**BAB III**

**METODE PENELITIAN**

1. **Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Model yang digunakan adalah *quasy experimental design*. Peneliti memilih jenis penelitian *quasy experimental design* karena peneliti ingin membandingkan tingkat kecemasan berbicara didepan umum yang telah diberikan penanganan menggunakan teknik kontrak perilaku dengan kebiasaan merokok yang tidak diberikan penanganan dengan teknik kontrak perilaku pada kelompok penelitian. Sugiyono (2017: 72) mengemukakan bahwa “penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan*.*

1. **Variabel dan desain penelitian**

Penelitian ini mengkaji dua variabel, yaitu teknikkontrak perilakusebagai variabel bebas atau yang mempengaruhi (*independent* *variable*), dan kebiasaan merokoksebagai variabel terikat atau yang dipengaruhi (*dependent variable*).

Desain eksperimen yang digunakan adalah *nonequivalent control group design* yang dapat digambarkan sebagai berikut :

**Tabel 3.1. Desain Penelitian**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Kelompok  | Pretest | Perlakuan | Posttest |
| Eksperimen (E) | O1 | X | O2 |
| Kontrol (K) | O3 |  | O4 |

Sumber: Sugiyono (2017:79)

Di mana :

E = Kelompok eksperimen

K = Kelompok kontrol

O1 = *Pretest* kelompok eksperimen

O2 =*Posttest* kelompok eksperimen

X = *Treatmen* atau perlakuan (teknikkontrak perilaku)

O3 = *Pretest* kelompok kontrol

O4 = *Posttest* kelompok control

1. **Definisi Operasional Variabel**

Sugiyono (2017) mengemukakan bahwa definisi operasional merupakan batasan-batasan yang digunakan peneliti untuk menghindari perbedaan interpretasi terhadap variabel yang dikaji. Berikut dikemukakan definisi operasional variabel yang diteliti dalam penelitian ini:

1. Teknik kontrak perilaku merupakan pengubahan tingkah laku yang dilakukan melalui perjanjian yang dilakukan antara dua orang atau lebih yang berisi tentang bertingkah laku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi tingkah laku itu. Dalam pelaksanaannya, langkah-langkah *behavior contract* terdiri dari 1) pilih tingkah laku yang akan diubah dengan melakukan analisis ABC, 2) menentukan data awal (tingkah laku yang akan diubah), 3) menentukan jenis penguatan yang akan diterapkan, 4) memberikan reinforcement setiap kali tingkah laku yang di inginkan ditampilkan sesuai jadwal kontrak, 5) memberikan penguatan setiap saat tingkah laku yang ditampilkan menetap.
2. Kebiasaan merokok merupakan kegiatan yang dilakukan oleh siswa dalam merokok yang terbagi menjadi aktivitas fisik seperti memegang rokok, menghisap rokok, menghembuskan asap rokok. Aktivitas psikologis seperti memandang aktivitas merokok sebagai pereda ketegangan, dan intensitas merokok seperti merokok dengan jumlah yang banyak
3. **Populasi dan Sampel**
4. **Populasi**

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam suatu penelitian keberadaan populasi merupakan hal yang mutlak sebagai sumber data atau informasi penelitian guna menjawab permasalahan penelitian. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Pinrang tahun ajaran 2018/2019 yang teridentifikasi memiliki kebiasaan merokok. Populasi diperoleh melalui wawancara dengan guru BK, observasi ke kelas VIII dan hasil penyebaran angket awal kepada siswa. Hasil yang diperoleh dari wawancara, observasi dan penyebaran angket tersebut didapatkan populasi penelitian sebanyak 43 orang.

Hasil ini berdasarkan pada perilaku yang ditunjukkan siswa yaitu berupa membawa rokok di dalam tas, merokok di kantin sekolah dan pada saat pulang sekolah kedapatan merokok di warung. Agar lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 3.2 Penyebaran Siswa yang Menjadi Populasi Penelitian**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Kelas** | **Jumlah Siswa** | **Populasi** |
| 1 | VIII 1 | 33 | 7 |
| 2 | VIII 2 | 32 | 11 |
| 3 | VIII 3 | 33 | 5 |
| 4 | VIII 4 | 35 | 12 |
| 5 | VIII 5 | 35 | 8 |
|  **Total** | **168** | **43** |

Sumber : Hasil Wawancara, Observasi Awal, dan Penyebaran Angket Awal

1. **Sampel**

Sugiyono (2017:81) mengemukakan bahwa “sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Roscoe (Sugiyono, 2017) mengemukakan jumlah sampel minimum untuk penelitian eksperimental sederhana yakni 10-20 subjek. Namun dalam penelitian ini, peneliti juga mengacu pada ukuran jumlah anggota kelompok pada konseling kelompok karena dalam pelaksanaan *treatment* peneliti menggunakan sistem konseling kelompok. Sukardi (2010) menjelaskan bahwa ukuran kelompok yang ideal adalah sekitar 7-15 orang. Oleh karena itu, peneliti menetapkan ukuran sampel dalam penelitian ini sebanyak 9 orang pada tiap kelompok penelitian sehingga jumlah sampel keseluruhan ada 18 sampel. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah teknik proporsional random sampling, dimana penarikan sampel dilakukan dengan mempertimbangkan jumlah atau ukuran tiap kelas.

Berikut penyebaran siswa yang menjadi sampel penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.3 sebagai berikut:

**Tabel 3.3 Penyebaran Siswa yang Menjadi Sampel Penelitian**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Kelas** | **Populasi** | **Sampel** |
| 1 | VIII 1 | 7 | 7/43 X 18 = 3 |
| 2 | VIII 2 | 11 | 11/43 X 18 = 5 |
| 3 | VIII 3 | 5 | 5/43 X 18 = 2 |
| 4 | VIII 4 | 12 | 12/43 X 18 = 5 |
| 5 | VIII 5 | 8 | 8/43 X 18 = 3 |
|  **Total** | **43** | **18** |

Sumber : Teknik pengambilan sampel proporsional random sampling

Setelah menentukan jumlah sampel per kelas, maka selanjutnya adalah dengan membagi sampel menjadi dua kelompok penelitian yaitu kelompok eksperimen yang akan diberikan *treatment* berupa teknik kontrak perilakudan kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment*. Pembagian sampel pada kelompok penelitian dilakukan secara acak dengan menggunakan lot sehingga di dapatkan masing-masing sampel sebanyak 9 pada setiap kelompok penelitian. Adapun pembagian kelompok penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 3.4. Penyebaran Kelompok Penelitian**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Kelompok penelitian** | **Jumlah sampel** |
| 1 | Eksperimen | 9 |
| 2 | Kontrol | 9 |
|  **Jumlah** | **18** |

Sumber: Pembagian Kelompok Penelitian

1. **Teknik 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 adalah sebagai berikut:

1. **Skala Kebiasaan Merokok**

Menurut Sugiyono (2017), skala merupakan alat ukur yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval pengukuran, sehingga dapat digunakan untuk mengukur data kuantitatif. Skala diberikan kepada sampel untuk memperoleh gambaran tentang kebiasaan merokok siswa sebelum (*pretest*) maupun sesudah (*posttest*) diberikan perlakuan berupa pemberian konseling kelompok dengan menggunakan teknikkontrak perilaku

Jenis skala yang digunakan adalah skala Likert, dengan pernyataan yang dilengkapi empat pilihan jawaban yaitu selalu (S), sering (SR), jarang (JR), dan tidak pernah (TP). Masing-masing pilihan jawaban diberikan bobot penilaian mulai dari 1 hingga 4. Lebih jelasnya sebagai berikut:

**Tabel 3.5. Pembobotan Item Skala**

|  |  |
| --- | --- |
| **Pilihan Jawaban** | **Kategori** |
| ***Favorable*** | ***Unfavorable*** |
| Selalu (S) | **4** | **1** |
| Sering (SR) | **3** | **2** |
| Jarang (JR) | **2** | **3** |
| Tidak Pernah (TP) | **1** | **4** |

Sumber: Sugiyono (2017)

Sebelum skala digunakan untuk penelitian lapangan, skala terlebih dahulu divalidasi oleh dosen validator Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, kemudian diuji coba lapangan dan kemudian dilakukan uji validitasi dan reliabilitasnya.

1. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas skala dilakukan dengan menggunakan pengolahan komputer program SPSS 24 *for windows*. Batas penerimaan dengan syarat nilai r yang diperoleh r hitung ≥ r tabel. Seperti yang dikatakan oleh Azwar (2005: 179) bahwa “bila harga korelasi dibawah r tabel maka dapat disimpulkan bahwa butir instrumen tersebut tidak valid, sehingga harus diperbaiki atau dibuang”

1. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas berarti dapat dipercaya. Suatu tes dapat dipercaya apabila tes yang diberikan dapat menunjukkan hasil yang konstan atau tetap, hal ini berarti meskipun seorang responden diberikan tes lebih dari sekali tetap tidak menunjukkan adanya perubahan. Siregar (2016: 175) menjelaskan bahwa “suatu instrumen dinyatakan reliabel bila koefisien reliabilitas minimal 0,6”.

Menurut Sugiyono (2017: 184) uji reliabilitas dengan menggunakan bantuan pengolahan computer program SPSS 24,00. Jika diinterpretasikan nilai koefisien reliabilitas tes (r) menggunakan kategori berikut:

0,80 < r≤1,00 : Reliabiltas Sangat Kuat

0,60 < r≤0,799 : Reliabilitas Kuat

0,40 < r≤0,599: Reliabilitas Sedang

0,20 < r≤0,399: Reliabilitas Rendah

 r≤0,20 : Reliabilitas Sangat Rendah

1. **Observasi**

Observasi digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai partisipasi siswa selama mengikuti pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan teknikkontrak perilaku sewaktu pelaksanaan penelitian. Observasi ini berisikan aspek-aspek kecenderungan aktivitas siswa, cara penggunaannya dengan cara memberi tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul pada masing-masing objek penelitian atau dalam hal ini adalah siswa. Adapun kriterianya ditentukan sendiri oleh peneliti berdasarkan persentase kemunculan setiap aspek pada setiap kali pertemuan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

Analisis individual $=\frac{nm}{n}x 100\%$

 (Raharjo dan Gudnanto, 2013: 72)

Dimana:

nm = Jumlah item yang tercek dari satu siswa

n = Jumlah item dari seluruh aspek yang diobservasi

Menurut Herrhyanto dan Akib (2009), kriteria untuk penentuan tingkatan yaitu nilai data terbesar (100%) dikurangi nilai data terkecil (0%) kemudian dibagi jumlah kelas yang diinginkan (5 kelas interval) sehingga diperoleh rentang interval sebanyak 20%. Adapun kriteria kategorisasinya yaitu sebagai berikut:

**Tabel 3.8. Kriteria Penentuan Hasil Observasi**

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

Sumber: Herrhyanto dan Akib (2009)

1. **Teknik Analisis Data**

Analisis data penelitian dimaksudkan untuk menganalisis data hasil tes penelitian berkaitan dengan kebiasaan merokok siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan analisis inferensial.

Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan kelompok penelitian. Siregar (2016) menjelaskan bahwa analisis deskriptif dilakukan untuk pengujian hipotesis deskriptif. Hasilnya untuk melihat apakah hipotesis dapat digeneralisasikan atau tidak.

Adapun analisis inferensial digunakan untuk menguji hipotesis penelitian. Pada penelitian ini, hipotesis yang diajukan bersifat komparatif (perbandingan). Selain itu, jenis data yang akan diperoleh yaitu data interval. Berdasarkan kedua asumsi tersebut, maka peneliti memilih *t-test of related* sebagai pengujian hipotesis

1. **Analisis Statistik Deskriptif**

Analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan kebiasaan merokok siswa di SMP Negeri 5 Pinrang terhadap kelompok eksperimen yaitu sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) dan juga kelompok kontrol dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan presentase dengan rumus persentase, yaitu:

$$B=\frac{F }{TFi} X 100\%$$

 (Siregar, 2016: 14)

Dimana:

B = Persentase

F = Frekuensi yang dicari persentasenya

TFi = Total Frekuensi (Jumlah subyek/sampel)

Guna memperoleh gambaran umum mengenai menggambarkan kebiasaan merokok di SMP Negeri 5 Pinrang sebelum dan setelah perlakuan berupa teknikkontrak perilaku, maka untuk keperluan tersebut, dilakukan perhitungan rata-rata skor variabel dengan rumus:

 (Siregar, 2016: 20)

Dimana:

*Me* : Mean (rata-rata)

*Xi* : Nilai X ke i sampai ke n

*n* : Banyaknya subjek (sampel)

1. **Analisis Statistik Inferensial**

Analisis inferensial digunakan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Hipotesis yang telah diuji dengan stastik parametrik dengan menggunakan t-*test*. Penggunaan t-*test* mensyaratkan bahwa data setiap variabel yang akan dianalisis harus di distribusi normal dan homogen. Oleh karena itu dilakukan pengujian normalitas data dan pengujian homogenitas data.

1. Uji Normalitas Data

Untuk menguji normalitas data dilakukan pada uji *One Sample Kolmogorov Smirnov.* Sebelumnya diajukan hipotesis sebagai berikut:

 H0 : f (x) = normal

 H1 : f (x) = tidak normal

Pengujian dilakukan dengan *One Sample Kolmogorov Smirnov.* Kriteria yang digunakan yaitu terima H0 apabila nilai a1 maksimum < D tabel dan tolak H0 apabila nilai a1 maksimum > D tabel. Derajat kebebasan yang ditetapkan yaitu 5% atau 0,05 (Irianto, 2014).

1. Uji Homogenitas Data

Untuk menguji homogenitas data dilakukan pada uji *Homogeneity of Variance.* Pengujian homogenitas sebelumnya diajukan hipotesis sebagai berikut:

H0 : f (x) = normal

 H1 : f (x) = tidak normal

Pengujian dilakukan dengan *Homogeneity of Variance*. Kriteria yang digunakan yaitu terima H0 apabila nilai F (max) hitung ≤ F (max) tabel. Penentuan F tabel yang telah ditetapkan yaitu 5% atau 0,05 (Irianto, 2014)

1. Uji t

t-*test* dimaksudkan untuk menguji hipotesis penelitian mengenai ada atau tidaknya perbedaan kebiasaan merokok antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan teknik kontrak perilaku melalui *gain skor* (nilai selisih) pada kelompok penelitian.

Dengan rumus t-*test* sampel berpasangan yaitu:

$$t=\frac{X1-X2}{\sqrt{\frac{S\_{1}^{2}}{n\_{1}}+\frac{S\_{2}^{2}}{n\_{2}}-2r \left(\frac{S\_{1}}{\sqrt{n\_{1}}}\right) \left(\frac{S\_{2}}{\sqrt{n\_{2}}}\right) }}$$

(Sugiyono, 2017: 197)

Di mana :

$t$ = Perbedaan dua mean

$X$ = Perbedaan mean kelompok penelitian

$S$ = Standar deviasi

n = Jumlah subyek (sampel)

Pengujian *t-test* menggunakan aplikasi *SPSS* 22,00 *for windows*. Kriteria yang digunakan untuk pengujian hipotesis yaitu tolak H0 apabila nilai t hitung > t tabel. Nilai t hitung diperoleh melalui uji t sedangkan t tabel diperoleh dari nilai t yang berasal dari tabel t dengan df (n-1)

Adapun untuk mengetahui tingkat signifikansi data penelitian digunakan nilai *Asymp. Sig* dari uji t*.* Kriterianya yaitu dikatakan signifikan apabila nilai *Asymp. Sig* < α. Penentuan α yang telah ditetapkan yaitu derajat kesalahan 5% atau 0,05.