Z-Standard* (ZTSD) yang diterima: -2,0 < ZTSD < +2,0 untuk mendeskripsikan *how much* (kolom hasil *measure*) merupakan butir *outlier*, tidak mengukur atau terlalu mudah atau terlalu sulit,

3) Nilai *Point Measure correlation* (Pt Measure Corr) yang diterima: 0,4 < Pt Measure Corr < 0,85 untuk mendeskripsikan *how good* (SE), butir pernyataan tidak dipahami, direspon beda, atau membingungkan dengan item lainnya,
4) Nilai *Unidimensionality* digunakan untuk mengevaluasi instrumen yang dikembangkan dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Kriteria *unidimensionality* adalah sebagai berikut, > 60% = bagus sekali; 40-60 % = Bagus; 20-40% = cukup; < 20% = Jelek; < 15% = *Unexpected Variance.*

Mengacu pada kriteria pengujian validitas instrumen pemodelan rasch, dari 30 item yang digunakan kepada 143 responden menunjukan nilai *Pt. Measure Corr.* terdapat beberapa item yang belum memenuhi kriteria, namun tidak meunjukan item yang digunakan buruk. Secara keseluruhan hasil *Pt. Measure Corr.* menunjukan angka yang positif, hal tersebut menunjukan item optimis yang digunakan direspon baik oleh siswa. Nilai item separasi dapat diktehaui dengan perhitungan seperti berikut:

$$H = [(4x3.83)+1]/3$$
$$= 5.44$$

Nilai item separasi sebesar 3.83 sehingga H = 5.44, angka 5.44 dibulatkan menjadi 5 yang bermakna terdapat lima kelompok item. Nilai separasi yang tersebut menunjukan kualitas instrumen dalam hal keseluruhan item bagus, karena dapat mengidentifikasi kelompok item. Berikut kelompok item berdasarkan separasi yang dihasilkan tersaji pada tabel 3.8 sebagai berikut.

Tabel 3.8
Kelompok Item Separation

Kategori	**Nomor Item**	
	Optimis	**Pesimis**
Paling sukar Disetujui	17a, 28a, 29a	6b, 4b, 5b
Sukar disetujui	26a, 9a, 24a, 19a, 27a, 30a, 8a	1b, 15b, 18b, 20b, 21b, 2b
Sedang	12a, 14a, 22a, 25a, 3a, 11a, 13a, 16a, 7a, 10a, 23a, 2a	10b, 23b, 16b, 7b, 11b, 13b, 25b, 3b, 12b, 14b, 22b

Mudah disetujui	20a, 21a, 15a, 18a, 1a	30b, 8b, 19b, 27b, 24b, 9b, 26b
Paling mudah disetujui	6a, 4a, 5a	17b, 28b, 29b

Pada tabel 3.8 menunjukkan terdapat beberapa item yang termasuk kedalam kategori paling sukar disetuji yaitu item 17a, 28a, 29a, 6a, 4a, 5a, dan item 6b, 4b, 5b, 17b, 28b, 29b, termasuk kedalam kaegori paling mudah. Item yang termasuk kategori paling sukar disetujui siswa, bukan berarti item tidak dapat dijawab siswa karena item masih mampu dijawab oleh siswa. Begitupun dengan item yang paling mudah, meskipun termasuk item yang mudah, namun tidak berarti item tersebut buruk karena nilai *Pt. Measure Corr.*masih positif.

Mengacu pula pada konstruk teoretis perhitungan instrumen optimisme, dari 37 item yang digunakan 7 item tidak digunakan untuk menyesuaikan dengan perhitungan teoretis. Jadi terdapat 30 Item yang digunakan untuk mengukur optimisme siswa. Keseluruhan 30 item yang digunakan kemudian diuji menggunakan salah satu kriteria pengujian validitas yaitu unidimensionalitas (*unidimensionality*). Unidimensionalitas instrumen adalah ukuran yang penting untuk mengevaluasi apakah instrumen yang dikembangkan mampu mengukur apa yang seharusnya diukur (Sumintono & Widhiarso, 2014, hlm. 122). Kriteria unidimensionalitas sebesar 20%, hasil unidimensionalitas instrumen optimisme yang diuji berada di 19,5% dibulatkan menjadi 20%. Berdasarkan syarat validitas, 30 item yang diujikan dapat digunakan dalam pengolahan data. Berikut hasil uji validitas insrumen yang telah dilakukan.

Tabel 3.9
Hasil Uji Validitas Instrumen

Keterangan	No. Item	Jumlah
Memadai	9, 11, 12, 13	4
Revisi biasa	2, 8, 10, 14, 21, 22, 23, 24, 25, 28, 29	11
Revisi Sedang	1, 6, 15, 16, 17, 26, 27, 30	9
Revisi Banyak	4, 5, 7, 8, 18, 19	5
Total		**30**

Tabel 3.10
Kisi-Kisi Instrumen Optimisme (Setelah Uji Validitas)

Variabel	Dimensi	Indikator	No. Item		Jml
			Optimis	pesimis	
Optimisme	*Permanence Good* (PmG)	Individu optimis memiliki keyakinan bahwa peristiwa baik yang dialami bersifat permanen	1a, 2a, 3a, 4a, 5a,	1b, 2b, 3b, 4b, 5b,	5
	Permanence Bad (PmB)	Individu memiliki keyakinan bahwa kegagalan yang dialami bersifat sementara, sehingga memiliki penyesuaian yang baik terhadap kejadian yang dialaminya	6a, 7a, 10a, 8a, 9a	6b, 7b, 10b, 8b, 9b	5
	Pervasiveness Good (PvG)	Individu yang optimis memandang ruang lingkup peristiwa baik yang dialami secara universal	11a, 12a, 13a, 14 a, 15a,	11b, 12b, 13b, 14 b, 15b,	5
	Pervasiveness Bad (PvB).	Individu memandang kemalangan sebagai masalah situasional, spesifik, tidak berlangsung selamanya	16a, 17a, 18a, 19a, 20a,	16b, 17b, 18b, 19b, 20b,	5
	Personalization Good (PsG)	Individu yang optimis memandang peristiwa baik yang dialami akibat dari dalam dirinya, sehingga semakin yakin pada diri sendiri	21a, 22a 23a, 24a, 25a,	21b, 22b 23b, 24b, 25b,	5
	Personalization Bad (PsB)	Individu memandang kemalangan yang dialamai akibat dari luar dirinya, sehingga tidak akan serta	26a, 27a, 28a, 29a, 30a,	26b, 27b, 28b, 29b, 30b,	5

		merta menimpakan semua kesalahan pada diri sendiri			
Jumlah Item					30

3.6 Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyususn secara sistematis data yang diperoleh dari penjaringan data dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri dan orang lain (Sugiyono, 2013, hlm. 335).

Analisis data dalam penelitian didasarkan pada kerangka teoretis perhitungan optimisme menurut Seligman. Analisis data dilakukan untuk menjawab pertanyaan penelitian optimisme yaitu memperoleh gambaran optimisme peserta didik SMP kelas VIII secara umum, berdasarkan dimensi dan indikator. Terdapat dua kategori yang digunakan dalam penelitian yaitu optimis dan pesimis. Analisis data dilakukan mulai dari memverifikasi data, melakukan penskoran data, penghitungan, pengelompokan, dan interpretasi skor optimisme.

3.6.1 Verifikasi data

Verifikasi data merupakan langkah pemeriksaan data yang diperoleh dengan tujuan memilih atau menyeleksi data yang memadai untuk diolah. Mulai dari proses penjaringan data seperti memastikan kelengkapan data dan jawaban responden terhadap instrumen dan kesesuaian jumlah instrumen yang tersebar dan yang terkumpul kembali. Selanjutnya memastikan data yang terkumpul dapat diolah menggunakan perhitungan teoretis Seligman. Melakukan *input* data sesuai dengan skor tiap aspek. Hasil verifikasi data menunjukan bahwa sebanyak 7 item tidak dapat dilakukan pengolahan dikarenakan tidak sesuai dengan pengolahan teoretis Seligman. Setelah semua angket yang diisi oleh responden layak untuk digunakan dalam penelitian, kemudian mengolah dan menganalisis data sehingga dapat digunakan sebagai acuan dalam penyusunan bab IV.

3.6.2 Penskoran Data

Penskoran data dilakukan sesuai dengan ketentuan teoretis perhitungan Seligman. Data yang telah diperoleh kemudian diberikan skor yang telah ditetapkan. Instrumen optimisme menggunakan skala 1 atau 0 untuk setiap item yang memilih dua alternatif pernyataan. Setiap item memiliki dua alternatif pernyataan yaitu A dan B. Responden diminta untuk memilih salah satu pernyataan yang sesuai dengan dirinya. Dua alternatif jawaban merupakan pernyataan yang menggambarkan individu dengan orientasi hidup optimis (pernyataan A) dan individu dengan orientasi hidup pesimis (pernyataan B). Berikut pemberian skor yang ditetapkan.

Tabel 3.11
Ketentuan Pemberian Skor Instrumen

Alternatif Jawaban	Skor	Deskripsi
A	1	Jika responden (peserta didik) memilih jawaban yang menggambarkan dimensi individu dengan orientasi hidup yang optimis
B	0	Jika responden (peserta didik) memilih jawaban yang menggambarkan dimensi individu dengan orientasi hidup pesimis

3.6.3 Perhitungan, Pengelompokan, dan Interpretasi Skor

Pengelompokan data optimisme dalam penelitian mengacu pada perhitungan teoretis optimisme dari Seligman (2008, hlm. 60-71). Namun dilakukan modifikasi dalam jumlah item, sehingga terjadi perubahan cara pengkategorian. Berikut tabel 3.12 tentang ketentuan perhitungan dan pengkategorian optimisme.

Tabel. 3.12
Kategorisasi Kemampuan Optimisme Peserta Didik

Cara Perhitungan	Skor	Kategori
Perhitungan untuk setiap indikator *Good* (Peristiwa/kejadian baik) Perhitungan menggunakan jumlah optimis	> 3	Optimis
	< 3	Pesimis

Perhitungan untuk setiap indikator *Bad* (Peristiwa/kejadian buruk) Perhitungan menggunakan jumlah pesimis	< 3	Optimis
	> 3	Pesimis
Perhitungan untuk setiap dimensi dan profil umum Pertama, jumlahkan ketiga *bad* (PmB + PvB + PsB) = jumlah angka *bad event* (skor Pesimis) Kedua, jumlah ketiga good (PmG + PvG + PsG) = jumlah angka *good event* (skor Optimis) Ketiga, *Good* (skor optimis) – *Bad* (skor pesimis) = Hasil Akhir	> 3	Optimis
	< 3	Pesimis

Setelah memperoleh data hasil pengolahan instrumen optimisme, dilakukan pengelompokan data untuk dijadikan landasan dalam perumusan program bimbingan dengan pendekatan *Resourceful Adolescent Program* (RAP). Adapun hasil pengelompokan data berdasarkan kategori dan interpretasinya sebagai berikut.

Tabel 3.13
Interpretasi Kategorisasi Optimisme

Kategori	Interpretasi
Pesimis	Peserta didik memiliki orientasi hidup yang pesimis, dengan kata lain peserta didik memiliki sudut pandang, cara berpikir dalam melihat suatu kejadian akan bersifat negatif. Artinya, peserta didik memiliki keyakinan dan pandangan negatif terhadap peristiwa/kejadian baik dan buruk yang dialaminya. Peserta didik memiliki keyakinan bahwa kejadian buruk bersifat menetap, memiliki penyebab umum, berpengaruh terhadap seluruh aspek kehidupannya, dan menyalahkan diri sendiri karena mengalami kegagalan. Sebaliknya, peserta didik memandang kejadian baik bersifat sementara, memiliki penyebab khusus, hanya sebuah keberuntungan, dan mengandalkan fakstor eksternal atas keberhasilannya.
Optimis	Peserta didik memiliki orientasi hidup yang optimis, dengan kata lain peserta didik memiliki sudut pandang, kebiasaan, atau cara berpikir yang positif. Artinya, peserta didik memiliki keyakinan dan pandangan positif

	terhadap peristiwa/kejadian baik dan buruk yang dialaminya. Peserta didik meyakini bahwa kejadian baik bersifat menetap dan peristiwa buruk bersifat sementara, peserta didik sangat mampu menjelaskan bahwa kejadian buruk memiliki penyebab khusus dan kejadian baik memiliki penyebab umum. Peserta didik sangat memiliki pemahaman bahwa peristiwa/kejadian baik disebabkan oleh dirinya sendiri sehingga memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri, sementara meyakini bahwa kejadian buruk disebabkan oleh faktor luar yang tidak terkontrol.

3.7 Perumusan Program

Program bimbingan dan konseling dengan pendekatan *Resourceful Adolescent Program* (RAP) dalam penelitian dirumuskan berdasarkan profil optimisme siswa kelas VIII SMPN 40 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018). Struktur program layanan bimbingan dengan pendekatan RAP berdasarkan optimisme siswa sebagai berikut.

1) Rasional menjelaskan dasar pemikiran mengenai urgensi bimbingan dengan pendekatan RAP dan optimisme siswa.
2) Landasan hukum menjelaskan landasan/dasar-dasar perumussan layanan bimbingan disekolah berdasarkan kebutuhan siswa.
3) Visi dan misi bimbingan dan konseling dirumuskan sesuai dengan visi misi sekolah.
4) Deskripsi kebutuhan adalah penjelasan tentang hasil analisis optimisme siswa berdasarkan indikator. Indikator optimisme, yaitu: a) Individu memiliki keyakinan bahwa kegagalan yang dialamai besifat sementara, selalu berpandangan positif dan mampu melakukan penyesuaian dengan baik terhadap kejadian yang dialaminya; b) Individu memandang kemalangan sebagai masalah situasional dan spesifik, bukan sebagai wujud yang tidak terelakkan dan akan berlangsung selamanya; c) Individu memiliki pandangan secara menyeluruh shingga memiliki penghargaan yang tinggi terhadap kebermaknaan diri dan tidak akan serta merta menimpakan semua kesalahan pada diri sendiri.

5) Tujuan program secara umum untuk mengembangkan optimisme siswa. Tujuan di deskripsikan berdasarkan hasil analisis deskripsi kebutuhan siswa.
6) Komponen program menjelaskan komponen layanan yang berkaitan dengan sesi dalam *Resourceful Adolescent Program* (RAP) yang diberikan kepada siswa.
7) Bidang layanan mengacu pada analisis deskripsi kebutuhan dan tujuan program bimbingan yaitu bidang layanan pribadi untuk mengembangkan optimisme siswa.
8) Rencana oprasional menggambarkan struktur isi program yaitu tahapan layanan, tujuan, metode, dan media penunjang, dan deskripsi kegiatan yang disesuaikan dengan sesi *Resourceful Adolescent Program* (RAP).
9) Pengembangan tema atau topik merupakan rincian lanjut dari identifikasi deskripsi kebutuhan siswa dalam aspek dan indikator optimisme.
10) Evaluasi dan tindak lanjut yaitu mencakup evaluasi proses dan evaluasi hasil serta tindak lanjut berdasarkan hasil evaluasi dan masukan bagi layanan.
11) Anggaran merupakan rancangan biaya yang dibutuhkan untuk pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dengan pendekatan *Resourceful Adolescent Program* (RAP).

Program bimbingan dan konseling bisa berhasil bila dalam pengelolaan fungsi-fungsi dari manajemen dapat dioperasionalisasikan atau dapat dilakukan dengan baik dan sistematik (Suherman, U. 2015, hlm.35). *Planning* (perencanaan), adalah kegiatan konselor dalam menyiapkan dan menetapkan sasaran, tujuan, materi, metode, waktu, tempat dan rencana penilaian dari kegiatan bimbingan dan konseling yang disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik. Tahapan perumusan program bimbingan dan konseling dengan pendekatan *Resourceful Adolescent Program* (RAP) untuk mengembangkan optimisme siswa kelas VIII SMP Negeri 40 Bandung adalah sebagai berikut:

1. Melakukan analisis data optimisme yang didapatkan dari lapangan untuk dijadikan landasan dalam pembuatan program.

2. Menyususn struktur program layanan dari mulai rasional sampai anggaran biaya. Pada tahap ini menentukan deskripsi kebutuhan siswa sesuai dengan hasil data optimisme SMPN 40 Bandung.
3. Program yang telah disusun kemudian di uji kelayakannya oleh pakar dan praktisi.
4. Program disempurnakan berdasarkan hasil uji kelayakan yang telah dilakukan oleh pakar dan praktisi, sampai program layak untuk digunakan.

3.8 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian yang dilakukan terdiri atas tiga tahap yaitu: (1) persiapan, (2) pelaksanaan, dan (3) pelaporan.

3.8.1 Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, kegiatan yang dilakukan adalah menentukan masalah penelitian dan mencari berbagai jurnal sebagai bahan penyusunan proposal penelitian. Proposal penelitian dikonsultasikan kepada dosen pengampu mata kuliah Penelitian Bimbingan dan Konseling, kemudian diseminarkan di depan kelas sesuai dengan nomor urutan masing-masing. Setelah melalui tahap seminar proposal, draft BAB I sampai BAB III dikonsultasikan kembali kepada Dewan Skripsi Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, dan di sahkan oleh ketua Departemen PPB. Tahap selanjutnya pengadministrasiaan seperti membuat SK pembimbing skripsi melalui Departemen PPB dan Bagian Akademik Fakultas Ilmu Pendidikan. Setelah SK pembimbing skripsi sudah selesai dan sudah diketahui oleh pembimbing skripsi, peneliti mulai melakukan bimbingan.

3.8.2 Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan diawali dengan melakukan studi pendahuluan dan studi pustaka terkait dengan fenomena optimisme, yang menunjang proses penyusunan BAB I, II, dan III. Kemudian merumuskan definisi oprasional variabel (DOV) yang akan dijadikan acuan dalam pengembangan instrumen optimisme yang akan digunakan dalam penelitian. Penimbangan instrumen oleh dosen ahli Psikolog Pendidikan dan bimbingan untuk diuji kelayakan instrumen

baik dari segi konten, konstruk, maupun bahasa. Setelah instrumen dianggap layak, kemudian melakukan uji keterbacaan dan uji coba instrumen kepada siswa kelas VIII SMPN 40 Bandung, dengan melakukan perizinan kepada pihak sekolah. Uji validitas dan reliabilitas dari hasil uji coba instrumen. Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan instrumen penelitian kepada siawa kelas VIII SMPN 40 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018. Data yang dihasilkan kemudian diolah untuk mendapatkan profil optimisme siswa sebagai acuan dalam merumuskan program bimbingan dan konseling dengan pendekatan *Resourceful Adolescent Program* (RAP). Program, kemudian di uji kelayakannya oleh pakar dan praktisi. Program disempurnakan berdasarkan hasil uji kelayakan yang telah dilakukan oleh pakar dan praktisi.

3.8.3 Tahap Pelaporan

Kegiatan tahap pelaporan merupakan tahap akhir dari tahapan-tahapan penelitian. Pada tahap pelaporan dengan menyususun bab IV untuk memaparkan hasil penelitian dan bab V untuk memperoleh kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan. Pelaporan, seluruh kegiatan dan hasil penelitian dianalisis dan dilaporkan dalam bentuk karya ilmiah (skripsi) untuk kemudian diper-tanggungjawabkan.