

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Subjek Populasi/Sampel Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian mengenai program bimbingan melalui strategi kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa ini dilakukan di SMA Negeri 1 Tasikmalaya yang berlokasi di Jl. Rumah Sakit No. 28 Desa Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya Jawa Barat. Lokasi sekolah yang sangat strategis yaitu berada di tengah kota memberikan kemudahan untuk peneliti melakukan penelitian. Penelitian mengenai program bimbingan melalui strategi kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X dilakukan di SMA Negeri 1 Tasikmalaya karena berdasarkan pada hasil studi pendahuluan didapatkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh guru BK SMA Negeri 1 Tasikmalaya, menunjukkan 41% siswa kelas X-3 di SMA Negeri 1 Tasikmalaya tahun ajaran 2009/2010 mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial. Selain itu, hasil observasi peneliti dan dari hasil wawancara awal diperoleh bahwa ciri-ciri yang diperlihatkan oleh para siswa adalah masih banyaknya siswa yang kebingungan dengan sistem kurikulum yang baru seperti peminatan di kelas X dan sistem belajar, banyak siswa yang kurang pergaulan, terlihat menyendiri, terlihat murung, sering terlambat datang ke sekolah karena jam pelajaran dimulai sangat awal dan berbeda dengan sekolah lainnya, sebagian sering membolos sekolah atau sekedar tidak masuk kelas pada jam pelajaran tertentu, melanggar tata tertib sekolah secara umum, tidak mengikuti perintah guru, tidak mengerjakan tugas sekolah karena dirasa terlalu berat atau merasa terlalu sibuk dengan organisasi yang diikuti sehingga tidak sempat mengerjakan tugas, serta masih banyak yang merasa sulit bekerja sama dalam situasi kelompok. Maka dari itu, disusunlah pendekatan, metode, dan desain penelitian serta program bimbingan melalui strategi kelompok untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Tasikmalaya.

2. Subjek Populasi/Sampel Penelitian

Populasi data yang akan diteliti adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Pertimbangan dalam menentukan populasi penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Menurut Hurlock (1980) “pada masa remaja penyesuaian diri dengan standar kelompok merupakan hal yang sangat penting bagi dirinya dibandingkan dengan nilai-nilai individualitasnya.
- b. Pada dasarnya transisi siswa dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama adalah pengalaman normatif bagi semua siswa, tetapi hal tersebut dapat menimbulkan stres. Stres tersebut timbul karena transisi berlangsung pada suatu masa ketika banyak perubahan pada individu yaitu fisik, sosial dan psikologis (Blyth dkk, 1983; Eccles dan Midgely, 1990 dalam Santrock, 2002).
- c. Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh guru BK SMA Negeri 1 Tasik, menunjukkan 41% siswa kelas X-3 di SMA Negeri 1 Tasikmalaya tahun ajaran 2009/2010 mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial.

Adapun acuan yang dijadikan sampel, diambil dari populasi siswa kelas X SMA Negeri 1 Tasikmalaya, dengan menggunakan asumsi yang telah direkomendasikan dan setelah dilakukan *need assessment*. Adapun teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* atau pengambilan sampel secara acak tanpa memperhatikan strata dalam kelompok sehingga populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dijadikan sampel (Sugiyono, 2011).



Gambar 3.1
Teknik *Simple Random Sampling*

Jika jumlah populasi siswa kelas X SMA Negeri 1 Tasikmalaya adalah 380 orang, maka sampel yang harus diambil dengan menggunakan penentuan jumlah sampel yang dikembangkan oleh *Isaac dan Michael* (Sugiyono, 2011) untuk tingkat kesalahan 1%, 5%, dan 10% adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1
Jumlah Sampel dengan Taraf Kesalahan yang Bervariasi

Taraf Kesalahan	Taraf Kepercayaan	Jumlah Sampel
1%	99%	242
5%	95%	182
10%	90%	158

Adapun jumlah subjek penelitian adalah 242 orang, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.2
Data Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Tasikmalaya

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1	X IPA 3	32
2	X IPA 4	36
3	X IPA 6	35
4	X IPA 7	36
5	X IPS 1	24
6	X IPS 2	29
7	X IPS 3	27
8	X IPS 4	28
Jumlah		247

B. Pendekatan dan Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2010) menyatakan bahwa kuantitatif merupakan metode ilmiah/scientific karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah, yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis.

Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan ilmiah yang didesain untuk menjawab pertanyaan penelitian dengan menggunakan angka statistik. Pendekatan

ini menuntut penggunaan angka mulai dari pengumpulan data, penafsiran hingga penampilan hasilnya.

Metode penelitian menggunakan metode deskriptif, berfungsi mendeskripsikan profil penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Tasikmalaya sebagai dasar pembuatan program bimbingan.

C. Definisi Operasional Variabel

1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku setiap siswa agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Penyesuaian diri dalam penelitian ini diukur dengan skala penyesuaian diri. Skala tersebut terdiri dari beberapa aspek dan indikator. Adapun empat aspek kepribadian dalam penyesuaian diri yang sehat antara lain:

- 1) Kematangan emosional, yang mencakup:
 - a) Kemantapan suasana kehidupan emosional
 - b) Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain
 - c) Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan
 - d) Kemampuan menyatakan diri sendiri
- 2) Kematangan intelektual, yang mencakup:
 - a) Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri
 - b) Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya
 - c) Kemampuan mengambil keputusan
 - d) Keterbukaan dalam mengenal lingkungan
- 3) Kematangan sosial, yang mencakup:
 - a) Keterlibatan dalam partisipasi sosial
 - b) Kesiediaan kerjasama
 - c) Kemampuan kepemimpinan
 - d) Kemampuan toleransi
- 4) Tanggung jawab, yang mencakup:
 - a) Kemampuan produktif dalam mengembangkan diri

- b) Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel
- c) Kemampuan empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal
- d) Kesadaran akan etika dan hidup jujur

2. Program Bimbingan melalui Strategi Kelompok

Program bimbingan melalui strategi kelompok dalam penelitian ini merujuk pada rencana menyeluruh dari aktivitas suatu lembaga atau unit yang berisi layanan-layanan bimbingan dan konseling melalui strategi kelompok yang terencana beserta waktu pelaksanaan dan pelaksanaannya.

Strategi kelompok merupakan bagian dari layanan dasar dan layanan responsif, dan strategi kelompok yang digunakan dalam program bimbingan kali ini yaitu bimbingan klasikal, bimbingan kelompok dan konseling kelompok.

Dilihat dari definisi operasional program bimbingan melalui strategi kelompok dan penyesuaian diri siswa, dapat disimpulkan bahwa program bimbingan melalui strategi kelompok merupakan salah satu kegiatan konselor yang dapat dilakukan dalam memberikan suatu layanan kepada siswa terutama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa, sesuai dengan pendapat Shertzer dan Stone (Romlah, 2001) bahwa strategi atau bimbingan kelompok adalah kegiatan layanan dari guru pembimbing untuk membantu siswa agar dapat mengambil keputusan yang tepat berkenaan dengan permasalahan tertentu, serta mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli dengan melalui kegiatan pemberian informasi yang berisi perkembangan pemahaman diri dan pemahaman mengenai orang lain sehingga mereka dapat mengembangkan diri semaksimal mungkin, lebih mengenal diri dan dapat menyesuaikan diri. Sehingga diharapkan program bimbingan melalui strategi kelompok dapat efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Tasikmalaya sesuai indikator penyesuaian diri menurut Fromm dan Gilmore.

D. Instrumen Penelitian

Adapun instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data ini adalah menggunakan angket. Angket yang digunakan merupakan angket tertutup, sehingga responden tinggal memilih jawaban yang telah disediakan, bentuknya sama dengan kuesioner pilihan ganda. Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pola skala Likert yaitu skala yang menghendaki 5 alternatif jawaban. Namun dalam skala ini alternatif R (ragu-ragu) dihindarkan atau tidak digunakan untuk menghindari jawaban ragu-ragu, yang biasanya paling diminati oleh siswa pada saat menjawab pertanyaan. Oleh karena itu peneliti menggunakan skala penyesuaian diri dengan 4 alternatif jawaban, alasannya yaitu untuk menghindari jawaban ragu-ragu, sehingga objek yang akan memilih jawaban pasti yaitu sesuai dengan kondisi objek.

Penyusunan butir pertanyaan dalam skala ini dikelompokkan menjadi butir-butir *favourable* dan butir-butir *unfavourable*, dibuat dalam 4 alternatif jawaban. Pertanyaan dalam skala yang mendukung kecenderungan *favourable* yaitu pertanyaan dibelikan pada subjek berdasarkan jawaban yang dipilih yaitu: Sangat sesuai (SS) skor 4. Sesuai (S) skor 3. Tidak sesuai (TS) skor 2, Sangat tidak sesuai (STS) skor 1. Sedangkan pertanyaan yang *unfavourable* adalah: Sangat sesuai (SS) skor 1. Sesuai (S) skor 2. Tidak sesuai (TS) skor 3. Sangat tidak sesuai (STS) skor 4.

1. Kisi-kisi Instrumen

Angket ini disusun dan dikembangkan berdasarkan empat aspek kepribadian dalam penyesuaian diri yang sehat menurut Fromm dan Gilmore (Desmita, 2009), antara lain: Kematangan emosional, Kematangan intelektual, Kematangan sosial, dan Tanggung jawab. Untuk lebih rincinya, indikator-indikator siswa dapat menyesuaikan diri adalah sebagai berikut:

1) Kematangan emosional, yang mencakup:

- a) Kemantapan suasana kehidupan emosional
- b) Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain
- c) Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan
- d) Kemampuan menyatakan diri sendiri

- 2) **Kematangan intelektual, yang mencakup:**
- Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri
 - Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya
 - Kemampuan mengambil keputusan
 - Keterbukaan dalam mengenal lingkungan
- 3) **Kematangan sosial, yang mencakup:**
- Keterlibatan dalam partisipasi sosial
 - Kesediaan kerjasama
 - Kemampuan kepemimpinan
 - Kemampuan toleransi
- 4) **Tanggung jawab, yang mencakup:**
- Kemampuan produktif dalam mengembangkan diri
 - Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel
 - Kemampuan empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal
 - Kesadaran akan etika dan hidup jujur

Berikut adalah kisi-kisi yang dibuat sebelum dilakukan uji coba :

Tabel 3.3
Kisi-kisi Instrumen Penyesuaian Diri
(Sebelum dilakukan uji coba)

No.	Aspek	Indikator	No. Item		Σ
			(+)	(-)	
1.	Kematangan emosional	a. Kemantapan suasana kehidupan emosional	1,2	3,4	4
		b. Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain	5,6	7,8	4
		c. Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan	9,10	11,12	4
		d. Kemampuan menyatakan diri sendiri	13,14	15,16	4
		e. Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan	17,18	19,20	4
2.	Kematangan intelektual	a. Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri	21,22	23,24	4
		b. Kemampuan memahami	25,26	27,28	4

No.	Aspek	Indikator	No. Item		Σ
			(+)	(-)	
		orang lain dan keragamannya			
		c. Kemampuan mengambil keputusan	29,30	31,32	4
		d. Keterbukaan dalam mengenal lingkungan	33,34	35,36	4
3.	Kematangan sosial	a. Keterlibatan dalam partisipasi sosial	37,38	39,40	4
		b. Kesiediaan kerjasama	41,42	43,44	4
		c. Kemampuan kepemimpinan	45,46	47,48	4
		d. Kemampuan toleransi	49,50	51,52	4
4.	Tanggung jawab	a. Kemampuan produktif dalam mengembangkan diri	53,54	55,56	4
		b. Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel	57,58	59,60	4
		c. Kemampuan empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal	61,62	63,64	4
		d. Kesadaran akan etika dan hidup jujur	65,66	67,68	4
		e. Hidup realistik dan objektif	69,70	71,72	4
		f. Kemampuan pertahanan diri	73,74	75,76	4
JUMLAH					76

2. Pedoman Penyeoran (*Scoring*)

Dalam memudahkan keperluan analisis penelitian ini, maka jawaban responden diberi skor. Adapun pola penyeoran tersebut yaitu:

Tabel 3.4
Pola Skor Opsi Alternatif Respons

Pernyataan	Skor Empat Alternatif Respons			
	SS	S	TS	STS
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

Keterangan:

SS : Sangat sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak sesuai

STS : Sangat tidak sesuai

E. Proses Pengembangan Instrumen

1. Uji Kelayakan Instrumen

Sebelum angket penyesuaian diri digunakan pada sampel penelitian yang sesungguhnya, terlebih dahulu dilakukan validasi baik secara internal (*judgement* instrumen) melalui pakar/dosen Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia maupun secara empirik melalui uji coba lapangan pada objek terbatas, kemudian dihitung validitas dan reliabilitasnya. Pada item yang tidak valid/tidak reliabel akan dikoreksi/diganti bergantung pada kadar validitas dan reliabilitasnya. Kemudian uji keterbacaan juga penting dilakukan untuk melihat keterpahaman siswa mengenai isi dari instrumen. Kegiatan uji keterbacaan ini dilakukan kepada siswa X MIPA 7 SMA N 5 Tasikmalaya. Sebelum angket tersebut diuji cobakan, langkah yang dilakukan adalah melakukan *judgement* yaitu uji kelayakan angket penelitian oleh dosen penguji kelayakan yang berkompeten dan memahami bidang garapan oleh peneliti. Selain itu juga untuk melihat kesesuaian antara isi rumusan setiap pernyataan dengan indikator nilai yang diukur oleh butir pernyataan berdasarkan variabelnya. Uji kelayakan instrument (*judgement*) dilakukan oleh beberapa dosen PPB FIP UPI, yaitu Prof. Dr. Juntika Nuriksan, M.Pd., H. Nandang Budiman, S.Pd., M.Si., dan Eka Sakti Yudha, M.Pd.

Pernyataan dibagi dalam dua kelompok, yaitu kelompok memadai dan kurang memadai (direvisi, dibuang, dan ditambah). Hasil judgement untuk instrumen penyesuaian diri dapat dilihat pada tabel 3.5 sebagai berikut.

Tabel 3.5
Hasil Uji Kelayakan Instrumen Penyesuaian Diri

	No. item
Dibuang	-
Direvisi	3, 4, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 16, 23, 24, 28, 31, 35, 36, 39, 40, 41, 43, 44, 47, 48, 55, 59, 60, 63, 65, 66, 71, 72, 73, 75
Ditambah	-

Pernyataan-pernyataan yang termasuk pada kelompok kurang memadai (perlu direvisi) disebabkan oleh beberapa hal berikut ini, yaitu : a) kalimat pernyataan kurang jelas, b) kalimat pernyataan yang belum spesifik, dan c) pernyataan yang berulang dan memiliki makna yang sama.

Adapun kisi-kisi instrumen setelah uji kelayakan instrumen dapat dilihat pada tabel 3.6 berikut.

Tabel 3.6
Kisi-kisi Instrumen Kemampuan Penyesuaian Diri
(Setelah dilakukan uji kelayakan)

No.	Aspek	Indikator	No. Item		Σ
			(+)	(-)	
1.	Kematangan emosional	f. Kemantapan suasana kehidupan emosional	1,2	3,4	4
		g. Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain	5,6	7,8	4
		h. Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan	9,10	11,12	4
		i. Kemampuan menyatakan diri sendiri	13,14	15,16	4
		j. Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan	17,18	19,20	4
2.	Kematangan intelektual	e. Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri	21,22	23,24	4
		f. Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya	25,26	27,28	4
		g. Kemampuan mengambil keputusan	29,30	31,32	4
		h. Keterbukaan dalam mengenal	33,34	35,36	4

No.	Aspek	Indikator	No. Item		Σ
			(+)	(-)	
		lingkungan			
3.	Kematangan sosial	e. Keterlibatan dalam partisipasi sosial	37,38	39,40	4
		f. Kesiediaan kerjasama	41,42	43,44	4
		g. Kemampuan kepemimpinan	45,46	47,48	4
		h. Kemampuan toleransi	49,50	51,52	4
4.	Tanggung jawab	g. Kemampuan produktif dalam mengembangkan diri	53,54	55,56	4
		h. Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel	57,58	59,60	4
		i. Kemampuan empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal	61,62	63,64	4
		j. Kesadaran akan etika dan hidup jujur	65,66	67,68	4
		k. Hidup realistik dan objektif	69,70	71,72	4
		l. Kemampuan pertahanan diri	73,74	75,76	4
JUMLAH					76

2. Uji Keterbacaan

Sebelum diujikan kepada siswa kelas X SMA N 1 Tasikmalaya, angket mengenai kemampuan penyesuaian diri siswa diuji keterbacaannya kepada 36 siswa kelas X MIPA 7 SMA N 5 Tasikmalaya. SMA N 5 Tasikmalaya dipilih sebagai sekolah uji coba karena memiliki kriteria kemampuan sosial yang hampir sama dengan siswa di SMA N 1 Tasikmalaya. Data uji keterbacaan ini dihitung dengan menggunakan uji validitas dan realibilitas.

a. Uji Validitas

Uji validitas penting dilakukan untuk mengetahui kelayakan dari sebuah instrumen untuk digunakan. Sebuah tes dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur. Valid dalam Bahasa Indonesia disebut dengan istilah “sahih”. Dalam penelitian ini uji validitas akan dilakukan guna mengetahui kesahihan butir-butir item instrumen. Pengujian validitas item pada penelitian ini diolah secara statistik dengan memanfaatkan layanan *SPSS 20.0 for Windows*.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas suatu instrumen penelitian menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut dapat dikatakan baik apabila memberikan data dengan *ajeg* sesuai dengan kenyataan (Arikunto, 2005).

Untuk mengetahui tingkat reliabilitas instrumen, data uji coba diolah secara statistik dengan memanfaatkan layanan *SPSS 20.0 for Windows*.

Sebagai tolak ukur koefisien reliabilitasnya, digunakan kriteria dari Guilford (Arikunto, 2005), yaitu :

- 0,91 – 1,00 : Derajat keterandalannya sangat tinggi
- 0,71 – 0,90 : Derajat keterandalannya tinggi
- 0,41 – 0,70 : Derajat keterandalannya sedang
- 0,21 – 0,40 : Derajat keterandalannya rendah
- < 0,21 : Derajat keterandalannya sangat rendah

Tabel 3.7
Hasil Uji Reliabilitas
Instrumen Penyesuaian Diri Siswa

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,729	77

Hasil perhitungan uji coba instrumen diperoleh harga reliabilitas sebesar 0,72 yang artinya bahwa derajat keterandalan instrumen yang digunakan tinggi dan dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data. Dan berikut adalah hasil uji validitas di SMA Negeri 5 Tasikmalaya:

Tabel 3.8
Hasil Uji Validitas
Instrumen Penyesuaian Diri Siswa

	No item
Dibuang	1, 2, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 18, 20, 22, 25, 31, 32, 36, 41, 42, 43, 47, 48, 54, 57, 59, 60, 61, 63, 66, 67, 68, 69, 71, 72, 74, dan 76
Dipakai	3, 8, 9, 13, 15, 16, 17, 19, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 33, 34, 35, 37, 38, 39, 40, 44, 45, 46, 49, 50, 51, 52, 53, 55, 56, 58, 62, 64, 65, 70, 73, dan 75

Dilihat dari hasil uji validitas kepada 36 siswa kelas X MIPA 7 SMA N 5 Tasikmalaya, maka kisi-kisi angket yang akan diujikan kepada siswa kelas X SMA N 1 Tasikmalaya adalah sebagai berikut:

Tabel 3.9
Kisi-Kisi Instrumen Skala Penyesuaian Diri Siswa
(Setelah Uji Validitas)

Aspek	Indikator	No Item		Σ
		(+)	(-)	
1. Kematangan emosional	a. Kemantapan suasana kehidupan emosional	-	1	1
	b. Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain	-	2	1
	c. Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan	3	-	1
	d. Kemampuan menyatakan diri sendiri	4	5,6	3
	e. Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan	7	8	2
2. Kematangan intelektual	a. Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri	9	10, 11	3
	b. Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya	12	13	2
	c. Kemampuan mengambil keputusan	14, 15	-	2
	d. Keterbukaan dalam mengenal	16,	18	3

Aspek	Indikator	No Item		Σ
		(+)	(-)	
	lingkungan	17		
3. Kematangan sosial	a. Keterlibatan dalam partisipasi sosial	19, 29	21, 22	4
	b. Kesiediaan kerjasama	-	23	1
	c. Kemampuan kepemimpinan	24, 25	-	2
	d. Kemampuan toleransi	26, 27	28, 29	4
4. Tanggung jawab	a. Kemampuan produktif dalam mengembangkan diri	30, 31	32	3
	b. Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel	33	-	1
	c. Kemampuan empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal	34	35	2
	d. Kesadaran akan etika dan hidup jujur	36	-	1
	e. Hidup realistik dan objektif	37	-	1
	f. Kemampuan pertahanan diri	38	39	2
Jumlah				39

F. Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Perumusan masalah, yaitu diawali dengan pengajuan pertanyaan-pertanyaan penelitian yang jawabannya harus dicari di lapangan dengan melakukan studi pendahuluan ke lokasi penelitian, yaitu SMA Negeri 1 Tasikmalaya.
2. Menentukan prosedur pengumpulan data.
3. Menyebarkan instrumen kepada siswa kelas X.
4. Melaksanakan pengolahan dan penganalisisan data. Kemudian pembahasan dan mengambil kesimpulan mengenai program bimbingan melalui strategi kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

G. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket dengan cara memberi seperangkat pernyataan tertulis kepada siswa kelas X SMA Negeri 1

Tasikmalaya untuk mengetahui gambaran penyesuaian diri siswa. Pengumpulan data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mempersiapkan kelengkapan instrumen dan petunjuk pengerjaan instrumen
2. Mengecek kesiapan siswa untuk mengisi instrumen
3. Membacakan petunjuk pengerjaan instrumen dan mempersilahkan siswa untuk mengisi instrumen yang disediakan
4. Mengumpulkan instrumen dan mengecek kelengkapan pengisian instrumen (identitas siswa dan jawaban siswa)

H. Analisis Data

1. Verifikasi Data

Verifikasi data dilakukan untuk memeriksa data yang sudah diperoleh. Hal ini dilakukan untuk menyeleksi data yang layak untuk diolah dan tidak diolah. Tahapan verifikasi data yang dilakukan yaitu sebagai berikut:

- a. Mengecek jumlah instrumen yang akan disebar, kemudian jumlah instrumen yang sudah terkumpul harus sesuai dengan instrumen yang disebar kepada sampel penelitian.
- b. Merekap data yang diperoleh dari sampel dengan memberikan penyekoran data sesuai dengan pedoman penyekoran yang telah ditentukan.

2. Pengolahan Data

Langkah-langkah yang dilakukan dalam pengolahan data adalah untuk mengukur bagaimana gambaran umum penyesuaian diri siswa kelas X di SMA Negeri 1 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2013/2014, yang selanjutnya akan dikembangkan menjadi program hipotetik bimbingan melalui strategi kelompok untuk meningkatkan siswa.

Pengelompokkan penyesuaian diri siswa dibagi menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang dan rendah. Pengelompokkan penyesuaian diri tersebut dilakukan dengan menggunakan skor z, yaitu:

Tabel 3.10
Kategori Penyesuaian Diri

Kategori	Rentang
Tinggi	$z > 1$
Sedang	$-1 > z < 1$
Rendah	$z < -1$

Adapun tahapan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- Menentukan skor masing-masing siswa
- menghitung rata-rata dari keseluruhan skor siswa
- Menghitung simpangan baku dari keseluruhan skor siswa
- Menghitung skor z masing-masing siswa, dengan rumus:

$$z = \frac{(x - \bar{x})}{s}$$

Keterangan:

x = skor

\bar{x} = rata-rata skor

s = simpangan baku

Interpretasi dari setiap kategori penyesuaian diri siswa adalah sebagai berikut :

Tabel 3.11
Interpretasi Skor Kategori Penyesuaian Diri

Kategori	Rentang	Interpretasi
Tinggi	$z > 1$	Siswa pada kategori tinggi, sudah mampu untuk menyalurkan kesatuan fisik dan psikis individu untuk mengatasi tuntutan baik yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungannya dengan indikasi memiliki kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab.

Sedang	$-1 > z < 1$	Siswa pada kategori sedang, cukup mampu untuk menyelaraskan kesatuan fisik dan psikis individu untuk mengatasi tuntutan baik yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungannya dengan indikasi memiliki kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab.
Rendah	$z < -1$	Siswa pada kategori rendah, belum mampu untuk menyelaraskan kesatuan fisik dan psikis individu untuk mengatasi tuntutan baik yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungannya dengan indikasi memiliki kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab.

I. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ini terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan pelaporan yang isinya sebagai berikut.

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Menyusun proposal penelitian dan mempresentasikannya dalam mata kuliah Metode Riset
- b. Menyerahkan proposal penelitian yang telah disahkan oleh dosen metode riset bimbingan dan konseling kepada Ketua Dewan Skripsi, calon dosen pembimbing serta Ketua Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan untuk mendapatkan persetujuan dan pengesahan;
- c. Membuat SK (Surat Ketetapan) Pengangkatan Dosen Pembimbing dan Surat Izin Melaksanakan Penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan meliputi:

- a. Mengajukan izin ke sekolah tempat penelitian
- b. Menyusun kisi-kisi instrumen dan menimbangnya kepada dosen ahli (*judgement experts*)
- c. Melakukan uji keterbacaan

- d. Menyebar instrumen kepada subjek penelitian
 - e. Mengolah dan menganalisis data
 - f. Merancang program bimbingan pribadi sosial dan menimbanginya kepada dosen ahli dan praktisi di sekolah.
3. Tahap Pelaporan
- Tahap pelaporan merupakan tahap akhir penelitian, meliputi:
- a. Penyempurnaan penyusunan laporan akhir penelitian
 - b. Penelitian diujikan pada ujian sidang sarjana

Hasil ujian sarjana dijadikan masukan untuk penyempurnaan penelitian.

