

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegiatan tertentu. Jenis penelitian sangat diperlukan sehingga setiap langkah yang ditempuh oleh peneliti menjadi lebih maksimal dan lebih dipercaya. Dengan menggunakan jenis penelitian yang tepat maka peneliti akan lebih mudah dalam mengatur urutan kegiatan yang akan dilakukan sebelum dan selama penelitian serta kegiatan setelah penelitian.

Berdasarkan topik yang telah dipilih peneliti, maka jenis penelitian yang dipakai adalah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019:23), "Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menggambarkan dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan". Selanjutnya menurut Arikunto (2013:12), "penelitian kuantitatif adalah pendekatan penelitian yang banyak dituntut menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penjelasan terhadap data tersebut, serta penampilan hasilnya".

Berdasarkan pendapat kedua ahli di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian kuantitatif adalah pendekatan penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme yang digunakan peneliti pada populasi atau sampel tertentu

yang dituntut menggunakan angka mulai dari pengumpulan data penjelasan terhadap data tersebut serta penampilan hasilnya.

Adapun rancangan penelitian ini menggunakan *pre-experimental design* (*one-group pretest-posttest design*), untuk mengetahui akibat dari suatu perlakuan berupa penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual. Berikut ini adalah bagan desain penelitian *one-group pretest-posttest design*.



Sumber: Sugiyono (2019:131)

Bagan 3.1. Desain Penelitian *One Group Pretest-Posttest*

Keterangan:

O_1 : *Pretest* (Pengukuran sebelum diberi perlakuan)

X : Perlakuan

O_2 : *Posttest* (Pengukuran setelah diberi perlakuan)

Dalam desain penelitian ini, dilakukan pengukuran awal (*pretest*) terhadap responden, kemudian responden penelitian diberikan perlakuan lalu dilakukan pengukuran kembali (*posttest*) dengan alat ukur yang sama. Setelah itu hasil pengukuran awal dan akhir (*pretest* dan *posttest*) dibandingkan, untuk mengetahui efektivitas dari penerapan perlakuan variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki yang beralamat di Jalan Timor Raya Km. 15 Noelbaki. Kec. Kupang Tengah.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama 6 bulan yaitu dari bulan Juli sampai Desember 2023.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2019:145) “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya”. Selanjutnya Arikunto (2013:173), mengatakan bahwa populasi adalah keseluruhan dari karakteristik atau unit hasil pengukuran yang menjadi obyek penelitian.

Berdasarkan pendapat kedua ahli diatas dapat disimpulkan bahwa populasi adalah wilayah keseluruhan yang terdiri dari obyek atau subjek yang mempunyai karakteristik atau unit yang menjadi obyek penelitian dan dapat ditarik kesimpulannya.

Hendryadi (2019:162-163), mengemukakan bahwa populasi dapat dibedakan atas populasi terbatas dan populasi tidak terbatas. Populasi terbatas yakni keseluruhan sumber data yang jelas batasnya secara kuantitatif sehingga relatif dapat dihitung jumlahnya dan memiliki

karakteristik terbatas. Populasi tak terbatas adalah keseluruhan sumber data yang tidak ditentukan batasnya, sehingga relatif tidak dapat dinyatakan dalam bentuk jumlahnya dan memiliki karakteristik tidak terbatas. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan populasi terbatas. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII A SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki dengan populasinya berjumlah 30.

2. Sampel

Sugiyono (2019:146) mengatakan, “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, artinya memilih sampel berdasarkan cirri dan tujuan serta pertimbangan tertentu.

Bertolak dari pendapat di atas, sampel dalam penelitian ini adalah sekelompok siswa kelas VIII ASMP Katolik St. Yoseph Noelbaki yang memiliki konsep diri rendah berdasarkan hasil analisis data *pretest* dengan jumlah siswa 3 orang.

D. Defenisi Operasional Variabel

Sugiyono (2019:75), mengatakan bahwa variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hasil tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Lebih lanjut Sugiyono (2019:75), menjelaskan bahwa ada dua variabel dalam penelitian yaitu:

1. Variabel independen

Menurut Sugiyono (2019:75), variabel independen, yang juga disebut variabel bebas, merupakan variabel yang memiliki kemampuan untuk mempengaruhi atau menjadi penyebab perubahan atau timbulnya variabel independen (terikat).

Dalam konteks penelitian ini, variabel bebas (X) teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual. Teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual merupakan proses bantuan yang diberikan kepada siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki yang bertujuan untuk meningkatkan konsep diri siswa. Pelaksanaan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual, mengikuti tahapan sebagai berikut:

- a. Tahap awal
- b. Tahap kerja, dengan langkah-langkah teknik *bibliotherapy* yaitu:
 - 1) Motivasi
 - 2) Membaca bacaan yang disiapkan
 - 3) Lakukan Inkubasi
 - 4) Tindak lanjut
 - 5) Evaluasi
- c. Tahap akhir

2. Variabel Dependen

Sugiyono (2019:75) menjelaskan bahwa variabel dependen seringkali disebut sebagai variabel output atau kriteria, atau konsekuensi. Variabel ini juga dikenal sebagai variabel terikat. Variabel terikat adalah variabel yang mengalami perubahan atau dipengaruhi sebagai hasil dari variabel bebas yang ada.

Dalam konteks penelitian ini, variabel terikat adalah konsep diri. Konsep diri adalah gambaran mengenai diri siswa kelas VIII A yang merupakan kerangka acuan dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Beberapa aspek konsep diri yang diteliti yaitu:

- a. Fisik
- b. Psikis
- c. Sosial
- d. Moral

A. Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2019:181), “instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Selain itu, Menurut Arikunto (2013:203), “instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah”.

Berdasarkan pendapat kedua ahli di atas disimpulkan bahwa instrumen penelitian merupakan suatu alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti

untuk mengukur fenomena alam maupun sosial agar mendapatkan hasil yang baik, cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Instrumen Pengumpul Data (Angket)

Menurut Sugiyono (2019:234), “Angket atau kuesioner merupakan instrumen pengumpul data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”.

Sudaryono (2018:76-78), mengatakan angket dibedakan menjadi dua jenis, yaitu:

a) Angket Terbuka

Angket terbuka merupakan angket yang berisi pertanyaan-pertanyaan atau pernyataan pokok yang bisa dijawab atau direspons oleh responden secara bebas. Responden mempunyai kebebasan untuk memberikan jawaban atau respons sesuai dengan persepsinya. Atau dengan kata lain, angket terbuka atau angket tidak berstruktur ialah angket yang disajikan dalam bentuk sederhana sehingga responden dapat memberikan isian sesuai dengan kehendak dan keadaannya.

b) Angket Tertutup

Angket tertutup merupakan angket yang berisi pertanyaan atau pernyataan yang sudah disusun secara berstruktur di samping ada pertanyaan pokok atau pertanyaan utama, juga ada anak pertanyaan atau sub pertanyaan. Dalam angket tertutup telah memiliki alternatif jawaban (*option*) yang tinggal dipilih oleh responden dengan cara memberikan tanda (x) atau tanda (\surd). Responden tidak bisa memberikan jawaban atau respons lain kecuali yang telah tersedia sebagai alternatif jawaban.

Berpedoman pada pendapat di atas, maka angket yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah angket tertutup (berstruktur). Dalam penggunaan angket sebagai instrumen pengumpul data peneliti awali

dengan kegiatan penyusunan pedoman skoring dan dilanjutkan dengan kegiatan uji coba angket.

1) Pedoman Skoring

Pedoman skoring merupakan acuan yang digunakan untuk menentukan skor angket. Instrumen penelitian ini berupa angket dengan alternatif jawaban menggunakan skala *Likert*. Menurut Sudaryono (2018:100), “Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok tentang kejadian atau gejala sosial”. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan alternatif jawaban sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Hasil penelitian ini akan diolah secara statistik, maka setiap alternatif perlu diberi skor. Pemberian skor pada setiap pernyataan dapat dilihat pada tabel 3.1.

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban Angket Konsep Diri

No	Alternatif Jawaban	Skor Jawaban	
		Positif	Negatif
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

2) Uji Coba Angket

Uji coba Angket merupakan cara yang dilakukan oleh peneliti untuk memperoleh angket yang berkualitas. Angket yang berkualitas

adalah angket yang menunjukkan tingkat validitas dan reliabilitas yang tinggi. Sampel uji coba angket adalah kelas VIII B SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024 dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Proses pengumpulan data uji coba angket dilakukan pada tanggal 9 November 2023 di ruangan kelas VIII B. Nama-nama responden uji coba angket konsep diri dapat dilihat pada lampiran 07. Data tabulasi skor uji coba angket konsep diri dapat dilihat pada lampiran 08.

a) Uji Validitas Angket

Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas yang tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah. Sugiyono (2019:206) mengemukakan “valid berarti dapat mengukur apa yang seharusnya diukur”. Tinggi rendahnya validitas angket menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran variabel yang diteliti.

Pengujian validitas angket menggunakan rumus korelasi *Product Moment*. Untuk menghitung validitas angket dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 16.0 *for windows*. sebagai alat bantu dalam penelitian ini. Setelah melakukan perhitungan koefisien korelasi r_{hitung} , pengujian validitas item dilakukan dengan cara membandingkan nilai signifikansi 5%, maka item valid, tetapi jika nilai signifikansi 5%, maka item tidak valid. langkah selanjutnya adalah merujuk pada nilai r_{tabel} atau nilai

kritikal $r_{produk\ moment}$ pada tingkat signifikansi 5%, jika nilai r_{hitung} lebih besar dari pada r_{tabel} atau $r_{hitung} > r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% maka angket dianggap valid sehingga dapat digunakan untuk pengumpulan data sebaliknya jika nilai r_{hitung} lebih kecil dari pada r_{tabel} atau $r_{hitung} < r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5% maka hasil analisis validitas data penelitian angket dianggap tidak valid sehingga tidak dapat digunakan untuk pengumpulan data penelitian (lampiran 09).

Data hasil uji validitas menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 16.0 for windows adalah sebagai berikut:

Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Angket Konsep Diri

No Item	r_{hitung}	r_{tabel}	Keterangan
1	0,405	0,361	Valid
2	0,384	0,361	Valid
3	0,411	0,361	Valid
4	0,455	0,361	Valid
5	0,367	0,361	Valid
6	0,434	0,361	Valid
7	0,391	0,361	Valid
8	0,372	0,361	Valid
9	0,392	0,361	Valid
10	0,419	0,361	Valid
11	0,410	0,361	Valid
12	0,375	0,361	Valid
13	0,408	0,361	Valid
14	0,526	0,361	Valid
15	0,380	0,361	Valid
16	0,442	0,361	Valid
17	0,465	0,361	Valid
18	0,365	0,361	Valid
19	0,473	0,361	Valid
20	0,375	0,361	Valid

21	0,503	0,361	Valid
22	0,511	0,361	Valid
23	0,382	0,361	Valid
24	0,361	0,361	Valid
25	0,535	0,361	Valid
26	0,463	0,361	Valid
27	0,599	0,361	Valid
28	0,593	0,361	Valid
29	0,597	0,361	Valid
30	0,419	0,361	Valid
31	0,511	0,361	Valid
32	0,382	0,361	Valid
33	0,361	0,361	Valid
34	0,545	0,361	Valid
35	0,463	0,361	Valid
36	0,599	0,361	Valid
37	0,593	0,361	Valid
38	0,597	0,361	Valid
39	0,419	0,361	Valid
40	0,362	0,361	Valid
41	0,429	0,361	Valid
42	0,372	0,361	Valid

Dari data hasil uji validitas menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 16.0 *for windows* dapat diketahui bahwa semua item yang berjumlah 42 item dinyatakan valid sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini.

b) Uji Reliabilitas Angket

Sugiyono (2019:207) mengemukakan “instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama”. Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data. Instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat

dipercaya juga. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 16.0 *for windows* untuk menguji reliabilitas angket dengan formula uji *alpha cronbach*.

Siregar (2016:175), menyatakan “kriteria suatu instrumen penelitian dikatakan reliabel, bila hasil koefisien reliabilitas *alpha* (α)>0,6”, maka apabila hasil koefisien reliabilitas *alpha* yang diperoleh (α)>0,6 dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian tersebut reliabel, sebaliknya jika koefisien reliabilitas *alpha* yang diperoleh (α)<0,6 maka dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian tersebut tidak reliabel.

Hasil uji reliabilitas angket konsep diri menggunakan aplikasi SPSS versi 16.0 *for windows* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas Angket Konsep Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.904	42

Dari data reliabilitas menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 16.0, hasil koefisien reliabilitas *alpha* yang diperoleh adalah 0,905 > 0,6, sehingga dapat disimpulkan bahwa angket konsep diri reliabel dan dapat dijumlahkan untuk mengumpulkan data penelitian.

2. Instrumen Perlakuan

Instrumen perlakuan yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah panduan operasional penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual. Pedoman ini disusun oleh peneliti berdasarkan kerangka pelaksanaan layanan konseling individual khususnya langkah-langkah teknik *bibliotherapy*. Penyusunan panduan operasional penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual oleh peneliti dikonsultasikan dengan dosen pembimbing untuk mendapatkan masukan yang bermanfaat demi penyempurnaan panduan operasional tersebut, dengan memperhatikan langkah-langkah teknik *bibliotherapy* (Lampiran 03).

F. Pengumpulan Data

Kegiatan pengumpulan data dilakukan dalam dua tahap. Adapun tahapan pengumpulan data ini meliputi tahap persiapan dan tahap pengumpulan data penelitian. Kegiatan yang dilakukan dikemukakan sebagai berikut :

1. Tahap persiapan

Kegiatan yang dilakukan peneliti dalam tahap ini yaitu mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan sebelum melakukan kegiatan penelitian.

Kegiatan yang dipersiapkan meliputi persiapan teknis dan persiapan administrasi.

a. Persiapan Teknis Penelitian

Pada tahap ini, peneliti mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan sebelum kegiatan penelitian. Persiapan teknis dalam penelitian ini yakni menyusun kisi-kisi angket, menyusun angket berdasarkan kisi-kisi serta menyusun panduan operasional penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual.

b. Persiapan administrasi penelitian

Kegiatan yang dilakukan dalam kaitannya dengan persiapan administrasi adalah sebagai berikut:

- 1) Peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling pada tanggal 03 November 2023 (lampiran 04).
- 2) Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada Dekan FKIP, dengan nomor: 065/WM.H6.FKIP/BK/IZ/XI/2023, pada tanggal 08 November 2023 (lampiran 05).
- 3) Dekan FKIP mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada kepala SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki pada tanggal 08 November 2023, dengan nomor: 228/WM.H4.FKIP/IZ/IX/2023 (lampiran 06).

- 4) Pada tanggal 09 November 2023, peneliti bertemu dengan kepala TU SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki, dengan maksud memberikan surat izin penelitian.
- 5) Pada tanggal 09 November 2023, peneliti bertemu dengan kepala SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki, dengan maksud memberikan surat izin penelitian sekaligus menyampaikan hal teknis yang menyangkut dengan penelitian.

G. Fase Penelitian dan Prosedur Intervensi

1. Fase Penelitian

Rancangan penelitian ini adalah *pre-experimental*, oleh sebab itu penelitian ini dilaksanakan melalui 3 fase yakni fase pertama *pretest/tes* awal atau pengukuran sebelum diberikan perlakuan, fase kedua *treatment* atau perlakuan, dan fase ketiga *posttest/tes* akhir atau pengukuran setelah diberikan perlakuan. Berikut ini adalah ketiga fase yang akan dilaksanakan oleh peneliti:

a. Fase pertama *Pretest/Tes* Awal

Fase *pretest/tes* awal merupakan fase pengukuran sebelum diberikan perlakuan atau *treatment* oleh peneliti. Pada fase ini, peneliti melakukan pengukuran dengan menggunakan instrumen yang telah disusun yaitu angket. *Pretest/tes* awal dilakukan agar peneliti memperoleh gambaran tentang konsep diri siswa.

Nurgiyantoro (dalam Widhiarso, 2011:64), menyatakan bahwa, langkah-langkah untuk menentukan sampel penelitian seperti berikut:

- 1) Menentukan mean hipotetik dengan rumus:

$$M = \frac{(\sum \text{item} \times \text{skor tertinggi}) + (\sum \text{item} \times \text{skor terendah})}{2}$$

- 2) Menentukan standar deviasi dengan rumus:

$$SD = \frac{1}{6} (X \text{ max} - X \text{ min})$$

- 3) Menentukan kategorisasi dengan rumus:

$$\text{Tinggi} : X > (\text{mean} + 1 \text{ SD})$$

$$\text{Sedang} : (\text{mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{mean} + 1 \text{ SD})$$

$$\text{Rendah} : X < (\text{mean} - 1 \text{ SD})$$

Berdasarkan pendapat di atas, maka langkah-langkah untuk menetapkan kategorisasi konsep diri dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Menentukan mean hipotetik

$$M = \frac{(\sum 42 \times 4) + (\sum 42 \times 1)}{2} = \frac{168+42}{2} = \frac{210}{2} = 105$$

- 2) Menentukan standar deviasi

$$SD = \frac{1}{6} (168 - 42) = \frac{126}{6} = 21$$

- 3) Menentukan kategorisasi

$$\text{Tinggi} = (105 + 21)$$

$$= X > 126$$

Sedang= Untuk kategori sedang ditentukan dari rentang di antara nilai kategori rendah dan tinggi yaitu 84 - 126

$$\text{Rendah} = (105 - 21)$$

$$= X < 84$$

Tabel 3.4 Pedoman Kategorisasi Angket Konsep diri

Kategori	Skor
Tinggi	$X > 126$
Sedang	$84 < X \leq 126$
Rendah	$X < 84$

b. Fase kedua *treatment*

Pada fase ini, peneliti melakukan *treatment* berupa penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual untuk meningkatkan konsep diri. Perlakuan atau pelaksanaan *treatment* melalui konseling individual dilaksanakan selama 4 sesi pertemuan yang masing-masing sesi berlangsung selama 2 x 45 menit (lampiran 03).

c. Fase ketiga *Posttest*

Fase *posttes* dilaksanakan setelah penerapan teknik *bibliotherapy* atau *treatment* terhadap siswa yang menjadi sampel penelitian, dengan menggunakan instrumen penelitian yang sama yaitu angket konsep diri.

Skor yang diperoleh dibandingkan dengan skor hasil *pretest/tes* awal. Apabila skor *pretest/tes* awal lebih rendah dari skor *posttest/tes* akhir, maka penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif untuk peningkatan konsep diri siswa, sebaliknya apabila skor *pretest/tes* awal lebih tinggi dari skor *posttest/tes* akhir, maka penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual tidak efektif untuk peningkatan konsep diri siswa.

2. Prosedur Intervensi

Penerapan teknik *bibliotherapy* dilakukan secara berurutan dengan mengikuti tahapan konseling individual sebagai berikut:

a. Tahap awal

- 1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa
- 2) Peneliti menjelaskan pengertian, tujuan dalam pelaksanaan konseling individual.
- 3) Peneliti dan siswa menyetujui waktu selama melakukan konseling individual

b. Tahap pertengahan (Tahap kerja)

1) Tahap penjelajahan

Peneliti menjajaki hal-hal yang menyangkut dengan permasalahan dan perkembangan masalah yang dialami siswa.

- 2) Peneliti memberikan bantuan dengan menggunakan teknik *bibliotherapy*.

Langkah-langkah *bibliotherapy* terkait topik konsep diri siswa.

Oslen (Suparyo, 2010:36).

a) Motivasi

Peneliti dapat memberikan kegiatan pendahuluan yang dilakukan agar siswa termotivasi untuk terlibat aktif dalam kegiatan selanjutnya.

b) Membaca bacaan yang disiapkan

Peneliti memberi waktu kepada siswa untuk membaca bacaan yang telah dipilih pada siswa.

c) Lakukan Inkubasi

Peneliti memberikan waktu kepada siswa sehingga siswa bisa merenungi, mendalami serta merefleksi materi yang diberikan dan mengerjakan LKS.

d) Tindak Lanjut

Peneliti melakukan metode diskusi atau saling bertukar pendapat dengan peneliti sehingga mendapatkan gagasan baru.

e) Evaluasi

Konseli secara mandiri dapat menyusun dan mengutarakan kesimpulan dari pengalaman yang dialami.

c. Tahap akhir

- 1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan
- 2) Peneliti bersama siswa menyusun program dimasa yang akan datang
- 3) Peneliti memberikan penguatan
- 4) Peneliti member tugas rumah
- 5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih.

H. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian penting dalam penelitian, serta dapat membantu peneliti memecahkan masalah yang sedang diteliti. Menurut Sugiyono (2019: 241) “Analisis data adalah kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul”.

Berdasarkan pada rancangan penelitian desain *one group pretest posttest design*, data yang akan dianalisis yaitu data yang dikumpulkan menggunakan instrumen yang akan dianalisis yaitu data yang dikumpulkan menggunakan instrumen yang telah disiapkan peneliti (angket konsep diri).

Teknik analisis data merujuk pada analisis deskriptif kuantitatif.

a) Analisis *Pretest*

Analisis *pretest* dilakukan sebelum kegiatan konseling individual dengan teknik *bibliotherapy* dilaksanakan. Data yang dianalisis yaitu data yang dikumpulkan menggunakan instrumen yang telah disiapkan peneliti (angket konsep diri), yang dibagikan dan dijawab oleh siswa sebelum diberi konseling individual dengan menerapkan teknik *bibliotherapy*. Rumus yang digunakan dalam analisis *pretest* adalah rumus *Mean* (rata-rata).

$$\bar{x}_1 = \frac{\sum x_1}{n_1}$$

Keterangan:

\bar{x}_1 = Hasil pengukuran *Pretest*

$\sum x_1$ = Jumlah keseluruhan skor (*pretest*)

n_1 = Jumlah responden

Sumber: Siregar (2016:21)

b) Analisis *Posttest*

Analisis *posttest* dilakukan setelah kegiatan konseling individual dengan teknik *bibliotherapy* dilaksanakan. Data yang akan dianalisis yaitu data yang dikumpulkan menggunakan instrumen yang telah disiapkan peneliti (angket konsep diri), yang dibagikan dan dijawab oleh siswa setelah kegiatan konseling individual dengan teknik *bibliotherapy*. Rumus yang digunakan dalam analisis *posttest* adalah rumus *Mean* (rata-rata).

$$\bar{x}_2 = \frac{\sum x_2}{n_2}$$

Keterangan:

\bar{x}_2 = Hasil pengukuran *posttest*

$\sum x_2$ = Jumlah keseluruhan skor (*posttest*)

n_2 = Jumlah responden

Sumber: Siregar (2016:21)

c) Uji Hipotesis

Untuk mengetahui apakah teknik *bibliotherapy* melalui layanan konseling individual dapat meningkatkan konsep diri maka, hasil *pretest* dan *posttest* selanjutnya diuji dengan metode uji *t* (*paired sampel*) dengan teknik analisis *dependent t-test*. Metode uji statistik digunakan untuk mengukur *pretest* (O_1) dan *posttest* (O_2) dari variabel terikat atau *dependent variable* (Y).

dengan formula uji *t* sampel berpasangan (*paired sampel*), sebagai berikut:

$$t = \frac{M_d}{\sqrt{\frac{\sum x_d^2}{n(n-1)}}}$$

Keterangan:

t = Nilai t yang dihitung

d_i = Selisih skor sesudah dengan skor sebelum dari setiap subjek (i)

M_d = Rerata dari gain (d)

X_d = Deviasi skor gain terhadap reratanya ($X_d = d_i - M_d$)

X_d^2 = Kuadrat deviasi skor gain terhadap reratanya

n = Subjek penelitian

Sumber: Ananda dan Fadhli (2018:282)

Selanjutnya untuk mengetahui tingkat signifikansi maka akan dilakukan uji signifikansi nilai t dengan merujuk pada tabel *critical values for t* yang telah ditetapkan dengan n (jumlah siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki yang memiliki konsep diri rendah) dan $db = n-2$, dengan langkah sebagai berikut:

- a) Tetapkan titik kritis yaitu 95% atau $\alpha = 5\%$
- b) Tentukan daerah kritis dengan $dk = n-2 = 21-2 = 19$
- c) Tentukan t hitung dengan menggunakan rumus *dependent t test*
- d) Lakukan uji signifikansi dengan membandingkan besarnya t hitung dengan t tabel.
- e) Membuat interpretasi sesuai kaidah yang digunakan.

Selanjutnya akan dibuat interpretasi dengan mengikuti kaidah berikut yakni, jika:

- 1) $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}} 5\%$ maka pengaruh intervensi adalah signifikan
- 2) $t_{\text{hitung}} < t_{\text{tabel}} 5\%$ maka pengaruh intervensi tidak signifikan

Hasil analisis data akan menjelaskan mengenai keefektifan dari penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual sebagai variabel bebas (X) untuk peningkatan konsep diri siswa sebagai variabel terikat (Y). Jika hasil analisis tidak ada perbedaan hasil/skor yang terjadi antara *pretest* dan *posttest* maka penerapan teknik *bibliotherapy* dinyatakan tidak efektif untuk peningkatan konsep diri siswa atau H_0 diterima dan H_a ditolak, sedangkan jika hasil analisis menunjukkan ada perbedaan maka hal ini menyatakan bahwa penerapan teknik *bibliotherapy* efektif peningkatan konsep diri siswa dengan kata lain H_0 ditolak dan H_a diterima.

