

BAB III

ROSEDUR PENELITIAN



A. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan metode eksperimen, yaitu untuk mengetahui efek perlakuan dalam hal ini adalah konseling kelompok. Subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok dengan cara random assignment yaitu kelompok eksperimen (mendapat perlakuan konseling kelompok) dan kelompok kontrol (tidak mendapat konseling kelompok saat penelitian berlangsung tapi memperoleh setelah perlakuan konseling kelompok berakhir). Pengukuran kepercayaan diri dilakukan pada saat sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan, pengukuran sesudah perlakuan tiga kali yaitu segera setelah perlakuan, dua minggu setelah perlakuan dan satu bulan setelah perlakuan.

B. SUBJEK PENELITIAN

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas II Aliyah Pesantren Persatuan Islam No. 67 Benda kabupaten Tasikmalaya periode 1999/2000, yang mengalami masalah kurang percaya diri, dan berminat mengikuti konseling kelompok dengan sukarela, kriteria lain yang harus dipenuhi subjek adalah mereka yang memiliki skor kepercayaan diri yang termasuk katagori cukup, kurang dan kurang sekali.

C. DATA DAN ALAT PENGUMPUL DATA

Data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah identitas subjek yang akan diungkap dengan kuesioner, kepercayaan diri yang akan diungkap dengan skala kepercayaan diri, serta agenda permasalahan subjek yang berkenaan dengan kurangnya kepercayaan diri. Ada beberapa teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini antara lain dengan observasi, pemantauan diri, dan pengukuran dengan skala, adapun alat-alat yang digunakan adalah :

1. *kesepakatan subjek* yaitu lembar informasi yang berisi tentang maksud dan tujuan penelitian, hak dan kewajiban subjek penelitian dan hal lain mengenai jalannya penelitian, selain sebagai informasi bagi subjek, lembar kesepakatan subjek juga sebagai bukti bahwa subjek setuju dan bersedia secara sukarela dan penuh kesadaran untuk menjalani prosedur penelitian dengan segala resiko.
2. *Penilaian diri* dilakukan dengan cara :
 - a. Mengisi target, yaitu sesuatu yang diinginkan subjek selama mengikuti konseling kelompok baik berupa target atau keinginan jangka pendek dan jangka panjang, target jangka pendek adalah target subjek pada setiap akhir pertemuan, adapun target jangka panjang adalah target subjek pada akhir konseling kelompok. Target digunakan agar subjek termotivasi untuk melakukan suatu perilaku seperti yang ia targetkan selama mengikuti konseling kelompok.

- b. Mengisi lembar rutinitas harian yang meliputi catatan subjek yang berkaitan dengan situasi-situasi yang dialami subjek, yang menimbulkan masalah berkurangnya kepercayaan diri subjek, serta perasaan subjek saat itu dan keadaan yang diinginkannya apabila ia sedang menghadapi peristiwa itu lagi. Pengisian lembar catatan harian ini dilakukan setiap hari, selama mengikuti konseling kelompok. Pengisian lembar catatan harian ini dilakukan setiap hari, selama mengikuti konseling kelompok. Pengisian lembar catatan harian ini bertujuan memberikan kesempatan pada subjek agar dapat mengenali reaksi fisik maupun psikis yang dialami pada saat menghadapi situasi tertentu.
3. *Pengamatan*, diadakan pengamatan tujuannya yaitu untuk meningkatkan objektivitas penilaian perilaku subjek. Komponen perilaku yang ditilai adalah penampilan fisik yang mendukung hubungan hubungan yang efektif dalam konseling kelompok. Penampilan fisik tersebut terdiri dari gerak muka dan kepala, gerak tangan, gerak dan orientasi tubuh serta komunikasi verbal (Dahlan 1987). Observasi dilakukan oleh observer, dengan memberi penilaian dengan skala pada masing-masing komponen perilaku yang terdapat pada lembar observasi tersebut. Penilaian yang diberikan berkisar antara 0 - 8 semakin besar nilai subjek, berarti semakin baik. Sebaliknya semakin kecil nilai subjek berarti semakin buruk.
4. *Skala*, skala yang dipakai dalam penelitian ini adalah skala Kepercayaan diri, sebagai alat pengumpul data tentang kepercayaan diri subjek. Skala

berdasar konsep tentang kepercayaan diri dari Guilford (1959) dan Louster (1978). Skala ini disusun berdasar pada aspek-aspek yang terdapat dalam kepercayaan diri, aspek ini ada tiga yaitu :

- a. Merasa adekuat terhadap apa yang dilakukan.
- b. Merasa dapat diterima oleh kelompoknya, serta
- c. Memiliki ketenangan sikap.

Skala kepercayaan diri terdiri dari 19 pertanyaan favourable, dan 19 pertanyaan unfavourable, sebaran item skala SKPD dapat terlihat pada tabel sebagai berikut :

| No. | A s p e k | Item Nomor Favorable | Jml. | Item Nomor Unfavorable | Jml. |
|-----|---|-------------------------------------|------|----------------------------|------|
| 01. | Merasa adekuat terhadap apa yang dilakukan. | 1, 2, 3, 4, 5, 6 | 6 | 18, 19, 20, 21, 22, 23 | 6 |
| 02. | Merasa dapat diterima oleh kelompoknya. | 14, 15, 16, 24, 25, 26, 27, 28, 29, | 9 | 7, 8, 9, 10, 34, 36. | 6 |
| 03. | Memiliki ketenangan sikap. | 11, 12, 13, 17. | 4 | 30, 31, 32, 33, 35, 37, 38 | 7 |

Skala kepercayaan diri ini pada masing-masing item menggunakan lima pilihan jawaban, yaitu TP (Tidak Pernah), JS (Jarang Sekali), KK (Kadang-Kadang), SG (Sering), dan SS (Sering Sekali). Pada item favorable pilihan TP diberi nilai 0, JS nilainya 1, KK nilainya 2, SG nilainya 3, dan SS nilainya 4. Sedangkan pada item unfavorable pilihan TP diberi nilai 4, JS nilainya 3, KK nilainya 2, SG nilainya 1, dan SS nilainya 0. Semakin besar skala skor yang diperoleh subjek maka berarti semakin baik atau tinggi kepercayaan dirinya, dan sebaliknya semakin kecil skor yang diperoleh subjek berarti semakin buruk atau rendah kepercayaan diri subjek.

D. TAHAP-TAHAP PENGUMPULAN DATA

Penelitian yang akan dilakukan untuk menguji hipotesis seperti yang telah disebutkan, direncanakan melalui prosedur sebagai berikut :

1. *Tahap pertama* menyiapkan skala yang akan dipakai untuk pengukuran kepercayaan diri.
2. *Tahap kedua*, yaitu melakukan seleksi subjek dan persiapan konselor serta ko-konselor.
3. *Tahap ketiga* pelaksanaan konseling kelompok.
4. *Tahap keempat* penilaian terhadap subjek

E. METODE ANALISIS DATA

Data yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu berupa skor kepercayaan diri pada pengukuran sebelum perlakuan (T1), segera setelah perlakuan (T2), dua minggu setelah perlakuan (T3), dan satu bulan setelah perlakuan (T4). Data tersebut diperoleh dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik uji T. Dimana data yang dianalisis adalah nilai gain score, yaitu skor subjek pada tes sesudah perlakuan dikurangi skor subjek sebelum perlakuan (Cook dan Campbell 1979). Perhitungan analisa data dilakukan dengan menggunakan program SPSS. Keputusan pengujian hipotesis penelitian didasarkan pada taraf signifikansi 5%, setelah hipotesis statistik tidak dapat diterima karena terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok.

Analisa individu dilakukan terhadap subjek kelompok eksperimen berdasarkan skor kepercayaan diri serta lembar catatan harian subjek dan penilaian observer.



