

### BAB III

#### MOTODE PENELITIAN

##### A. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif, yaitu “suatu metode penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik, bersifat linier, langkah-langkahnya jelas, sistematis, mulai dari rumusan masalah, berteori, berhipotesis, mengumpulkan data, analisis data dan membuat kesimpulan dan saran.(Sugiono, 2016).

Penelitian ini, menggunakan pendekatan eksperimen kuantitatif. “Metode penelitian eksperimen adalah suatu metode yang digunakan untuk meneliti pengaruh atau perbedaan dari perlakuan tertentu terhadap faktor lain dalam suatu kondisi yang dapat dikendalikan”. (Wulaningsih, 2016:53). Penelitian ini menggunakan metode *quasi eksperimental*. Peneliti memilih metode ini karena dalam desain *quasi eksperimental*, dapat membandingkan perbedaan pelayanan bimbingan kelompok antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan model “*pretest-post control group design*”. Menurut Sugiyono (2016:113) “Desain ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara *purposive sampling*, kemudian diberi *pretest* untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eskperimen dan kelompok kontrol”. Adapun skema dari bentuk desain penelitian ini adalah sebagai berikut :

E	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
K	O <sub>3</sub>	-	O <sub>4</sub>

Gambar 2. *Pretest-Post Control Group Design*

Keterangan :

E : Kelompok Eksperimen

K : Kelompok Kontrol

O<sub>1</sub> Dan O<sub>3</sub> : Pengukuran awal tentang kejenuhan belajar siswa kelas VII SMP N 1 Metro sebelum diberikan *pre-test*. Pengukuran diberikan dengan memberikan angket kejenuhan belajar.

X : Pemberian perlakuan (*treatment*) yang diberikan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*

kepada peserta didik yang memiliki kejenuhan belajar tinggi di SMP N 1 Metro.

- O<sub>2</sub> : Pemberian *post-test* untuk mengukur kejenuhan belajar pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan dengan teknik
- O<sub>4</sub> : Pemberian *post-test* untuk mengukur kejenuhan belajar pada kelompok kontrol, tanpa diberikan perlakuan teknik *self intruction* dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa.

## B. Tahap Penelitian

Tahap penelitian yaitu tindakan yang diambil untuk mengumpulkan informasi dan data tentang topik tertentu. Tahap ini terdiri dari teknik sampling, teknik sampling berisi tentang populasi penelitian dan sampel yang diambil selain itu terdiri dari tahap pemberian treatment.

### 1. Teknik Sampling

Penelitian ini dilakukan di SMP N 1 metro dengan mengambil sampel pada kelas VII 1 sampai dengan kelas VII 10. Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti Arikunto (2015). Pada penelitian ini yang menjadi sampel penelitian adalah sebanyak 20 siswa yang terdiri dari siswa kelas VII di SMP N 1 Metro.

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel Sugiono (2016:118). Untuk menentukan sampel dalam penelitian, terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sugiyono, (2016: 124). Pertimbangan penentuan pengambilam sampel pada penlitan ini adalah sebagai berikut :

- a. Kelas yang dijadikan sampel adalah rekomendasi guru BK SMP N 1 Metro
- b. Pemilihan anggota kelompok A dan kelompok B adalah berdasarkan hasil pretest yang memiliki kategori kejenuhan yang tinggi
- c. Kelas VII dipilih karena banyak siswa yang jenuh dalam belajar
- d. Lingkup berada pada lingkup populasi.

Tabel 1. Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah Siswa
1.	VII 1	32
2.	VII 2	32

3.	VII 3	32
4.	VII 4	32
5.	VII 5	32
6.	VII 6	32
7.	VII 7	31
8.	VII 8	32
9.	VII 9	32
10.	VII 10	29
<b>JUMLAH</b>		<b>316</b>

(Sumber data : TU SMP N 1 Metro)

Tabel 2. Sampel Penelitian

No	Kelompok	Kelas	Jumlah
1	Ekperimen	VII 3	10
2	Kontrol	VII 7	10
Jumlah			20

(Sumber data : TU SMP N 1 Metro)

## 2. Tahapan Penelitian

Penelitian ini terdiri dari dua tahap, yaitu tahap sebelum dan sesudah perlakuan. Tahap pertama melibatkan pengukuran sebelum diberikan perlakuan bimbingan kelompok menggunakan angket kejenuhan belajar. Tahap kedua melibatkan pemberian perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self instruction*, dan dilakukan pengukuran kembali menggunakan angket kejenuhan belajar yang sama.

Setelah langkah tersebut sudah dilakukan maka langkah yang selanjutnya dilakukan yaitu dengan membandingkan bagaimana hasil *Pretest* dan *posttest* untuk kemudian diketahui apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* efektif untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa atau tidak.

### a. Pengukuran Variabel (*Pre-test*)

*Pre-test* dilakukan untuk mengetahui tingkat kejenuhan belajar siswa sebelum diberikan *treatment* oleh peneliti. *Pre-test* yang diberikan skala kejenuhan belajar.

### b. Pemberian *Treatment*

Peneliti memberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*. Pemberian perlakuan kejenuhan belajar kepada siswa dilakukan dalam tiga pertemuan: satu *pre-test*, satu *treatment*, dan satu *post-test*. Setiap pertemuan berlangsung selama 40 menit, sesuai dengan durasi jam

pelajaran BK di SMP N 1 Metro. Pada pertemuan pertama, siswa diberikan *pre-test* sambil dilakukan perkenalan dan penjelasan tujuan dari layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*. Pada pertemuan kedua, dilakukan *treatment* yang meliputi materi dan teknik *self instruction*. Materi yang diberikan berkaitan dengan kejenuhan belajar, mencakup pengertian kejenuhan, ciri-ciri, faktor dan penyebab, serta dampaknya terhadap kejenuhan belajar. Pertemuan ketiga merupakan pemberian *post-test*.

### **c. Post-test**

*Post-test* dilakukan untuk mengukur tingkat kejenuhan belajar siswa setelah menerima perlakuan. Dalam kegiatan ini, peneliti memberikan angket kepada siswa yang telah menjalani *treatment*. Selanjutnya, perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test* tersebut dibandingkan untuk menentukan apakah perlakuan yang diberikan efektif dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa. *Post-test* dilakukan untuk mengukur tingkat kejenuhan belajar siswa setelah menerima perlakuan. Dalam kegiatan ini, peneliti memberikan angket kepada siswa yang telah menjalani *treatment*. Selanjutnya, perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test* tersebut dibandingkan untuk menentukan apakah perlakuan yang diberikan efektif dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa.

## **C. Definisi Oprasional Variabel**

Definisi operasional merujuk pada konsep abstrak yang diubah menjadi ukuran yang dapat diukur secara konkret dalam konteks penelitian. Operasionalisasi juga dapat dipahami sebagai panduan atau petunjuk dalam melaksanakan kegiatan penelitian. Operasionalisasi variabel melibatkan penentuan atribut atau karakteristik yang dapat bervariasi pada individu, objek, atau kegiatan yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya.

Definisi operasional merujuk pada konsep abstrak yang diubah menjadi ukuran yang dapat diukur secara konkret dalam konteks penelitian. Operasionalisasi juga dapat dipahami sebagai panduan atau petunjuk dalam melaksanakan kegiatan penelitian. Operasionalisasi variabel melibatkan penentuan atribut atau karakteristik yang dapat bervariasi pada individu, objek, atau kegiatan yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya. Sugiyono (2016:39).

## **1. Variabel Penelitian**

### **a. Variabel independen/bebas (x)**

Variabel bebas merupakan variabel yang memiliki pengaruh terhadap variabel lainnya. Dalam penelitian ini, variabel bebas adalah penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*. Bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* merujuk pada salah satu bentuk layanan dalam bidang bimbingan dan konseling yang menggunakan dinamika kelompok dan mengimplementasikan teknik *self instruction*, (instruksi diri) di dalamnya.

### **b. Variabel dependen/terikat (Y)**

Variabel terikat merujuk pada variabel yang bergantung pada variabel bebas. Dalam konteks penelitian ini, variabel terikat adalah kejenuhan belajar. Kejenuhan belajar mengacu pada periode waktu ketika seseorang menghabiskan waktu untuk belajar, namun tidak menghasilkan hasil yang diharapkan.

## **2. Definisi Operasional**

Menurut Sugiyono (2016), definisi operasional variabel adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Terdapat dua variabel penelitian, yaitu variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat adalah variabel yang tergantung pada variabel lainnya, sedangkan variabel bebas adalah variabel yang tidak tergantung pada variabel lainnya. Berkaitan dengan penelitian ini, variabel yang digunakan adalah sebagai berikut :

### **a. Variabel bebas (x)**

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan yang tersedia dalam bidang bimbingan dan konseling. Layanan ini dilakukan dalam konteks kelompok dan menggunakan dinamika kelompok untuk mencegah dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh peserta didik. Dalam bimbingan kelompok, salah satu teknik yang digunakan adalah teknik *self instruction*. Teknik *self instruction* melibatkan pemberian instruksi diri kepada individu yang memiliki perilaku yang salah akibat pikiran negatif, dengan menggunakan verbalisasi diri atau memberikan perintah dalam bentuk kata-kata yang ditujukan kepada dirinya sendiri. Terdapat beberapa tahapan dalam bimbingan kelompok, yaitu tahap pembentukan kelompok, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

**b. Variabel terikat (y)**

Kejenuhan belajar adalah kondisi psikologis seseorang yang menghasilkan perilaku menghambat proses pembelajarannya. Dampak dari kejenuhan belajar ini termasuk kelelahan mental yang ditandai dengan sikap mudah menyerah, rasa lelah dan kurang semangat dalam belajar. Selain itu, seseorang yang mengalami kejenuhan belajar juga cenderung bersikap sinis, sering marah-marah, enggan mengerjakan tugas rumah, dan merasa kurang yakin terhadap kemampuan akademiknya (menurunnya keyakinan akademik). Mereka merasa tidak puas dengan hasil belajar yang mereka peroleh, memiliki rasa percaya diri yang rendah, dan merasa kurang berprestasi.

**D. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan. Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menyebarkan angket kejenuhan belajar. Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis kuesioner atau angket tertutup, karena responden hanya memberikan tanda (x) pada salah satu jawaban yang dianggap benar. Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan oleh seorang yang melakukan suatu penelitian guna mengukur suatu fenomena yang telah terjadi. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yaitu daftar pernyataan yang disusun secara tertulis yang bertujuan untuk memperoleh data berupa jawaban-jawaban para responden.

**E. Instrumen Penelitian**

Secara prinsip, melakukan penelitian melibatkan pengukuran, dan untuk itu diperlukan alat ukur yang berkualitas. Alat ukur dalam konteks penelitian sering disebut sebagai instrumen penelitian. Sugiyono (2016:156) mendefinisikan instrumen penelitian sebagai suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang sedang diamati. Sementara itu, Purwanto (2018) menjelaskan bahwa instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian. Dengan demikian, dapat disimpulkan dari kedua teori tersebut bahwa instrumen penelitian adalah alat

yang digunakan untuk mengumpulkan data atau mengukur fenomena alam maupun sosial yang sedang diamati.

### 1. Kisi-Kisi Instrumen

Penyusunan kisi-kisi kejenuhan belajar ini didasarkan dari penjabaran teoritik tentang indikator yang terdapat dalam kejenuhan belajar.

Tabel 3. Kisi-Kisi Angket Kejenuhan Belajar

Variabel	Aspek	Indikator	Item		
			+	-	
Kejenuhan Belajar	Keletihan Emosi	1. Mudah menyerah	15	17	
		2. Mudah Lelah	1, 20	23	
		3. Tanpa gairah belajar	10, 31	18, 27, 34	
	Dipersonalisasi	1. Bolos jam pelajaran	5	14	
		2. Mudah marah	8	2	
		3. Tidak mengerjakan tugas	16, 19, 28	9, 22, 32	
		4. Berpikir negatif terhadap guru	11, 36	24, 38	
		5. Kehilangan ketertarikan pada pelajaran	6, 35	25, 37	
	Menurunnya Keyakinan Akademik	1. Merasa menjadi orang yang malang	26	13	
		2. Merasa tidak puas terhadap hasil belajar	21	29	
		3. Memiliki rasa percaya diri rendah	4, 12	7, 30	
		4. Merasa tidak berprestasi	3, 40	33, 39	
	<b>JUMLAH</b>			<b>40</b>	

### 2. Skoring

#### a. Penetapan Alternatif Jawaban

Pada penelitian ini menggunakan angket tertutup. Angket tertutup yaitu angket yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden hanya memilih dimana peneliti telah memberikan alternatif-alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), cukup sesuai (CS), dan tidak sesuai (TS). dan responden hanya memilih salah satu jawaban yang dianggap paling mendekati dirinya.

Butir pernyataan *favorable* (positif) pada alternatif jawaban pada siswa diberi skor 5-1. Apabila siswa menjawab pada kolom sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), cukup sesuai (CS), dan tidak sesuai (TS). Butir pernyataan *unfavorable* (negative) apabila siswa menjawab pada kolom sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), cukup sesuai (CS), dan tidak sesuai (TS).

## b. Penetapan Skoring

Adapun alternatif pilihan yang disediakan Skala Likert Menurut Sugiyono (2019:147) sebagai berikut:

Tabel 4. Skala *Likert* Dengan Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Item Positif	Item Negatif
Sangat sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Kurang sesuai	3	3
Cukup sesuai	2	4
Tidak sesuai	1	5

Sumber : *Microsoft Exel*

## 3. Uji Kelayakan Angket

Instrument yang sudah tersusun dapat diuji kelayakannya. Dalam sebuah penelitian, instrumen digunakan untuk mengumpulkan data. Instrumen tes dinilai dalam dua kategori, yaitu memadai atau tidak memadai. Memadai berarti bahwa butir pertanyaan atau pernyataan dalam tes dapat digunakan langsung, sedangkan tidak memadai berarti bahwa butir pertanyaan atau pernyataan dalam tes tersebut tidak layak digunakan atau perlu diperbaiki berdasarkan pertimbangan yang diperoleh. Selanjutnya, hasil penilaian kualitas instrumen oleh ahli bimbingan dan konseling digunakan sebagai dasar untuk melakukan penyempurnaan model tes yang telah dirancang. Uji instrumen yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi uji validitas instrumen dan uji reliabilitas instrumen.

### a. Uji Validitas

Uji validitas instrumen adalah prosedur yang digunakan untuk mengestimasi tingkat kevalidan suatu instrumen penelitian. Tujuan dari uji ini adalah untuk memverifikasi bahwa instrumen tersebut dapat secara efektif menangkap informasi yang diinginkan dan menghasilkan hasil yang akurat. Hasil dari uji validitas ini berperan penting bagi peneliti dalam mengevaluasi sejauh mana data dan informasi yang diperoleh melalui survei atau kuesioner merepresentasikan fenomena yang sebenarnya. Selain itu, hasil uji validitas juga berfungsi sebagai panduan bagi para ahli dalam mengambil keputusan berdasarkan temuan penelitian tersebut.

Uji validitas dilakukan dengan menggunakan pengolahan computer program JASP V.16.4. Batas penerimaan dengan syarat nilai  $r$  yang diperoleh < (lebih kecil/kurang) dari 0.400. Seperti yang dikatakan oleh Sugiono (2016)

bahwa apabila harga korelasi dibawah 0.400, maka dapat disimpulkan bahwa butir item tersebut tidak valid, sehingga harus diperbaiki atau dibuang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada table di bawah :

Tabel. 5 Uji validasi angket

No	Item	R Hitung	R Tabel	Keterangan
1	V1	0.489	400	Valid
2	V2	0.549	400	Valid
3	V3	0.429	400	Valid
4	V4	0.428	400	Valid
5	V5	0.400	400	Valid
6	V6	0.349	400	tidak valid
7	V7	0.365	400	tidak valid
8	V8	0.154	400	tidak valid
9	V9	0.383	400	tidak valid
10	V10	0.421	400	Valid
11	V11	0.447	400	Valid
12	V12	0.447	400	Valid
13	V13	0.373	400	tidak valid
14	V14	0.301	400	tidak valid
15	V15	0.324	400	tidak valid
16	V16	0.427	400	Valid
17	V17	0.405	400	Valid
18	V18	0.270	400	tidak valid
19	V19	0.494	400	Valid
20	V20	0.475	400	Valid
21	V21	0.361	400	tidak valid
22	V22	0.486	400	Valid
23	V23	0.550	400	Valid
24	V24	0.437	400	Valid
25	V25	0.386	400	tidak valid
26	V26	0.445	400	Valid
27	V27	0.412	400	Valid
28	V28	0.490	400	Valid
29	V29	0.210	400	tidak valid

30	V30	0.334	400	tidak valid
31	V31	0.273	400	tidak valid
32	V32	0.518	400	Valid
33	V33	0.456	400	Valid
34	V34	0.484	400	Valid
35	V35	0.333	400	tidak valid
36	V36	0.433	400	Valid
37	V37	0.383	400	tidak valid
38	V38	0.582	400	Valid
39	V39	0.336	400	tidak valid
40	V40	0.503	400	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas dengan menggunakan JASP V.16.4. diperoleh nilai *Corrected Item-rest correlation* yang berada dibawah 0.400 sebanyak 16 item. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut diketahui bahwa dari 40 item pernyataan skala yang diberikan terdapat 16 item yang tidak valid sehingga jumlah total item yang valid sebanyak 24 item. Item yang tidak valid dinyatakan gugur.

Berdasarkan uji validitas tersebut diperoleh kisi-kisi instrument minat belajar setelah uji coba yang disajikan dalam tabel berikut :

Tabel. 6 kisi-kisi instrument setelah uji coba

Variabel	Aspek	Indikator	Item		
			+	-	
Kejenuhan Belajar	Keletihan Emosi	1. Mudah menyerah	-	17	
		2. Mudah Lelah	1, 20	23	
		3. Tanpa gairah belajar	10	27, 34	
	Dipersonalisasi	1. Bolos jam pelajaran	5		
		2. Mudah marah		2	
		3. Tidak mengerjakan tugas	16, 19, 28	22, 32	
		4. Berpikir negatif terhadap guru	11, 36	24, 38	
		1. Merasa menjadi orang yang malang	26	-	
		2. Memiliki rasa percaya diri rendah	4, 12	-	
	Menurunnya Keyakinan Akademik	3. Merasa tidak berprestasi	3, 40	33	
		<b>JUMLAH</b>		<b>24</b>	

## b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan metode yang digunakan untuk menguji validitas sebuah angket. Ini melibatkan evaluasi data dan klaim dari penelitian sebelumnya atau sumber lain, serta metode analisis yang digunakan, untuk menentukan apakah temuan tersebut masih relevan dalam konteks saat ini. Uji reliabilitas juga berperan dalam memastikan bahwa hasil penelitian tersebut akurat dan valid.

Menurut Khairinal (2016:347) Reliabilitas mengacu pada tingkat konsistensi relatif dari hasil pengukuran ketika pengukuran tersebut diulang dua kali atau lebih. Jika hasil pengukuran tetap sama dari pengulangan yang berulang, maka disebut sebagai reliabel. Menurut Hasil penelitian yang reliabel dapat dilihat dari keseragaman data yang diperoleh dari waktu ke waktu. Dalam hal ini, instrumen yang dapat diandalkan adalah instrumen yang memberikan data yang konsisten ketika digunakan berulang kali untuk mengukur objek yang sama.

Uji validitas dan reabilitas dilakukan dengan menggunakan aplikasi JASP V.16.4. Uji validitas dan reabilitas adalah langkah penting dalam mengukur kualitas instrumen pengukuran dalam penelitian. Dalam melakukan uji ini, aplikasi JASP V.16.4. dapat digunakan sebagai alat untuk melakukan analisis statistik yang terkait. JASP V.16.4. menyediakan berbagai metode dan teknik yang dapat digunakan untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen pengukuran. Dengan menggunakan JASP V.16.4. peneliti dapat melakukan uji validitas seperti validitas konten, validitas konstruk, dan validitas kriteria. Selain itu, JASP V.16.4. juga dapat digunakan untuk menghitung indikator reliabilitas seperti reliabilitas internal dan *alpha Cronbach*. Dengan menggunakan aplikasi JASP V.16.4. peneliti dapat mengoptimalkan penggunaan waktu dan memperoleh hasil yang akurat dalam menganalisis validitas dan reliabilitas instrumen pengukuran dalam penelitian mereka.

Menurut Sugiyono (2015:219), suatu instrumen penelitian mengindikasikan memiliki reliabilitas yang memadai jika koefisien *Cronbach Alpha* lebih besar atau sama dengan 0,700. Kriteria uji reliabilitas adalah, jika  $\alpha$  (alpha) > 0,700 (artinya variabel dinyatakan reliabel). Uji reliabilitas dilakukan untuk menguji tingkat ketepatan atau keandalan kuesioner dalam mengukur. Pengujian ini dilakukan dengan uji *Cronbach Alpha*, yang dianggap sesuai untuk pengujian terhadap item-item penelitian yang memiliki skor 1-5. Berdasarkan

hasil uji reliabilitas dengan menggunakan JASP V.16.4 diperoleh nilai sebagai berikut :

Tabel 7. Hasil uji Reliabilitas angket kejenuhan belajar

<i>Frequentist Scale Reliability Statistics</i>		
<i>Estimate</i>	<i>Cronbach's <math>\alpha</math></i>	<i>N Item</i>
<i>Point estimate</i>	0.894	40

Sumber : Pengujian JASP V.16.4

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut diketahui bahwa nilai *Cronbach's Alpha* yang diperoleh yaitu 0,894. Nilai tersebut berada diatas 0,700 yang berarti skala yang disebar memiliki reliabilitas yang baik.

#### **F. Teknik Analisis Data**

analisis data melibatkan serangkaian kegiatan penelaahan, pengelompokkan, sistematisasi, penafsiran, dan verifikasi data dengan tujuan untuk memberikan nilai sosial, akademis, dan ilmiah pada fenomena yang diteliti. Prosedur tersebut dilakukan setelah semua data yang diperlukan telah terkumpul secara lengkap, dan bertujuan untuk memecahkan permasalahan yang telah ditetapkan. (Ahmad Tanzeh, 2014).

Sedangkan Sugiono (2016:207) menyatakan bahwa :

“Analisis data adalah pengelompokan data berdasarkan variabel dan jenis variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyejikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan”.

Berdasarkan dua pendapat diatas peneliti menyimpulkan bahwa rangkaian kegiatan penelaahan, pengelompokkan, sistematisasi, penafsiran dan verifikasi data agar sebuah fenomena memiliki nilai sosial, akademis dan ilmiah serta pengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis variabel dan jenis responden melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan analisis *independent sampel t-test*. Analisis *t-test* digunakan untuk membandingkan mean antara dua kelompok. Terdapat beberapa jenis *t-test*

yang umum digunakan yaitu *independent sample t-test* dan *paired sample t-test*. *Independent Sample t-test* digunakan untuk membandingkan mean antara dua kelompok yang berbeda secara independen. Misalnya, membandingkan mean skor tes antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Sedangkan *paired sample t-test* digunakan untuk membandingkan mean antara dua kelompok yang terdiri dari subjek yang sama, namun diukur pada dua waktu yang berbeda. Contohnya, membandingkan mean berat badan subjek sebelum dan setelah intervensi tertentu. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis *independent sample t-test*. Data yang diukur berupa angket serta menggunakan bantuan program JASP V.16.4 (*Jefferey's Amazing Statistics Program*).