

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Desain Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan penelitian yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sample tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif statistik, dan bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sukmadinata:2005; Sugiyono, 2009: 8).

Data yang dimaksud adalah kebahagiaan siswa yang diungkap melalui instrumen kebahagiaan siswa. Data yang dihasilkan dalam penelitian ini menjadi landasan untuk perumusan program bimbingan pribadi-sosial untuk meningkatkan kebahagiaan siswa.

2. Desain Penelitian

Metode yang digunakan adalah metode eksperimen kuasi (*quasi experiment*). Menurut Cozby (2009: 334), eksperimen kuasi menjawab kebutuhan untuk mempelajari efek variabel bebas dalam situasi ketika bagian-bagian kendali dalam desain eksperimental yang sesungguhnya tidak bisa diperoleh, mengkaji dampak sebuah variabel bebas terhadap sebuah variabel tergantung. Cozby juga mengemukakan bahwa perbedaan utama antara eksperimen dan eksperimen kuasi adalah dalam alokasi orang di dalam kelompok. Kuasi eksperimen sering kali digunakan karena banyak alokasi random itu tidak mungkin atau tidak praktis.

jadi eksperimen kuasi yaitu eksperimen yang memiliki perlakuan, pengukuran dampak, namun tidak menggunakan penugasan acak (*Random Assignment*) untuk menciptakan perbandingan dalam rangka menyimpulkan perubahan yang disebabkan perlakuan.

Adapun desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest posttest design*, yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. Desain ini dibedakan dengan adanya pre-tes sebelum perlakuan diberikan sehingga tingkat kesetaraan kelompok turut diperhitungkan (Arikunto, 2000:279).

Metode eksperimen kuasi digunakan untuk melihat pengaruh variabel bebas (dalam hal ini adalah program bimbingan pribadi-sosial) terhadap variabel terikat (kebahagiaan siswa). Pengaruh tersebut dikaji sebagai langkah pengujian efektivitas program bimbingan pribadi-sosial serta perubahan tingkat kebahagiaan siswa pada saat pre-tes dengan pos-tes.

Dalam *one group pre-post design*, observasi dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Skema penelitian eksperimen kuasi dengan desain *one group pretest-posttest* sebagai berikut.



O₁ X O₂

Keterangan:

- O₁ : Pengukuran kebahagiaan siswa pada kelas eksperimen menggunakan instrumen kebahagiaan siswa yang dilakukan sebelum perlakuan (*treatment*).
- X : Perlakuan (*treatment*) dilakukan dengan menggunakan program bimbingan pribadi-sosial.

O₂ : Pengukuran kebahagiaan siswa pada kelas eksperimen menggunakan instrumen kebahagiaan siswa setelah pemberian perlakuan (*treatment*).

B. Populasi dan Sampel

Penelitian ini dilakukan di SMA Pasundan 2 Bandung, dengan populasi penelitian siswa kelas X tahun ajaran 2011/2012 berjumlah 230 orang. Dipilihnya SMA Pasundan 2 Bandung sebagai populasi penelitian didasari oleh fenomena yang terjadi pada siswa kelas XII di SMA Pasundan 2 Bandung tahun ajaran 2010/2011, yaitu tingginya tingkat depresi siswa (dari 60 siswa, hanya 16% yang tidak terkategori depresi). Fenomena tersebut tergambar dari hasil pengolahan angket yang mengungkap tingkat depresi. Hasil pengolahan angket ini menjadi penting mengingat menurut Seligman (2002) individu yang depresi cenderung tidak bahagia.

Adapun jumlah populasi penelitian pada setiap kelasnya terinci pada tabel sebagai berikut.

Tabel 3. 1
Populasi Penelitian

No	Kelas	L	P	Jumlah Siswa
1	X.3	14	26	40
2	X.4	14	25	39
3	X.5	14	26	40
4	X.6	14	25	39
5	X.7	21	16	37
6	X.8	17	18	35
Jumlah				230

Adapun sampel penelitian diambil menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik sampling yang digunakan oleh peneliti jika peneliti

mempunyai pertimbangan tertentu di dalam pengambilan sampelnya (Arikunto, 2009: 97). Pertimbangan pengambilan sampel pada penelitian ini adalah tingkat kebahagiaan siswa pada populasi penelitian yang berada pada tingkatan rendah dan sedang yang diungkap melalui Instrumen Kebahagiaan Siswa.

Berdasarkan hasil pre-tes diperoleh 2 siswa yang memiliki tingkat kebahagiaan pada kategori rendah dan 32 siswa yang memiliki tingkat kebahagiaan pada kategori sedang. Maka jumlah sampel penelitian adalah 34 orang.

C. Pengembangan Instrumen Pengumpul Data

Terdapat beberapa langkah yang ditempuh dalam pengembangan instrumen pengumpul data. Berikut rincian setiap langkah pengembangan instrumen.

1. Definisi Operasional

Terdapat dua konsep utama yang perlu dibatasi dan dijelaskan secara operasional, yaitu kebahagiaan siswa dan program bimbingan pribadi-sosial. Adapun batasan operasional masing-masing konsep adalah sebagai berikut.

a. Kebahagiaan siswa

Konsep tentang kebahagiaan diungkapkan berbagai tokoh dan ahli dari bidang psikologi. Berikut definisi kebahagiaan berdasarkan pendapat para ahli.

Kebahagiaan merupakan sebuah konstruk kompleks yang disusun atas konstruk-konstruk sederhana di dalamnya. Berbagai istilah digunakan untuk mendeskripsikan keadaan positif yang berkaitan dengan kebahagiaan. Istilah pertama yaitu kesejahteraan subjektif (*subjective well being*), yaitu persepsi

individu tentang seberapa puas hidupnya, sebagai evaluasi berkelanjutan terhadap peristiwa kehidupan. Istilah kedua yaitu kualitas hidup (Quality of life), yaitu sebuah kumpulan keadaan yang mempengaruhi kehidupan seseorang untuk menentukan apakah kehidupannya adalah baik atau tidak, biasanya terbentuk dari faktor luar (contohnya pendapatan), tetapi juga berisi unsur subjektif/psikologis (seperti harapan dan emosi). Ketiga, kepuasan hidup (life satisfaction) atau pengujian secara keseluruhan apakah hidup seseorang itu baik atau tidak. Bisa diukur dari kelahiran sampai sekarang, atau diukur dari kondisi sekarang sebagai penilaian seluruh aspek kehidupan seseorang saat ini. Terakhir yaitu Flourishing, sebuah kondisi kesetimbangan yang disusun oleh tingginya tingkat kebahagiaan emotional, psikologis dan sosial (Dunn, Beard dan Fisher, 2011: 208).

Carr (2004: 11) mengungkapkan kebahagiaan (subjective well being) didefinisikan sebagai keadaan psikologis positif yang ditandai dengan tingginya derajat kepuasan hidup, afek positif, dan rendahnya derajat afek negatif.

Diener (2009: 61) menggunakan istilah kesejahteraan subjektif (subjective well being) sebagai sinonim dari kebahagiaan, yang berarti sebagai penilaian individu sendiri terhadap kehidupan dirinya (bukan penilaian ahli), baik penilaian kognitif maupun penilaian afektif. Penilaian kognitif meliputi kepuasan terhadap hidup secara keseluruhan dan kepuasan pada domain hidup seperti domain diri/pribadi, keluarga teman sebaya, kesehatan, keuangan, pekerjaan, dan waktu luang. Komponen afektif terdiri dari afektivitas positif dan yang kedua adalah afektivitas negatif.

Seligman (2011) menjelaskan kebahagiaan (*well-being*) merupakan sebuah konstruk tentang hidup yang terpenuhi (*a fulfilling life*) sebagai kombinasi dari lima komponen pembentuk yaitu emosi positif (*Positive Emotion/P*), keterlibatan (*Engagement/E*), hubungan sosial positif (*Positive Relationship/R*), kebermaknaan hidup (*Meaning/M*) dan prestasi (*Accomplishment/A*). Kelima komponen ini disingkat sebagai PERMA.

Dari definisi-definisi, dapat disimpulkan para ahli mengkaji kebahagiaan dalam beberapa termonologi seperti *well-being*, *life satisfaction*, *quality of life*, dan *Flourishing*. Setiap istilah memiliki konstruk sederhana sebagai komponen pembentuknya. Setiap definisi menekankan kebahagiaan sebagai kondisi positif, merupakan hasil penilaian subjektif individu terhadap hidupnya atau sebagian hidupnya, dan tersusun dari konstruk-konstruk yang lebih sederhana sebagai komponennya. Kesimpulannya, kebahagiaan adalah kondisi positif individu yang ditandai dengan dirasakannya emosi positif, adanya keterlibatan dalam aktivitas yang disukai, memiliki hubungan sosial positif, merasakan kebermaknaan hidup dan mencapai prestasi. Kesimpulan cenderung pada definisi yang dipaparkan Seligman karena konsep kebahagiaan dari Seligman mencakup aspek emotional, psikologis dan sosial, serta sudah direkomendasikan oleh jurnal kebahagiaan internasional.

Kebahagiaan siswa yang dikaji dalam penelitian ini adalah penilaian siswa SMA Pasundan 2 Bandung kelas X terhadap pernyataan tentang kondisi positif dirinya meliputi emosi positif, keterlibatan dalam aktivitas belajar, hubungan sosial yang positif, kebermaknaan hidup dan pencapaian prestasi di sekolah.

Adapun indikator dari setiap aspek kebahagiaan siswa dapat dikemukakan dalam batasan ruang lingkup sebagai berikut. *Aspek emosi positif* adalah pengalaman siswa dalam merasa baik selama di sekolah. Indikator pada aspek emosi positif yaitu: (1) gembira saat berada di sekolah; (2) memiliki harapan untuk sukses; dan (3) bangga terhadap hasil akademis.

Aspek keterlibatan adalah peristiwa simultan dari tingginya konsentrasi, kegembiraan, dan ketertarikan siswa pada aktivitas belajar. Indikator pada aspek keterlibatan yaitu: (1) berkonsentrasi saat belajar; (2) tertarik untuk belajar; dan (3) gembira saat belajar.

Aspek hubungan sosial positif adalah keyakinan bahwa siswa dipedulikan, dicintai, dihargai dan dianggap penting oleh orang lain di sekolah. Indikator pada aspek hubungan sosial positif yaitu: (1) merasa dipedulikan orang lain di sekolah; (2) merasa dicintai orang lain di sekolah; (3) merasa dihargai orang lain di sekolah; dan (4) merasa dianggap penting oleh orang lain di sekolah.

Aspek kebermaknaan adalah penghayatan siswa dalam menemukan sesuatu yang berharga atau penting bagi dirinya, dimana hal tersebut memberikan alasan untuk menjalani kehidupan sekolah dan menjadikannya sebagai tujuan untuk dicapai di sekolah. Indikator pada aspek kebermaknaan yaitu: (1) memiliki nilai; (2) memiliki alasan untuk bersekolah; (3) memiliki tujuan untuk dicapai di sekolah.

Aspek prestasi adalah keberhasilan siswa mencapai keadaan yang diinginkan di sekolah dan mencapai kemajuan menuju tujuan lain. Indikator pada

aspek ini yaitu (1) mencapai keadaan yang diinginkan di sekolah; dan (2) mencapai kemajuan menuju tujuan lain.

b. Program Bimbingan Pribadi-Sosial

Definisi bimbingan pribadi-sosial menurut pendapat beberapa ahli adalah sebagai berikut.

Yusuf dan Nurihsan (2008: 11) menjelaskan bahwa bimbingan sosial-pribadi merupakan bimbingan untuk membantu individu dalam memecahkan masalah sosial-pribadi. Bimbingan sosial pribadi diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Bimbingan ini merupakan layanan yang mengarah pada pencapaian pribadi yang seimbang dengan memperhatikan keunikan karakteristik pribadi serta ragam permasalahan yang dialami individu.

Dalam literatur lain, Yusuf (2009: 55) menguraikan bahwa Bimbingan dan Konseling pribadi merupakan proses bantuan untuk memfasilitasi siswa agar memiliki pemahaman tentang karakteristik dirinya, kemampuan mengembangkan potensi dirinya, dan memecahkan masalah-masalah yang dialaminya. Bimbingan ini merupakan layanan yang mengarah pada pencapaian pribadi yang mantap, dengan memperhatikan keunikan karakteristik pribadi serta ragam permasalahan yang dialami siswa. Bimbingan dan Konseling sosial adalah proses bantuan untuk memfasilitasi siswa agar siswa mampu mengembangkan pemahaman dan keterampilan berinteraksi sosial atau hubungan insani (human relationship) dan memecahkan masalah-masalah sosial yang dialaminya.

Sukmadinata (2007: 139) menjelaskan bahwa bimbingan pribadi-sosial adalah lingkup program. Lingkup program merupakan bidang layanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh tim bimbingan pada suatu sekolah. Bimbingan pribadi merupakan layanan pengembangan kemampuan dan mengatasi masalah-masalah pribadi dan kepribadian, berkenaan dengan aspek-aspek intelektual, afektif dan fisik - motorik. Bimbingan sosial merupakan layanan pengembangan kemampuan dan mengatasi masalah sosial, dalam kehidupan di rumah, sekolah dan masyarakat, dalam bekerja sama dan berinteraksi dengan teman sebaya, dengan orang dewasa ataupun siswa yang lebih kecil.

Gysbers dan Henderson (2000: 58) mendefinisikan program sebagai sebuah kerangka kerja yang terorganisasi dengan susunan layanan dan aktivitas bimbingan dan konseling yang terencana, berangkaian dan terkoordinasi berdasar pada kebutuhan dan sumber daya siswa sekolah dan masyarakat, didesain untuk melayani semua siswa, orang tua atau wali di wilayah sekolah lokal.

Berdasarkan uraian di atas, disimpulkan bahwa Program bimbingan pribadi-sosial adalah suatu rumusan kerangka kerja yang terencana, berangkaian, dan terkoordinasi, berisi tentang aktivitas layanan berupa proses bantuan yang bertujuan mengembangkan aspek pribadi-sosial siswa.

Secara operasional, program bimbingan pribadi-sosial yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pedoman pelaksanaan kegiatan bimbingan pribadi-sosial yang disusun berdasarkan pada kebutuhan yang muncul dalam profil kebahagiaan siswa kelas X SMA Pasundan 2 Bandung tahun ajaran 2011/2012,

ditujukan agar tingkat kebahagiaan siswa meningkat, melalui tahapan bantuan yang bersifat pengembangan aspek pribadi-sosial siswa.

Adapun pelaksanaan kegiatan bimbingan dilakukan dalam tahap sebagai berikut: satu sesi orientasi kegiatan; satu sesi pengukuran awal tingkat kebahagiaan siswa; satu sesi tahap peningkatan emosi positif, satu sesi tahap peningkatan keterlibatan; satu sesi tahap peningkatan hubungan sosial positif; satu sesi tahap peningkatan kebermaknaan hidup; satu sesi tahap peningkatan aspek prestasi dan satu sesi terakhir adalah pengukuran akhir tingkat kebahagiaan.

2. Kisi-Kisi

Instrumen Kebahagiaan Siswa dibuat dengan mengacu pada definisi operasional variabel. Terdapat lima aspek yang diungkap dalam instrumen kebahagiaan siswa ini, yaitu emosi positif, keterlibatan, hubungan sosial positif, kebermaknaan hidup dan prestasi. Instrumen disusun dengan menggunakan skala sikap model *likert* dengan lima alternatif jawaban yaitu tidak sesuai, kurang sesuai, ragu-ragu, sesuai dan sangat sesuai. Adapun pola penilaian untuk tiap respon yang diberikan siswa dijelaskan pada tabel berikut.

Tabel 3. 2
Skor Penilaian Instrumen

Skor	Deskripsi
4	Jika responden memilih jawaban sangat sesuai
3	Jika responden memilih jawaban sesuai
2	Jika responden memilih jawaban ragu-ragu
1	Jika responden memilih jawaban kurang sesuai
0	Jika responden memilih jawaban tidak sesuai

Kisi-kisi instrumen untuk mengungkap tingkat kebahagiaan siswa kelas X SMA Pasundang 2 Bandung dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 3
Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Kebahagiaan Siswa Kelas X SMA

Aspek	Indikator	No. Item	Jumlah Total
Emosi Positif	Memiliki harapan untuk sukses	1, 16, 31, 46	12
	Bangga terhadap hasil akademis	2, 17, 32, 47	
	Gembira saat di sekolah	3, 18, 33, 48	
Keterlibatan	Berkonsentrasi saat belajar	4, 19, 34, 49	12
	Gembira saat melakukan aktivitas belajar	5, 20, 35, 50	
	Tertarik untuk belajar	6, 21, 36, 51	
Hubungan Sosial Positif	Merasa dipedulikan teman	7, 22, 37, 52	16
	Merasa dicintai teman	8, 23, 38, 53	
	Merasa dihargai teman	9, 24, 39, 54	
	Merasa dianggap penting oleh teman	10, 25, 40, 55	
Kebermaknaan	Memiliki nilai/hal yang berharga bagi diri	11, 26, 41, 56	12
	Memiliki alasan untuk bersekolah	12, 27, 42, 57	
	Memiliki tujuan untuk dicapai di sekolah	13, 28, 43, 58	
Prestasi	Mencapai keadaan yang diinginkan di sekolah	14, 29, 44, 59	8
	Mencapai kemajuan menuju tujuan lain	15, 30, 45, 60	
Σ		60	

3. Pengujian Instrumen

a. Penimbangan Instrumen

Instrumen yang telah disusun selanjutnya ditimbang/*judgement* oleh tiga orang ahli dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kelayakan instrumen baik dari segi bahasa, isi dan konstruk dari setiap item pernyataan. Penimbang instrumen

kebahagiaan siswa terdiri dari tiga pakar/dosen Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.

Hasil penilaian dari ketiga penimbang pada instrumen akan memberikan sebuah pertimbangan yang menjadikan instrumen layak digunakan dalam penelitian ini dan dijadikan landasan dalam penyempurnaan alat pengumpul data yang dibuat. Penimbangan instrumen yang dikembangkan mengalami revisi, baik dari konstruk, isi/materi maupun redaksional. berdasarkan pertimbangan tersebut terdapat beberapa indikator yang dihilangkan karena memiliki perbedaan sangat tipis dengan indikator lain, dan kemudian hampir seluruh redaksi bahasa item diperbaiki. Kemudian, terdapat koreksi pada definisi operasional beberapa aspek sehingga indikator dan item pun menjadi berubah. Direkomendasikan pula untuk menggunakan pernyataan positif saja mengingat yang diukur oleh instrumen ini adalah intensitas, bukan kecenderungan sikap. Hasil akhir jumlah item pada instrumen ini setelah ditimbang oleh ahli dan diperbaiki sesuai dengan yang direkomendasikan adalah menjadi 60 item dari sebelumnya 72 item.

b. Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan dilakukan pada siswa kelas X SMA Pasundan 8 Bandung yang tidak menjadi populasi penelitian. Uji keterbacaan dilakukan untuk mengetahui sejauh mana instrumen yang telah dibuat dapat dipahami dan dimengerti oleh siswa baik dari segi penggunaan bahasa dan maksud dari pernyataan item yang ada.

Berdasarkan hasil uji keterbacaan terhadap 5 orang siswa kelas X, secara umum siswa tidak mengalami kesulitan membaca item instrumen kebahagiaan. Siswa dapat memahami semua pernyataan item yang ada dalam instrumen.

c. Uji Validitas Item

Uji validitas pada dasarnya menunjukkan pada tingkat ketepatan dalam mengungkap data yang seyogianya diungkap (Rakhmat dan Solehuddin, 2006:21). Adapun langkah uji validitas instrumen kemampuan perencanaan karier adalah dengan menghitung koefisien korelasi skor setiap butir item dengan rumus *Product Moment Correlation*, yaitu :

$$r_{xy} = \frac{n \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n\sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy}	=	Koefisien Korelasi antara variabel X dan variabel Y
N	=	Jumlah responden
$\sum XY$	=	Jumlah hasil kali skor X dan Y setiap responden
$\sum X$	=	Jumlah skor X
$\sum Y$	=	Jumlah skor Y
$(\sum X)^2$	=	Kuadrat jumlah skor X
$(\sum Y)^2$	=	Kuadrat jumlah skor Y

Setelah menghitung nilai koefisien korelasi setiap item dalam instrumen perencanaan karier, maka dilanjutkan pada langkah membandingkan besar nilai hitung r_{hitung} terhadap nilai r_{tabel} dengan kriteria kelayakan sebagai berikut.

Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ berarti valid, dan

Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ berarti tidak valid

Pengujian validitas instrumen kebahagiaan siswa dilakukan dengan menggunakan program *Microsoft Excel 2007* terhadap 60 item pernyataan dalam

instrumen dengan jumlah subjek sebanyak 36 siswa SMA Pasundan 8 Bandung. Dari 60 butir item instrumen diperoleh item pernyataan yang valid sebanyak 45 item dengan taraf kepercayaan $n-1 = 0.138$, dan sebanyak 15 item pernyataan yang tidak valid.

Sebagai contoh, nilai r_{hitung} untuk item No.1 adalah 0.35 dan nilai untuk r_{tabel} nya adalah 0.33, maka dari itu dengan melihat kriteria kelayakan di atas maka untuk item No.1 dapat dinyatakan valid. Untuk perhitungan lebih lengkap terlampir.

Hasil uji validitas setiap item dalam instrumen kebahagiaan siswa secara rinci tertera dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3. 4
Hasil Uji Validitas Item

Signifikasi	No Item	Jumlah
Valid (Dipakai)	1, 2, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 22, 25, 26, 27, 28, 31, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 41, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 55, 56, 57, 58, 59, 60	45
Tidak Valid (Dibuang)	3, 4, 11, 13, 16, 21, 23, 24, 29, 30, 32, 33, 37, 42, 54	15

d. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas menunjukan kepada tingkat ketepatan atau kemantapan (Rakhmat dan Solehuddin, 2006: 21). Setiap instrumen seharusnya memiliki kemampuan untuk memberikan hasil pengukuran relatif konsisten dari waktu ke

waktu. Uji reliabilitas instrumen menggunakan rumus dari *Cronbach's Alpha*.

Perhitungan *Cronbach's Alpha* dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

$$r_{11} = \left(\frac{K}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum Si^2}{St^2} \right)$$

Keterangan :

r_{11} = nilai reliabilitas
 $\sum Si^2$ = jumlah varians skor tiap-tiap item
 St^2 = varians total
 k = jumlah item

Sebagai kriteria untuk mengetahui tingkat reliabilitas, digunakan klasifikasi sebagai berikut :

Tabel 3. 5
Kriteria Keterandalan (Reliabilitas) Instrumen

Kriteria	Kategori
0.91-1.00	Derajat keterandalan sangat tinggi
0.71-0.90	Derajat keterandalan tinggi
0.41-0.71	Derajat keterandalan sedang
0.21-0.41	Derajat keterandalan rendah
< 0.20	Derajat keterandalan sangat rendah

Rakhmat dan Solehuddin (2006:74)

Perhitungan uji reliabilitas dengan menggunakan rumus *Cronbach's Alpha*, dapat dilihat di bawah ini.

Diketahui :

$\sum Si^2$ = 42.096
 Si^2 = 434.942
 k = 60

$$\begin{aligned}
 r_{11} &= \left(\frac{K}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum Si^2}{St^2} \right) \\
 r_{11} &= \left(\frac{60}{60-1} \right) \left(1 - \frac{42.096}{434.942} \right) \\
 r_{11} &= 0.919
 \end{aligned}$$

Hasil uji reliabilitas terhadap instrumen kebahagiaan siswa SMA menunjukkan tingkat derajat keterandalan sangat tinggi dengan hasil perhitungan 0.919 sesuai dengan kriteria di atas yang menunjukkan nilai 0.91-1.00 berada pada kategori sangat tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa instrumen kebahagiaan siswa SMA kelas X mampu menghasilkan skor-skor secara konsisten.

D. Pengolahan Data dan Analisis Data

Langkah selanjutnya setelah seluruh data terkumpul adalah mengolah dan menganalisis data sebagai bahan acuan dalam menyusun program bimbingan pribadi-sosial. Data hasil penyebaran angket kemudian diolah dengan menetapkan tingkatan kebahagiaan siswa, apakah berada dalam tingkat matang, cukup matang atau belum matang.

Adapun penentuan batas lulus dari instrumen kebahagiaan peseserta didik ini ditentukan dengan menggunakan batas lulus ideal, di mana harga rata-rata ($\bar{X}$) ideal dan simpangan baku (s) ideal juga. Adapun rumus dari perhitungan batas lulus ini adalah :

Tabel 3. 6
Rumus Kategori Tingkat Kebahagiaan Siswa

Kriteria	Kategori
$x \geq X + 0,5 s$	Tinggi
$X - 0,5 s \leq x \leq X + 0,5 s$	Sedang
$x \leq X - 0,5 s$	Rendah

Untuk menentukan kedudukan subjek dalam tingkat kebahagiaan, dilakukan teknik pengolahan data dengan menggunakan rumus skor ideal sebagai berikut .

$$BL = X + 0,25s$$

Keterangan :

BL = Batas Lulus

X = Rata-rata = $\frac{1}{2}$ skor ideal

s = Simpangan Baku = $\frac{1}{3}$ Xideal

Dengan menggunakan rumus yang dipaparkan diatas, maka diperoleh rentang skor untuk menentukan kedudukan siswa dalam kategori kebahagiaannya, yaitu didapat skor ideal sebagai berikut.

$$X \text{ ideal} = \frac{1}{2} (180)$$

$$= 90$$

$$s \text{ ideal} = \frac{1}{3} (90)$$

$$= 30$$

$$BL = X + 0,25 s$$

$$= 90 + 0,25(30)$$

$$= 97,5$$

Berdasarkan perhitungan di atas, maka pembagian kategori tingkat kebahagiaan siswa disajikan dalam tabel di bawah ini :

Tabel 3. 7
Kategori Tingkat Kebahagiaan Siswa

Rentang Skor	Kategori	Deskripsi
≥ 105	tinggi	Responden memiliki skor tinggi pada setiap aspek, sering merasakan emosi positif, seringkali terlibat dalam aktivitas yang disukainya, memiliki hubungan positif di sekolahnya, merasakan hidupnya memiliki makna dan mencapai tujuan yang mengukir prestasi pribadi.
75 – 105	Sedang	Responden memiliki skor tinggi pada beberapa aspek saja, pada aspek lain skor responden tidak terlalu tinggi. Tetapi dari aspek yang tinggi, sudah membuat responden merasa bahagia dan mengimbangi aspek lain yang tidak tinggi.
≤ 75	Rendah	Responden memiliki skor rendah pada hampir setiap aspek. Jarang merasakan emosi positif, Jarang mengalami keterlibatan dalam aktivitas apapun, kurang memiliki hubungan positif di sekolah, merasa hidupnya kurang bermakna dan merasa kurang berprestasi.

Penentuan kedudukan siswa dalam kategori tingkat kebahagiaan menentukan banyaknya siswa yang mendapatkan treatment. Setelah mendapatkan treatment, maka diadakan kembali tes yang bersifat mengukur kembali tingkat kebahagiaan, apakah berubah atau tidak.

Sebelum dilakukan uji t, dilakukan uji normalitas. Pengujian normalitas data penelitian menggunakan adalah *Kolmogorov - Smirnov Test*. Dasar pengambilan keputusan dapat dilakukan dengan berdasarkan probabilitas (*Asymptotic Significance*), sebagai berikut.

Jika probabilitas > 0,05 maka data yang digunakan berdistribusi normal..

Jika probabilitas < 0,05 maka data yang digunakan tidak berdistribusi normal

Arikunto (2009: 395) menjelaskan pengujian perbedaan nilai hanya dilakukan terhadap rerata kedua nilai saja yaitu pada saat pre-tes dan pos-tes yang disebut dengan uji-t, dengan langkah analisis datanya sebagai berikut:

1. Mencari rerata nilai tes awal (O_1)
2. Mencari rerata nilai tes akhir (O_2)
3. Menghitung perbedaan rerata dengan uji-t yang rumusnya adalah :

$$t = \frac{\bar{D}}{\sqrt{\frac{\sum D^2 - \frac{(\sum D)^2}{N}}{N(N-1)}}$$

(Arikunto, 2009: 395)

Keterangan :

t = harga t untuk sampel berkorelasi

$\bar{D}$ = (*difference*), perbedaan antara skor tes awal dengan skor tes akhir untuk setiap individu.

D = rerata dari nilai perbedaan (rerata dari D)

D^2 = kuadrat dari D

N = banyaknya subjek penelitian

Setelah diperoleh nilai t_{hitung} , maka langkah selanjutnya adalah membandingkan dengan nilai t_{tabel} untuk mengetahui tingkat signifikansi dengan ketentuan $t_{hitung} > t_{tabel}$.

E. Langkah-Langkah Penelitian

Prosedur yang ditempuh dalam penelitian terdiri dari tiga tahapan, yaitu tahapan persiapan, pelaksanaan dan pelaporan, dengan deskripsi sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan Penelitian

- a. Membuat proposal penelitian dan mengkonsultasikannya kepada dosen mata kuliah skripsi dan disahkan dengan persetujuan dari dewan skripsi dan dosen pembimbing skripsi serta ketua jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.
- b. Pengurusan permohonan pengangkatan dosen pembimbing skripsi pada tingkat fakultas, yang ditelaah disahkan oleh dosen pembimbing pilihan dan ketua Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.
- c. Mengajukan permohonan izin penelitian dari jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Surat izin penelitian yang telah disahkan kemudian disampaikan pada kepala sekolah SMA Pasundan 2 Bandung.
- d. Membuat rancangan instrumen kebahagiaan siswa dan meminta pertimbangan kelayakan ahli.

2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

- a. Melakukan pre-tes dengan menyebarkan instrumen kebahagiaan siswa pada siswa kelas X SMA Pasundan 2 Bandung.

- b. Menentukan subjek bimbingan pribadi-sosial yaitu kelompok kelas siswa yang tingkat kebahagiaannya rendah dan sedang.
- c. Melakukan proses treatment dengan menggunakan bimbingan pribadi-sosial.
- d. Melakukan pos-tes untuk memperoleh data mengenai perubahan kebahagiaan siswa setelah dilakukannya treatment.
- e. dilakukan pengolahan dan menganalisis data mengenai peningkatan kebahagiaan siswa

3. Hasil dan Laporan

Pada tahap akhir, penulisan skripsi, membuat kesimpulan dan rekomendasi dari hasil penelitian serta mengkonsultasikan draf skripsi dan sidang kepada dosen pembimbing.