

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Bab III merupakan suatu rancangan alur penelitian yang di dalamnya berisi desain penelitian, penetapan populasi dan sampel penelitian, penyusunan instrumen penelitian, langkah-langkah analisis data untuk menyusun rancangan program hipotetik, dan prosedur penelitian.

#### **3.1 Desain Penelitian**

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif atas dasar penelitian tentang regulasi diri siswa maka diperlukan pengukuran dalam bentuk angka – angka yang dapat diolah secara statistik. Pendekatan kuantitatif ini bertujuan untuk melakukan penelitian pada populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data menggunakan instrumen penelitian lalu menganalisis data kuantitatif/statistik serta menjabarkan hasil penelitian dengan menggunakan angka-angka (Creswell, 2012, hlm. 1-2). Alasan penggunaan pendekatan kuantitatif ini adalah karena sampel yang digunakan adalah *purposive sample*, yaitu siswa *underachiever*.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Metode deskriptif adalah metode yang digunakan untuk memusatkan diri pada pemecahan masalah yang terjadi saat ini dengan cara mengolah, menganalisis, menafsirkan, dan menyimpulkan data hasil penelitian yaitu mengenai gambaran regulasi diri siswa *underachiever* di SMP Labschool UPI Bandung, yang kemudian menjadi dasar dalam penyusunan program bimbingan belajar untuk mengembangkan regulasi diri siswa *underachiever*. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dijelaskan dalam statement yang lengkap dan detail (Creswell, 2012, hlm.403).

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian survei. Desain penelitian survei yaitu prosedur penelitian kuantitatif yang dilakukan untuk memperoleh mendeskripsikan sikap, perilaku, dan karakteristik dari populasi yang diperoleh melalui sampel dalam populasi (Creswell, 2012, hlm. 21).

### 3.2 Populasi dan Sampel

#### 3.2.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah regulasi diri seluruh siswa *underachiever* kelas VII SMP Labschool UPI Bandung Tahun Ajaran 2018/2019.

#### 3.2.2 Sampel Penelitian

Sampel merupakan sampel jenuh, sehingga sampel dalam penelitian ini adalah adalah regulasi diri seluruh siswa *underachiever* kelas VII SMP Labschool UPI Bandung Tahun Ajaran 2018/2019. Pertimbangan dalam menentukan populasi sebagai berikut :

- 1) Skor IQ siswa 120-129 kategori unggulan dan 130+ kategori sangat unggul (Rimm 1995; Mangunharjana, 2000, hlm.218)
- 2) Nilai murni Penilaian Akhir Semester (PAS) Genap mata pelajaran Matematika, rumpun IPA dan IPS di bawah KKM, hal ini berdasarkan jenis *underachiever* yang berada pada klasifikasi berdasarkan luasnya yaitu pada satu keterampilan yang spesifik (Withmore,1980).
- 3) Siswa *underachiever* kategori *disorganized student*, yaitu siswa yang mengalami kesulitan dalam mengorganisir kegiatan belajar nya (Peters, 2000) yang di rekomendasikan oleh guru BK dan guru mata pelajaran.

**Tabel 3.1**  
**Populasi Siswa *Underachiever* Kelas VII SMP Labschool UPI**

IQ	Kategori	Jumlah
120-129	Unggulan	10
139+	Sangat unggulan	4

### 3.3 Pengembangan Instrumen Penelitian

Instrumen yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah instrumen regulasi diri. Pengembangan instrumen dilakukan dengan merumuskan konsep tentang regulasi diri, definisi operasional regulasi diri, pengembangan kisi-kisi, instrumen regulasi diri, serta pedoman penyekoran dan penafsiran.

### 3.3.1 Konsep Regulasi Diri

Konsep regulasi diri dalam rancangan instrumen penelitian merujuk pada teori yang dikemukakan oleh Bandura(1986), Zimmerman (1989), dan Baumeister (2007). Bandura (1986) mendefinisikan perspektif dari sosial kognitif memandang regulasi diri sebagai proses interaksi dari personal, behavioral, dan lingkungan (Zimmerman, 1986, hlm.16). Aspek-aspek yang mendasari regulasi diri menurut teori sosial kognitif Bandura, meliputi : (1) Observasi diri, Individu harus dapat memberikan perhatian secara selektif terhadap beberapa aspek dari perilakunya. Apa yang individu observasi bergantung pada minat dan konsep diri lainnya yang sudah ada, seperti memonitor diri; (2) Proses penilaian. Proses penilaian membantu individu meregulasi perilaku melalui proses mediasi kognitif. Individu tidak hanya mampu untuk menyadari diri secara reflektif, tetapi juga menilai seberapa berharga tindakan individu berdasarkan tujuan yang telah diperbuat untuk diri sendiri. Proses penilaian bergantung pada standar pribadi.; dan (3) Reaksi diri. Manusia merespon secara positif dan negatif terhadap perilaku mereka bergantung pada bagaimana perilaku tersebut memenuhi standar personal mereka. Manusia menciptakan refleksi untuk tindakan yang mereka lakukan melalui penguatan diri atau hukuman diri.

Barry Zimmerman (1989) menjelaskan regulasi diri sebagai suatu proses pengaktifan pemikiran, perilaku, dan perasaan terus menerus dalam upaya mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Zimmerman menafsirkan peserta didik yang memiliki regulasi diri yang baik adalah individu yang berpartisipasi aktif secara kognitif, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar (Zimmerman, 2001, hlm.1). Menurut Zimmerman (1989, hlm. 329), regulasi diri terdiri atas pengaturan dari tiga aspek umum pembelajaran akademis, yaitu (1) Metakognisi. Strategi untuk mengontrol atau meregulasi kognisi, termasuk macam-macam aktivitas kognitif dan metakognitif bahwa individu terlibat untuk mengadaptasi dan mengubah kognisi mereka; (2) Motivasi. Strategi untuk meregulasi motivasi melibatkan beberapa aktivitas yang mana siswa dengan maksud tertentu berusaha untuk memulai, mengatur atau menambah kemauan untuk memulai, untuk mempersiapkan tugas berikutnya, atau melengkapi aktivitas tertentu atau sesuai

tujuan. Regulasi motivasi meliputi beberapa pemikiran, tindakan atau perilaku dimana siswa berusaha untuk mempengaruhi pilihan, usaha, dan ketekunan mereka untuk tugas akademisnya; dan (3) Perilaku. Strategi untuk meregulasi perilaku yang melibatkan usaha individu untuk mengontrol sendiri perilaku yang nampak. Siswa mungkin juga mengatur waktu mereka dan mempelajari suasana dengan mengatur belajar dengan menggunakan jadwal dan membuat perencanaan ketika akan belajar. Roy F. Baumeister (2007) mengungkapkan regulasi diri merupakan kemampuan merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku untuk mencapai tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional, dan sosial agar sesuai dengan nilai, moral, dan aturan yang berlaku dalam lingkungan masyarakat. Regulasi diri merupakan kemampuan yang menghasilkan pikiran, perasaan, dan perilaku (Baumeister, 2007, hlm.115). Regulasi diri terbentuk oleh empat hal, yaitu standar, pemantauan, kemauan, dan motivasi.

Dapat disimpulkan, regulasi diri adalah kemampuan individu dalam mengatur diri dengan mengelola pikiran, perasaan, dan tindakan diri untuk mencapai tujuan tertentu. Aspek-aspek regulasi diri diantaranya : (1) aspek pikiran, individu mampu mengatur fungsi pikirannya untuk dapat merencanakan tindakan yang akan dilakukan; (2) aspek perasaan, individu mampu mengatur perasaan yang positif dan negatif; dan (3) aspek tindakan, individu mampu mengatur tindakan yang ditampilkannya agar sesuai dengan hasil pemikirannya dan proses penilaian di lingkungannya.

### 3.3.2 Definisi Operasional Regulasi Diri

Secara operasional, yang dimaksud regulasi diri dalam penelitian adalah kemampuan siswa *underachiever* di kelas VII SMP Labschool UPI Bandung Tahun Ajaran 2018/2019 dalam mengatur diri dengan mengelola pikiran, perasaan, dan tindakan diri untuk mencapai tujuan tertentu. Berikut merupakan aspek dan indikator regulasi diri yang diukur dalam penelitian ini, diantaranya: 1) Aspek pikiran, siswa mampu mengatur fungsi pikirannya untuk dapat merencanakan tindakan yang akan dilakukan, dengan indikator : a) menetapkan

tujuan, b) Memantau diri, c) memiliki standar penilaian diri, d) mengambil keputusan, e) menyampaikan kembali informasi, 2) Aspek perasaan, siswa mampu mengatur perasaan yang positif dan negatif, dengan indikator : a) memahami perasaan diri sendiri, b) mengatur perasaan negatif, c) mengelola keberartian tugas, 3) Aspek tindakan, siswa mampu mengatur tindakan yang ditampilkannya agar sesuai dengan hasil pemikirannya dan proses penilaian di lingkungannya, dengan indikator : a) mengontrol perilaku, b) menilai seberapa berharga tindakan diri, c) mematuhi aturan yang berlaku, d) manajemen waktu.

### 3.3.3 Pengembangan Kisi-kisi Instrumen Regulasi Diri

Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data melalui asesmen. Instrumen yang digunakan untuk mengukur regulasi diri adalah angket/kuesioner. Angket adalah alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara membeikan seperangkat pernyataan tertulis kepada subjek penelitian untuk di jawab (Sugiyono,2013, hlm.199). Kisi-kisi instrumen regulasi diri yang dikembangkan dapat dilihat pada tabel 3.2.

**Tabel 3.2**  
**Kisi-kisi Instrumen Regulasi Diri**  
**(Sebelum Uji Kelayakan)**

No	Aspek	Indikator	No. Item		Jumlah
			+	-	
1.	Pikiran	Menetapkan tujuan	1,2	3	17
		Memantau diri	4,5	6	
		Memiliki standar penilaian diri	7,8	9,10	
		Mengambil keputusan	11,12	13,14	
		Menyampaikan kembali informasi	16	15,17	
2.	Perasaan	Memahami perasaan diri sendiri	18,19	20,21	12
		Mengelola perasaan negatif	22,24	23,25	
		Mengelola keberartian tugas	26,27,28	29	
3.	Tindakan	Mengontrol perilaku	30	31,32	12
		Menilai keberhargaan tindakan diri	33,34	35	
		Mematuhi aturan yang berlaku	36,37	38	
		Manajemen waktu	39	40,41	
<b>Jumlah</b>			<b>22</b>	<b>19</b>	<b>41</b>

Jenis angket yang digunakan adalah angket tertutup. Angket dalam penelitian ini dirumuskan dalam kisi-kisi dan dijadikan butir-butir pernyataan yang di dasarkan pada aspek-aspek regulasi diri. Angket berisi pernyataan-pernyataan dan pilihan jawaban yang dapat dipilih siswa sesuai keadaan diri nya. Angket ini meminta responden untuk memilih salah satu jawaban yang sesuai dengan karakteristik dirinya dengan memberikan tanda ceklis (✓). Skala yang digunakan dalam *skoring* instrumen adalah skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu terhadap suatu fenomena (Sugiyono,2013,hlm.135). skalabersifat hipotetik karena tidak terdapat uji skala. Terdapat lima alternatif jawaban yang disediakan dalam pengumpulan data, diantaranya sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Setiap opsi jawaban mengandung nilai skor dan arti sebagai berikut

**Tabel 3.3**  
**Pola Skor Opsi Respon**  
**Model Summated Ratings (Likert)**

Pernyataan	Skor Lima Opsi Respon				
	SS	S	KS	TS	STS
<i>Favorable (+)</i>	5	4	3	2	1
<i>Unfavorable (-)</i>	1	2	3	4	5

### 3.3.4 Uji Kelayakan Instrumen

Insrumen yang digunakan dalam penelitian telah melalui tahap uji kelayakan oleh para dosen ahli. Proses penimbangan dilakukan oleh tiga dosen ahli dari Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Penilaian pada setiap item dilihat dari segi konstruk, isi, dan redaksi bahasa yang digunakan. Hasil dari proses penimbangan instrumen menunjukkan bahwa keseluruhan item yang berjumlah 41 item dapat digunakan, dengan perbaikan dari segi redaksi bahasa. Hal ini dilakukan agar instrumen yang digunakan dapat dipahami dengan baik oleh siswa, serta dapat mengungkap regulasi diri siswa *underachiever* dengan baik.

**Tabel 3.4**  
**Hasil *Judgement* Instrumen Penelitian**

<b>Klasifikasi</b>	<b>No Item</b>	<b>Jumlah</b>
<b>Memadai</b>	1,2,3,7,9,10,17,19,20,23,25,27,28,29,30,31,33,34,35,36,37,40,41	23
<b>Revisi</b>	4,5,6,8,11,12,14,15,16,21,22,24,26,32,38,39	16
<b>Dihilangkan</b>	13,18	2
<b>Total</b>		<b>39</b>

Kisi-kisi instrumen setelah uji kelayakan dapat dilihat pada tabel 3.5

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

<b>No.</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Nomor Item</b>		<b>Jumlah</b>
			<b>+</b>	<b>-</b>	
1.	Pikiran	Menetapkan tujuan	1,2	3	16
		Memantau diri	4,5	6	
		Memiliki standar penilaian diri	7,8	9,10	
		Mengambil keputusan	11,12	13	
		Menyampaikan kembali informasi	15	14,16	
2.	Perasaan	Memahami perasaan diri sendiri	17	18,19	11
		Mengelola perasaan negatif	20,22	21,23	
		Mengelola keberartian tugas	24,25,26	27	
3.	Tindakan	Mengontrol perilaku	28	29,30	12
		Menilai keberhargaan tindakan diri	31,32	33	
		Mematuhi aturan yang berlaku	34,35	36	
		Manajemen waktu	37	38,39	
<b>Jumlah</b>			<b>21</b>	<b>18</b>	<b>39</b>

### 3.3.5 Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan instrumen dilaksanakan terhadap empat siswa di kelas VII SMP Labschool UPI Bandung. Tujuan dari dilaksanakannya uji keterbacaan adalah untuk mengukur sejauh mana keterbacaan pada setiap pernyataan instrumen agar dapat dipahami oleh siswa. Hasil dari uji keterbacaan menunjukkan terdapat kata dalam pernyataan yang tidak dipahami oleh siswa, oleh karena itu dilakukan perbaikan pada pernyataan yang terdapat kata-kata yang tidak dipahami tersebut.

**Tabel 3.6**  
**Hasil Uji Keterbacaan**

No Item	Pernyataan Sebelum Uji Keterbacaan	Pernyataan Setelah Uji Keterbacaan
31	Saya menilai bahwa apa yang saya lakukan adalah pelajaran berharga	Saya menilai kegiatan belajar dan ekstrakurikuler yang di ikuti di sekolah adalah pengalaman berharga
36	Saya terlambat mengerjakan PR	Saya terlambat mengumpulkan PR

### 3.3.6 Uji Validitas Item

Uji validitas dilaksanakan terhadap 14 siswa kelas VII SMP Labschool UPI Bandung Tahun Ajaran 2018/2019. Uji validitas ini dilakukan untuk menguji seberapa jauh instrumen yang digunakan dapat mengukur atribut apa yang seharusnya di ukur (Sumintono & Widhiarso, 2014, hlm.34). Pengolahan data untuk uji validitas instrumen dilakukan dengan menggunakan *Software Winstep Rasch Model for Windows*. Valid atau tidak valid nya item dapat diketahui dari kriteria sebagai berikut :

- 1) Nilai *Outfit Mean Square (MNSQ)* yang diterima:  $0,5 < MNSQ < 1,5$
- 2) Nilai *Outfit Z-Standard (ZTSD)* yang diterima:  $-2,0 < ZSTD < +2,0$
- 3) Nilai *Point Measure Correlation (Pt Mean Corr)*:  $0,4 < Pt < Measure Corr < 0,85$

Berdasarkan hasil uji validitas, dari total 39 item pernyataan yang digunakan sebanyak 26 item, sedangkan 13 item lainnya tidak digunakan, dan disajikan dalam tabel berikut.

**Tabel 3.7**  
**Hasil Uji Validitas Item**

Hasil	Nomor Item	Jumlah
<b>Valid</b>	1,2,3,5,7,12,13,14,15,16,18,19,20,21,22,24,25,27,28,30,31,32,33,34	26
<b>Tidak Valid</b>	4,5,6,7,8,9,10,11,17,23,26,29,35	13
<b>Total Item digunakan</b>		<b>26</b>

Terdapat kriteria lain dalam menguji validitas instrumen yaitu *unidimensionality instrument*. *Unidimensionality instrument* merupakan ukuran



penting untuk mengevaluasi apakah instrumen yang dikembangkan mampu mengukur apa yang seharusnya diukur (Sumintono & Widhiarso, 2014, hlm.122). Kategori *unidimensionality* disajikan dalam tabel berikut.

**Tabel 3.8**  
**Kriteria *Unidimensionality***

Skor	Kriteria
>60%	Istimewa
40-60%	Bagus
20-40%	Cukup
≥20%	Minimal
<20%	Jelek
<15%	<i>Unexpected variance</i>

Nilai *raw variance* data yang diperoleh untuk kriteria *unidimensionality* sebesar 40,6% dengan kualifikasi Bagus yang artinya pengukuran dapat menghasilkan informasi sesuai dengan variabel yang diukur. Validitas yang diukur berdasarkan pada kriteria *precise*, nilai model SE pada semua item berkisar pada rentang 0,05-1,00 yang berarti item berada pada kriteria oke/cukup teliti sehingga memenuhi syarat validitas.

**Tabel 3.9**  
**Kriteria *Precise***

Rentang	Kategori
<0,05	Bagus/Sangat Teliti
0,05-1,00	Oke/Cukup Teliti
>1,00	Tidak Bagus/Kurang Teliti

### 3.3.7 Uji Reliabilitas Instrumen

Untuk mengetahui tingkat reliabilitas instrumen, digunakan bantuan *Rash Model* dengan aplikasi *Winstep*. Instrumen dikatakan reliabel apabila sudah dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data. Uji reliabilitas dilakukan dengan tujuan untuk menguji konsistensi atau ketetapan suatu instrumen (Sumintono & Widhiarso, 2014, hlm.31). Adapun kategori reliabilitas sebagai berikut :

- 1) *Person Measure*: Nilai rata-rata yang lebih tinggi dari logit 0,0 menunjukkan kecenderungan responden lebih banyak mampu menyetujui *statement* di berbagai item.

- 2) Nilai *Standard Deviation* : jika lebih kecil dari rata-rata artinya jawaban responden *homogen*, jika lebih besar dari rata-rata artinya jawaban responden *heterogen*.
- 3) Nilai *Alpha Cronbach* untuk mengukur reliabilitas yaitu interaksi antara person dan item secara keseluruhan dengan kriteria:
  - a) < 0,5 : Buruk
  - b) 0,50-0,60 : Jelek
  - c) 0,60-0,70 : Cukup
  - d) 0,70-0,80 : Bagus
  - e) > 0,80 : Bagus Sekali
- 4) Nilai *Person Reliability* dan *Item Reliability*:
  - a) < 0,67 : Lemah
  - b) 0,67-0,80 : Cukup
  - c) 0,81-0,90 : Bagus
  - d) 0,91-0,94 : Bagus Sekali
  - e) > 0,94 : Istimewa
- 5) Pengelompokan *Person* dan *Item* dapat diketahui dari nilai *separation*. Semakin besar nilai *separation*, maka kualitas instrumen dalam hal keseluruhan responden dan item semakin bagus, karena dapat mengidentifikasi kelompok responden dan kelompok item (Sumintono & Widhiarso, 2014, hlm.112). Persamaan lain yang digunakan untuk melihat pengelompokan secara lebih teliti disebut pemisahan strata:

$$H = \frac{[(4 \times SEPARATION) + 1]}{3}$$

Berdasarkan standarisasi Rasch Model maka di dapatkan hasil uji reliabilitas instrumen regulasi diri yang di rangkum pada tabel berikut.

**Tabel 3.10**  
**Rekapitulasi Hasil Uji Reliabilitas**  
**Instrumen Regulasi Diri**

No.	Deskripsi	Mean Measure	SD	Separation	Reliability	Alpha Cronbach
1.	Person	0,88	0,82	4	0,87	0,89
2.	Item	0,00	0,91	4	082	

Untuk melihat pengelompokkan secara lebih teliti, terlebih dahulu dilakukan perhitungan dari nilai *person separation* dan *item separation* sebagai berikut.

**Person Separation**

$$H = \frac{[(4 \times 2,55)+1]}{3}$$

$$= \frac{11,2}{3} = 3,73 \rightarrow 4$$

**Item Separation**

$$H = \frac{[(4 \times 2,95)+1]}{3}$$

$$= \frac{12,8}{3} = 4,2 \rightarrow 4$$

Berdasarkan tabel 3.10, kesimpulan yang diperoleh dari hasil uji reliabilitas instrumen sebagai berikut.

- 1) *Person Measure* : nilai rata-rata yang ditunjukkan adalah 0,88 *logit*. Artinya, nilai tersebut lebih dari nilai rata-rata item yaitu 0,0 *logit*. Hal tersebut menunjukkan kecenderungan responden lebih banyak mampu menyetujui *statement* di berbagai item;
- 2) Nilai *Standard Deviation* sebesar 0,82. Artinya nilai tersebut lebih kecil dari nilai rata-rata yaitu 0,88. Hal tersebut menunjukkan jawaban responden *homogen* atau jawaban responden sama;
- 3) Nilai *Alpha Cronbach* pada instrumen regulasi diri adalah 0,89. Artinya, interaksi antara *person* dan item termasuk dalam kategori *bagus sekali* dan pernyataan pada item di respon positif oleh responden;
- 4) Hasil uji reliabilitas *person* sebesar 0,87 dan berada pada kategori *Bagus*, artinya konsistensi responden dalam memilih pernyataan adalah *bagus*;

- 5) Hasil uji reliabilitas instrumen regulasi diri menunjukkan reliabilitas item sebesar 0,82 dan berada pada kategori *bagus*, artinya kualitas item pada instrumen layak digunakan untuk mengungkap regulasi diri responden.
- 6) Nilai *person separation* pada instrumen regulasi diri setelah melalui perhitungan adalah 3,73 dibulatkan menjadi 4 yang bermakna terdapat empat kelompok responden, artinya kualitas instrumen bagus dalam hal keseluruhan responden.
- 7) Nilai *item separation* pada instrumen regulasi diri setelah melalui perhitungan adalah 4,2 dibulatkan menjadi 4 yang bermakna terdapat empat kelompok butir soal, yang artinya kualitas instrumen bagus sekali dalam hal keseluruhan butir soal.

### **3.4 Teknik Analisis Data**

Analisis data dilakukan setelah seluruh data terkumpul sebagai dasar untuk memperoleh gambaran regulasi diri siswa SMP secara umum, berdasarkan aspek dan indikator. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *Rasch (Rasch Model)* menggunakan aplikasi *Winstep for Windows*. Langkah-langkah dalam analisis data yaitu verifikasi data, penyekoran data, dan pengkategorian data.

#### **3.4.1 Verifikasi Data**

Verifikasi data merupakan kegiatan pemeriksaan, penyeleksian atau pemilihan data yang memadai selanjutnya dilakukan pengolahan data menggunakan aplikasi *winstep* untuk model RASCH. Kegiatan verifikasi data bertujuan untuk mengetahui kesesuaian data dengan kriteria yang dibutuhkan.

#### **3.4.2 Penskoran Data**

Instrumen regulasi diri dikembangkan menggunakan model skala likert. Alternatif pilihan jawaban menggunakan lima skala untuk menggali data yang lebih eksploratif. Pemberian skor pada setiap jawaban responden ditentukan sesuai dengan bobot yang telah ditetapkan. Bentuk jawaban menggunakan tanda

cekis (✓) pada pilihan jawaban yang sesuai dengan diri responden. Terdapat dua jenis pernyataan pada instrumen ini yaitu pernyataan positif dan pernyataan negatif. Kategori penskoran instrumen dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 3.11**  
**Pola Skor Opsi Alternatif Respons**

Pernyataan	Skor Lima Opsi Respon				
	SS	S	KS	TS	STS
<i>Favorable (+)</i>	5	4	3	2	1
<i>Unfavorable (-)</i>	1	2	3	4	5

### 3.4.3 Pengkategorian Data

Pengolahan data yang di hasilkan kemudian dilakukan pengelompokkan data menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Penentuan pengelompokkan dan penafsiran data Regulasi diri siswa *underachiever* digunakan sebagai standarisasi dalam menafsirkan skor yang ditujukan untuk mengetahui makna skor yang di capai siswa. Penentuan skor kategori dilakukan dengan melihat nilai *Mean* dan standar deviasi pada *software Winstep* dengan rumus sebagai berikut.

**Tabel 3.12**  
**Interval Kategori Data Hasil Penelitian**

Interval	Kategori
$X \geq M + SD$	Tinggi
$M - SD \leq X < M + SD$	Sedang
$X < M - SD$	Rendah

(Azwar, 2016, hlm.149)

Berikut ini adalah hasil pengelompokkan data berdasarkan kategori dan interpretasinya :

**Tabel 3.13**  
**Kategorisasi Skor Regulasi Diri Siswa *Underachiever***

Rentang Skor	Kategori	Deskripsi
$X \geq 1,7$	Tinggi	Kategori tinggi ditandai dengan siswa telah mampu menetapkan tujuan yang hendak dicapai, mengambil keputusan untuk mencapai tujuan, mengelola perasaan dan perilaku negatif, mentaati peraturan, dan mengelola waktu dengan baik.

$0,06 \leq X < 1,7$	Sedang	Kategori sedang ditandai dengan cukup mampu menetapkan tujuan namun masih kurang terarah, terkadang masih kesulitan dalam mengambil keputusan, terkadang sulit mengelola perasaan dan perilaku negatif, terkadang tidak mentaati aturan, dan waktu yang kurang dikelola dengan baik.
$X < 0,06$	Rendah	Kategori rendah ditandai dengan kurang mampu menetapkan tujuan, kesulitan dalam mengambil keputusan, rendahnya pengelolaan perasaan dan perilaku negatif, tidak peduli terhadap aturan, dan pengelolaan waktu yang tidak baik.

### 3.5 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dilaksanakan berdasarkan tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan pelaporan.

- 1) Tahap Persiapan. Pada tahap ini, kegiatan yang dilakukan adalah menentukan masalah, menentukan judul skripsi, menyusun proposal skripsi, seminar proposal skripsi dalam mata kuliah Penelitian Bimbingan dan Konseling, mengajukan pengesahan proposal skripsi ke dewan skripsi, dan permohonan izin penelitian.
- 2) Tahap Pelaksanaan. Pada tahap ini, kegiatan yang dilakukan adalah studi pustaka mengenai regulasi diri untuk merancang BAB I dan BAB II, pengembangan instrumen regulasi diri, uji kelayakan instrumen, uji keterbacaan instrumen, penentuan populasi dan sampel, penyebaran instrumen regulasi diri, analisis dan pengolahan data instrumen regulasi diri yang selanjutnya hasil pengolahan data disusun dalam BAB III dan BAB IV, dan membuat rancangan program bimbingan pribadi dan dilakukan uji kelayakan.
- 3) Tahap Pelaporan. Pada tahap ini, kegiatan yang dilakukan adalah bimbingan rancangan skripsi dengan pembimbing skripsi, revisi rancangan skripsi, pengesahan rancangan skripsi, dan pertanggungjawaban di ujian sidang skripsi.