

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Lokasi dan Subjek Penelitian**

Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren “X” yang terletak di Jl Raya Kesugihan, Desa Kesugihan, Kecamatan Kesugihan, Kabupaten Cilacap.

Pondok Pesantren “X” ini merupakan Pondok Pesantren yang memiliki santri terbanyak di Kabupaten Cilacap, yakni sebanyak 421 santri. Beberapa Pondok Pesantren di Cilacap menjadikan pola pengembangan santri yang diberlakukan di Pondok Pesantren Al Ihya sebagai model. Kegiatan di Pondok Pesantren diadakan dengan harapan anaknya akan menjadi anak yang baik di bidang akademik, sosial maupun bidang kehidupan religius. Oleh karena harapan yang kompleks tersebut, pondok pesantren ini memiliki rangkaian kegiatan yang sangat padat bagi santri, yakni sejak bangun tidur sebelum subuh pada sekitar pukul 04.00 sampai menjelang tidur pada pukul 23.00. Tidak hanya kegiatan yang padat, mereka juga tidak bebas keluar pesantren. Hampir semua kegiatan dilakukan di lingkungan pondok pesantren dan dilakukan bersama-sama dengan ratusan santri lain selama 24 jam. Di Pondok Pesantren, mereka juga tidak didampingi oleh orang tua, melainkan hanya dibina oleh Dewan Kyai. Kegiatan yang padat dan kehidupan bersama di Pondok Pesantren tanpa pendampingan orang tua ini meningkatkan resiko munculnya tantangan santri di berbagai bidang kehidupan. Oleh karenanya santri memerlukan kemampuan pertahanan psikologis yang bersumber dari dirinya sendiri, inilah yang dinamakan resiliensi.

Subjek penelitian adalah santri Angkatan 2013 di Pondok Pesantren “X” Cilacap. Populasi santri angkatan 2013 berjumlah 112 santri. Penelitian ini mengambil sampel dengan metode *purposive*, artinya sampel dalam penelitian ini telah ditentukan kriterianya, yaitu santri yang resiliensinya berada pada kategori rendah. Berdasarkan studi pendahuluan,

santri yang termasuk kategori resiliensi rendah berjumlah enam santri. Enam orang santri tersebut kemudian mengikuti sesi konseling singkat berfokus solusi sebagai kelompok eksperimen. Sedangkan kelompok kontrol beranggotakan enam orang santri yang berada pada kategori sedang dengan peringkat skor enam terendah.

## B. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *non-equivalent control group design*, sebab dalam penelitian ini sampel tidak diambil secara *random* (Sugiyono, 2011: 116). Desain ini digambarkan pada Tabel 3.1.

Table 3.1  
Desain Penelitian

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
O1	X	O2
O3		O4

O1 dan O3 merupakan tingkat resiliensi sebelum diberikan *treatment* konseling singkat berfokus solusi. O2 adalah tingkat resiliensi santri setelah diberikan *treatment* konseling singkat berfokus solusi, dan O4 adalah tingkat resiliensi santri yang tidak diberikan *treatment*.

## C. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen. Penggunaan kuantitatif digunakan agar penelitian ini menghasilkan data mengenai resiliensi santri dan penggunaan konseling singkat berfokus solusi yang dapat dideskripsikan secara empirik. Sedangkan pemilihan metode kuasi eksperimen menggunakan pertimbangan bahwa penelitian ini menggunakan *treatment* konseling singkat berfokus solusi dan mengukur pengaruhnya terhadap subjek penelitian, sebagaimana dikatakan oleh

Sugiono (2010) mengenai metode penelitian eksperimen bahwa penelitian eksperimen dapat dikatakan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Sebagai perlakuan diberikan konseling singkat berfokus solusi. Konseling singkat berfokus solusi dilakukan dalam lima sesi, yang terdiri atas satu pertemuan prakelompok dan tiga pertemuan sesi konseling (termasuk penghentian), ditambah dengan sesi tindak lanjut dengan durasi 90-120 menit per pertemuan. Pertemuan sesi konseling dilakukan satu kali setiap minggu, kecuali sesi tindak lanjut yang dilakukan tiga minggu setelah sesi keempat.

#### **D. Definisi Operasional**

Terdapat dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, Variabel terikatnya adalah resiliensi, sedangkan variabel bebasnya adalah konseling singkat berfokus solusi. Definisi operasional kedua variabel tersebut dipaparkan sebagai berikut.

##### **1. Resiliensi**

Definisi operasional resiliensi mengacu pada konsep resiliensi yang dikemukakan oleh Grotberg (2005). Dalam penelitian ini, secara operasional resiliensi dapat didefinisikan sebagai kapasitas dalam diri santri Pondok Pesantren “X” yang membuatnya mampu bertahan menghadapi suatu kondisi atau keadaan yang merugikan atau menyengsarakan.

Indikator yang digunakan untuk mengukur aspek-aspek resiliensi berasal dari sumber-sumber resiliensi sebagai berikut:

##### *a. I Am*

Faktor *I Am* merupakan kekuatan yang berasal dari dalam diri, seperti perasaan, tingkah laku dan kepercayaan yang terdapat dalam diri seseorang. Faktor *I Am* terdiri dari beberapa bagian antara lain; bangga pada diri sendiri, perasaan dicintai dan sikap yang menarik, individu dipenuhi harapan, iman, dan kepercayaan,

mencintai, empati dan *altruistic*, yang terakhir adalah mandiri dan bertanggung jawab.

*b. I Have*

Aspek ini merupakan bantuan dan sumber dari luar yang meningkatkan resiliensi. Sumber-sumbernya adalah memberi semangat agar mandiri, dimana individu baik yang independen maupun yang masih tergantung dengan keluarga, secara konsisten bisa mendapatkan pelayanan seperti rumah sakit, dokter, atau pelayanan lain yang sejenis.

*c. I Can*

Faktor *I Can* adalah kompetensi sosial dan interpersonal seseorang. Bagian-bagian dari faktor ini adalah mengatur berbagai perasaan dan rangsangan dimana individu dapat mengenali perasaan mereka, mengenali berbagai jenis emosi, dan mengekspresikannya dalam kata-kata dan tingkah laku namun tidak menggunakan kekerasan terhadap perasaan dan hak orang lain maupun diri sendiri. Individu juga dapat mengatur rangsangan untuk memukul, 'kabur', me/rusak barang, atau melakukan berbagai tindakan yang tidak menyenangkan.

## 2. Konseling Singkat Berfokus Solusi

Secara operasional, konseling singkat berfokus solusi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bantuan yang diberikan oleh guru BK kepada santri Pondok Pesantren "X" secara berkelompok dengan menggunakan pendekatan yang menjadikan santri sebagai pusat dari sesi yang akan menentukan solusi atas permasalahan yang mereka kemukakan, dan memberikan sedikit perhatian untuk diagnosis, sejarah masalah, atau eksplorasi masalah.

### E. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data menggunakan skala resiliensi yang diperoleh dari indikator-indikator berdasarkan faktor-faktor yang menjadi sumber resiliensi.

Jenis penskalaan yang digunakan pada penelitian ini adalah penskalaan Likert. Menurut Azwar (2007a:97) skala sikap model Likert berisi pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statement*), yaitu suatu pernyataan mengenai obyek sikap. Pernyataan sikap terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan yang *favourable* (mendukung atau memihak pada objek sikap) dan pernyataan yang *tidak-favourable* (tidak mendukung objek sikap).

Subjek diminta untuk menyatakan kesesuaian atau ketidaksesuaian terhadap isi pernyataan. Setiap butir akan diberikan empat pilihan respon, yakni sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS). Untuk pernyataan *favourable* penilaian bergerak dari angka 4 sampai 1, dan untuk pernyataan *unfavourable* penilaian bergerak dari angka 1 sampai 4, dengan perincian sebagaimana tergambar pada Tabel 3.2.

Tabel 3.2  
Skor untuk Jawaban Pernyataan

No	Respon	Skor	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1	Sangat Sesuai (SS)	4	1
2	Sesuai (S)	3	2
3	Tidak Sesuai (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4



## **F. Penyusunan Rumusan Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Mengembangkan Resiliensi Santri**

Rumusan konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan resiliensi santri disusun berdasarkan model konseling singkat berfokus solusi milik Dr. Tina Hayati Dahlan, S.Psi, M.Pd, psikolog., yang dimodifikasi sesuai dengan deskripsi kebutuhan santri, dan disesuaikan dengan tujuan penelitian ini. Penelitian ini melakukan intervensi pengembangan resiliensi melalui konseling singkat berfokus solusi. Layanan konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan resiliensi santri tersebut kemudian dikembangkan menjadi program konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan resiliensi santri yang validitasnya telah teruji melalui *expert judgement*. *Expert judgement* dilakukan oleh dua orang pakar bimbingan dan konseling yaitu Dr. Hj. Nani M. Sugandhi, M.Pd., dan Dr. Ipah Saripah, M.Pd., serta seorang praktisi Bimbingan dan Konseling, yaitu Neneng Nurjannah, M.Pd., Kons.

## **G. Pengumpulan, Prosedur, dan Pengolahan Data**

### **1. Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian skala resiliensi dan format-format lain yang digunakan untuk mengukur keberhasilan pelaksanaan proses konseling.

Skala resiliensi dibuat berdasarkan konsep resiliensi dan menggunakan tiga aspek-aspek resiliensi sebagai acuan subaspek-subaspek yang kemudian diturunkan menjadi butir-butir skala.

#### **a. Pengembangan Instrumen Penelitian**

Pengembangan instrumen terdiri dari beberapa langkah sebagai berikut:

##### **1) Menyusun kisi-kisi instrumen**

Instrumen yang dikembangkan bertujuan untuk mengukur resiliensi santri. Tahapan yang dilakukan dalam penyusunan kisi-kisi instrumen sebagai berikut:

- a. Menguraikan masing-masing aspek dan sub aspek ke dalam kisi-kisi instrumen dapat dilihat dalam Tabel 3.3.
  - b. Menyusun butir-butir pernyataan berdasarkan kisi-kisi instrumen.
- 2) Melakukan uji validitas
- a) Uji keterbacaan

Uji keterbacaan dilakukan untuk menguji validitas eksternal instrumen dengan tujuan untuk melihat apakah pernyataan-pernyataan dalam instrumen penelitian dapat dipahami serta telah dapat menggambarkan resiliensi.

Tabel 3.3  
Kisi-kisi Instrumen Resiliensi Santri

	Aspek	Sub aspek	Sebaran	Jml
Resiliensi	<i>I have</i>	1.1 hubungan kepercayaan	2,63,58,26,50,42	6
		1.2 struktur dan aturan di rumah	30,4,48,60,66,55	6
		1.3 peran teladan	32,75,13,69,25,62	6
		1.4 dorongan untuk mandiri	21,38,52,67	4
	<i>I am</i>	2.1 menarik dan disayangi	40,51,59,64,9,43	6
		2.2 menyayani, empatik dan altruistik.	20,35,54,68,28,44	6
		2.3 bangga pada diri sendiri	24,31,47,53,8,15	6
		2.4 mandiri dan bertanggungjawab	57,17,49,61,70,5	6
	<i>I can</i>	3.1 berkomunikasi	10,71,65,22,36,56	6
		3.2 menyelesaikan masalah	12,33,46,39,14,72	6

		3.3 menata perasaan dan keinginan	19,29,37,41,6	5
		3.4 memperkirakan keinginan saya dan orang lain	73,3,11,23,34,74	6
		3.5 mencari hubungan yang penuh kepercayaan	7,16,27,18,45,1	6
Jumlah				75

#### b) Uji validitas

Validitas menurut Arikunto (2006: 168) adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Uji validitas dilakukan melalui dua tahapan sebagai berikut:

Pertama, *judgement* instrumen kepada pakar testing psikologi, dan pakar Bimbingan dan Konseling, yaitu: Dr. Ipah Saripah yang menekankan penggunaan redaksi yang mudah dipahami tidak ambigu; Dr. Yulia Sholihatun, yang menekankan pemahaman konsep resiliensi; serta Fitri Sukmawati, M.Psi yang memperhatikan kedalaman instrumen mengungkap konstruk resiliensi. *Judgement* instrumen menghasilkan 12 butir dari skala resiliensi dinyatakan dibuang sebagaimana tersaji dalam Tabel 3.4.

Kedua, uji coba lapangan. Uji coba dilakukan terhadap 112 santri angkatan 2013. Untuk menguji validitas, digunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson, yaitu dengan cara mengkorelasikan tiap butir dengan skor totalnya (Winarsunu, 2002:74).

Berdasarkan uji validitas, maka butir-butir yang dinyatakan valid berjumlah 39 butir dan yang gugur



berjumlah 24 butir dari skala resiliensi. Rincian butir yang valid dan gugur disajikan pada Tabel 3.4.

### 3) Melakukan Uji Reliabilitas

Pedoman untuk menentukan validitas *butir* adalah dengan menggunakan standar  $r_{hitung} > r_{tabel}$ , sehingga abutir-abutir yang memiliki  $r \leq r_{tabel}$  dinyatakan gugur. Uji validitas ini dilakukan dengan bantuan komputer SPSS (*statistical program for social science*) versi 16.0 *for windows*.

Tabel 3.4  
Hasil Uji Instrumen Skala Resiliensi Santri

Sub Aspek	Valid	Jumlah	Gugur	Jumlah
1.1 hubungan kepercayaan	42	1	2,63,58,	3
1.2 struktur dan aturan di rumah	30,4,48,66,55	5	60	1
1.3 peran teladan	69,25	2	32,62	2
1.4 dorongan untuk mandiri	38,52,67	3	21,67	2
2.1 menarik dan disayangi	64,43	2	9,40,51	2
2.2 menyayangi, empatik dan altruistic	20,35,28,44	4		0
2.3 bangga pada diri sendiri	24,53,8	3	31,47,15	3
2.4 mandiri dan bertanggungjawab	17,57,49,61,	4	70	1
3.1 berkomunikasi	10,71,22,56	4	36,65	2
3.2 menyelesaikan masalah	46,39,72	3	33,14	2
3.3 menata perasaan dan keinginan	19,29,6	3	41	1
3.4 memperkirakan keinginan saya dan orang lain	11,23,74	3	34	1
3.5 mencari hubungan yang penuh kepercayaan	7,18,	2	16,27,45,1	4
Jumlah		39		24

a) Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik *split-half* yang diterapkan dengan bantuan SPSS (*statistical program for social science*) versi 16.0 for windows.

Kriteria kualifikasi normatif nilai koefisien reliabilitas ditunjukkan pada Tabel 3.5.

Tabel 3.5  
Kriteria Nilai Koefisien Reliabilitas

Koefisien	Kualifikasi
0.00-0.19	Sangat rendah
0.20-0.39	Rendah
0.40-0.59	Sedang
0.60-0.79	Tinggi
0.80-1.00	Sangat tinggi

Gulford (dalam Tresna,2008:88)

Hasil uji reliabilitas menunjukkan perolehan sebagaimana tersaji pada Tabel 3.6. Koefisien reliabilitas yang diperoleh dari uji reliabilitas skala resiliensi menunjukkan bahwa skala tersebut memiliki reliabilitas yang termasuk kualifikasi tinggi.

Tabel 3.6  
Hasil Uji Reliabilitas Skala Resiliensi

Skala	Koefisien reliabilitas ( $\alpha$ )
Resiliensi	0.772

## 2. Prosedur Pengumpulan dan Pengolahan Data

### a. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui *pretest* tentang resiliensi santri. Berdasarkan data tersebut, subjek penelitian didapatkan berupa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yaitu santri yang memiliki resiliensi yang rendah, kemudian terhadap kelompok eksperimen dilakukan intervensi, sedangkan terhadap kelompok kontrol tidak diberikan intervensi. dan terakhir dilakukan *posttest* terhadap dua kelompok tersebut.

### b. Analisis data

Analisis data dilakukan untuk mengetahui keberhasilan penerapan konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan resiliensi santri. Analisis data penelitian ditampilkan dalam bentuk hipotesis yang diuji dengan rumus uji tanda. Seperti diungkapkan oleh Furqon (2011: 236) bahwa uji tanda akan sangat baik dilakukan jika kedua sampelnya independen, skor datanya saling berhubungan dan data pada setiap pasangan terjadi karena pengaruh yang sama, sebaliknya pasangan lainnya karena kondisi yang berbeda. Pengujian hipotesis dilakukan terhadap perbedaan skor pretes dan *posttest* (skor gain) kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang kemudian dibandingkan untuk melihat apakah konseling singkat berfokus solusi tersebut lebih efektif untuk mengembangkan resiliensi santri.

Hipotesis penelitian dalam penelitian ini adalah bahwa konseling singkat berfokus solusi efektif untuk mengembangkan resiliensi santri angkatan 2013 Pondok Pesantren “X” Cilacap.

