

BAB III

METODOLOGI

3.1. Pendekatan Penelitian

Permasalahan yang menjadi fokus utama dalam penelitian adalah meningkatkan kecerdasan emosi siswa, karena kecerdasan emosi sangat penting, menurut Goleman kecerdasan emosi penyumbang terbesar kesuksesan individu. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian adalah kuantitatif. Menurut Sugiyono (Sugiyono, 2013) penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme* digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan, penelitian kuantitatif digunakan untuk menguji efektivitas bimbingan klasikal untuk meningkatkan kecerdasan emosi. Pendekatan kuantitatif dipilih sebagai pendekatan penelitian ketika tujuan penelitian yaitu menguji teori, mengungkapkan fakta-fakta, menunjukkan hubungan antar variabel dan memberikan deskripsi (Creswell, 2015).

3.2. Metode dan Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah *Eksperimental* karena dilakukan memberikan perlakuan (*Treatment*) bimbingan klasikal. Rancangan penelitian menggunakan *quasi eksperimental design*. *Quasi eksperimental design* karena menguji keefektifan *treatment* yang dilakukan. Rancangan menggunakan *quasi eksperimental design* menggunakan rancangan penelitian *Non Equivalent Pretest-Posttest Control Group* karena dalam penelitian menggunakan satu kelompok eksperimen dengan kelompok pembandingan dengan diawali sebuah tes awal (*pretest*) yang diberikan kepada kedua kelompok, kemudian diberi perlakuan (*treatment*). Penelitian kemudian diakhiri dengan sebuah tes akhir (*posttest*) yang diberikan kepada kedua kelompok. Rancangan yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut.

Kelompok Kontrol	<i>Pretest</i>	<i>No Treatment</i>	<i>Posttest</i>
Kelompok Eksperimen	<i>Pretest</i>	<i>Experiment Treatment</i>	<i>Posttest</i>

Pre-Test Post-Test Control Group Design
(Creswell, 2015)

Gambar 3.1 Rancangan Penelitian

Penelitian dilakukan dengan membandingkan dua kelompok sasaran penelitian, satu kelompok diberikan perlakuan (eksperimen) yaitu layanan bimbingan klasikal dan satu kelompok dikendalikan pada suatu keadaan (kontrol) sebagai pembanding. Desain *Non Equivalent Post-Test Control Group* dipilih dengan pertimbangan penelitian dimaksudkan untuk menguji bimbingan klasikal pada kelompok eksperimen dan hanya menyebarkan materi saja tanpa bimbingan kepada kelompok kontrol. Penelitian yang menggunakan dua kelompok yang sudah diberi *Pretest* untuk mengetahui keadaan awal. Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan *Post-Test*. Alasan diberikan *Post-Test* bagi kedua kelompok adalah untuk mengetahui pengaruh perlakuan yang diberikan terhadap peningkatan kecerdasan emosi siswa.

3.3. Populasi dan Sampel

Populasi dan sampel dalam penelitian bertempat di salah satu SMA Negeri 9 Bandung, kemudian diberikan *pre-test* terlebih dahulu untuk mempertimbangkan pengambilan sampel.

Menurut Sugiyono (Sugiyono, 2013), *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pemilihan sampel dalam penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* dikarenakan pada sampel yang karakteristiknya sudah ditentukan dan diketahui lebih dulu berdasarkan hasil *pretest* sebelumnya. Sampel diambil berdasarkan hasil *pre-test*. *Purposive sampling* yang bertujuan agar sampel yang diambil dapat mewakili

populasi sehingga diperoleh informasi yang cukup untuk mengestimasi populasinya. Sampel yang memperoleh kecerdasan emosi sedang dan rendah dipilih masuk dalam kelompok kontrol dan eksperimen.

Tabel 3.1
Populasi Penelitian

Kelas	Siswa
XI IPA 1	25
XI IPA 2	23
XI IPA 3	25
XI IPA 4	27
XI IPA 5	26
XI IPA 6	29
XI IPA 7	25
XI IPS 1	28
XI IPS 2	26
XI IPS 3	28
Jumlah	262

Tabel 3.2
Sampel Penelitian
Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
Kelas	Siswa	Kelas	Siswa
XI IPA 1	3	XI IPA 1	6
XI IPA 2	1	XI IPA 2	3
XI IPA 3	2	XI IPA 3	0
XI IPA 4	2	XI IPA 4	2
XI IPA 5	0	XI IPA 5	4
XI IPA 6	1	XI IPA 6	0
XI IPA 7	4	XI IPA 7	0
XI IPS 1	0	XI IPS 1	2
XI IPS 2	4	XI IPS 2	2
XI IPS 3	3	XI IPS 3	1
	20		20

3.4. Definisi Operasional

Penelitian terdiri dari dua variabel yaitu variabel dependen (terikat) dan variabel independen (bebas). Variabel dependen adalah kecerdasan emosi, sedangkan variabel independen adalah bimbingan klasikal.

3.4.1. Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi adalah kemampuan siswa dalam mengelola dan mengendalikan emosi agar dapat bertahan dalam menghadapi masalah yang dihadapi dan bertindak atau mengarahkan dengan tepat.

Kecerdasan emosi juga membantu seseorang dalam berhubungan dengan orang lain agar dalam kehidupan bermasyarakat mampu menjaga dan memahami perasaan satu sama lainnya, kecerdasan emosi mampu memotivasi diri ketika mengalami suatu kesulitan dengan memiliki kecerdasan emosi yang baik kita dapat memotivasi diri sendiri, mengatur nurani dengan empati seseorang. Kecerdasan emosi siswa merujuk kepada kemampuan-kemampuan memahami diri, mengelola emosi, memanfaatkan emosi secara produktif, empati dan membina hubungan.

Komponen kecerdasan emosi yang dapat menjadi pedoman bagi siswa untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupan, sebagai berikut.

a) Mengenal emosi diri

Mengenal emosi diri adalah kemampuan untuk mengidentifikasi/menamai perasaan, yang ditandai dengan: 1) mengenal dan merasakan emosi sendiri; 2) memahami penyebab perasaan yang timbul, dan; 3) mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan.

b) Mengelola emosi

Mengelola emosi adalah kemampuan untuk mengendalikan perasaan dengan tepat, yang ditandai dengan: 1) bersikap toleran; 2) mampu mengendalikan marah secara lebih baik; 3) dapat mengendalikan perilaku agresif yang dapat merusak diri sendiri dan orang lain; 4) memiliki peranan yang positif tentang diri sendiri dengan orang lain; 5) memiliki

kemampuan mengatasi stres, dan; 6) dapat mengurangi perasaan kesepian dan cemas.

c) Memotivasi diri sendiri

Memotivasi diri sendiri yaitu menggunakan keinginan untuk menggerakkan dan menuntut suatu hal, membantu mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif serta berupaya bertahan dalam menghadapi kegagalan yang dihadapi, yang ditandai dengan: 1) mampu mengendalikan impuls; 2) bersikap optimis, dan; 3) mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan.

d) Mengenali emosi orang lain

Mengenali emosi orang lain adalah merasakan apa yang orang lain rasakan, menumbuhkan rasa saling percaya dan menyelaraskan diri dengan berbagai macam individu, yang ditandai dengan: 1) mampu menerima sudut pandang orang lain; 2) memiliki sikap empati atau kepekaan terhadap orang lain; 3) mampu mendengarkan orang lain

e) Membina hubungan

Membina hubungan adalah memahami emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain, menyesuaikan situasi, membangun relasi, berinteraksi dengan tepat dan menggunakan keterampilan-keterampilan untuk mempengaruhi yang baik dan memimpin: 1) memahami pentingnya membina hubungan dengan orang lain; 2) mampu menyelesaikan konflik dengan orang lain; 3) memiliki keterampilan untuk berkomunikasi dengan orang lain; 4) memiliki sikap bersahabat atau mudah bergaul dengan teman sebaya; 5) memiliki sikap tenggang rasa; 6) dapat hidup selaras dengan kelompok; 8) bersikap senang berbagi rasa dan bekerja sama, dan; 9) bersikap demokratis.

3.4.2. Bimbingan Klasikal

Bimbingan klasikal adalah suatu layanan bimbingan yang dirancang dengan salah satu pendekatan menuntut konselor atau guru BK untuk melakukan bimbingan secara terjadwal, konselor memberikan pelayanan bimbingan klasikal kepada peserta didik, kegiatan bimbingan dilakukan dengan pendekatan bimbingan non direktif yaitu guru BK tidak menggurui, artinya timbul atau datang dari perasaan, pengalaman, pemahaman dan solusi yang dipilih siswa itu sendiri, bimbingan klasikal dengan pendekatan bimbingan non direktif dapat membantu individu positif lebih berkembang oleh karena itu bimbingan non direktif tidak hanya penguasaan materi saja karena yang sangat esensial bagi keberhasilan sebuah proses yang dicapai.

Tujuan bimbingan klasikal adalah membantu siswa agar dapat memenuhi tugas-tugas perkembangan yang meliputi aspek pribadi, sosial, pendidikan dan karir. Kemudian proses atau tahapan bimbingan klasikal diuraikan sebagai berikut.

1. Pra bimbingan

Tahap pra bimbingan bisa disebut dengan tahap persiapan. Tahap persiapan merupakan rancangan atau rencana layanan bimbingan. Adapun aktifitas pada tahap pra bimbingan adalah menyusun RPL dan merancang materi. Menetapkan materi yang akan disampaikan berdasarkan pada tujuan atau kompetensi yang telah ditetapkan, maka guru BK dapat menentukan materi yang akan dibahas sesuai kondisi sasaran siswa. Guru pembimbing juga bisa mengambil materi yang telah ada dan bisa dimodifikasi disesuaikan dengan tujuan yang hendak dicapai.

- a) Menyusun RPL
- b) Merancang materi

2. Pelaksanaan

1) Pembukaan

Pembukaan merupakan awal pertemuan guru BK dengan siswa, pembukaan agar memberikan efek rileks dan membangun kehangatan diawal kegiatan agar siswa dapat mengikuti kegiatan dengan sangat *enjoy* dan antusias dalam mengikuti kegiatan, guru BK bisa membuka kegiatan yang akan dilaksanakan dengan cara memberi sapaan, salam, senyuman atau mengajak permainan kecil untuk memudahkan dalam perkenalan atau membangun kehangatan serta mengajak siswa untuk berdoa. Sapaan bisa berupa “hallo”, “hai”, atau apa kabar, sedangkan salam bisa berupa “Assalamu’alaikum” atau “selamat pagi/siang/sore/malam” Guru BK dapat mempersilahkan siswa untuk memperkenalkan diri mereka masing-masing yang dipimpin oleh guru BK.

- a) Menciptakan suasana saling mengenal, rileks dan hangat
- b) Menjelaskan tujuan dan manfaat bimbingan
- c) Menjelaskan aturan-aturan yang ada selama proses bimbingan berlangsung
- d) Memotivasi anggota agar mampu mengungkapkan harapan-harapannya dan berkomitmen untuk melakukan perubahan perilaku

2) Transisi

Tahap transisi biasanya juga disebut tahap peralihan, tahap peralihan adalah masa setelah tahap pembukaan dan sebelum masuk tahap inti. Pada tahap transisi guru BK dapat memberikan motivasi agar siswa mau ikut aktif dalam kegiatan yang akan dimulai seperti memberikan yel-yel atau jargon semangat, kemudian guru BK juga dapat memberikan dukungan seperti memberikan makanan ringan atau minuman atau juga bisa berupa uang agar siswa semangat dan antusias untuk mengikuti kegiatan. Kemudian tugas lain guru BK adalah

membantu siswa untuk mengenali dan mengatasi macam hambatan, rasa gelisah, rasa enggan. Setelah itu guru BK mengajak siswa untuk memasuki tahap inti.

- a) Memotivasi anggota agar mampu terlibat aktif dalam pelaksanaan
- b) Mengingatkan anggota kegiatan akan segera masuk kegiatan inti

3) Inti

Tahap inti merupakan pusat dari kegiatan bimbingan klasikal, dalam tahap inti suasana kelas mulai tumbuh dengan baik. Siswa bersikap saling menerima, saling menghormati, saling menghargai dan saling berusaha untuk mencapai suasana kebersamaan dan kehangatan.

- a) Menyampaikan topik pembahasan sesuai aspek kecerdasan emosi
Guru BK memberikan penjelasan materi yang sudah disiapkan sebelumnya sesuai aspek kecerdasan emosi yaitu ada lima aspek mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenal emosi orang lain dan membina hubungan serta penyampaian materi didukung dengan pemakaian media seperti proyektor, papan tulis dan alat tulis lainnya.
- b) Meminta siswa untuk dapat menyimak penyampaian materi dari guru BK
Ketika guru BK memperhatikan suasana kelas mulai tidak kondusif sesekali guru BK dapat mengingatkan siswa agar tetap konsentrasi atau memberikan ice breaking berupa nyanyian, pantun atau teka teki berhadiah agar siswa dapat konsentrasi kembali
- c) Guru BK memfasilitasi siswa mengungkapkan pengalaman siswa sesuai aspek kecerdasan emosi
Guru BK mulai berdiskusi dengan siswa, yaitu guru BK memberikan kesempatan kepada siswa yang ingin bertanya dan bercerita atau mengungkapkan pengalamannya yang menurut mereka berdampak tidak baik sehingga siswa yang lain ikut memberikan

tanggapan atau solusi atau arahan kepada siswa yang bercerita bahkan siswa yang lain dan guru BK juga dapat memberikan motivasi untuk pengendalian emosi lebih baik kedepannya.

d) Mengulas kembali poin-poin penting dalam materi

Guru BK menjelaskan poin poin penting yang harus diterapkan dalam kehidupan atau juga bisa memberikan kesempatan siswa untuk mengungkapkannya dan memberikan contoh-contoh kehidupan yang lebih baik dalam mengendalikan emosi.

4) Penutup

Tahap penutup secara keseluruhan merupakan akhir dari serangkaian pertemuan suatu kelas. Tahap penutup adalah dimana siswa memulai mencoba prilaku baru yang telah dipelajari bersama tadi.

- a) Mengungkapkan kesan dan keberhasilan yang dicapai oleh setiap anggota
- b) Merangkum hasil kegiatan
- c) Menyampaikan kegiatan lanjutan
- d) Menyampaikan kegiatan akan segera berakhir
- e) Menyampaikan pesan serta harapan setelah diberikan bimbingan

3.5. Pengembangan Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah angket yang sudah ada pada penelitian terdahulu yaitu milik Amelia Atika (surat izin terlampir) merupakan alumni S2 Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) yang melaksanakan penelitian pada tahun 2010 dengan jumlah 47 item valid dengan tingkat reliabilitas sebagai berikut.

Cronbach's Alpha	N of Items
.910	47

Kemudian menyebarkan instrumen kembali untuk uji validitas dan reliabilitas dengan sistem pengolahan Rasch Model menggunakan aplikasi *Winstep* versi 3.73 dengan hasil, item tidak valid menjadi 4 item dan item valid menjadi 45 item, lalu untuk tingkat reliabilitas menjadi *Cronbach Alpha* 0,93. Butir-butir pernyataan pada instrumen disusun berdasarkan indikator-indikator yang tercakup dalam konsep kecerdasan emosi.

3.6. Kisi – Kisi Instrumen

Tabel 3.3

Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosi

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item Soal
Kecerdasan Emosi	Mengenali emosi diri	1. Mengenal dan merasakan emosi sendiri	1
		2. Memahami penyebab perasaan yang timbul	2, 3, 4
		3. Mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan	5
	Mengelola emosi	1. Bersikap toleran terhadap frustrasi	6
		2. Mampu mengungkapkan marah dengan tepat	7
		3. Mampu mengendalikan perilaku agresif yang merusak diri sendiri dan orang lain	8, 9
		4. Memiliki perasaan positif tentang diri sendiri dan orang lain	10, 11
		5. Memiliki kemampuan untuk mengatasi stres	12, 13
		6. Dapat mengurangi perasaan kesepian dan cemas	14, 15
	Memotivasi diri sendiri	1. Mampu mengendalikan diri	16, 17
2. Bersikap optimis		18, 19	
3. Mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan		20, 21, 22	
Mengenal emosi orang lain	1. Mampu menerima sudut pandang orang lain	23, 24	
		25, 26	

		2. Memiliki sikap empati atau kepekaan terhadap orang lain	27, 28
		3. Mampu mendengarkan orang lain	
	Membina hubungan	1. Memahami pentingnya membina hubungan dengan orang lain	29, 30
		2. Mampu menyelesaikan konflik dengan orang lain	31, 32
		3. Memiliki keterampilan untuk berkomunikasi dengan orang lain	33, 34
		4. Memiliki sikap bersahabat atau mudah bergaul dengan teman sebaya	35, 36
		5. Memiliki sikap tenggang rasa	37, 38
		6. Memiliki perhatian terhadap kepentingan orang lain	39, 40
		7. Dapat hidup selaras dengan kelompok	41
		8. Bersikap senang berbagi rasa dan bekerja sama	42
		9. Bersikap demokratis	43

3.7. Prosedur Penelitian

Penelitian dilakukan melalui tiga tahap, yaitu: (a) tahap persiapan; (b) tahap pelaksanaan, (c) tahap akhir. Secara lebih rinci tahapan penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut.

a. Tahap persiapan

- 1) Studi literatur berupa buku-buku yang membahas tentang kecerdasan emosi dengan buku yang terkait bimbingan klasikal.
- 2) Menentukan subjek
- 3) Menyusun kisi-kisi dan instrumen penelitian

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Pelaksanaan pretest untuk melihat tingkat kecerdasan emosi siswa di lapangan sebelum diberi perlakuan.
- 2) Pelaksanaan/implementasi bimbingan klasikal untuk meningkatkan kecerdasan emosi.

- 3) Pelaksanaan *post-test* yang diberikan setelah sesi bimbingan berakhir, bertujuan untuk mengetahui keefektifan bimbingan klasikal untuk meningkatkan kecerdasan emosi.
- c. Tahap Akhir
- 1) Mengolah data hasil penelitian yang diperoleh saat pelaksanaan penelitian
 - 2) Melakukan analisis terhadap seluruh data penelitian
 - 3) Menyimpulkan hasil analisis
 - 4) Membuat laporan penelitian

3.8. Teknik Analisis Data

Hasil penelitian dianalisis menggunakan uji normalitas kolmogorov smirnov, yang merupakan uji yang digunakan untuk menguji dua sampel independen (*two independent sample test*) dengan bentuk data ordinal. Kemudian lihat pada tabel Mann whitney dengan menggunakan n_1 ; n_2 ; dan $\alpha = 0,05$. Kemudian peneliti melihat hipotesis penelitian

$$H_0 = m_1 = m_2$$

$$H_1 = m_1 \neq m_2$$

Keterangan:

m_1 = median peningkatan kecerdasan emosi pada kelompok eksperimen

m_2 = median peningkatan kecerdasan emosi pada kelompok kontrol

Dasar pengambilan keputusan dilakukan dengan melihat kriteria untuk menentukan uji hipotesis di atas adalah jika t hitung $>$ t tabel maka hipotesis diterima.

Penyusunan kategorisasi ditentukan berdasarkan skor ideal. Norma kategorisasi menurut Azwar (Azwar, 2012) sebagai berikut.

Tabel 3.4
Norma Kategorisasi Sampel Penelitian

Rumus Norma Kategori	Kategori
$X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Tinggi
$\text{Mean} < X < (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Cukup Tinggi
$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq \text{Mean}$	Cukup Rendah
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	Rendah

Berdasarkan hasil perhitungan ketegorisasi dan pengolahan data, maka didapat hasil pengkategorian dan pemaknaan dari hasil pengolahan data setelah melakukan penelitian yang dituangkan dalam pemaknaan kategori sebagai berikut.

Tabel 3.5
Kategorisasi Kecerdasan Emosi

Norma Kategori	Kategori	Pemaknaan
> 128	Tinggi	Responden memiliki tingkat kecerdasan emosi yang tinggi memiliki kemampuan memahami diri sendiri, mengelola emosi dengan baik, memanfaatkan emosi secara produktif, mudah berempati dan mampu membina hubungan dengan orang lain
107 - 128	Cukup Tinggi	Responden memiliki tingkat kecerdasan emosi yang cukup tinggi pada aspek membina hubungan dan rendah pada aspek mengenali emosi diri
86 - 107	Cukup Rendah	Responden memiliki tingkat kecerdasan emosi yang rendah pada aspek mengenali emosi diri dan tinggi pada aspek membina hubungan
< 86	Rendah	Responden memiliki tingkat kecerdasan emosi yang rendah

		tidak mampu mengenali emosi diri, tidak mampu mengelola emosi dengan baik, tidak mampu memotivasi diri sendiri, tidak mampu mengenali emosi orang lain dan tidak mampu membina hubungan
--	--	---