

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

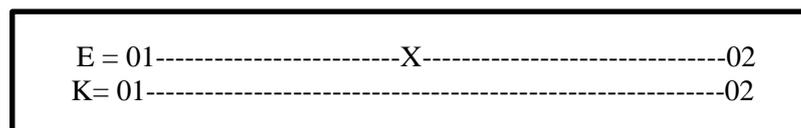
Pada bab III dijelaskan mengenai desain, pendekatan, partisipan, lokasi, populasi dan sampel penelitian, pengembangan instrumen penelitian, uji coba instrumen penelitian, prosedur penelitian, perumusan program bimbingan dan teknik analisis data.

A. Desain Penelitian

Penelitian menggunakan desain kuasi eksperimen yang dilakukan dengan mengelola hasil komparasi pada data *pre- test* dan *post-test* terhadap dua kelompok responden sebagai sampel atau seluruh populasi untuk menggambarkan sikap, pengetahuan, pendapat, perilaku, atau karakteristik menggunakan instrumen penelitian (Creswell, 2012 hlm. 308). Penelitian dilakukan pada dua kelompok penelitian, yaitu :

1. kelompok eksperimen adalah sejumlah responden yang sudah ditentukan sebagai kelompok yang dilakukan pengambilan data *pre test* kemudian diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan pribadi lalu dilakukan *post test* untuk memperoleh data mengenai perkembangan kebahagiaan;
2. kelompok kontrol adalah sejumlah responden tidak terpilih menjadi kelompok eksperimen yang tidak diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan pribadi (hanya mendapat layanan bimbingan konvensional) sebagai kelompok pembanding yang sama- sama diberi kesempatan untuk diperoleh data hasil *pre- test* dan *post- test* nya untuk diketahui kecenderungan variabel kebahagiaannya.

Terdapat tiga tahap penelitian, yaitu 1) pengumpulan data *pre- test*, 2) pemberian layanan bimbingan pribadi dengan permainan ular tangga dan 3) pengumpulan data *post test*. Berikut adalah gambaran desain penelitian menurut Creswell (2017 hlm. 310).



Gambar 3.1
Pre and Posttest Design

Keterangan :

E : kelompok eksperimen

K : kelompok kontrol

01 : nilai *pre test* sebelum diberikan layanan

X : pemberian layanan layanan bimbingan pribadi dengan teknik permainan ular tangga

02 : nilai *post test* setelah diberikan layanan.

B. Pendekatan Penelitian

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif didasarkan pada pendapat Creswell (2012 hlm. 13) yang dilakukan dengan mengklarifikasi fenomena melalui pengumpulan data penelitian berupa angka-angka. Peneliti mengumpulkan data untuk mengungkap profil kebahagiaan responden penelitian kemudian melakukan perencanaan program bimbingan dan mengukur perkembangan kebahagiaan pesertadidik.

C. Partisipan

Partisipan penelitian adalah sebagai berikut.

1. Peserta didik laki- laki dan perempuan pada kelas VII, VIII dan IX SMP N 1 Kalipucang Tahun Pelajaran 2020/2021 sebanyak 495 orang yang dijadikan bagian dari kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Pemilihan partisipan didasarkan atas pertimbangan sebagai berikut:
 - a) studi pendahuluan dengan survey menggunakan kuesioner kebahagiaan menunjukkan kebahagiaan yang rendah pada peserta didik di kelas VII SMP N 1 Kalipucang;
 - b) terdapat gejala- gejala ketidakhahagiaan dan memungkinkan untuk terjadi pada peserta didik pada sekolah menengah pada semua tingkat kelas.
2. Guru bimbingan dan konseling berpartisipasi pada saat pelaksanaan penelitian, yaitu membantu memberikan pengarahan pada peserta didik mengenai waktu pelaksanaan pengambilan data, memberikan informasi kepada peneliti mengenai kondisi peserta didik maupun kondisi lokasi

penelitian, seperti memperoleh informasi- informasi berkaitan dengan kebahagiaan peserta didik untuk memantapkan hasil studi pendahuluan yang dijadikan sumber masalah dan alasan untuk melakukan penelitian.

D. Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SMP N 1 Kalipucang yang terletak di Jl. Raya Kalipucang Desa Cibuluh, Kecamatan Kalipucang, Kabupaten Pangandaran, Provinsi Jawa Barat. Sekolah tersebut dipilih menjadi lokasi penelitian atas pertimbangan bahwa terdapat fenomena rendahnya kebahagiaan peserta didik dengan bukti bahwa 33% peserta didiknya mengalami kesulitan dalam memiliki aspek- aspek kebahagiaan seperti penerimaan dan kebermaknaan hidup Ruhiyat (2019). Selain itu kesenangan, kepuasan dan kebebasan diartikan sebagai kebahagiaan adalah tanda adanya kekeliruan dalam memahami makna kebahagiaan yang ditimbulkan dari ketidakbahagiaan. Pada akhirnya hal tersebut menjadi penyebab rendahnya tingkat kebahagiaan peserta didik yang berpengaruh terhadap berlangsungnya kegiatan belajar yang efektif, kurang adanya semangat untuk mencapai tujuan atau prestasi, merasa hidupnya tidak bermakna sehingga menganggap bahwa kehidupannya selalu kurang karena tidak bersyukur. Selain itu, belum ada program layanan khusus yang dilakukan untuk mengembangkan kebahagiaan peserta didik, karena sejauh ini guru bimbingan dan konseling kesulitan untuk melaksanakan bimbingan menggunakan teknik permainan maupun teknik lain yang interaktif dikarenakan keterbatasan waktu dan biaya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kebahagiaan dan bimbingan pribadi dengan teknik permainan sebagai salah satu cara mengembangkan kebahagiaan.

E. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian dijelaskan Creswell (2012) sebagai seluruh kondisi yang menunjukkan kebahagiaan baik itu dengan kategori kebahagiaan yang tinggi atau rendah pada peserta didik kelas VII, VIII dan IX SMP N 1 Kalipucang Tahun Pelajaran 2020/2021, mencakup seluruh aspek kebahagiaan yang ditunjukkan.

Sampel penelitian adalah sebagian kondisi kebahagiaan peserta didik kelas VII, VIII dan IX SMP N 1 Kalipucang Tahun Pelajaran 2020/2021. Berdasar pada desain kuasi eksperimen yang dipilih, maka pengambilan sampel tidak bisa dilakukan secara acak. Lebih tepatnya *purposive random sampling* menurut Kerlinger (2006 hlm. 188), yaitu cara pengambilan sampel yang bertujuan menentukan sampel agar menjadi bagian dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk diberi perlakuan atau layanan bimbingan pribadi adalah responden yang berada pada kategori kebahagiaan terendah.

Penentuan populasi dan sampel penelitian dilakukan melalui proses analisis dan identifikasi peserta didik dengan instrumen penelitian mengenai kebahagiaan yang dikembangkan oleh peneliti pada tahun 2019 dan dipertimbangkan oleh ahli, yaitu dosen program studi bimbingan dan konseling dengan guru bimbingan dan konseling di sekolah lokasi penelitian. Instrumen yang diberikan adalah kuesioner untuk mengidentifikasi kategori kebahagiaan dan aspek-aspek kebahagiaan meliputi aspek emosi positif, keterlibatan, hubungan sosial, kebermaknaan hidup dan pencapaian/ prestasi. Penentuan sampel didasarkan pada pendapat Sudjana (1988 hlm. 72), bahwa keabsahan sampel terletak pada sifat dan karakteristiknya serta mendekati jumlah populasi serta pendapat Creswell (2012 hlm. 382), bahwa banyaknya jumlah sampel akan mengurangi kekeliruan cakupan dan pengukuran. Oleh karena itu, dari jumlah keseluruhan 730 peserta didik terdapat sekitar 68%, yaitu 495 data peserta didik yang menjadi terbagi menjadi 435 sebagai anggota populasi, 30 anggota kelompok kontrol dan 30 peserta didik sebagai anggota dalam kelompok eksperimen, dengan rincian sebagai berikut.

Selain itu penentuan sampel penelitian juga didasarkan pada peserta didik SMP memiliki rentang usia antara 12-15 tahun, yaitu berada pada salah satu karakteristik usia anak- remaja awal (12-18 tahun) dengan karakteristik sikap menuntut kebebasan, emosi yang belum stabil serta meragukan kemampuan bertanggung jawab dirinya (Hurlock, 1980 hlm. 239). Peserta didik tingkat SMP yang berada pada masa perkembangan remaja awal juga disebut dengan masa ketidakbahagiaan pada masa tersebut menjadi masa individu mulai mengalami banyak masalah yang bertolak belakang dengan kemampuannya yang masih dalam masa peralihan. Meskipun tidak semua peserta didik di sekolah tersebut

berada dalam ketidakbahagiaan, sebaiknya dilakukan upaya pengembangan kebahagiaan atas peserta didik yang mengalami ketidakbahagiaan atau berada dalam kategori kebahagiaan rendah dengan pemberian layanan bimbingan pribadi dengan teknik permainan ular tangga. Adapun dasar lainnya mengenai teori perkembangan dan melihat tugas- tugas perkembangan individu, yaitu tahap operasional formal atau fase sintesis yang berarti bahwa peserta didik tingkat SMP sudah mampu mengoprasionalkan sesuatu, mampu memahami sesuatu secara konkret dan abstrak, ia akan memahami peristiwa yang dialaminya, sehingga jika dilakukan penelitian terhadap peserta didik tingkat SMP, khususnya SMP N 1 Kalipucang dapat dijadikan sasaran penelitian.

Penelitian dilakukan terhadap sampel penelitian yang terdiri dari peserta didik kelas VII, VIII dan IX laki- laki maupun perempuan berusia kisaran 12-15 tahun sesuai dengan karakteristik usia anak- remaja. Berikut uraian populasi penelitian.

Tabel 3.1
Jumlah Populasi SMP N 1 Kalipucang

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		L	P	
1	VII	161	147	308
2	VIII	44	68	112
3	IX	28	47	75
JUMLAH		233	262	495

Demikian berdasarkan tabel di atas tercantum, bahwa jumlah anggota populasi berdasarkan *gender* adalah laki- laki berjumlah 233 dan perempuan berjumlah 262 peserta didik. Sedangkan populasi berdasarkan tingkatan kelas terdiri dari 308 peserta didik kelas VII, 112 peserta didik kelas VIII dan 75 peserta didik kelas IX sehingga jumlah keseluruhan adalah 495.

Tabel 3.2
Sampel Berdasarkan Kelompok Penelitian

No	Jenis Kelompok	Kelas VII		Kelas VIII		Kelas IX		Jumlah
		L	P	L	P	L	P	
1	Kontrol	5	5	5	5	5	5	30
2	Eksperimen	5	5	5	5	5	5	30
3	Populasi	139	139	38	56	19	37	435
Jumlah		156	149	48	66	29	47	495

Berdasarkan tabel di atas tercantum, bahwa jumlah sampel berdasarkan kelompok penelitian terdiri dari dua kelompok, yaitu kelompok kontrol sejumlah 30 responden dan 30 responden kelompok eksperimen. Adapun responden lainnya

yang tidak termasuk ke dalam kelompok kontrol atau eksperimen adalah anggota populasi yang datanya digunakan untuk mendeskripsikan kecenderungan kebahagiaan awal secara keseluruhan dari peserta didik di SMP N 1 Kalipucang.

Adapun kriteria untuk masuk ke dalam kelompok kontrol sampel pada kelompok eksperimen adalah 60 responden yang menunjukkan kategori kebahagiaan paling rendah kemudian dibagi dua, yaitu 30 menjadi sampel pada kelompok kontrol dan 30 lainnya pada kelompok eksperimen. Pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang masing- masing berjumlah 30 responden terdiri dari 10 responden kelas VII (responden laki- laki dan perempuan masing- masing 5), 10 responden kelas VIII (5 responden laki- laki dan 5 responden perempuan), serta 10 responden kelas IX (masing- masing 5 responden laki- laki dan perempuan). Demikian yang menjadi fokus kontrolnya adalah mengenai perubahan data kebahagiaan pada kelompok kontrol pada saat *pretest* dan *posttest* sedangkan pada kelompok eksperimen adalah data kebahagiaan sebelum dilakukan perlakuan dan setelah dilakukan perlakuan atau layanan bimbingan pribadi dengan teknik permainan ular tangga.

F. Pengembangan Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner dalam bentuk *checklist* dipilih sebagai alat pengumpulan data dengan pilihan jawaban dari pertanyaannya dibatasi dengan kategori “Ya” dan Tidak, karena instrument yang disusun adalah skala *Guttman* (Creswell, 2012 hlm. 385). Instrumen dengan skala *Guttman* adalah skala sikap yang digunakan bertujuan untuk mengidentifikasi emosi melalui perilaku (*terlampir*) dari aspek kebahagiaan yang telah dirumuskan.

Pengembangan instrument penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan, seperti menyusun definisi operasional variabel, spesifikasi atau kisi- kisi instrument penelitian dan melakukan penyusunan pernyataan pada instrumen penelitian. Berikut uraiannya.

1. Definisi Operasional Variabel

Penelitian yang dilakukan memiliki dua variabel yaitu variabel bebas (*independent variable*), yaitu bimbingan pribadi dan permainan ular tangga sedangkan variabel terikat (*dependent variabel*) adalah kebahagiaan peserta didik.

Berdasarkan identifikasi masalah dalam penelitian terdapat dua konsep utama, yaitu kebahagiaan dan bimbingan pribadi. Adapun uraiannya adalah sebagai berikut.

a) Bimbingan Pribadi dengan Teknik Permainan Permainan Ular Tangga

Bimbingan pribadi secara teoretis adalah upaya bantuan dalam mengarahkan peserta didik mencapai tugas perkembangan yang optimal dimana lingkup bimbingannya mengenai potensi diri, bakat, minat, pemahaman kelebihan dan kelemahan diri, kemampuan pengambilan keputusan sehingga dapat merencanakan kehidupan yang lebih baik kedepannya.

Adapun bimbingan pribadi yang dimaksud dalam penelitian adalah pemberian layanan yang dilakukan melalui permainan ular tangga dengan segala bentuk aturan didalamnya dan memuat aspek- aspek kebahagiaan. Aspek kebahagiaan dioperasionalkan melalui intruksi-instruksi yang tercantum pada kotak di papan ular tangga. Diharapkan pengembangan permainan ular tangga dapat mengembangkan kebahagiaan peserta didik sebagai responden. Adapun dalam proses mengembangkan kebahagiaan peserta didik dilakukan melalui *treatment* permainan tersebut didasarkan pada nilai- nilai kebahagiaan. Keterkaitan permainan yang dimaksud dengan aspek kebahagiaan yang akan dikembangkan tentu saja perlu diuraikan agar jelas makna permainan tersebut, tujuan pengembangan, langkah- langkah permainan serta dampaknya terhadap kebahagiaan yang mana. Berikut adalah prosedur simulasi permainan sebagai layanan bimbingan pribadi.

Teknik permainan adalah suatu kegiatan bimbingan dalam menciptakan kondisi perasaan senang sebagai dampak dari dilakukannya permainan yang disisipkan aspek- aspek kebahagiaan kemudian diarahkan oleh guru bimbingan dan konseling atau peneliti secara terstruktur dan terarah terhadap sekelompok peserta didik di SMP N 1 Kalipucang Tahun Pelajaran 2020/ 2021 yang teridentifikasi menunjukkan kondisi berada pada kategori kebahagiaan yang rendah. Permainan yang diberikan adalah modifikasi permainan ular tangga yang

menyisipkan aspek- aspek kebahagiaan berupa pernyataan atau pertanyaan sebagai refleksi. Adapun permainan tersebut dilakukan sebagai teknik mengembangkan kebahagiaan peserta didik dengan cara: (1) meluruskan kekeliruan memaknai kebahagiaan; (2) membuat konsep permainan yang penuh nilai kebahagiaan dan interaktif, serta (3) menanamkan nilai-nilai kebahagiaan seperti membuat refleksi untuk mengembangkan emosi positif, rasa terlibat dalam melakukan sesuatu, dapat menjalin hubungan sosial yang positif, memiliki kebermaknaan hidup dengan bertoleransi dan bersyukur serta semangat mencapai tujuan dan memiliki ketahanan yang baik.

Dalam pelaksanaannya, penelitian terselenggara oleh pihak yang terlibat dalam permainan ular tangga, yaitu responden kelompok eksperimen sebanyak 30 orang dan peneliti. Adapun tahapan pelaksanaan layanan bimbingan pribadi dengan teknik permainan adalah sebagai berikut.

- 1) Persiapan (tahap awal), fase yang dilakukan untuk menghadirkan peserta didik ke dalam kegiatan layanan bimbingan dengan cara menyapa, menanyakan kesiapan peserta didik dan menjelaskan tujuan kegiatan, mempersiapkan papan ular tangga, hadiah dan perangkat lain yang mendukung permainan;
- 2) Pelaksanaan (tahap inti) permainan ular tangga dimulai setelah papan ular tangga tersedia dan peserta didik sudah terbagi menjadi beberapa kelompok sehingga tidak melakukan permainan secara berdesakan atau berebut. Diharapkan semua pemain dalam anggota kelompok mampu memerankan menjalankan permainan dengan tertib, seperti melempar dadu dan membaca intruksi yang ada pada kolom ular tangga, peserta didik menjelaskan apa yang diinstruksikan dalam kolom ular tangga, mendapatkan hadiah jika pion peserta didik berhenti pada kotak hadiah sehingga mereka berhak mendapat hadiah seperti ciki/ permen dll sebagai bentuk *ice breaking*;
- 3) Evaluasi atau diskusi (tahap akhir) adalah tahap ketika para anggota kelompok sebagai pemain diberi kesempatan untuk mengidentifikasi,

mempelajari, mencurahkan kesan ketika permainan berlangsung dan membuat kesimpulan mengenai poin inti bimbingan bahwa kebahagiaan akan didapat bukan hanya karena kebebasan atau kesenangan. Keberhasilan permainan ular tangga dipengaruhi oleh pengaturan beberapa aspek, yaitu perencanaan yang baik (konten modifikasi ular tangga, situasi dan tempat, pengadaan *ice breaking* dengan hadiah berupa *snack*) dan adanya evaluasi yang dijadikan pembelajaran.

Secara lebih rinci, bahwa tata cara permainan ular tangga kebahagiaan adalah sebagai berikut.

- 1) Permainan dilakukan secara berkelompok, misalnya satu lembar papan ular tangga dimainkan oleh 3-5 peserta didik saja;
- 2) Awalnya pemenang dari permainan ini adalah pemain pertama yang mencapai petak atau kotak terakhir dengan bergerak dari satu petak ke petak lain hingga mencapai petak terakhir. Tapi sebenarnya permainan ini bertujuan sebagai media dan teknik bimbingan pribadi, yaitu mengembangkan kebahagiaan peserta didik dengan cara peserta didik bermain dan menjalani setiap intruksi yang ada pada petak ular tangga;
- 3) Menentukan siapa yang akan bermain terlebih dahulu;
- 4) Setiap pemain/ peserta didik memiliki pion masing-masing untuk menandai posisinya berada di petak yang mana;
- 5) Setiap pemain bergantian memainkan dadu sebanyak dua kali dan menjumlahkan titik pada dadu kemudian menyimpan pion pada petak sesuai jumlah dadu yang sudah dimainkan;
- 6) Pada kebanyakan petak terdapat intruksi yang harus dilakukan peserta didik sebagai isi dan tujuan dari permainan juga bimbingan pribadi ini;
- 7) Jika peserta didik mendapati petak yang berisi hadiah (ciki, permen dll) maka ia berhak mendapatkannya selagi masih tersedia;
- 8) Peserta didik atau pemain pertama yang sudah mencapai petak 100 akan mendapat bingkisan yang sudah disediakan.

Permainan ular tangga dilakukan setelah seluruh responden melakukan *pre test* sebelum dilakukan *post test*. Adapun responden yang menjadi peserta permainan ular tangga disebut sebagai kelompok eksperimen, yaitu beberapa peserta didik yang berada pada kategori kebahagiaan tinggi dan beberapa peserta didik yang berada pada kategori kebahagiaan rendah pada saat *pre test*. Selain itu, anggota kelompok eksperimen juga harus mendapatkan izin dari orangtuanya untuk pergi dari rumah untuk mendapatkan layanan bimbingan yaitu bermain ular tangga di tempat yang ditentukan atau disepakati oleh peneliti dan peserta didik lainnya serta menjalankan protocol kesehatan pada saat layanan berlangsung (menggunakan masker, menggunakan *sanitizer* serta cuci tangan sebelum dan setelah bermain).

Teknis pemberian layanan bimbingan dengan permainan ular tangga dilakukan dengan cara berkelompok atau menggunakan bimbingan kelompok yang terdiri kurang dari 10 peserta didik. Misal dari satu kelompok berjumlah 10 orang dibagi menjadi dua kelompok kecil sehingga satu papan ular tangga dimainkan oleh lima anggota kelompok. Hal itu dilakukan untuk mematuhi aturan agar tidak berkerumun dan mengefektifkan kelangsungan pemberian layanan bimbingan. Permainan ular tangga dilakukan pada kelompok eksperimen yang dibagi berdasarkan tingkatan kelas dan *gender* untuk memudahkan pembagian kelompok. Adapun permainan yang dilakukan berdasarkan tingkatan kelas, yaitu 10 peserta didik dari masing- masing tingkatan kelas. Kemudian permainan yang dilakukan berdasarkan *gender* adalah kelompok laki- laki yang berjumlah 15 dan dipecah menjadi dua kelompok (kelompok laki- laki A berjumlah tujuh serta kelompok laki- laki B berjumlah delapan), kelompok perempuan berjumlah 15 dan dipecah menjadi dua kelompok (kelompok perempuan A berjumlah tujuh serta kelompok perempuan B berjumlah delapan).

b) Kebahagiaan

Kebahagiaan yang dimaksud merupakan kemampuan menghadirkan perasaan senang dan bentuk ekspresi dan kondisi perasaan

yang positif pada peserta didik kelas VII, VIII dan IX di SMP N 1 Kalipucang tahun Pelajaran 2020/ 2021 ditandai dengan adanya kesenangan dan kepuasan sebagai dampaknya sebagai bentuk *short term happiness*. Masing- masing peserta didik sebagai responden diberi label mengenai kategori kebahagiaan yang dimilikinya, yaitu berada pada kategori kebahagiaan yang tinggi sebagai bentuk kebahagiaan dan peserta didik yang berada pada kategori rendah adalah bentuk dari ketidakbahagiaan.

Terjadinya kondisi kebahagiaan dapat disebabkan oleh faktor lingkungan, jenis kelamin/ *gender*, usia yang dilihat dari tingkatan kelas, bagaimana cara peserta didik mendapatkan kebahagiaan seperti melepaskan masa lalunya, bersyukur, memaafkan, dan melupakan hal yang mengecewakan. Adapun dampak dari kebahagiaan adalah kesenangan dan kepuasan. Bagi peserta didik yang menunjukkan rendahnya kebahagiaan dapat menjadikan kekeliruan memaknai kebahagiaan, yaitu menganggap bahwa yang disebut kebahagiaan hanyalah sekedar kebebasan, kesenangan dan merasa puas. Pada akhirnya rendahnya kebahagiaan berdampak pada perkembangan aspek-aspek kebahagiaan yaitu, kesulitan memiliki emosi yang positif, terhambat untuk melibatkan diri secara aktif dalam menjalani sesuatu, merasa tertutup karena kesulitan menjalin hubungan sosial, merajuk atas apa yang terjadi (tidak bersyukur) sehingga sulit memaknai kehidupan dan tidak memiliki ketahanan yang baik dalam melewati kesulitan sehingga sulit mencapai tujuan.

Berdasarkan aspek kebahagiaan, penelitian mencakup lima aspek yaitu sebagai berikut.

- 1) Aspek Emosi Positif /*Positive Emotion* meliputi perasaan “*life of enjoyment*”, yaitu peserta didik menerima hal yang terjadi pada dirinya dan berpikir positif sehingga dapat merasa dan bertindak positif untuk segala kepentingan di sekolah, khususnya pada saat mengikuti proses bimbingan atau setelah mengikuti bimbingan. Kebahagiaan peserta didik dimaknai oleh keadaan ketika ia memiliki

hidup yang menyenangkan atau tidak di sekolah ia dapat menerimanya kemudian dalam keadaan negatif sekalipun ia dapat berpikir positif, menunjukkan hal positif, memiliki optimisme dalam belajar dan perasaan yang tenang sehingga akan mendapat kenikmatan sebanyak mungkin dari apa yang dilakukannya;

- 2) Keterlibatan atau *Engagement* adalah kemampuan konsentrasi yang baik dalam menjalani sesuatu dalam kepentingan di sekolah yang ditunjukkan dengan tertarik mencoba/ belajar hal baru dan menjaga kesehatan. Paling tidak keterlibatan yang aktif dalam mengikuti proses bimbingan. Dengan sub aspek mencoba dan menjaga kesehatan dapat ditafsirkan dengan indikator bahwa peserta didik memiliki pikiran, perasaan dan jiwa yang benar- benar hadir terlibat dan menikmati apa yang ingin atau sedang dilakukannya dengan selalu mencoba hal baru yang bermanfaat untuk dirinya supaya pada akhirnya ia dapat melibatkan diri seutuhnya untuk menjaga (kesehatan) dirinya dan menghindari apa yang akan menyakitinya;
- 3) Hubungan sosial yang baik atau *Positive Relationship* berupa minat untuk selalu membutuhkan menjalin hubungan sosial yang ditandai oleh ingin memberi dan kebutuhan untuk menjalin hubungan dengan orang sekitar atau mencoba menjadi teman yang baik pada saat menjalani bimbingan dan setelah menjalani bimbingan. Peserta didik yang bahagia akan merasa senang jika dapat melakukan sesuatu untuk orang lain, memberikan bantuan berupa moral maupun materil juga merasa senang jika memiliki hubungan yang baik dengan peserta didik lainnya dalam sebuah kelompok dan mengerjakan sesuatu bersama-sama, misalnya berkeluarga, kelompok pertemanan di lingkungan sekolah, di pekerjaan, dan lingkungan masyarakat kemudian orang yang bahagia akan memiliki pengaruh yang baik bagi lingkungannya;
- 4) Kebermaknaan hidup atau *Meaning of Live* diartikan sebagai penghayatan atas apa yang dijalani dan dimiliki, hal ini dapat dimiliki dengan cara melibatkan kesadaran ketika melakukan sesuatu dan bertoleransi pada dirinya sendiri maupun orang lain. Peserta didik

memaknai setiap isi kotak atau jalannya bimbingan atau permainan ular tangga. Indikator memiliki kebermaknaan hidup adalah ketika peserta didik memiliki pandangan bahwa hidupnya bermanfaat, memiliki pandangan bahwa hidupnya sangat berarti. Peserta didik yang bahagia juga selalu memaknai semua yang terjadi, misalnya jika terjadi hal yang negatif pada dirinya ia akan tetap bersikap positif dengan mengambil pelajaran atau hikmah dari apa yang terjadi pada dirinya. Setiap kejadian dan pengalaman dengan penuh kesadaran akan dimaknai menjadi pelajaran yang baik untuk masa depan sehingga tidak mengulangnya. Sikap penuh toleransi akan dilakukan orang yang bahagia dengan cara bersukur dengan apa yang terjadi dan memaafkan dirinya atau orang lain sebagai bentuk mencintai dan melakukan sesuatu dengan sepenuh hati dan benar-benar dinginkannya agar hasilnya menjadi sangat berarti bagi dirinya;

- 5) Prestasi *atau Accomplishment* ditandai dengan semangat untuk mencapai sesuatu minimal untuk mengikuti bimbingan dan menyelesaikan permainan ular tangga dengan memahami nilai yang bisa dipraktikkan sehari - hari, yaitu menunjukkan keterarahan tujuan dan memiliki ketahanan untuk menghadapi kesulitan. Peserta didik yang bahagia adalah yang selalu yakin akan bisa melakukan apa yang menjadi tujuannya, sehingga jika pencapaian terhadap sesuatu telah didapat dan mampu bertahan dalam keadaan yang diharapkan atau tidak diharapkan sekalipun maka disitulah kebahagiaan akan didapatkan peserta didik.

2. Spesifikasi/ Kisi- kisi Instrumen Penelitian

Berdasarkan beberapa referensi yang menjelaskan terkait makna kebahagiaan, maka terdapat spesifikasi atau kisi- kisi instrumen kebahagiaan. Variabel kebahagiaan yang dijadikan sebagai topic penelitian yang terdiri dari lima aspek berdasarkan teori kebahagiaan Seligman (Seligman, 2013), yaitu emosi positif, keterlibatan, hubungan sosial, kebermaknaan dan pencapaian. Berikut *terlampir* tabel spesifikasi instrumen kebahagiaan yang memuat penjelasan aspek, sub- aspek,

indikator kebahagiaan, nomor pernyataan pada kuesioner dan jumlah item pernyataan pada kuesioner kebahagiaan.

3. Penyusunan Pernyataan Instrumen Penelitian

Berkenaan dengan penyusunan instrumen penelitian, yaitu instrumen yang dijadikan kuesioner kebahagiaan peserta didik dan instrument yang memuat keterangan instruksi yang berkaitan dengan indikator- indikator kebahagiaan pada kotak di papan permainan ular tangga. Butir pernyataan pada kuesioner kebahagiaan disusun berdasarkan definisi operasional variabel penelitian. Adapun kuesioner kebahagiaan sebelum validasi (*terlampir*).

G. Uji Coba Instrumen Penelitian

1. Uji Keterbacaan

Validasi instrumen penelitian dilakukan dengan, uji keterbacaan dan uji validitas konten menggunakan aplikasi *rasch model*. Uji validitas dengan melakukan uji keterbacaan yaitu mengujicobakan kuesioner kebahagiaan dan permainan ular tangga kebahagiaan dilakukan terhadap lima (5) peserta didik dalam rentang usia 12- 15 tahun (sesuai dengan usia responden penelitian lainnya) di suatu daerah tempat tinggal peneliti (Sumintono & Widhiarso, 2014). Adapun tujuan dilakukannya uji keterbacaan instrumen adalah untuk mengukur sejauh mana butir- butir instrumen dapat dipahami dengan baik oleh responden penelitian. Ketika terdapat butir pernyataan yang tidak dipahami dan ditanyakan maknanya secara personal oleh responden, maka pernyataan tersebut dapat menjadi masukan dan harus direvisi sehingga semua butir pernyataan dapat dipahami oleh responden penelitian nantinya.

Berdasarkan uji keterbacaan pada instrumen kebahagiaan dan permainan ular tangga, empat (4) responden dapat memahami butir pernyataan, tetapi satu (orang) responden kurang mengerti butir pernyataan instrumen, dengan bukti terus menanyakan makna pernyataan pada instrumen nomor 9, 10, 18 dan 34. Adapun kata- kata yang ditanyakan adalah inspiratif (pada butir pernyataan nomor 34),

mengonsumsi (pada butir pernyataan nomor 10), butir pernyataan nomor 18, dan waktu tidur yang cukup (pada butir pernyataan nomor 9).

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa butir pernyataan yang harus direvisi dari redaksi pemilihan bahasa yang lebih ringan untuk anak SMP agar peserta didik dapat memahami maknanya dengan mudah. Sebagai tindak lanjut dari uji keterbacaan instrumen dilakukan revisi item pernyataan dengan mengubah bentuk kalimatnya namun dengan makna yang sama. Setelah semua item pernyataan dipahami dengan baik, kuesioner dapat diberikan kepada responden yang menjadi populasi penelitian yaitu peserta didik kelas VII, VIII dan IX SMP N 1 Kalipucang Tahun Pelajaran 2020/2021.

2. Uji Validitas

a) *Judgement Expert*

Salah satu bagian penelitian ini adalah melakukan uji validitas konstruk bertujuan menguji instrument dengan menggunakan pendapat ahli atau *judgment experts*, kemudian instrument yang sudah disusun disesuaikan dengan teori tertentu oleh para ahli untuk memberikan pendapatnya sebagai cara memperbaiki isi instrument agar lebih layak digunakan untuk melakukan penelitian.

Uji validitas kedua adalah uji validitas konten, yaitu membandingkan atau menganalisis isi instrument dengan rancangan yang telah ditetapkan, kemudian menganalisis apakah pernyataan yang sudah dikelompokkan dalam tabel spesifikasi instrument sesuai dengan indicator dan aspek masing-masing variabelnya atau tidak. Uji validitas selanjutnya adalah uji validitas empiris, yaitu yang sudah teruji oleh pengalaman.

Setelah uji keterbacaan dilakukan, maka uji validitas konstruk dan konten dilakukan. Adapun uji validitas konstruk adalah dengan melakukan *expert judgement* yang telah dilakukan pada instrument kebahagiaan. Instrument dari variable kebahagiaan diadaptasi dari teori “*happiness*” Seligman yang dikembangkan oleh peneliti sejak tahun 2017. Adapun penimbang instrument kebahagiaan adalah dosen

Universitas Pendidikan Indonesia, yaitu Dr. Ipah Saripah, M.Pd, Dr.Ilfiantra, M.Pd., Dr.H.Mubiar Agustin, M.Pd., Dadang Sudrajat, M.Pd dan Deny Nurakhmat, M.Pd.

Hasil pertimbangan dari beberapa ahli tersebut memberikan sebuah hasil, yaitu instrument yang lebih layak digunakan dalam penelitian sebagai alat pengumpul data. Penimbangan instrument mengalami revisi dan terdapat indikator yang perlu ditambahkan atau dihilangkan, karena memiliki ketidaksesuaian dengan apa yang diperlukan dalam penelitian tersebut. Adapun hasil *expert judgement* pada instrument kebahagiaan adalah sebagai berikut :

Tabel 3.3
Hasil Judgment Instrumen Kebahagiaan

No	Keterangan	No. Pernyataan	Jumlah
1	Memadai	2,3,5,6,7,8,9,11,18,19,25,29,31,35	14
2	Revisi	1,4,10,12,13,14,15, 16,17, 20, 21, 22,23,24,26,27,28,30,32,33,34,36	22

Berdasarkan hasil *judgment* yang telah dilakukan oleh lima orang ahli, bahwa terdapat 22 (dua puluh dua) item pernyataan yang redaksinya harus diperbaiki.

b) Uji Validitas Konten dengan *Rasch Model*

Uji validitas konten dilakukan untuk menganalisis butir pernyataan instrumen. Adapun uji validitas instrumen ini menggunakan model *Rasch* yang dilakukan pada 30 peserta didik sebagai responden uji coba instrument yang dipilih secara acak dan direkomendasikan oleh guru bimbingan konseling/ konselor di lokasi penelitian.

Uji validitas dilakukan pada setiap butir pernyataan instrumen kebahagiaan. Adapun hasil uji validitas instrument kebahagiaan (*terlampir*). Demikian, terdapat 6 (enam) butir pernyataan yang direvisi. Berikut adalah kriteria validasi intrumen yang harus diperhatikan :

$$\text{➤ Outfit MNSQ} : 0.5 < \text{MNSQ} < 1.5$$

- Outfit ZSTD : $-2.0 < ZSTD < 2.0$ (jika responden kurang dari 300)
- PT. Corr : > 0.40

Berdasarkan nilai pada PT. Corr, outfit MNSQ dan ZSTD pernyataan nomor 1,15,27,28,30,36 menunjukkan kurang dari kriteria validitas instrumen, sehingga butir pernyataan tersebut harus direvisi. Kemudian terdapat tiga butir pernyataan (18,21 dan 26) yang sebaiknya dibuang, karena nilai PT. Corr yang menunjukkan < 0.40 dan outfit MNSQ < 0.5 . Hasil PT. Corr < 0.40 adalah kategori tingkat validitas yang rendah tetapi masih dapat digunakan. Jika nilai PT. Corr tidak negatif (0.00- 0.40) artinya butir tersebut maka masih boleh digunakan. Demikian enam butir yang memiliki nilai PT. Corr < 0.40 dan outfit MNSQ < 0.5 tetap digunakan dengan cara melakukan revisi terhadap redaksi butir pernyataan (Sumintono dan Widhiarso, 2015 hlm. 72).

Berdasarkan hasil validasi tersebut, dari 36 butir pernyataan maka terdapat 27 butir pernyataan instrumen yang dapat digunakan tanpa revisi. Berikut tabel yang menunjukkan hasil uji validitas butir pernyataan menggunakan model *Rasch*.

Tabel 3.4
Rekapitulasi Hasil Validasi Instrumen Kebahagiaan

No	Keterangan	No. Pernyataan		Jumlah
		Lama	Baru	
1	Memadai	2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,16,17,19,20,22,23,24,25,29,31,32,33,34,35	2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,16,17,18,19,21,22,23,24,	27
2	Revisi	1, 15,27,28, 30, 36	1,15,24,25,27,33	6
3	Buang	18, 21,26		3

Berdasarkan hasil validasi instrument terdapat enam butir instrument yang harus revisi dan tiga butir instrument yang harus dibuang. Berikut *terlampir* tabel spesifikasi / kisi- kisi instrument kebahagiaan setelah dilakukan validasi.

Berkenaan dengan spesifikasi instrument kebahagiaan untuk memudahkan penafsiran dan analisis perkembangan kebahagiaan peserta didik dari aspek kebahagiaan, faktor yang mempengaruhi kebahagiaan peserta didik, cara seperti yang dilakukan peserta didik untuk mendapatkan

kebahagiaan serta dampak seperti apa yang dirasakan peserta didik setelah memiliki kebahagiaan maka disusun tabel sebagai berikut.

Tabel 3.5
Spesifikasi Instrumen dengan Faktor, Cara Mendapatkan dan Dampak Kebahagiaan

No.		Aspek	No. Item
1	Faktor yang Mempengaruhi	Menjalin hubungan	5,6,7,8
		Memberi Kesehatan	1,2,3,4 9,10,11,12
		Melepaskan Masa Lalu	18,19,20
2	Cara Mendapatkan Kebahagiaan	Bersyukur/ Kesadaran dan Toleransi	13,14,15,21,30,31,32,33
		Optimis/ Berpikir yang Baik	24,25
		Melupakan/ Menerima	26,27,28,29
		Kesenangan	16,17
3	Dampak Kebahagiaan	Kepuasan	22,23

Berdasarkan validasi instrumen melalui uji validitas konten dan *judgement expert*, berikut (*terlampir*) pernyataan instrument setelah validasi.

c) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas sebagai suatu tingkatan atau pengategorian dilakukan untuk menjelaskan konsistensi suatu instrument penelitian di dalam gejala yang sama. Salah satu pengukuran reliabilitas yang digunakan adalah menggunakan formula *cronbach alpha* yang menunjukkan kategori reliabilitas atau konsistensi internal.

Adapun pengujian secara internal dilakukan dengan menganalisis konsistensi butir- butir yang ada pada instrument, salah satu caranya adalah menganalisis data dari hasil uji coba dengan menggunakan formula *cronbach alpha* dengan pertimbangan formula ini adalah jenis pengujian reliabilitas untuk menganalisis jenis data interval atau essay dari hasil kuesioner variable kebahagiaan. Kuesioner yang digunakan untuk mengungkap kebahagiaan peserta didik adalah jenis kuesioner dikotomus, sehingga cocok untuk menggunakan uji reliabilitas *cronbach alpha*. Pengisian kuesioner yang diujikan kepada responden akan menunjukkan apakah instrument tersebut bisa dikatakan reliabel ketika memberikan

hasil relatif sama (*ajeg*) pada saat dilakukan pengukuran kembali pada obyek yang berlainan pada waktu yang berbeda atau memberikan hasil konsisten, dengan cara mengujinya menggunakan formula *cronbach alpha* dengan bantuan aplikasi *winstep*, yaitu model Rasch. Jika pembaca menghendaki penghitungan manual dapat menggunakan formula sebagai berikut.

$$r_{11} = \frac{k}{k-1} \times \left\{ 1 - \frac{\sum S_i}{S_t} \right\}$$

Gambar 3.2
Formula Pengitungan *Cronbach Alpha*

Keterangan :

- r_{11} = Nilai reliabilitas
- $\sum S_i$ = Jumlah varians skor tiap-tiap item
- S_t = Varians total
- k = Jumlah item

Sugiyono (2015 hlm. 365)

Adapun kriteria keterandalan (reliabilitas) instrumen dan *alpha cronbach* adalah sebagai berikut :

Tabel 3. 6
Kriteria Reliablitas Instrumen

Nilai <i>Person Reliability</i> dan <i>Item Reliability</i>	Kategori
< 0.67	Lemah
0.67 – 0.80	Cukup
0.81 – 0.90	Bagus
0.91 – 0.94	Bagus Sekali
> 0.94	Istimewa

Tabel 3.7
Kriteria *Alpha Cronbach*

Nilai <i>Alpha Cronbach</i>	Kategori
< 0.5	Buruk
0.5 – 0.6	Jelek
0.6 – 0.7	Cukup
0.7 – 0.8	Bagus
> 0.8	Bagus Sekali

(Sumintono dan Widhiarso, 2014 hlm. 112)

Selain kriteria uji reliabilitas di atas, jika menggunakan model *Rasch* untuk menguji item pernyataan terdapat kriteria sebagai berikut.

- Mean : <0.00 (untuk mengetahui rata-rata dan profil kecenderungan kebahagiaan peserta didik);
- Reliabilitas : >0.60 (untuk mengetahui konsistensi item pernyataan dan responden penelitian)
- Cronbach : >0.67 (untuk mengetahui tingkat interaksi antara *item-person*)

(Sumintono dan Widhiarso, 2015 hlm. 109- 114).

Berikut adalah hasil uji reliabilitas dari instrument kebahagiaan.

Tabel 3.8
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Kebahagiaan

Banyak Data	Jumlah Item	Alpha Cronbach	Reliabilitas	Kriteria
495	36	0.96	0.97	Bagus Sekali

Berdasarkan table di atas, bahwa hasil uji reliabilitas instrumen kebahagiaan menunjukkan nilai reliabilitas instrument sebesar 0.97 yang artinya instrumen kebahagiaan memiliki konsistensi bagus sekali, artinya instrumen tersebut layak digunakan untuk melakukan penelitian dan dapat mengungkap kondisi kebahagiaan pada responden. Kemudian nilai *cronbach alpha* menunjukkan tingkat interaksi antar responden yang mengisi kuesioner penelitian yaitu 0.96 sehingga kesuaian antara responden dan instrument kebahagiaan yang digunakan berada pada kategori yang bagus sekali.

H. Prosedur Penelitian

Beberapa prosedur yang telah direncanakan untuk keberlangsungan penelitian, yaitu memutuskan desain yang akan digunakan, mengidentifikasi tujuan dan pertanyaan penelitian atau hipotesis, mengidentifikasi populasi dan sampel penelitian, memutuskan metode dan pelaksanaan pengumpulan data, mengembangkan instrumen, menganalisis data dan melakukan *report* (Creswell, 2012 hlm. 404-405). Selain itu, berikut dijelaskan mengenai agenda penelitian, bahwa penelitian ini berawal dari studi pendahuluan mengenai kondisi kebahagiaan peserta didik di SMP Negeri 1 Kalipucang sebagai konfirmasi atas kondisi peserta didik di lokasi penelitian dan melakukan kajian pustaka mengenai konsep-konsep kebahagiaan yang akan digeneralisasi pada permainan ular tangga sebagai teknik bimbingan pribadi. Kedua kajian tersebut akan menjadi hipotesis bagi program bimbingan pribadi dengan teknik permainan ular tangga untuk

mengembangkan kebahagiaan peserta didik sebagai ciri pendekatan penelitian yang pilih, yaitu kuasi eksperimen yang dijelaskan oleh Creswell (2009, hlm. 242), yaitu proses penelitian dilakukan perbandingan antara hasil *pre test* atas kondisi kebahagiaan awal peserta didik dengan *post test* atas kondisi akhir kebahagiaan peserta didik setelah dilakukannya *treatment* atau layanan bimbingan pribadi, yaitu dua/ tiga kali layanan bimbingan pribadi menggunakan teknik permainan ular tangga. Demikian setelah dilakukan beberapa prosedur tersebut akan menghasilkan suatu program bimbingan pribadi dengan teknik permainan yang teruji dan dapat menjadi rekomendasi bagi pelaksanaan bimbingan pribadi dengan tema pengembangan kebahagiaan. Berikut prosedur penelitian yang dilakukan.

Tabel 3.9
Prosedur Penelitian

NO	TAHAP	KEGIATAN	HASIL
1	AWAL	1. Studi Pendahuluan	Gejala Masalah mengenai kebahagiaan peserta didik di lokasi penelitian
		2. Identifikasi Masalah Penelitian	Rumusan masalah penelitian
		3. Menetapkan Tujuan Penelitian	Tujuan penelitian
		4. Menyusun Hipotesis penelitian	Hipotesis penelitian
2	INTI	1. Menyusun Instrumen penelitian	Instrument penelitian
		2. Menguji Instrumen penelitian	Validitas dan reliabilitas instrument penelitian
		3. Penyebaran Instrumen penelitian (<i>pre test</i>) dan mengolah data <i>pretest</i>	Data kebahagiaan (<i>pre test</i>) sebagai dasar penyusunan program bimbingan pribadi
		4. Penyusunan Program bimbingan pribadi dan judgement program bimbingan pribadi	Program bimbingan pribadi yang teruji
		5. Penyebaran Instrumen penelitian (<i>post test</i>)	Data kebahagiaan (<i>post test</i>)
3	PENUTUP	1. Menganalisis data penelitian (<i>pre test</i>)	Skor kebahagiaan pada lokasi penelitian
		2. Menganalisis data penelitian (<i>post test</i>)	Profil kebahagiaan pada lokasi penelitian
		3. Menyusun hasil penelitian	Bimbingan pribadi dengan teknik permainan ular tangga yang mengembangkan kebahagiaan peserta didik
		4. Melaporkan hasil penelitian dalam bentuk karya ilmiah tesis	Tesis “ <i>Efektivitas Bimbingan Pribadi dengan Teknik Permainan Ular Tangga untuk Mengembangkan Kebahagiaan</i> ”

I. Perumusan Program Bimbingan

Program bimbingan pribadi dirumuskan menggunakan teknik permainan ular tangga kebahagiaan sebagai dampak dari upaya mengembangkan kebahagiaan peserta didik kelas VII, VIII dan IX SMP Negeri 1 Kalipucang Tahun Ajaran 2020/2021. Adapun struktur program disusun berdasarkan gambaran kebahagiaan peserta didik meliputi: (1) rasional, (2) deskripsi kebutuhan, (3) tujuan, (4) asumsi dasar, (5) rencana operasional (action plan), (6) evaluasi, dan (7) Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling (RPLBK) Program yang telah dirumuskan, kemudian di uji kelayakannya oleh dosen ahli dari Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, yaitu Dr. Yaya Sunarya, M.Pd., Dr. Ipah Saripah, M.Pd dan koordinator BK SMP Negeri 1 Kalipucang Pangandaran, Mardan, S.Pd.

J. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data pada penelitian kuantitatif dengan desain kuasi eksperimen yang dilakukan, seperti yang dijelaskan Creswell (2012 hlm. 177) adalah melakukan analisis data setelah melakukan pengolahan data *posttest* atas perubahan dari data *pretest* dan intervensi yang diberikan pada kelompok eksperimen sebagai sampel penelitian yang dapat menjawab masalah penelitian untuk menguji hipotesis. Alur analisis data pada penelitian kuasi eksperimen dilakukan dengan pengumpulan data *pre test*, pemberian perlakuan dan setelahnya dilakukan *post test* untuk kemudian dikomparasikan skor *pre* dan *posttest*. Adapun analisis data pada penelitian dilakukan dengan cara melakukan verifikasi data terlebih dahulu, melakukan uji normalitas data melalui bantuan aplikasi SPSS *for windows 22.0*. Selanjutnya deskripsi dan interpretasi data penelitian mengenai profil kebahagiaan didapat melalui bantuan aplikasi *Ms. Excel* dan *rasch model* untuk pengembangan instrument kebahagiaan.

Berdasarkan rumusan masalah penelitian, secara rinci telah dirumuskan tiga pertanyaan penelitian sehingga masing- masing pertanyaan yang akan dijawab adalah sebagai berikut.

1. Pertanyaan pertama, bagaimana profil kebahagiaan peserta didik SMP N 1 Kalipucang Tahun Pelajaran 2020/ 2021 kemudian dijawab melalui pedoman skor ideal kategori kebahagiaan yang dirancang menjadi dua

kategori kebahagiaan, yaitu tinggi dan rendah serta deskripsi atas hasil analisis perkembangan kebahagiaan peserta didik;

2. Pertanyaan kedua, seperti apa rumusan bimbingan pribadi dengan teknik permainan ular tangga dapat mengembangkan kebahagiaan peserta didik dilakukan dengan menyusun program bimbingan pribadi berdasarkan hasil *pre test* pada sampel penelitian pada kelompok eksperimen yang menunjukkan kategori kebahagiaan rendah;
3. Pertanyaan ketiga, bagaimana efektifitas program bimbingan pribadi dengan teknik permainan ular tangga dapat mengembangkan kebahagiaan dijawab dengan mendeskripsikan hasil uji signifikansi program pada kelompok eksperimen dengan uji normalitas, uji hipotesis/ uji beda dengan *man whithney test* dan uji *N- Gain*.

Untuk melakukan penelitian diperlukan beberapa tahapan pengolahan data, seperti verifikasi data penelitian, merumuskan pedoman penyekoran, mengelompokkan skor penafsiran kebahagiaan dan melakukan uji normalitas, uji hipotesis serta uji *N- Gain* seperti yang akan dijelaskan berikut ini.

1) Verifikasi Data

Verifikasi data dilakukan untuk memeriksa, menyeleksi atau memilih data yang memadai untuk selanjutnya dilakukan pengolahan. Adapun tahapan yang dilakukan dalam verifikasi data yang dilakukan adalah sebagai berikut :

- a) Mengecek hasil kuesioner yang diisi oleh responden
- b) Memisahkan hasil kuesioner berdasarkan kelas responden
- c) Melakukan input data sesuai dengan penyekoran yang telah ditetapkan.

2) Pedoman Penyekoran

Metode penyekoran pada kuesioner kebahagiaan adalah menggunakan skala *Guttman* yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat atau persepsi individu atau kelompok tentang fenomena tertentu dengan menghindari bias pendapat sehingga didapatkan hasil data dari responden yang lebih tegas, yaitu hanya dua pilihan jawaban “ya” dan “tidak” (Sugiyono, 2015 hlm. 107). Adapun kebahagiaan ini akan diungkap melalui instrument kebahagiaan yang merupakan pengembangan teori *happiness* dari

Seligman. Instrumen ini berbentuk skala *Guttman* yang akan mengungkap beberapa aspek kebahagiaan seperti emosi positif, keterlibatan individu, hubungan sosial, kebermaknaan hidup yang dimiliki dan pencapaian yang dimiliki. Penentuan skor 5 pada skala “ya” untuk pernyataan positif dengan skala “tidak” pernyataan negatif dan skor 0 pada skala “ya” pernyataan negatif dengan skala “tidak” pernyataan positif didasarkan pada pendapat Hills dan Argyle (2002 hlm. 1073-1082).

Adapun kuesioner terkait kebahagiaan dan cara penaliannya mengungkap apa yang dialami responden melalui menunjukkan pilihan jawaban dan pola penilaian untuk setiap respons yang diberikan peserta didik dijelaskan dalam table berikut.

Tabel 3.10
Penilaian Kuesioner Kebahagiaan

SKALA	SKOR	
	PERNYATAAN POSITIF (+)	PERNYATAAN NEGATIF (-)
YA	5	0
TIDAK	0	5

a) Langkah 1

Dari 33 (tiga puluh tiga) butir pernyataan pada kuesioner kebahagiaan terdapat 27 butir pernyataan positif dan 6 (enam) pernyataan negatif, yaitu pernyataan nomor 2, 10, 20, 21, 28 dan 33.

Adapun cara memberikan skor nilai pada 6 pernyataan negatif harus dinilai secara terbalik, seperti berikut;

- 1) jika responden memberi jawaban checklist pada kolom YA, maka poin yang didapat adalah 0;
- 2) jika responden memberi jawaban checklist pada kolom TIDAK, maka poin yang didapat adalah 5.

b) Langkah 2

Poin untuk 27 pernyataan yang positif memiliki cara pemberian skor nilai sebagai berikut:

- 1) jika responden memberi jawaban checklist pada kolom YA, maka poin yang didapat adalah 5;
- 2) jika responden memberi jawaban checklist pada kolom TIDAK, maka poin yang didapat adalah 0.

3) Pengelompokan Skor

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan *Ms. Excel*, bahwa nilai rata-rata adalah 140 dan kelompok responden terbagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok responden dengan kategori kebahagiaan tinggi dan rendah.

Adapun kategori kebahagiaan tinggi dan rendah yang dibatasi oleh nilai rata-rata pengukuran pada seluruh responden, yaitu 140. Itu artinya jika nilai rata-rata responden yang kurang dari 140 maka termasuk ke dalam kategori kebahagiaan yang rendah. Sedangkan jika nilai rata-rata responden lebih dari 140, maka termasuk ke dalam kategori kebahagiaan yang tinggi. Gambaran kebahagiaan peserta didik dapat diketahui dengan melakukan penafsiran mengenai pengelompokan skor, yaitu sebagai berikut.

Tabel 3.11
Penafsiran Kebahagiaan

No.	Skor Kebahagiaan	Kategori	Keterangan
1	< 140 (nilai rata-rata populasi)	Rendah	Skor peserta didik atas kebahagiaan diperoleh rendah pada hampir seluruh aspek. Jika diinterpretasikan kurang lebih peserta didik menunjukkan jarang merasa emosi positif, jarang menunjukkan aspek keterlibatan, kurang memiliki hubungan sosial seperti persahabatan/pertemanan/ hubungan keluarga yang harmonis, kurang memiliki makna hidup (merasa tidak berarti) dan rendahnya motivasi, ketahanan dan keterarahan tujuannya dalam kepentingan belajar.
2	>140 nilai rata-rata populasi)	Tinggi	Peserta didik menunjukkan skor yang tinggi pada hampir semua aspek kebahagiaan. Frekuensi emosi positif peserta didik lebih sering dimunculkan, sering menunjukkan keterlibatan atas apa yang dilakukan dengan tertarik mencoba belajar hal baru dan menjaga kesehatan, terkadang menunjukkan kepemilikan atas hubungan sosial yang berpengaruh positif pada diri dan kepentingan sekolahnya, merasakan bahwa hidupnya sangat berarti dengan tidak banyak memperlumahkan masa lalu dan berorientasi pada tujuan juga mampu bertahan dalam kondisi yang negatif sekalipun.

4) Uji Normalitas dan Uji Hipotesis

a) Uji Normalitas

Penelitian kuantitatif dengan desain kuasi eksperimen dilakukan melalui tahapan pengambilan data penelitian dengan mengklasifikasikan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, pengumpulan data *pre- test* untuk semua kelompok responden, pemberian layanan (*treatment*) untuk kelompok eksperimen, pengumpulan data *post- test* untuk semua kelompok responden kemudian barulah dilakukan *report* atas analisis data yang akan menunjukkan hasil sebab akibat dari penelitian yang dimaksud.

Pada proses pengolahan data penelitian, dilakukan terlebih dahulu uji normalitas pada data sehingga dapat diketahui pengujian dan olah data yang tepat dilakukan selanjutnya. Jika hasil uji normalitas adalah data yang berdistribusi normal, maka pengolahan data selanjutnya dapat menggunakan *paires sampel T- Test*. Akan tetapi jika distribusi data tidak normal, maka pengolahan data selanjutnya akan dilakukan dengan uji *mann whitney (U-Test)*. Uji (U-Test) biasa juga dikatakan *wlicoxon Rank Sum Test* dan merupakan pengujian yang digunakan untuk menguji dua sampel independen (*two independent sample test*) dengan bentuk data ordinal, interval atau rasio yang berasal dari kelompok tidak berpasangan.

Kemudian melihat pada tabel *Mann whitney* dengan menggunakan n_1 ; n_2 ; dan $\alpha = 0,05$. Kemudian peneliti akan melihat dan mempertimbangkan hasil uji hipotesis penelitian. Berikut adalah dasar analisa uji normalitas.

- 1) H_0 :Jika $P > 0.05$, maka data berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukan uji paired sampel T-Test;
- 2) H_a : Jika $P < 0.05$, maka data berdistribusi tidak normal dan dapat menggunakan *U-Test (uji mann whitney)*.

b) Uji Hipotesis dengan *U- Test*

Berdasarkan hasil uji normalitas, telah diketahui bahwa nilai normalitas adalah 0.001. Demikian jika $P < 0.05$, maka data berdistribusi tidak normal ehingga uji hipotesis akan dilakukan menggunakan *U-Test (uji mann whitney.)* Menurut Furqon (2009) *U -Test* merupakan

pengujian perbedaan rata-rata dan median yang biasa dilakukan oleh peneliti dalam mengkaji efektivitas suatu perlakuan (*treatment*) dalam bentuk layanan bimbingan dengan permainan ular tangga kebahagiaan untuk mengubah suatu perilaku, yaitu mengembangkan pengetahuan dan pemahaman mengenai kebahagiaan dengan cara membandingkan keadaan sebelum diberikan *treatment* (*pre-test*) dengan keadaan sesudah *treatment* diberikan (*post-test*). Dalam hal ini signifikansi yang digunakan dalam uji normalitas adalah *Shapiro wilk*, karena menurut Dahlan (2010, hlm. 48) jika sampel penelitian lebih dari 50, maka cara mendeteksi normalitas data dilakukan menggunakan signifikansi *Shapiro wilk*. Adapun uji perbandingan dilakukan dengan menggunakan *software SPSS 22 for windows*, sedangkan analisis butir dilakukan menggunakan aplikasi *winstep* yaitu *rasch model* dengan *Ms. Excel*. Berdasarkan uji normalitas menggunakan *SPSS 22.0 for windows* diketahui bahwa data penelitian berdistribusi tidak normal sehingga analisis data selanjutnya harus dilakukan menggunakan *U- Test* atau *uji mann whitney*. Berikut ini adalah dasar analisa *U- Test*, yaitu sebagai berikut.

- 1) H_a : Jika $P < 0.05$ maka terdapat perkembangan kebahagiaan yang signifikan terhadap responden kelompok eksperimen yang sudah diberikan *treatment* sebagai layanan BK. Oleh karena itu H_a tidak ditolak dan H_0 ditolak;
- 2) H_0 : Jika $P > 0.05$ maka tidak terdapat perkembangan kebahagiaan yang signifikan terhadap responden kelompok eksperimen yang sudah diberikan *treatment* sebagai layanan BK. Oleh karena itu H_0 tidak ditolak dan H_a ditolak.

c) Uji *N- Gain*

N- Gain adalah uji *normalitas gain* yang bertujuan mengetahui sejauh mana keberhasilan program bimbingan pribadi dengan teknik permainan ular tangga yang sudah diberikan. Berikut adalah rumus manual menurut Meltzer (2002 hlm. 1260) yang perlu dilakukan untuk menghitung nilai *N- Gain* .

$$\text{Gain} = \frac{\text{posttest score} - \text{pretest score}}{\text{maximum score} - \text{pretest score}}$$

Gambar 3.3

Formula Pengitungan *N- Gain*

Berdasarkan pendapat Hake (2002) kriteria *gain* adalah pada tabel sebagai berikut.

Tabel 3.12
Kriteria *N- Gain*

No	Skor <i>N- Gain</i>	Kriteria
1	0.00 < <i>N-Gain</i> < 0.30	Rendah
2	0.30 < <i>N- Gain</i> < 0.70	Sedang
3	> 0.70	Tinggi

Kemudian menurut Arikunto (2015) skor dan kriteria *N- Gain* dapat ditafsirkan dalam bentuk persen yang terdapat pada tabel berikut.

Tabel 3.13
Kategori *N-Gain* dalam Persen

No	%	Kriteria
1	< 40	Tidak Efektif
2	40-55	Kurang Efektif
3	56-75	Cukup Efektif
4	>76	Efektif

Hal tersebut menunjukkan, bahwa tidak efektif. Begitu seterusnya, sampai jika lebih dari 76 % maka program tersebut berhasil mengembangkan kebahagiaan peserta didik.