

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan suatu proses dalam menemukan pengetahuan berupa angka, sebagai suatu alat untuk menemukan keterangan dari apa yang ingin diketahui. Menurut Sugiyono (2014, hlm. 14), pendekatan kuantitatif dapat digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan.

Penelitian ini dilakukan untuk mengungkap informasi atau data mengenai kontrol diri dari remaja atau peserta didik yang dilihat dari statusnya dalam keluarga atau urutan kelahirannya, melalui pengembangan instrumen dengan mengacu pada definisi operasional variabel.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, berupa metode deskriptif. Metode deskriptif merupakan suatu metode penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena yang ada, baik fenomena yang bersifat alamiah atau rekayasa manusia yang dikaji dalam bentuk aktivitas, karakteristik, perubahan, hubungan kesamaan, dan perbedaannya dengan fenomena lain (Sukmadinata, 2010, hlm. 72). Metode penelitian deskriptif digunakan agar peneliti memperoleh informasi mengenai gambaran secara sistematis, faktual dan akurat mengenai profil kontrol diri peserta didik yang dilihat dari status anak dalam keluarga pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 4 Bandung Tahun Ajaran 2018/ 2019.

3.2 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah peserta didik yang duduk di kelas XI di SMA Negeri 4 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019, dengan pertimbangan sebagai berikut.

- 3.2.1 Peserta didik yang duduk di kelas XI di SMA Negeri 4 Bandung termasuk dalam kategori remaja yang berada pada masa peralihan

diri dari masa remaja awal menuju masa remaja tengah atau akhir, pada masa ini merupakan masa yang sangat menentukan dimana pengaruh lingkungan dan kekerabatan atau pertemanan dapat sangat mempengaruhi kenakalan yang dilakukan. Oleh karena itu, kontrol diri sangat diperlukan oleh individu, karena apabila individu ingin diterima di masyarakat mereka perlu menahan diri dari perilaku kejahatan atau perilaku agresif saat mereka memasuki tahap kehidupan di mana perilaku ini kurang dapat diterima oleh norma-norma sosial (McMullen, 1999).

- 3.2.2 Hasil pengamatan pada saat observasi di lapangan pada peserta didik di SMA Negeri 4 Bandung, ditemukan peserta didik yang keluar kelas maupun keluar dari lingkungan sekolah dengan alasan-alasan tertentu pada saat kegiatan belajar dan mengajar sedang berlangsung.
- 3.2.3 Belum pernah dilaksanakan penelitian untuk mengungkap profil kontrol diri peserta didik yang dilihat dari urutan kelahiran pada peserta didik yang duduk di kelas XI di SMA Negeri 4 Bandung.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek atau objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014, hlm. 80). Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA Negeri 4 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019 yang berjumlah 316 siswa dengan rincian sebagai berikut.

Tabel 3.1
Jumlah Populasi Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 4 Bandung
Tahun Ajaran 2018/2019

Kelas	Jumlah Peserta Didik
XI MIPA 1	35
XI MIPA 2	35
XI MIPA 3	36
XI MIPA 4	36
XI MIPA 5	36

XI MIPA 6	34
XI MIPA 7	33
XI IPS 1	35
XI IPS 2	36
Jumlah	316

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2014, hlm. 81). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sampling* jenuh, yaitu sampel yang mewakili jumlah populasi. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 316 siswa yang tersebar di kelas XI MIPA 1, XI MIPA 2, XI MIPA 3, XI MIPA 4, XI MIPA 5, XI MIPA 6, XI MIPA 7, XI IPS 1, dan XI IPS 2.

3.4 Definisi Operasional Variabel

Kontrol diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan peserta didik kelas XI SMA Negeri 4 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019 dalam mengatur perilaku, mengarahkan pikiran atau akal, dan mempertimbangkan berbagai keputusan sesuai dengan standar nilai, harapan sosial, dan konsekuensi yang akan diterima. Berdasarkan konsep Averill (1973, hlm. 76; dalam Ghufron & Risnawita, 2010, hlm. 29-31), terdapat tiga aspek dalam mengukur kontrol diri yakni kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*).

3.4.1 Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kontrol perilaku merupakan suatu kemampuan individu dalam merespon yang akan secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi karakteristik suatu peristiwa tidak menyenangkan atau akan berdampak kurang baik. Kemampuan dalam mengontrol perilaku ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu:

- 3.4.1.1 Kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*), yaitu kemampuan individu dalam menentukan siapa yang akan mengendalikan situasi atau keadaan, apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya. Apabila individu tidak mampu menggunakan kemampuan dari

dalam dirinya, maka individu akan menggunakan sumber eksternal, seperti meminta saran atau pendapat dari orang lain.

3.4.1.2 Kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*), yaitu kemampuan untuk mengetahui kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki muncul dan bagaimana cara menghadapinya. Upaya yang dapat digunakan dalam mengontrol perilaku yaitu dengan menjauhi stimulus, menempatkan tenggat waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir dan membatasi intensitasnya.

3.4.2 Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif merupakan suatu kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai suatu adaptasi psikologisnya atau mengurangi tekanan. Kontrol kognitif terdiri atas dua komponen, yaitu:

3.4.2.1 Memperoleh informasi (*information gain*), yaitu apabila individu memperoleh suatu informasi mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan dengan melakukan berbagai pertimbangan untuk menanggapi informasi yang tidak diinginkan.

3.4.2.2 Melakukan penilaian (*appraisal*), yaitu individu berusaha melakukan penilaian dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan berbagai segi positif secara subjektif.

3.4.3 Mengontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Kemampuan mengontrol keputusan merupakan suatu kemampuan individu untuk memilih suatu hasil atau tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini dan disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi dengan baik apabila terdapat suatu kesempatan,

kebebasan atau kemungkinan dalam diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Berdasarkan aspek-aspek yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa individu dengan kemampuan kontrol diri yang baik adalah individu yang mampu memenuhi berbagai aspek yang ada. Jika ketiga aspek kontrol diri yang diungkapkan oleh Averill ini dimiliki dan berfungsi dengan optimal dalam diri individu, maka individu akan mampu mengontrol dirinya dalam keadaan apapun. Ketiga aspek kontrol diri dapat dijadikan patokan untuk mendapatkan gambaran kontrol diri individu. Maka dari itu, aspek-aspek kontrol diri yang dikemukakan oleh Averill dijadikan Definisi Operasional Variabel yang akan diteliti.

3.5 Instrumen Penelitian

3.5.1 Jenis Instrumen Penelitian

Jenis instrumen penelitian yang digunakan yaitu berupa angket tertutup, dimana responden hanya menjawab sesuai dengan pilihan jawaban yang telah disediakan. Dalam memberikan jawaban pada instrumen yang telah disediakan, responden dapat memberikan tanda ceklis pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia.

3.5.2 Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, instrumen kontrol diri yang digunakan adalah instrumen yang disusun oleh Tri Asmi Bunga (2016) yang diadaptasi dari teori kontrol diri Averill (1973). Kisi-kisi instrumen dikembangkan berdasarkan definisi operasional variabel kontrol diri. Kisi-kisi disusun dengan tujuan sebagai acuan dalam penyusunan instrumen agar sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun konstruk kisi-kisi instrumen kontrol diri, sebagai berikut.

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen Kontrol Diri Peserta Didik SMA Negeri 4 Bandung
Tahun Ajaran 2018/2019
Sebelum Uji Kelayakan

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Item		Jml
				(+)	(-)	

Maya Mu'minatul Afifah, 2018

PROFIL KONTROL DIRI PESERTA DIDIK DILIHAT DARI STATUS ANAK DALAM KELUARGA

Universitas Pendidikan Indonesia repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Item		Jml
1	<i>Behavioral Control</i>	a. Mengatur Pelaksanaan	Mampu mengendalikan situasi atau keadaan menurut diri sendiri	1,3,4	2,5	5
			Mampu mengendalikan situasi atau keadaan berdasarkan sesuatu di luar diri	6,7,9	8,10	5
		b. Memodifikasi Perilaku	Mampu mengetahui munculnya stimulus yang tidak dikehendaki	11,13,15	12,14	5
			Mampu mengetahui bagaimana menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki	16,17,18	19,20	5
2	<i>Cognitive Control</i>	a. Memperoleh informasi	Mampu mengantisipasi keadaan yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan kemungkinan yang bisa terjadi	22,24,25	21,23	5
		b. Melakukan Penilaian	Mampu menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan segi-segi positif secara subjektif	27,28,30	26,29	5

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Item		Jml
3	<i>Decisional Control</i>	a. Memilih tindakan	Kemampuan dalam memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini dan disetujui serta adanya kebebasan	31,32,33	34,35	5
		b. Memilih hasil	Kemampuan dalam memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini dan disetujui serta adanya kesempatan untuk berhasil	37,39,40	36,38	5
Jumlah						40

3.5.3 Menyusun Item/ Butir Pernyataan

Tabel 3.3
Instrumen Kontrol Diri

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan
1	<i>Behavior Control</i>	a. Mengatur Pelaksanaan Perilaku	Mampu mengendalikan situasi/ keadaan menurut diri sendiri dalam lingkungan pembelajaran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya memilih belajar di rumah dibandingkan bermain dengan teman (+) 2. Saya memilih tidak masuk sekolah ketika hujan (-) 3. Saya memilih menjadi penengah daripada terlibat dalam perselisihan pendapat (+) 4. Saya memilih menabung

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan
				<p>dibandingkan mengikuti ajakan teman untuk membeli jajanan (+)</p> <p>5. Saya memilih bermain <i>game</i> dibandingkan mengikuti ajakan teman untuk mengerjakan tugas kelompok (-)</p>
			Mampu mengendalikan situasi/ keadaan berdasarkan sesuatu di luar diri dalam lingkungan pembelajaran	<p>6. Saya tetap berbicara halus, meskipun teman saya berbicara kasar (+)</p> <p>7. Saya memilih menghindar jika ada teman yang berkelahi (+)</p> <p>8. Saya mengikuti ajakan teman untuk bermain dibandingkan pulang ke rumah tepat waktu (-)</p> <p>9. Saya menolak ajakan teman untuk bolos sekolah (+)</p> <p>10. Saya memilih “ngobrol” dengan teman dibandingkan memperhatikan guru yang sedang menjelaskan pelajaran (-)</p>

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan
		b. Memodifikasi Perilaku	Mampu mengetahui munculnya stimulus yang tidak dikehendaki saat berada di lingkungan sekolah	11. Saya berusaha untuk berkata tanpa menyinggung perasaan teman (+) 12. Saya memanggil teman saya dengan sebutan yang cenderung menghina (-) 13. Saya mencoba bersikap ramah pada orang lain agar saya tidak dibenci (+) 14. Saya kecewa pada guru yang suka memaki siswa (-) 15. Saya memasang alarm agar tidak terlambat datang ke sekolah (+)
			Mampu mengetahui bagaimana menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki saat berada di lingkungan sekolah	16. Saya datang lebih awal agar tidak terlambat masuk kelas (+) 17. Saya menolak ajakan teman untuk melanggar aturan sekolah (+) 18. Saya menghindari perkelahian dengan teman karena saya tidak ingin memiliki musuh (+) 19. Saya beralasan

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan
				sakit jika tidak mau mengikuti kegiatan belajar mengajar (-) 20. Saya memilih bolos sekolah saat terlambat karena tidak mau mendapat hukuman (-)
2	<i>Cognitive Control</i>	a. Memperoleh informasi	Mampu mengantisipasi keadaan yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan kemungkinan yang akan terjadi	21. Saya perlu mencontek agar memperoleh nilai bagus (-) 22. Saya mengetahui akibat-akibat jika terlibat dalam pelanggaran disiplin sekolah (+) 23. Saya acuh tak acuh dengan orang-orang di sekitar (-) 24. Saya mengulang pelajaran di kelas ketika di rumah sebagai persiapan jika ada tes mendadak (+) 25. Saya berinteraksi dengan teman yang memberikan dampak yang baik (+)
		b. Melakukan Penilaian	Mampu menafsirkan suatu keadaan dengan	26. Saya marah ketika ada teman yang menegur

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan
			memperhatikan segi-segi positif secara subjektif	<p>perilaku saya (-)</p> <p>27. Saya melakukan introspeksi diri, ketika ada teman yang memberikan masukan atau kritik (+)</p> <p>28. Saya memilih membaca buku di perpustakaan ketika guru tidak hadir mengajar (+)</p> <p>29. Saya cenderung menyalahkan orang lain jika hal buruk terjadi (-)</p> <p>30. Saya menjadikan ejekan atau kritik teman sebagai pembelajaran diri agar lebih baik (+)</p>
3	<i>Decisional Control</i>	a. Memilih tindakan	Kemampuan dalam memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini dan disetujui serta adanya kebebasan dalam menentukan pilihan	<p>31. Saya memaafkan teman yang menyinggung perasaan saya (+)</p> <p>32. Saya membantu teman tanpa pamrih (+)</p> <p>33. Saya mencoba bersikap baik pada siapapun, termasuk teman yang menyakiti saya (+)</p> <p>34. Saya membalas hal buruk yang</p>

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan
				dilakukan teman (-) 35. Saya memberikan contekan pada teman agar tidak dimusuhi (-)
		b. Memilih hasil	Kemampuan dalam memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini dan disetujui serta adanya kesempatan untuk berhasil	36. Saya mencontek ketika sedang ujian agar mendapat nilai yang bagus (-) 37. Saya menolak ajakan teman untuk berkelahi untuk menjauhi keributan (+) 38. Saya menghalalkan berbagai cara untuk mencapai tujuan (-) 39. Saya tetap mengumpulkan tugas, walaupun terlambat (+) 40. Saya aktif menyampaikan pendapat saya pada saat diskusi kelompok (+)

3.5.4 Uji Kelayakan Instrumen

Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji kelayakan instrumen. Tujuan dilakuka uji kelayakan instrumen adalah untuk menilai kesesuaian konstruk, isi, keterkaitan dengan landasan

teoritis, kisi-kisi, dan disesuaikan dengan subjek penelitian, yaitu siswa SMA, agar dapat dipahami oleh subjek penelitian dan respon yang didapatkan dapat sesuai dengan tujuan penelitian. Instrumen kontrol diri ini telah diuji kelayakannya oleh dosen-dosen ahli dari Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.

Untuk uji kelayakan, terdapat revisi untuk menghilangkan kata “sering” atau “lebih” pada setiap butir pernyataan. Kedua dosen lainnya memberikan revisi yang berkaitan dengan tanda baca dan mempertajam fokus dari indikator pernyataan pada kisi-kisi instrumen.

3.5.5 Uji Keterbacaan Item

Sebelum instrumen dapat digunakan dalam penelitian, instrumen terlebih dahulu melalui uji keterbacaan pada lima orang peserta didik yang duduk di jenjang yang sama dengan responden penelitian, yakni peserta didik yang duduk di kelas XI yang berasal dari sekolah yang berbeda dengan lokasi penelitian. Uji keterbacaan ini bertujuan untuk mengukur sejauh mana subjek penelitian mampu memahami maksud dan tujuan dalam setiap butir pernyataan pada instrumen. Apabila terdapat pernyataan-pernyataan yang kurang atau sulit dipahami, maka butir pernyataan harus diperbaiki agar subjek penelitian dapat memahami keseluruhan butir pernyataan secara baik.

3.5.6 Uji Ketepatan Skala

Uji ketepatan skala dilakukan untuk menentukan nilai sesungguhnya dari setiap pilihan jawaban secara apriori (Subino, 1987). Uji ketepatan skala ini hanya dilakukan pada instrumen yang berbentuk skala *Likert*. Berikut ini merupakan contoh perhitungan uji ketepatan skala pada item nomor 1 yang proses perhitungannya dilakukan dengan menggunakan *software Microsoft Excel 2013*.

Tabel 3.4
Uji Ketepatan Skala Kontrol Diri

1	STS	TS	KS	S	SS
F	8	19	54	14	6
P	0,079	0,188	0,535	0,139	0,059

Cp	0,079	0,267	0,802	0,940	1,000
Mid Cp	0,040	0,173	0,534	0,871	0,970
Z	-1,751	-0,942	0,085	1,131	1,881
ZC	1	1,809	2,836	3,882	4,632
Z+	1	2	3	4	5

Keterangan:

3.5.6.1 Nilai P (Proporsi) diperoleh dari frekuensi peserta didik dalam memilih setiap respon jawaban dibagi dengan jumlah semua peserta didik.

3.5.6.2 Nilai Cp (*cumulative proportion*) diperoleh dengan menjumlahkan nilai P dengan nilai P pada skala yang sebelumnya.

3.5.6.3 Nilai Mid Cp (*mid point cp*) diperoleh dengan mencari nilai tengah dari Cp.

3.5.6.4 Nilai Z diperoleh berdasarkan data yang tertera pada tabel Z sesuai dengan nilai setiap Mid Cp.

3.5.6.5 Nilai Z+ diperoleh dari hasil penjumlahan antara nilai Z pada setiap skala dengan nilai Z terkecil.

3.5.7 Uji Validitas Instrumen

Uji validitas instrumen merupakan salah satu syarat minimal yang perlu dipenuhi oleh suatu instrumen penelitian. Suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kebenaran suatu instrumen disebut dengan validitas (Arikunto, 2010, hlm.211). Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah suatu instrumen yang digunakan untuk penelitian dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur dalam penelitian (Sugiyono, 2013, hlm. 257). Suatu instrumen dapat dikatakan valid apabila instrumen dapat digunakan untuk mengungkap data secara tepat dari variabel yang diteliti (Arikunto, 2010, hlm. 168). Uji validitas butir item pernyataan dilakukan dengan menggunakan

bantuan *software SPSS versi 16*, dengan hasil perhitungan sebagai berikut.

Tabel 3.5
Hasil Pengujian Validitas Instrumen Kontrol Diri

Kesimpulan	No. Item	Jumlah
Jumlah Awal		40
Valid	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 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	38
Tidak Valid	7,14	2

Berdasarkan tabel 3.5 diketahui, dalam instrumen kontrol diri terdapat 2 butir item yang tidak valid atau dalam kata lain tidak dapat digunakan, yaitu nomor 7 dan 14. Selanjutnya, terdapat 38 butir item yang dinyatakan valid atau layak digunakan, dengan nilai uji validitas bergerak antara -0,034 sampai dengan 0,608.

Tabel 3.6
Kisi-kisi Instrumen Kontrol Diri Peserta Didik SMA Negeri 4 Bandung
Tahun Ajaran 2018/2019
Setelah Uji Kelayakan

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Item		Jumlah
				(+)	(-)	
1	<i>Behavioral Control</i>	a. Mengatur Pelaksanaan	Mampu mengendalikan situasi atau keadaan menurut diri sendiri	1,3,4	2,5	5
			Mampu mengendalikan situasi atau keadaan berdasarkan sesuatu di luar diri	6,9	8,10	4
		b. Memodifikasi Perilaku	Mampu mengetahui munculnya stimulus yang tidak dikehendaki	11,13, 15	12	4
			Mampu	16,17,	19,	5

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Item		Jumlah
			mengetahui bagaimana menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki	18	20	
2	<i>Cognitive Control</i>	a. Memperoleh informasi	Mampu mengantisipasi keadaan yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan kemungkinan	22,24, 25	21, 23	5
		b. Melakukan Penilaian	Mampu menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan segi-segi positif secara subjektif	27,28, 30	26, 29	5
3	<i>Decisional Control</i>	a. Memilih tindakan	Kemampuan dalam memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakinid an disetujui serta adanya kebebasan	31,32, 33	34, 35	5
		b. Memilih hasil	Kemampuan dalam memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini dan disetujui serta adanya kesempatan untuk berhasil	37,39, 40	36, 38	5
Jumlah						38

3.5.8 Uji Reliabilitas Instrumen

Maya Mu'minatul Afifah, 2018

PROFIL KONTROL DIRI PESERTA DIDIK DILIHAT DARI STATUS ANAK DALAM KELUARGA

Universitas Pendidikan Indonesia repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Uji reliabilitas dibutuhkan untuk mengetahui konsistensi instrumen penelitian yang digunakan. Uji reliabilitas akan menjelaskan seberapa jauh pengukuran yang dilakukan berkali-kali akan menghasilkan informasi yang sama (Sumintono & Wahyu Widhiarsono, 2014, hlm.31). Uji validitas dilakukan kepada 101 peserta didik yang berasal dari kelas XI IPS 1, XI MIPA 3 dan XI MIPA 5 SMA Negeri 4 Bandung.

Tabel 3.7
Kriteria Tingkat Keandalan Instrumen Cronbach Alpha

Nilai	Kriteria
0,800-1,00	Sangat Andal
0,600-0,800	Andal
0,400-0,600	Cukup Andal
0,200-0,400	Agak Andal
0,000-0,200	Kurang Andal

Hasil dari uji reliabilitas menunjukkan, instrumen kontrol diri memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,852 dengan jumlah item pernyataan yang digunakan sebanyak 40 item. Artinya, instrumen memiliki daya ketepatan atau reliabilitas dalam kategori sangat andal dan dapat disimpulkan bahwa instrumen kontrol diri yang digunakan cukup baik dan dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data.

3.6 Prosedur Penelitian

3.6.1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan penelitian dimulai dengan menyusun proposal penelitian pada mata kuliah Penelitian Bimbingan dan Konseling. Setelah diseminarkan di depan dosen pengampu dan mahasiswa, selanjutnya proposal diberikan beberapa revisi yang perlu diperbaiki sebelum diajukan pada pihak departemen untuk menunjuk dosen pembimbing. Selanjutnya, proposal dan nama dosen pembimbing skripsi yang telah tertulis pada lembar pengesahan diserahkan pada

pihak dewan skripsi Departemen PPB untuk disahkan. Setelah itu, lembar pengesahan diserahkan pada masing-masing dosen pembimbing untuk selanjutnya diserahkan ke bagian akademik fakultas untuk dibuat menjadi Surat Keputusan (SK) dosen pembimbing.

Langkah selanjutnya adalah proposal penelitian dijadikan bahan dasar dalam menyusun skripsi dengan sistematika yang sesuai dengan Pedoman Karya Tulis Ilmiah UPI yang terbaru. Selanjutnya, sebelum melakukan penelitian ke lapangan, peneliti menyiapkan instrumen penelitian yang akan digunakan.

3.6.2 Tahap Pengumpulan Data

Tahap pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 13 November 2018 dengan cara menyebarkan instrumen berupa angket Kontrol Diri pada responden penelitian, yaitu pada kelas XI di SMA Negeri 4 Bandung. Selain untuk memperoleh data penelitian, penyebaran angket ini juga dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen yang digunakan.

Penyebaran angket dilakukan setelah mendapatkan izin dari wakil kepala sekolah bagian kurikulum, karena pada pelaksanaan penyebaran angket, peneliti akan menggunakan waktu pada saat Kegiatan Belajar Mengajar (KBM). Pengumpulan data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut.

- 3.6.2.1 Menyiapkan instrumen yang telah diperiksa kelengkapannya;
- 3.6.2.2 Memastikan kesiapan responden;
- 3.6.2.3 Membagikan instrumen pada responden;
- 3.6.2.4 Menjelaskan petunjuk pengisian instrumen;
- 3.6.2.5 Memberi waktu bagi responden untuk mengisi instrumen;
dan
- 3.6.2.6 Mengumpulkan kembali instrumen yang telah diisi oleh responden.

3.7 Analisis Data

Data yang diperoleh dari penyebaran instrumen dan pengujian instrumen dalam suatu penelitian akan dianalisis dengan berbagai tahapan, yaitu dimulai dengan verifikasi data, penyekoran data mentah, dan pengkategorian kelompok dalam suatu variabel.

3.7.1. Verifikasi Data

Verifikasi data dilakukan untuk menyaring hasil angket dari responden yang layak untuk diolah datanya dengan beberapa syarat kelengkapan, seperti identitas, dan kelengkapan jawaban. Pada saat pengisian angket, terdapat peserta didik yang tidak hadir di kelas dengan beberapa alasan seperti sakit, izin maupun dispensasi. Tahapan dalam verifikasi data yang dilakukan adalah sebagai berikut.

3.7.1.1 Mengecek jumlah angket yang terkumpul.

3.7.1.2 Memeriksa kesesuaian jawaban peserta didik dengan petunjuk pengisian, sehingga data hasil penelitian dapat diolah.

3.7.1.3 Melakukan pemasukan data hasil angket sesuai dengan penyekoran yang telah ditentukan.

3.7.1.4 Melakukan perhitungan statistik menggunakan software SPSS versi 16 yang sesuai dengan analisis yang dibutuhkan.

Berikut adalah hasil verifikasi data yang menunjukkan terdapat 291 peserta didik yang mengisi angket dari keseluruhan kelas XI di SMA Negeri 4 Bandung.

Tabel 3.8
Hasil Verifikasi Data Responden

Kelas	Jumlah Responden
XI MIPA 1	34
XI MIPA 2	35
XI MIPA 3	34
XI MIPA 4	36
XI MIPA 5	34
XI MIPA 6	28

XI MIPA 7	29
XI IPS 1	33
XI IPS 2	28
Jumlah	291

3.7.2 Penyekoran

Metode penyekoran angket kontrol diri menggunakan metode skala *Likert*. Skala *Likert* ini digunakan untuk mengukur sikap atau pendapat seorang individu atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2011, hlm. 107). Pada angket kontrol diri ini, responden atau peserta didik diminta untuk memilih salah satu jawaban dari lima pilihan jawaban pada setiap butir pernyataan. Setiap pilihan jawaban memiliki rentang skor antara 1-5 dengan keterangan jawaban SS (Sangat Setuju), S (Setuju), KS (Kurang Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

Tabel 3.9
Rentang Skor Skala *Likert*

Alternatif Jawaban	Pernyataan	
	(+)	(-)
Sangat Sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Kurang Sesuai	3	3
Tidak Sesuai	2	4
Sangat Tidak Sesuai	1	5

3.7.3 Pengelompokkan dan Penafsiran Data Perilaku Kontrol Diri Dilihat dari Urutan Kelahiran

Sebelum proses penghitungan untuk perhitungan pengkategorisasian, terdapat tahapan-tahapan yang perlu dilakukan untuk menghitung rata-rata ideal dari data yang telah ada, sebagai berikut.

$$\text{Skor Maksimum} = \frac{(\text{Jumlah butir item valid} \times \text{Skor maksimum}) + (\text{Jumlah butir item valid} \times \text{Skor minimum})}{\text{Jumlah butir item valid}}$$

Maka dari itu, perhitungan untuk rata-rata ideal kontrol diri peserta didik, dapat dijabarkan sebagai berikut.

$$\begin{aligned} 3.7.3.1 \text{ Skor Ideal} &= (38 \times 5) + (38 \times 1) \\ &= (190) + 38 \\ &= 228 \end{aligned}$$

$$3.7.3.2 \text{ Skor Maksimum Ideal} = 190$$

$$3.7.3.3 \text{ Skor Minimum Ideal} = 38$$

$$\begin{aligned} 3.7.3.4 \text{ Rata-rata Ideal} &= \frac{1}{2} \times \text{skor maksimum} \\ &= \frac{1}{2} \times 228 \\ &= 114 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 3.7.3.5 \text{ Standar Deviasi Ideal} &= \frac{1}{3} \times \text{rata-rata ideal} \\ &= \frac{1}{3} \times 114 \\ &= 38 \end{aligned}$$

Data variabel penelitian perlu dikategorikan agar lebih mudah dalam menafsirkan hasil data yang diperoleh. Hasil data yang telah diperoleh kemudian dikategorikan ke dalam 3 kategori (Azwar, 2012, hlm. 149), yaitu:

$$\text{Kategorisasi} = \text{Nilai rata-rata} \pm 1(\text{Nilai Standar Deviasi})$$

Maka dari itu, pengkategorian data berdasarkan instrumen kontrol diri dapat dijabarkan sebagai berikut.

$$\begin{aligned} 3.7.3.6 \text{ Kategori } \textit{over control} &= X > M + 1(\text{SD}) \\ &= X > 114 + 1(38) \\ &= X > 114 + 38 \\ &= X > 152 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 3.7.3.7 \text{ Kategori } \textit{under control} &= X < M - 1(\text{SD}) \\ &= X < 114 - 1(38) \\ &= X < 114 - 38 \\ &= X < 76 \end{aligned}$$

$$3.7.3.8 \text{ Kategori } \textit{appropriate control} = 77 < X < 151$$

Untuk penafsiran kategori kontrol diri peserta didik dapat dijelaskan sebagai berikut.

- 1) Kategori *over control*, berarti peserta didik memiliki kontrol diri yang baik pada aspek *behavioral control*, aspek *cognitive control*, dan aspek *decisional control*, namun terkesan berlebihan karena peserta didik cenderung terlalu banyak menahan diri dalam memberikan reaksi tindakan terhadap stimulus yang dihadapi. Pada aspek *behavioral control*, peserta didik memiliki kemampuan yang sangat baik untuk memodifikasi keadaan yang tidak menyenangkan yang terjadi pada dirinya. Mampu memodifikasi keadaan, yaitu mampu mengontrol perilaku dan mampu mengontrol stimulus. Misalnya, peserta didik mampu mengontrol situasi dan keadaan serta peserta didik mampu mengetahui apa yang harus ia lakukan, ketika ada stimulus yang muncul pada dirinya. Pada aspek *cognitive control*, peserta didik memiliki kemampuan yang sangat baik dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan. Misalnya, peserta didik mampu mengantisipasi peristiwa atau keadaan melalui berbagai pertimbangan dan mampu menafsirkan suatu peristiwa atau keadaan dengan memperhatikan segi-segi positif secara subjektif. Pada aspek *decisional control*, peserta didik memiliki kemampuan yang sangat baik dalam memilih suatu tindakan berdasarkan yang diyakini dan setuju oleh individu.
- 2) Kategori *appropriate control*, untuk peserta didik yang berada pada kategori ini, berarti mereka telah memiliki kemampuan kontrol diri yang baik dan telah mampu mengontrol impuls atau tindakan yang tepat, sesuai dengan kebutuhan dan aturan yang berlaku. Pada aspek *behavioral control*, peserta didik telah cukup mampu untuk memodifikasi keadaan yang tidak menyenangkan yang terjadi pada dirinya. Peserta didik memiliki kemampuan yang cukup untuk mengontrol situasi dan keadaan, walaupun masih harus mengembangkan kemampuannya untuk mengetahui apa yang harus

dilakukan ketika ada stimulus yang muncul dalam dirinya. Pada aspek *cognitive control*, peserta didik memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan. Misalnya, peserta didik masih harus mengembangkan kemampuannya dalam mengantisipasi peristiwa atau keadaan melalui berbagai pertimbangan dan mampu mengembangkan kemampuannya untuk menafsirkan suatu peristiwa atau keadaan dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif. Pada aspek *decisional control*, peserta didik memiliki kemampuan yang cukup baik dalam memilih suatu tindakan berdasarkan yang diyakini atau disetujui oleh individu.

- 3) Kategori *under control*, pada kategori ini peserta didik memiliki kontrol diri yang kurang baik dan perlu ditingkatkan dalam ketiga aspek kontrol diri. Pada aspek *behavioral control*, peserta didik belum memiliki kemampuan yang baik dalam memodifikasi keadaan yang tidak baik pada dirinya. Peserta didik juga masih kurang baik dalam menentukan apa yang harus ia lakukan ketika stimulus yang kurang baik muncul. Dalam aspek *cognitive control*, peserta didik memiliki kemampuan yang kurang baik dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan, peserta didik juga kurang baik dalam mengelola peristiwa atau keadaan yang harus dilakukan dengan melalui berbagai pertimbangan, serta kurang baik dalam menafsirkan peristiwa dengan cara memperhatikan dari segi positif. Akibatnya, peserta didik akan lebih banyak mempertimbangkan keputusan dari segi-segi negatif. Serta dalam aspek *decisional control*, peserta didik kurang baik dalam mengambil keputusan, karena dalam beberapa pertimbangan yang sulit untuk disetujui atau diyakini oleh dirinya.