**BAB III**

**METODE PENELITIAN**

1. **Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen, model *pre*-*experimental* *design*. Artinya, penelitian ini mengkaji pengaruh latihan berpikir positif terhadap efikasi diri akademik siswa sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Dengan demikian, dalam penelitian ini hanya ada satu kelompok eksperimen yang diberikan *pretest* dan *posttet*.

1. **Variabel dan Desain Penelitian**

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengkaji dua variabel, yaitu latihan berpikir positif sebagai variabel bebas (X) atau yang mempengaruhi (independen), dan efikasi diri akademik siswa sebagai variabel terikat (Y) atau yang dipengaruhi (dependen).

Desain penelitian yang digunakan adalah *One*-*Group* *Pretest*-*Posttest* *Design*. Dengan pola sebagai berikut :

|  |
| --- |
| O1 X O2 |

(Sugiyono, 2009:74)

Keterangan :

O1 : Pengukuran pertama sebelum diberi perlakuan (*pretest*)

X : Treatment atau perlakuan (latihan berpikir positif)

O2 : Pengukuran kedua setelah diberi perlakuan (*posttest*)

Prosedur pelaksanaan penelitian ini dimulai dari tahap perencanaan, *pretest,* latihan berpikir positif, kemudian *posttest*. Adapun prosedur pelaksanaannya antara lain :

1. Identifikasi masalah, yaitu mencari atau mengidentifikasi siswa yang memiliki efikasi diri akademik rendah.
2. Pelaksanaan *pretest* terhadap subjek eksperimen berupa pemberian angket penelitian yang berisi daftar pernyataan tentang efikasi diri akademik.
3. Pemberian latihan berpikir positif terhadap subjek eksperimen.
4. Pelaksanaan *posttest* terhadap subjek eksperimen berupa pemberian angket penelitian yang berisi tentang efikasi diri akademik seperti halnya saat pretest.
5. **Definisi Operasional Variabel**

Penelitian ini terdiri atas dua variabel yaitu latihan berpikir positif sebagai variabel bebas (dependen), dan efikasi diri akademik sebagai variabel terikat (independen).

Agar variabel penelitian dapat diukur sekaligus untuk menyamakan persepsi terhadap kedua variabel, maka dikemukakan definisi operasional kedua variabel yaitu:

1. Latihan berpikir positif adalah aktivitas dalam membiasakan siswa dengan menerapkan strategi berpikir positif untuk membangun dan memperkuat keyakinan diri siswa terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tantangan akademik meliputi strategi mengubah masa lalu yakni melakukan evaluasi terhadap pengalaman keberhasilan dan kegagalan akademik di masa lalu, strategi *modelling* yakni mencontoh langkah-langkah dari tokoh/model yang ditampilkan*,* strategi redefinisi yakni berpikir positif terhadap persuasi sosial yang diterima dari lingkungan sosial, dan strategi rileksasi otogenik yakni melakukan teknik bernafas yang baik dalam menghadapi kecemasan akademik.
2. Efikasi diri akademik adalah keyakinan siswa terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tantangan akademik berdasarkan dimensi efikasi diri yaitu: dimensi tingkat kesulitan tugas (level) yakni keyakinan siswa menyelesaikan tugas berdasarkan tingkat kesulitan dan kemampuan diri dalam mengatur dan mengambil tindakan, dimensi kekuatan berkaitan dengan pengharapan (*strenght*) yakni harapan siswa untuk bertahan dan berusaha, dimensi luas bidang perilaku (*generality*) yakni ketertarikan siswa pada mata pelajaran dan kemandirian dalam bertindak.
3. **Populasi dan Sampel**
4. Populasi

Penelitian dilakukan di SMP Kartika XX-2 Wirabuana Makassar, populasi diperoleh dari penyebaran angket awal pada kelas VII sehingga teridentifikasi 30 siswa yang memiliki efikasi diri akademik yang rendah. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.1. Penyebaran Siswa yang Menjadi Populasi Penelitian

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Kelas** | **Jumlah Populasi** |
| 1 | VII.1 | 10 |
| 2 | VII.2 | 13 |
| 3 | VII.3 | 7 |
|  | Jumlah | 30 |

1. Sampel

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling* yaitu dengan cara rendomisasi atau melalui undian karena populasi dianggap seragam. Dalam penelitian ini sampel diambil secara acak dari populasi sehingga diperoleh 12 siswa yang menjadi sampel penelitian dengan pertimbangan bahwa dalam beberapa tahap pelaksanaannya siswa akan dibentuk menjadi dua kelompok dimana setiap kelompok beranggotakan genap sehingga nantinya ada keseimbangan jumlah anggota dalam masing-masing kelompok sehingga pelaksanaan latihan berpikir positif dan komunikasi antar anggota kelompok menjadi lebih efektif dan efisien. Hal ini didukung oleh penjelasan Prayitno (Herlianto, 2010) bahwa jumlah anggota dalam kegiatan bimbingan kelompok dibatasi antara 10 sampai 15 orang agar pembahasannya lebih luas dan mendalam. Untuk lebih jelasnya penyebaran siswa yang menjadi sampel penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.2. Penyebaran Siswa yang menjadi Sampel Penelitian

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Kelas** | **Jumlah Sampel** |
| 1 | VII.1 | 4 |
| 2 | VII.2 | 2 |
| 3 | VII.3 | 6 |
|  | Jumlah | 12 |

1. **Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data sangat dibutuhkan dalam penelitian, sebab dapat menentukan keberhasilan suatu penelitian. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpulan data yang cukup valid. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Angket (kuesioner)

Angket dalam penelitian ini yaitu daftar yang berisi pernyataan-pernyataan yang harus dijawab oleh siswa. Angket berupa pernyataan berkaitan dengan efikasi diri akademik siswa dan menjadi bahan evaluasi tentang sejauh mana latihan berpikir positif dapat mempengaruhi efikasi diri akademik siswa. Kuesioner yang diberikan kepada responden penelitian sifatnya tertutup, yang terdiri dari item *favourable* dan item *unfavourable* serta dilengkapi dengan lima pilihan jawaban yaitu tidak sesuai (TS), kurang sesuai (KS), cukup sesuai (CS), sesuai (S), dan sangat sesuai (SS).

Tabel 3.3. Pembobotan Item

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pilihan jawaban** | ***Favourable*** | ***Unfavourable*** |
| Sangat Sesuai (SS) | 5 | 1 |
| Sesuai (S) | 4 | 2 |
| Cukup Sesuai (CS) | 3 | 3 |
| Kurang Sesuai (KS) | 2 | 4 |
| Tidak Sesuai (TS) | 1 | 5 |

Sebelum angket digunakan untuk penelitian lapangan, angket terlebih dahulu diuji di lapangan terbatas untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya.

1. Uji validitas

Dari hasil uji validitas skala dengan menggunakan pengolahan komputer program SPSS 16,0 ditemukan bahwa dari 36 item pernyataan, yang tidak valid sebanyak 1 item disebabkan nilai r yag diperoleh < (lebih kecil atau kurang) dari 0,3 seperti yang dikemukakan oleh Sugiyono dan Wibowo dalam Sujianto (2009), yaitu nomor 12 (0,295). Sehingga jumlah item setelah uji validitas sebanyak 35 item pernyataan.

1. Uji reliabilitas

Suatu alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang baik apabila alat ukur tersebut dapat memberikan skor yang relatif sama pada seorang responden, jika responden tersebut mengisi angket pada waktu yang tidak bersamaan atau pada tempat yang berbeda, walaupun harus memperhatikan adanya aspek persamaan karakteristik. Dalam penentuan tingkat reliabilitas suatu instrumen penelitian dapat diterima apabila memiliki koefisien alpha lebih besar dari 0,60 sesuai yang dikemukakan oleh Nugroho & Suyuthi (Sujianto, 2009). Sehingga instrumen penelitian ini dikatakan reliabel karena memiliki koefisien alpha > 0,60 yaitu 0,979.

1. Observasi

Teknik observasi yang dibuat oleh peneliti digunakan untuk mencatat reaksi-reaksi dan partisipasi siswa selama pelaksanaan latihan berpikir positif melalui pengamatan secara langsung terhadap subjek penelitian. Observasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah observasi sistematis yang dilakukan dengan menggunakan pedoman sebagai instrumen. Cara penggunaannya dengan memberi tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul. Adapun kriterianya ditentukan sendiri oleh peneliti berdasarkan presentase kemunculan setiap aspek pada setiap kali pertemuan dengan menggunakan rumus persentase sebagai berikut:

Analisis Individual = x 100%

Analisis Kelompok= **x 100%

(Abimanyu, 1983:26)

Keterangan:

nm : Jumlah item yang tercek dari satu siswa

N : Jumlah item dari seluruh aspek yang diobservasi

Nm : Jumlah cek pada item aspek tertentu yang tercek dari seluruh siswa

p : Jumlah siswa

Kriteria untuk penentuan hasil observasi dibuat berdasarkan hasil analisis persentase individual dan kelompok, yaitu nilai tertinggi 100% dan angka terendah 0% sehingga diperoleh kriteria sebagai berikut:

Tabel 3.4. Kriteria Penentuan Hasil Observasi

|  |  |
| --- | --- |
| **Persentase** | **Kriteria** |
| 80% - 100% | Sangat tinggi |
| 60% - 79% | Tinggi |
| 40% - 59% | Sedang |
| 20% - 39% | Rendah |
| 0% - 19% | Sangat rendah |

Sumber: Abimanyu (1983: 26)

1. **Teknik Analisis Data**
2. Analisis statistik deskriptif

Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk menggambarkan tingkat efikasi diri akademik siswa SMP Kartika XX-2 Wirabuana Makassar sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest)* diberi perlakuan berupa latihan berpikir positif dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan persentase dengan rumus persentase, yaitu :

P =  x 100%

(Tiro, 2004: 242)

Keterangan:

P : Persentase

f : Frekuensi yang dicari persentasenya

N : Jumlah subjek (sampel)

Guna memperoleh gambaran umum tentang tingkat efikasi diri akademik siswa SMP Kartika XX-2 Wirabuana sebelum dan sesudah perlakuan berupa latihan berpikir positif, maka dilakukan perhitungan rata-rata skor peubah dengan rumus:

*Me*  = 

(Sugiyono, 2007: 4)

Keterangan:

Me : Mean (rata-rata)

 : Jumlah

Xi : Nilai X ke i sampai ke n

N : Banyaknya subjek

Gambaran umum tentang tingkat efikasi diri akademik sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, dilakukan dengan menggunakan skor ideal tertinggi yaitu 175 (35 x 5) kemudian dikurangkan dengan skor ideal terendah yaitu 35 (35 x 1 = 35) diperoleh hasil 140, selanjutnya dibagi ke dalam 5 kelas interval sehingga diperoleh interval kelas 28. Adapun kategori tingkat efikasi diri akademik siswa, yaitu:

Tabel 3.5. Kategorisasi Tingkat Efikasi Diri Akademik Siswa

|  |  |
| --- | --- |
| **Interval** | **Kategori** |
| 148 – 175 | Sangat tinggi |
| 120 – 147 | Tinggi |
| 92 – 119 | Sedang |
| 64 – 91 | Rendah |
| 35 – 63 | Sangat rendah |

1. Pengujian hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji *nonparametrik*. Pada dasarnya uji *nonparametrik* memiliki persyaratan yang lebih longgar, dimana data tidak harus terdistribusi normal. Oleh karena itu uji ini sering disebut uji bebas distribusi. Jumlah sampel dalam penelitian ini hanya 12 siswa sehingga tidak dapat menggunakan analisis parametrik. Adapun dalam penelitian ini digunakan uji *Wilcoxon* berdasarkan SPSS 16,0 *for windows* yangdimaksudkan untuk menguji hipotesis penelitian tentang adanya pengaruh latihan berpikir positif terhadap efikasi diri akademik siswa di SMP Kartika XX-2 Wirabuana Makassar.

Tingkat signifikan yang digunakan 0,05 dengan kriteria adalah tolak H0 jika nilai *Asymp*. *Sig* < α dan diterima H0 jika nilai *Asymp*. *Sig* > α (Sugiyono, 2007).