

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono 2007:14). Penelitian kuantitatif dipilih karena data yang dikumpulkan berbentuk angka, yang dianalisis secara statistik untuk menguji hipotesis. Pendekatan eksperimen digunakan untuk mengetahui hubungan sebab-akibat antara layanan konseling kelompok dengan teknik *client centered* (sebagai variabel bebas) dan peningkatan konsep diri peserta didik (sebagai variabel terikat). Penelitian ini menggunakan metode *one group pretest-posttest control design*.

3.2 Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang terbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informan tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Prasteyo & Jannah, 2014). Dalam penelitian ini ada dua variabel yaitu

layanan konseling kelompok dengan teknik *client centered* sebagai variabel bebas dan konsep diri sebagai variabel terikat.

3.2.1 Variabel Independen

Variabel ini sering disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, antecedent. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas (Sugiyono 2007:61). Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependent.

3.2.2 Variabel Dependen

Variabel dependent sering disebut sebagai output, kriteria, konsekuen,. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono 2007:61).

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono 2007:117). Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan populasi penelitian ini adalah seluruh peserta didik SMA Negeri 3 Mandrehe Tahun Pelajaran 2024/2025 yang berjumlah 287 siswa.

Tabel 3.1 Populasi
Jumlah Peserta didik di SMA Negeri 3 Mandrehe
(Profil SMA Negeri 3 Mandrehe)

No.	Kelas	Jumlah siswa		
		Perempuan	Laki-laki	Total
1.	X - 1	13 Orang	15 Orang	28 Orang
2.	X - 2	11 Orang	18 Orang	29 Orang
3.	X - 3	15 Orang	15 Orang	30 Orang
4.	XI - 1	10 Orang	20 Orang	30 Orang
5.	XI - 2	15 Orang	13 Orang	28 Orang
6.	XI - 3	11 Orang	14 Orang	25 Orang
7.	XII - MIPA 1	19 Orang	14 Orang	34 Orang
8.	XII - MIPA 2	21 Orang	13 Orang	33 Orang
9.	XII - IPS 1	11 Orang	9 Orang	20 Orang
10.	XII - IPS 2	11 Orang	9 Orang	20 Orang
Total Keseluruhan				287 Orang

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono 2007:118). Teknik penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu, adapun pertimbangan dimaksud adalah:

- a) Memilih individu yang tersedia dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian
- b) Berdasarkan hasil pengamatan, banyak siswa dikelas tersebut yang konsep diri rendah
- c) Peneliti membutuhkan satu kelas yang dapat mewakili karakteristik dari seluruh populasi
- d) Sampel yang dipilih sesuai dengan tujuan penelitian

Berdasarkan pertimbangan diatas, maka peneliti menetapkan sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X-3 SMA Negeri 3 mandrehe dengan jumlah 30 orang. Sampel penelitian ini yang 30 orang akan dibagi kedalam dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang dibagi secara random yang terdiri dari 15 orang perkelompok.

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dari objek penelitian (Ph.D. Ummul Aiman et al., 2022). Dalam penelitian instrumen penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, kualitas instrumen penelitian berkenaan dengan uji validitas dan realibilitas, instrumen dan kualitas pengumpulan data berkenaan ketetapan cara-cara yang digunakan mengumpulkan data. Tipe pertanyaan dalam Kuesioner (angket) dapat terbuka atau tertutup. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah angket tertutup. Berikut adalah kisi-kisi instrumen yang menjadi soal angket dalam penelitian ini.

Tabel 3.2
Jabaran variabel dan Kisi-kisi Instrumen penelitian : Konsep Diri (Y)

No.	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Sub Indikator	No. Item		Jml
					+	-	
1.	Konsep Diri (Variabel Y)	Aspek-aspek Konsep Diri	Diri Fisik	Pandangan individu terhadap Kondisi fisik	1,2	-	2
				Pandangan individu terhadap kondisi kesehatan	3,4	-	2
				Pandangan individu terhadap penampilan dirinya	5,6	-	2
				Pandangan individu terhadap kondisi motoriknya	7,8	-	2
			Diri Keluarga	Penilaian individu terhadap Kedudukannya dalam keluarga	9,10	-	2
			Diri Pribadi	Kemampuan individu menggambarkan identitas dirinya	11,12	-	2
				Kemampuan individu menggambarkan Persepsi terhadap kepribadiannya	13,14	-	2
			Diri Moral-etik	Persepsi individu terhadap dirinya	15,16	-	2
				Persepsi individu terhadap pencerminan nilai moral	17,18	-	2
				Persepsi individu terhadap etika dirinya	19,20	-	2
			Diri Sosial	Individu melakukan interaksi sosial	21,22	-	2
				Penilaian orang lain terhadap dirinya	23,14	-	2
				Individu melakukan interaksi interpersonal dengan lingkungan sekitarnya	25,26	-	2
Total	1	1	5	13	26	-	26

Tabel 3.3
Jabaran jariabel dan Kisi-kisi Instrumen penelitian : Konseling Kelompok
dengan Teknik *Client Centered* (X)

No.	Variabel	Sub variabel	Indikator	Sub Indikator	No. Item		Jml
					+	-	
1.	Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Client Centered</i> (Variabel X)	Tahap-tahap Konseling Kelompok	Tahap Awa Kelompok	Penerimaan	27,28		2
				Orientasi dan eksplorasi	29,30		2
				Memfasilitasi	31,32		2
				kepercayaan	33,34		2
			Tahap peralihan	Membangun iklim saling percaya	35,36		2
				Mendorong menghadapi rasa takut	37,38		2
				Mengenali suasana	39,40		2
			Tahap kegiatan	Penggalian permasalahan	41,42		2
				Pengungkapan masalah	43,44		2
				Tindakan yang efektif	45,46		2
			Tahap pengakhiran	Perubahan tingkah laku dalam kelompok	47,48		2
		Prinsip <i>Client Centered</i>	Keaslian dan keselarasan	Otentik	49,50		2
				Jujur	51,52		2
				Terbuka	53,54		2
			Penghargaan dan penerimaan positif tanpa syarat	Penerimaan terhadap anggota kelompok	55,56,		2
				Kepedulian terhadap anggota kelompok	57,58		2
			Empati	Memahami perasaan	59,60		2
				Memahami pikiran	61,62		2
				Memahami pengalaman	63,64		2
Total	1	2	7	19	38		38

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data menggunakan Kuesioner (angket) yang merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pernyataan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono 2007:199). Tipe pertanyaan dalam Kuesioner (angket) dapat terbuka atau tertutup. Dalam penelitian ini, angket yang digunakan peneliti adalah angket tertutup. Berikut skor jawaban responden pada angket.

Tabel 3.4
Petunjuk Skala Likert

No.	Alternatif Jawaban	Nilai	Keterangan
1.	SS	5	Apabila anda sangat setuju dengan pernyataan tersebut
2.	S	4	Apabila anda setuju dengan pernyataan tersebut
3.	KS	3	Apabila anda kurang setuju dengan pernyataan tersebut
4.	TS	2	Apabila anda tidak setuju dengan pernyataan tersebut
5.	STS	1	Apabila anda sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut

3.6 Teknik Analisis Data

3.6.1 Analisis Deskriptif

Digunakan untuk menggambarkan karakteristik data penelitian sebelum dilakukan analisis lebih lanjut. Uji ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai distribusi data serta kecenderungan umum dari hasil penelitian. Statistik yang digunakan dalam analisis deskriptif ini meliputi: Mean (rata-rata) : mengukur nilai tengah dari data untuk melihat kecenderungan umum skor konsep diri peserta didik.

Standar deviasi : mengukur sejauh mana data tersebar dari rata-rata. Minimum dan maksimum : menunjukkan nilai terendah dan nilai tertinggi dalam data. Distribusi Frekuensi : menyajikan jumlah peserta didik berdasarkan kategori tertentu, seperti tingkat skor konsep diri sebelum dan sesudah perlakuan. Analisis deskriptif ini digunakan sebagai dasar sebelum dilakukan analisis lebih lanjut seperti uji normalitas, homogenitas, dan uji hipotesis untuk mengetahui apakah ada perubahan yang signifikan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *client centered*.

3.6.2 Uji Validitas

Validitas adalah tingkat ketepatan suatu instrumen dalam mengukur apa yang seharusnya diukur. Dalam penelitian ini, validitas diuji menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*, dengan membandingkan nilai r hitung terhadap r tabel pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Kriteria pengambilan keputusan: Jika r hitung $>$ r tabel, maka butir soal dianggap valid dan Jika r hitung $<$ r tabel, maka butir soal dianggap tidak valid dan perlu direvisi atau dihapus. Untuk mengukur Validitas tiap item ditentukan dengan teknik korelasi product moment dengan rumus.

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

Keterangan :

r = Koefisien korelasi product moment

N = Jumlah responden (sampel)

$\sum y$ = Jumlah skor total

$\sum x y$ = Jumlah hasil kali skor item dengan skor total

Hasil uji validitas menggunakan bantuan SPSS versi 22. Untuk mengetahui validitas dan normalitas dari pernyataan dalam kuesioner (angket), maka dilakukan percobaan terhadap 30 sampel dengan taraf signifikansi 0,05 (5%). Hasil uji validitas butir konsep diri (Y) dan Konseling kelompok dengan teknik *client centered* (X) dapat dilihat pada tabel dibawah:

Tabel 3.5

Hasil Validasi Butir Instrumen

No. Angket	r Tabel	r Hitung	Keterangan
1.	0,361	0,653	Valid
2.	0,361	0,719	Valid
3.	0,361	0,653	Valid
4.	0,361	0,719	Valid
5.	0,361	0,665	Valid
6.	0,361	0,663	Valid
7.	0,361	0,541	Valid
8.	0,361	0,510	Valid
9.	0,361	0,415	Valid
10.	0,361	0,643	Valid
11.	0,361	0,529	Valid
12.	0,361	0,486	Valid
13.	0,361	0,665	Valid
14.	0,361	0,633	Valid
15.	0,361	0,541	Valid
16.	0,361	0,795	Valid
17.	0,361	0,510	Valid
18.	0,361	0,415	Valid
19.	0,361	0,524	Valid
20.	0,361	0,464	Valid
21.	0,361	0,455	Valid
22.	0,361	0,541	Valid
23.	0,361	0,474	Valid

24.	0,361	0,541	Valid
25.	0,361	0,537	Valid
26.	0,361	0,541	Valid
27.	0,361	0,746	Valid
28.	0,361	0,674	Valid
29.	0,361	0,684	Valid
30.	0,361	0,561	Valid
31.	0,361	0,684	Valid
32.	0,361	0,674	Valid
33.	0,361	0,518	Valid
34.	0,361	0,549	Valid
35.	0,361	0,684	Valid
36.	0,361	0,549	Valid
37.	0,361	0,549	Valid
38.	0,361	0,684	Valid
39.	0,361	0,684	Valid
40.	0,361	0,549	Valid
41.	0,361	0,684	Valid
42.	0,361	0,684	Valid
43.	0,361	0,549	Valid
44.	0,361	0,684	Valid
45.	0,361	0,549	Valid
46.	0,361	0,684	Valid
47.	0,361	0,549	Valid
48.	0,361	0,518	Valid
49.	0,361	0,585	Valid
50.	0,361	0,684	Valid
51.	0,361	0,549	Valid
52.	0,361	0,585	Valid
53.	0,361	0,684	Valid
54.	0,361	0,549	Valid
55.	0,361	0,751	Valid
56.	0,361	0,730	Valid
57.	0,361	0,708	Valid
58.	0,361	0,730	Valid
59.	0,361	0,730	Valid
60.	0,361	0,730	Valid
61.	0,361	0,708	Valid
62.	0,361	0,730	Valid
63.	0,361	0,730	Valid
64.	0,361	0,730	Valid

Sumber: Hasil pengolahan data SPSS V.22 *for windows*

Dari hasil uji validitas, semua butir soal memiliki r hitung $> r$ tabel, sehingga valid dan dapat digunakan dalam penelitian.

3.6.3 Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengukur sejauh mana instrumen memberikan hasil yang konsisten. Dalam penelitian ini, reliabilitas diuji menggunakan Cronbach's Alpha, dengan interpretasi sebagai berikut:

1. Cronbach's Alpha $> 0,7 \rightarrow$ Reliabilitas tinggi (sangat baik).
2. Cronbach's Alpha $0,6 - 0,7 \rightarrow$ Reliabilitas cukup (dapat diterima).
3. Cronbach's Alpha $< 0,6 \rightarrow$ Reliabilitas rendah (perlu perbaikan).

Hasil uji reliabilitas menggunakan bantuan SPSS *versi 22*. Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila hasil perhitungan reliabilitas statistik positif dan lebih besar dari standar reliabilitas yang ditentukan. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha*, sebagai berikut:

Tabel 3.6
Uji Reliability Statistic

Cronbach's Alpha	N of Items
.906	26
.963	38

Sumber: Hasil pengolahan data SPSS V.22 *for windows*

Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas 64 soal butir instrumen layanan konseling kelompok dengan teknik *client centered* dan konsep diri peserta didik diperoleh hasil $r_{26} = 0,906$ dan $r_{38} = 0,963$.

Kemudian dibandingkan dengan standar ketentuan *Cronbach' s Alpha* $0,906 > 0,6$ dan $0,963 > 0,6$ maka reliable, dapat disimpulkan uji reliabilitas Y dan X adalah reliabel.

3.6.4 Uji Prasyarat

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah pengujian untuk melihat pola distribusi dari data sampel yang diambil, apakah telah mengikuti sebaran distribusi normal atau tidak (Nuryadi et al., 2017). Uji normalitas dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari hasil penelitian berdistribusi normal atau tidak. Distribusi normal diperlukan untuk memastikan bahwa analisis statistik inferensial yang digunakan dapat menghasilkan kesimpulan yang valid.

Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* atau *shapiro wilk*, dengan ketentuan :

- 1) Jika nilai $p > 0,05$, maka data berdistribusi normal.
- 2) Jika nilai $p < 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah varians antar kelompok bersifat homogen atau tidak. Pengujian dilakukan menggunakan Levene's Test, dengan kriteria:

- 1) Jika $p > 0,05$, maka varians data dianggap homogen.
- 2) Jika $p < 0,05$, maka varians data dianggap tidak homogen.

3. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas (X: Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Client Centered*) dan variabel terikat (Y: Konsep Diri) bersifat linear. Kriteria pengambilan keputusan:

- 1) Jika $p \text{ pada linearity} < 0,05$, maka hubungan variabel dinyatakan linear.
- 2) Jika $p \text{ pada deviation from linearity} > 0,05$, maka tidak ada penyimpangan dari linearitas, sehingga hubungan tetap linear.

3.6.5 Uji T Berpasangan

Dalam penelitian ini, uji-t berpasangan (*paired t-test*) digunakan untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji ini adalah berdasarkan Nilai Signifikansi (Sig.) Jika Sig. (2-tailed) $< 0,05$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest. Sedangkan Jika Sig. (2-tailed) $\geq 0,05$, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest.

Jika Berdasarkan Perbandingan Nilai t-hitung dan t-tabel adalah Jika $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest. Sedangkan Jika $t\text{-hitung} \leq t\text{-tabel}$, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest.

3.6.6 Uji T Tidak Berpasangan

Uji t tidak berpasangan (*independent sample t-test*) digunakan untuk membandingkan dua kelompok independen yang berbeda, dalam hal ini kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok setelah kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *client centered*.

Dalam penelitian ini, Uji-T Tidak Berpasangan digunakan untuk membandingkan nilai posttest kelompok eksperimen dengan nilai pretest kelompok kontrol. Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi (p-value): Jika $p < 0,05$, maka terdapat perbedaan signifikan antara kedua kelompok, yang menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik Client-Centered efektif dalam meningkatkan konsep diri. Sedangkan Jika $p > 0,05$, maka tidak terdapat perbedaan signifikan antara kedua kelompok, yang berarti layanan tersebut tidak memberikan efek yang signifikan.

3.6.7 Uji N-Gain

Uji N-Gain digunakan untuk mengukur efektivitas peningkatan konsep diri peserta didik setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *client centered*. Perhitungan N-Gain dengan menggunakan rumus:

$$N - Gain = \frac{\text{Posttest} - \text{Pretest}}{\text{Skor Masimum} - \text{Pretest}}$$

Nilai N-Gain yang diperoleh kemudian dikategorikan berdasarkan interpretasi sebagai berikut:

- a. $N\text{-Gain} > 0,7$ (tinggi-peningkatan signifikan)
- b. $0,3 < N\text{-Gain} < 0,7$ (sedang-peningkatan cukup)
- c. $N\text{-Gain} < 0,3$ (rendah – peningkatan kurang efektif)

3.7 Lokasi dan Jadwal Penelitian

3.7.1 Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 3 Mandrehe yang terletak di Desa Doli-doli, Kecamatan Mandrehe, Kabupaten Nias Barat, Provinsi Sumatera Utara.

3.7.2 Jadwal Penelitian

Tabel 3.7

Jadwal Penelitian

No.	Kegiatan	Jananuari		Februari				Mar			
		Minggu Ke									
		3	4	1	2	3	4	1	2		
1.	Persiapan penelitian										
2.	Perencanaan										
3.	Persiapan Intervensi I										
4.	Persiapan Intervensi II										
5.	Persiapan Intervensi III										
6.	Pengolahan Data										
7.	Penyusunan Laporan										

3.7.3 Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan, yaitu mulai tanggal 10 Februari hingga 10 Maret 2025, dan dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan: Pada tahap ini, peneliti menyusun instrumen penelitian, mengurus izin penelitian, serta melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dan peserta didik yang menjadi subjek penelitian.
2. Tahap Pretest: Setelah tahap persiapan, peneliti memberikan pretest kepada peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan skala konsep diri. Pretest dilaksanakan pada tanggal 12 Februari 2025, setelah seluruh peserta didik siap dan jadwal telah ditentukan bersama pihak sekolah.
3. Tahap Perlakuan: Kelompok eksperimen diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *client centered* dan dilaksanakan dalam beberapa sesi pertemuan. Sementara itu, kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan khusus.
4. Tahap Posttest: Setelah perlakuan selesai diberikan, peneliti kembali memberikan posttest kepada kedua kelompok untuk mengetahui perubahan konsep diri. Posttest dilaksanakan pada tanggal 20 Februari 2025.
5. Tahap Analisis Data: Data hasil pretest dan posttest dianalisis menggunakan uji statistik untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *client centered* dalam

meningkatkan konsep diri peserta didik di SMA Negeri 3
Mandrehe.