

### BAB III

## METODE PENELITIAN

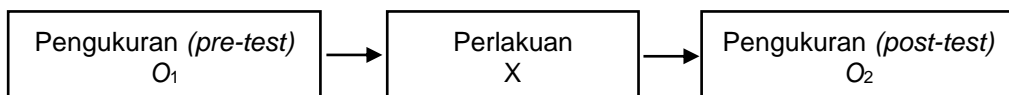
### A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian merupakan tahap krusial dalam mencapai tujuan penelitian dan menentukan jawaban atau masalah yang diajukan. Dalam penelitian ini, digunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2019:17) mengemukakan bahwa:

Penelitian kuantitatif diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Pendekatan kuantitatif menerapkan metode ilmiah untuk melakukan pengukuran secara kuantitatif dan menguji hipotesis penelitian. Menurut Anshori & Iswati (2020:12) mengemukakan bahwa “penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel-variabel tertentu terhadap variabel yang lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat.” Artinya penelitian eksperimen adalah jenis penelitian yang menggunakan perlakuan tertentu untuk mengetahui sebab dan akibat.

Penelitian eksperimen memanfaatkan berbagai macam desain yang dapat digunakan. Peneliti menggunakan desain *One Group Design Pre-test Post-test* dengan pengukuran yang dilakukan pada satu kelompok sebanyak dua kali yakni sebelum diberikan perlakuan ( $O_1$ ) disebut *pretest*, dengan tujuan untuk mengetahui perkembangan moral remaja sebelum diberi perlakuan. Kemudian, pengukuran dilakukan sesudah diberikan perlakuan ( $O_2$ ) disebut *posttest*, dengan tujuan mengetahui ada atau tidaknya perubahan tingkat *self-disclosure* remaja setelah diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*. Desain penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut:



Gambar 2. *One Group Design Pre-test Post-test*.

Keterangan:

$O_1$  : *Pre-test* (Test awal)

X : Perlakuan (Layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*)

O<sub>2</sub> : *Post-test* (Tahap akhir)

Sebelum pelaksanaan perlakuan kepada kelompok, dilakukan *pre-test* untuk mengetahui keadaan awal remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu untuk dijadikan perbandingan dari situasi sebelum dan setelah selesai diberikan layanan. Setelah perlakuan dilakukan, diberikan *post-test* yang tujuannya untuk mengukur tingkat *self-disclosure* atas perlakuan yang telah diberikan.

Langkah-langkah yang akan dilakukan dalam pelaksanaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Tahap pertama (*Pre-test*)

Pemberian *pre-test* terhadap kelompok eksperimen berupa angket untuk meningkatkan *self-disclosure* remaja sebelum menerima layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*.

#### 2. Tahap kedua (*Treatment*)

Setelah melakukan *pre-test*, kelompok akan mengikuti tiga kali pertemuan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*, di mana setiap pertemuan berlangsung selama 40 menit. Berikut adalah tahap-tahap rancangan penelitian yang akan dilakukan:

Tabel 1. Rancangan Penelitian Layanan Bimbingan Kelompok Ke-I

Layanan Bimbingan Kelompok Ke-I		
Tahapan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Tahap Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok membuka dengan salam dan berdoa dipimpin oleh salah satu anggota kelompok dilanjutkan dengan sapaan (menanyakan kabar).</li> <li>2. Pemimpin kelompok memberikan pengantar singkat tentang tujuan materi/topik layanan bimbingan serta manfaat layanan yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari.</li> <li>3. Pemimpin kelompok menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>.</li> </ol>	3 Menit
Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok memperkenalkan diri dengan menggunakan permainan "Inilah Dia"</li> <li>2. Pemimpin kelompok menanyakan kesiapan kelompok</li> <li>3. Pemimpin kelompok memberi kesempatan bertanya kepada setiap anggota kelompok</li> <li>4. Pemimpin kelompok menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas dan tanggung jawab peserta didik dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok</li> </ol>	5 Menit

Layanan Bimbingan Kelompok Ke-I		
Tahapan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Tahap Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok menetapkan topik yang akan dibahas "mengetahui diri sendiri"</li> <li>2. Pemimpin kelompok melakukan sesi tanya jawab dengan anggota kelompok untuk membahas hal-hal yang belum dipahami tentang topik yang dibahas</li> <li>3. Membahas masalah atau topik yang dikemukakan secara mendalam</li> </ol>	30 Menit
Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok memberikan penguatan terhadap anggota kelompok</li> <li>2. Pemimpin kelompok dan anggota kelompok membuat kesepakatan untuk kegiatan selanjutnya</li> <li>3. Menutup kegiatan dengan berdoa</li> <li>4. Pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih dan salam</li> </ol>	2 Menit

Tabel 2. Rancangan Penelitian Layanan Bimbingan Kelompok Ke-II

Layanan Bimbingan Kelompok Ke-II		
Tahapan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Tahap Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok membuka dengan salam dan berdoa dipimpin oleh salah satu anggota kelompok dilanjutkan dengan sapaan (menanyakan kabar).</li> <li>2. Pemimpin kelompok memberikan pengantar singkat tentang tujuan materi/topik layanan bimbingan serta manfaat layanan yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari.</li> <li>3. Pemimpin kelompok membina hubungan baik dengan konseli serta membuat suasana kegiatan menjadi lebih semangat dengan <i>ice breaking</i>.</li> <li>4. Pemimpin kelompok menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i></li> </ol>	3 Menit
Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok menanyakan kesiapan kelompok</li> <li>2. Pemimpin kelompok memberi kesempatan bertanya kepada setiap anggota kelompok</li> <li>3. Pemimpin kelompok menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas dan tanggung jawab peserta didik dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok</li> </ol>	5 Menit
Tahap Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok menetapkan topik yang akan dibahas "membangun keterbukaan diri (<i>self-disclosure</i>)"</li> <li>2. Pemimpin kelompok menayangkan video pendek "Teras Gereja"</li> <li>3. Pemimpin kelompok melakukan tanya jawab dengan anggota kelompok tentang video yang ditampilkan atau hal-hal yang belum dipahami tentang topik yang dibahas</li> </ol>	30 Menit

<b>Layanan Bimbingan Kelompok Ke-II</b>		
<b>Tahapan</b>	<b>Deskripsi Kegiatan</b>	<b>Alokasi Waktu</b>
	4. Membahas masalah atau topik yang dikemukakan secara mendalam	
Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok memberikan penguatan terhadap anggota kelompok</li> <li>2. Pemimpin kelompok dan anggota kelompok membuat kesepakatan untuk kegiatan selanjutnya</li> <li>3. Menutup kegiatan dengan berdoa</li> <li>4. Pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih dan salam</li> </ol>	2 Menit

Tabel 3. Rancangan Penelitian Layanan Bimbingan Kelompok Ke-III

<b>Layanan Bimbingan Kelompok Ke-III</b>		
<b>Tahapan</b>	<b>Deskripsi Kegiatan</b>	<b>Alokasi Waktu</b>
Tahap Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok membuka dengan salam dan berdoa dipimpin oleh salah satu anggota kelompok</li> <li>2. Pemimpin kelompok memberikan pengantar singkat tentang tujuan materi/topik layanan bimbingan serta manfaat layanan yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari.</li> <li>3. Pemimpin kelompok membina hubungan baik dengan anggota kelompok serta membuat suasana kegiatan menjadi lebih semangat dengan <i>ice breaking</i>.</li> <li>4. Pemimpin kelompok menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i></li> </ol>	3 Menit
Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok menanyakan kesiapan kelompok</li> <li>2. Pemimpin kelompok memberi kesempatan bertanya kepada setiap anggota kelompok</li> <li>3. Pemimpin kelompok menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas dan tanggung jawab peserta didik dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok</li> </ol>	5 Menit
Tahap Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok menetapkan topik yang akan dibahas "keterbukaan diri dalam berkomunikasi"</li> <li>2. Pemimpin kelompok melakukan sesi tanya jawab dengan anggota kelompok untuk membahas hal-hal yang belum dipahami tentang topik yang dibahas</li> <li>3. Membahas masalah atau topik yang dikemukakan secara mendalam</li> </ol>	30 Menit
Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemimpin kelompok memberikan penguatan terhadap anggota kelompok</li> <li>2. Pemimpin kelompok dan anggota kelompok membuat kesepakatan untuk kegiatan selanjutnya</li> <li>3. Menutup kegiatan dengan berdoa</li> <li>4. Pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih dan salam</li> </ol>	2 Menit

### 3. Tahap ketiga (*Post-test*)

Pemberian *post-test* terhadap kelompok eksperimen menggunakan angket yang sama untuk mengukur perubahan yang terjadi setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*.

## **B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel**

### **1. Variabel Penelitian**

Penelitian yang efektif dirancang dengan mempertimbangkan variabel-variabel. Menurut Hermawan (2019:52) mengemukakan bahwa “variabel penelitian adalah suatu atribut dan sifat atau nilai orang, faktor, perlakuan terhadap obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.”

Berdasarkan pendapat di atas, variabel penelitian merupakan variabel yang dipelajari untuk memperoleh hasil akhir suatu penelitian. Terdapat dua variabel yang akan diteliti, yaitu variabel bebas (variabel yang memiliki pengaruh terhadap variabel lainnya) dan variabel terikat (variabel yang dipengaruhi karena adanya variabel bebas).

#### a. Variabel Bebas (X)

Dalam penelitian ini, variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*.

#### b. Variabel Terikat (Y)

Dalam penelitian ini, variabel terikat adalah *self-disclosure* remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu.

### **2. Definisi Operasional Variabel**

Definisi operasional variabel perlu dilakukan untuk mempermudah pengumpulan data dan mencegah kesalahpahaman dalam mendefinisikan objek penelitian. Menurut Anshori & Iswati (2020:60) mengemukakan bahwa “definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu variabel atau konstruk dengan cara memberikan arti, atau menspesifikasikan kegiatan, ataupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur variabel atau konstruk tersebut.” Untuk mempermudah proses pengukuran variabel didefinisikan secara operasional sebagai berikut:

#### a. Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom*

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang melibatkan diskusi kelompok untuk mendukung perkembangan setiap anggota kelompok.

Layanan ini terbagi menjadi topik tugas dan topik bebas. Teknik *homeroom* merupakan pendekatan dalam layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan di dalam ruangan dengan menciptakan suasana nyaman dan menyenangkan seperti suasana keluarga. Tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok teknik *homeroom* meliputi tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.

b. *Self-disclosure*

*Self-disclosure* adalah kemampuan individu untuk berbagi informasi pribadi, memiliki peran penting dalam memperbaiki kualitas hubungan sosial, memudahkan interaksi sosial, dan membangun kepercayaan melalui komunikasi interpersonal. Terdapat lima aspek *self-disclosure* yaitu *amount*, *control of depth*, *honesty*, *valency*, dan *intent*.

### C. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dan sampel penelitian merupakan dua konsep yang digunakan untuk merancang dan melakukan penelitian. Pemahaman tentang populasi dan sampel penelitian sangat penting untuk merancang penelitian yang valid dan memberikan hasil kesimpulan yang lebih luas.

#### 1. Populasi Penelitian

Populasi merupakan keseluruhan subjek yang menjadi fokus penelitian. Menurut Abubakar (2021:58) “populasi dalam penelitian adalah keseluruhan sumber data atau subjek penelitian atau sumber-sumber yang menjadi tempat akan diperoleh data.” Sedangkan, menurut Hikmawanti (2020:60) “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek/objek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulan.”

Berdasarkan pendapat di atas, populasi adalah dasar dari mana sampel diambil untuk objek dalam penelitian.

Tabel 4. Data Populasi

No.	Jenis Kelamin	Jumlah
1.	Laki – laki	15
2.	Perempuan	17
	Total	32

Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu 32 remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu, diantaranya 15 remaja laki-laki dan 17 remaja perempuan.

## 2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian kecil yang mewakili seluruh populasi, dan pemilihan jenis sampel dilakukan dengan teknik yang ditetapkan untuk mencerminkan populasi secara keseluruhan. Menurut Abubakar (2021:59) mengemukakan bahwa “sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti.” Pengambilan sampel disesuaikan dengan kualitas dan karakteristik suatu populasi.

Dalam penelitian ini, sampel dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Hermawan (2019:66) mengemukakan bahwa “*purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.” Peneliti menggunakan pendekatan *purposive sampling* yang memperhatikan kriteria khusus yang harus dipenuhi oleh sampel yang dipilih untuk penelitian.

Sampel penelitian disesuaikan dengan tujuan dan kebutuhan peneliti yaitu remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu dengan permasalahan *self-disclosure* berjumlah 10 remaja, yang telah ditentukan oleh pembimbing. Tujuannya adalah agar pelayanan bimbingan kelompok dapat dilaksanakan lebih efisien. Sesuai dengan pendapat Wibowo & Hadi (2023:120) layanan bimbingan kelompok disediakan kepada klien dalam bentuk kelompok dengan jumlah anggota berkisar 10 hingga 15 orang.

Dalam penelitian ini, sampel dibagi menjadi dua kategori yaitu sampel inklusi dan eksklusi. Sampel inklusi adalah 6 remaja yang memiliki tingkat *self-disclosure* dengan kategori rendah, yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini.

Sedangkan, sampel eksklusi dalam penelitian ini yaitu 4 remaja yang memiliki tingkat *self-disclosure* dengan kategori sedang dan tinggi. Sampel eksklusi digunakan sebagai pelengkap untuk menambah keragaman kelompok sehingga interaksi dalam kelompok dapat berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan efektivitas proses bimbingan kelompok teknik *homeroom* berjalan dengan efektif.

## D. Teknik Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data memiliki peranan krusial dalam penelitian. Teknik pengumpulan data merujuk pada metode yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan informasi yang diperlukan untuk menyelesaikan

permasalahan penelitian. Menurut Sahir (2021:28) mengemukakan bahwa “teknik pengambilan data harus benar dan sesuai dengan metode agar hasil yang diraih sesuai dengan tujuan penelitian awal atau hipotesis awal yang sudah ditentukan.”

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan skala *self-disclosure*. Responden memberikan tanggapan tertulis dengan menandai checklist (√) pada formulir jawaban yang telah disediakan. Skala *self-disclosure* dirancang dengan pernyataan-pernyataan mengenai *self-disclosure*.

## **E. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian dimanfaatkan oleh peneliti untuk mengumpulkan data atau informasi yang dibutuhkan dalam suatu penelitian. Menurut Hikmawanti (2020:43) mengemukakan bahwa “Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, lebih cermat, lebih lengkap, lebih sistematis sehingga lebih mudah diolah.” Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (dalam Hermawan, 2019:73) “instrumen penelitian adalah sesuatu yang penting dan strategis kedudukannya dalam pelaksanaan penelitian.” Maka dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian adalah alat atau sarana yang strategis dan penting bagi peneliti dalam proses pengumpulan data.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan angket atau kuisisioner sebagai alat untuk mengumpulkan data. Peneliti mengadopsi skala *self-disclosure* dari penelitian Santoso (2023) dan dimodifikasi yang disesuaikan dengan kebutuhan peneliti.

### **1. Jenis Instrumen**

Jenis instrumen yang digunakan oleh peneliti adalah angket tertutup, di mana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban di setiap pernyataan yang disediakan oleh peneliti. Pernyataan pada skala *self-disclosure* terdiri dari pernyataan positif (*favorable*) dan pernyataan negatif (*unfavorable*).

### **2. Kisi-kisi Instrumen**

Kisi-kisi instrumen penelitian untuk meningkatkan *self-disclosure* remaja dikembangkan berdasarkan definisi operasional dari berbagai aspek *self-disclosure*.



Tabel 5. Kisi-kisi Skala *Self-Disclosure*

Definisi Operasional Variabel	Aspek	Sub Aspek	Item		Jumlah	
			Favo	Unfavo		
Self-disclosure adalah kemampuan individu dalam berbagi informasi pribadi memiliki peran penting dalam memperbaiki kualitas hubungan sosial, memudahkan interaksi sosial, dan membangun kepercayaan melalui komunikasi interpersona	Amount	a. Frekuensi pengungkapan diri	1, 21	2, 22	4	
		b. Durasi pengungkapan diri	3, 23	4, 24	4	
	Control of depth	a. Kedalaman individu yang mengungkapkan diri	17, 37	18, 38	4	
		b. Self-disclosure individu yang mengungkapkan hal pribadi	19, 39	20, 40	4	
	Honesty	a. Individu mengetahui dirinya	9, 29	10, 30	4	
		b. Memberikan pernyataan sesuai dengan keadaan	11, 31	12, 32	4	
	Valency	a. Kualitas pengungkapan diri positif	5, 25	6, 26	4	
		b. Kualitas pengungkapan diri negatif	7, 27	8, 28	4	
	Intent	a. Kemampuan dalam mengontrol	13, 33	14, 34	4	
		b. Luasnya informasi yang ingin diungkapkan	15, 35	16, 36	4	
	Jumlah			20	20	40

### 3. Penetapan Skoring

#### a. Penetapan Alternatif

Jenis kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis angket tertutup dengan opsi jawaban singkat. Peneliti mengukur indikator variabel dengan menggunakan *skala likert*. Menurut Sugiyono (2019:146) mengemukakan bahwa “*skala likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.” Pertanyaan-pertanyaan yang bersifat tertutup memiliki empat opsi jawaban dari setiap item yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Responden hanya perlu memilih jawaban yang paling sesuai dengan pendapat atau pengalaman.

## b. Penetapan Skoring

Tabel 6. Skor *Skala Likert* dengan Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Favourable	Unfavourable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

(Sumber: Sugiyono, 2019:147)

## 4. Uji Kelayakan Angket

Angket yang telah dirancang dan diuji kelayakannya oleh para ahli untuk mengevaluasi sejauh mana instrumen tersebut memenuhi standar dalam aspek bahasa, konstruk, dan materi. Penting untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen pengumpulan data sebagai persyaratan untuk memastikan hasil yang valid dan dapat diandalkan. Uji yang dilakukan adalah uji validitas dan uji realibilitas instrumen.

### a. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas merupakan langkah penting untuk mengukur keabsahan instrumen. Menurut Sugiyono (2019:176) mengemukakan bahwa “validitas adalah instrumen yang digunakan untuk mengukur antara data yang terjadi pada objek dengan data yang dapat dikumpulkan oleh peneliti.” Sedangkan, Arikunto (dalam Abubakar, 2021:129) mengemukakan bahwa “tinggi atau rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud”. Instrumen yang valid memiliki tingkat validitas yang tinggi, sementara instrumen yang kurang valid akan memiliki tingkat validitas yang rendah.

Uji coba dilakukan pada 22 remaja yang bukan dijadikan sampel. Uji validasi dilakukan menggunakan bantuan program SPSS 29.0.2.0 dengan metode *Pearson Correlation*. Instrumen dianggap valid jika  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  pada taraf signifikan 0,05 dengan  $N = 22$ , nilai dari  $r_{tabel}$  untuk jumlah responden uji coba penelitian 22 orang yaitu 0,423.

Tabel 7. Hasil Uji Validitas Skala *Self-disclosure*

No Item	R hitung	R tabel	Keterangan
1.	0,435	0,423	Valid
2.	0,481	0,423	Valid
3.	0,451	0,423	Valid
4.	0,508	0,423	Valid
5.	0,547	0,423	Valid
6.	0,462	0,423	Valid
7.	0,510	0,423	Valid

No Item	R hitung	R tabel	Keterangan
8.	0,519	0,423	Valid
9.	0,490	0,423	Valid
10.	0,311	0,423	Tidak Valid
11.	0,618	0,423	Valid
12.	0,493	0,423	Valid
13.	0,486	0,423	Valid
14.	-0,174	0,423	Tidak Valid
15.	0,516	0,423	Valid
16.	-0,580	0,423	Tidak Valid
17.	0,443	0,423	Valid
18.	0,493	0,423	Valid
19.	0,532	0,423	Valid
20.	-0,553	0,423	Tidak Valid
21.	0,308	0,423	Tidak Valid
22.	0,186	0,423	Tidak Valid
23.	0,759	0,423	Valid
24.	0,126	0,423	Tidak Valid
25.	0,486	0,423	Valid
26.	0,018	0,423	Tidak Valid
27.	0,071	0,423	Tidak Valid
28.	0,011	0,423	Tidak Valid
29.	0,479	0,423	Valid
30.	0,447	0,423	Valid
31.	0,713	0,423	Valid
32.	0,285	0,423	Tidak Valid
33.	0,434	0,423	Valid
34.	0,437	0,423	Valid
35.	0,456	0,423	Valid
36.	0,567	0,423	Valid
37.	0,509	0,423	Valid
38.	0,482	0,423	Valid
39.	-0,036	0,423	Tidak Valid
40.	0,030	0,423	Tidak Valid

Berdasarkan pengujian validitas menggunakan bantuan program SPSS 29.0.2.0 menunjukkan bahwa terdapat 13 item dengan nilai *Pearson Correlation* dibawah 0,423. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa dari 40 item pernyataan dalam skala, sebanyak 13 item dianggap tidak valid dan 27 item dianggap valid. Setelah melalui proses uji validasi, kisi-kisi instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat *self-disclosure* pada remaja dirumuskan sebagai berikut:

Tabel 8. Kisi-kisi Skala *Self-Disclosure* Setelah Uji Coba

Definisi Operasional Variabel	Aspek	Sub Aspek	Item		Jumlah
			Favo	Unfavo	
<i>Self-disclosure</i> adalah kemampuan	<i>Amount</i>	a. Frekuensi pengungkapan Diri	1	2	2

Definisi Operasional Variabel	Aspek	Sub Aspek	Item		Jumlah	
			Favo	Unfavo		
individu dalam berbagi informasi pribadi, memiliki peran penting dalam memperbaiki kualitas hubungan sosial, memudahkan ineraksi sosial, dan membangun kepercayaan melalui komunikasi interpersonal	<i>Control of depth</i>	a. Durasi pengungkapan diri	3, 17	4	3	
		a. Kedalaman individu yang mengungkapkan diri	14, 26	15, 27	4	
	<i>Honesty</i>	b. <i>Self-disclosure</i> individu yang mengungkapkan hal pribadi	16		1	
		a. Individu mengetahui dirinya	9, 19	20	3	
	<i>Valency</i>	b. Memberikan pernyataan sesuai dengan keadaan	10, 21	11	3	
		a. Kualitas pengungkapan diri positif	5, 18	6	3	
		b. Kualitas pengungkapan diri negatif	7	8	2	
		<i>Intent</i>	a. Kemampuan dalam mengontrol	12, 22	23	3
	b. Luasnya informasi yang ingin diungkapkan		13, 24	25	3	
	Jumlah			17	10	27

### b. Uji Reliabilitas Instrumen

Instrumen yang memiliki validitas dan reliabelitas yang tinggi merupakan persyaratan utama untuk mendapatkan instrumen yang valid dan reliabel. Setelah melakukan uji validitas instrumen, langkah selanjutnya adalah melakukan uji reliabilitas instrumen. Menurut Sugiyono (2019:130) mengemukakan bahwa “uji reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.” Uji reliabilitas bertujuan untuk mengevaluasi hasil pengukuran dapat diandalkan atau dipercaya. Apabila hasil pengukuran secara konsisten mendekati hasil yang sama, maka dapat diasumsikan bahwa pengukuran tersebut memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi. Untuk mengetahui instrumen

yang diuji dapat diandalkan atau tidak, dilakukan dengan membandingkan nilai koefisien dengan standar yang telah ditetapkan sebagai berikut:

- 1) Jika nilai *Cronbach's Alpha*  $\alpha > 0,60$  maka pernyataan yang dicantumkan dinyatakan terpercaya atau reliabel.
- 2) Jika nilai *Cronbach's Alpha*  $< 0,60$  maka pernyataan yang dicantumkan dinyatakan tidak terpercaya atau reliabel.

Uji realibilitas instrumen dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS 29.0.2.0. Hasil dari pengujian reliabilitas pada variabel penelitian sebagai berikut:

Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Skala *Self-Disclosure*

<b>Reliability Statistics</b>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	N of Items
,803	40

(Sumber: Output SPSS 29.0.2.0)

Berdasarkan hasil uji reliabilitas, nilai *Cronbach's Alpha* yang diperoleh adalah 0,803, menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's Alpha*  $0,803 > 0,60$ . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pernyataan yang dicantumkan dinyatakan terpercaya atau reliabel.

## **F. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data merupakan bagian integral dalam suatu penelitian. Menurut Sugiyono (2019:482) menyatakan bahwa "analisis data adalah proses mencari dan menyusun data secara sistematis yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain". Penerapan teknik analisis data bertujuan untuk memberikan solusi terhadap permasalahan yang diajukan atau untuk menguji kebenaran hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal penelitian. Sebelum melakukan *t-test* atau uji t, terdapat beberapa persyaratan yang harus dipenuhi yaitu:

### **1. Uji Normalitas**

Uji Normalitas digunakan untuk mengevaluasi apakah sampel berasal dari distribusi normal atau tidak. Untuk menilai apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak, dilakukan uji normalitas menggunakan teknik uji *Shapiro-Wilk* dengan menggunakan bantuan program SPSS 29.0.2.0. Proses pengambilan keputusan dalam uji normalitas tersebut sebagai berikut:

- a. Apabila nilai signifikansi  $>$  dari 0,05 maka data berdistribusi normal
- b. Apabila nilai signifikansi  $<$  dari 0,05 maka data tidak berdistribusi normal.

## 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis adalah prosedur statistika yang digunakan untuk menguji suatu asumsi atau pernyataan yang diajukan dalam suatu penelitian. Data hasil eksperimen dianalisis dengan membandingkan nilai *pre-test* dan *post-test* menggunakan rumus statistik uji-t. Dalam penelitian ini, data yang diperoleh dari angket dan di proses menggunakan bantuan program SPSS 29.0.2.0 dengan menggunakan rumus *Paired Sample T-test*. Peneliti menggunakan metode analisis *Paired Sample T-test* karena sampel yang digunakan adalah satu kelompok yang sama dengan individu yang sama pada waktu yang berbeda ketika memberikan perlakuan. Dasar pengambilan keputusan didasarkan pada perbandingan antara nilai  $t_{hitung}$  dan  $t_{tabel}$  sebagai berikut:

Jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$ ,  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak

Jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$ ,  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  diterima