

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Metode adalah aspek yang sangat penting dan besar pengaruhnya terhadap berhasil tidaknya suatu penelitian, terutama untuk mengumpulkan data. Sebab data yang diperoleh dalam suatu penelitian merupakan gambaran dari obyek penelitian¹.

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini, maka penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.²

Berdasarkan pendapat Arikunto berkaitan dengan jenis-jenis penelitian, maka peneliti menyimpulkan jenis penelitian ini adalah eksperimen karena dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari sesuatu yang dikenakan pada subjek yang diteliti

¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi* (Bandung :Alfabeta, 2011), 25.

² Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2012), 14.

(peneliti menerapkan suatu perlakuan).³ Rancangan penelitian eksperimen yang digunakan yakni *Pretest-Posttest Control Group Design* yaitu desain eksperimen yang dilakukan dengan jalan melakukan pengukuran atau observasi awal sebelum dan sesudah perlakuan diberikan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol⁴. Subjek penelitian terbagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberi perlakuan berupa Hipnoterapi, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi Hipnoterapi. Kedua kelompok sama-sama mendapatkan *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan skala Kejenuhan Belajar.

Bagan 1.

Desain Penelitian *Pretest-Posttest Control Group Design*

$$O_a \rightarrow (x) \rightarrow O_a^1$$

$$O_b \rightarrow (-) \rightarrow O_b^1$$

Keterangan:

O_a : pretest siswa kelompok eksperimen.

O_b : pretest siswa kelompok kontrol.

O_a¹ : posttest siswa kelompok eksperimen setelah perlakuan.

O_b¹ : posttest siswa kelompok tanpa perlakuan.

³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 207.

⁴ Latipun, *Psikologi Eksperimen* (Malang: UMM Press, 2008), 122.

Oa dan Ob menggambarkan siswa kedua kelompok pada tes pertama sebelum perlakuan. (x) perlakuan untuk kelompok eksperimen. (-) tanpa perlakuan untuk kelompok kontrol. Oa¹ dan Ob¹ adalah siswa yang diberikan tes kedua setelah perlakuan dan tanpa perlakuan.

Perlakuan diberikan oleh seorang terapis yang mempunyai gelar C.H (*Certificate Hypnosis*) dan C.Ht (*Certificate Hypnotherapy*) yaitu Zenu Shobiri C.H. C.Ht. dari *The Indonesian Board of Hypnotherapy* (IBH) Jl. Mampang Prapatan Raya No.106, Jakarta 12760. Dalam penelitian ini, peneliti bertindak sebagai dokumentator yang mendokumentasikan jalannya perlakuan.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi yang dipilih peneliti sebagai tempat penelitian adalah Madrasah Aliyah Nahdlatul Ulama (MANU) yang beralamatkan di Pondok Pesantren Mojosari Desa Ngepeh Kecamatan Loceret Kabupaten Nganjuk karena dari hasil wawancara dengan guru BK dan hasil observasi yang dilakukan pada bulan November hingga Februari 2016 serta pengalaman peneliti selama menjadi siswa diketahui bahwa banyak siswa yang mengalami gejala kejenuhan belajar dan memperlihatkan perilaku negatif.

C. Data dan Sumber data

1. Sumber data primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian dengan menggunakan alat pengukuran atau alat pengambilan data langsung kepada subjek penelitian. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI.

2. Sumber data sekunder

Sedangkan data sekunder adalah data yang diperoleh dari pihak lain, tidak langsung didapat dari subjek penelitian. Data sekunder dari penelitian ini adalah buku-buku yang berkaitan dengan judul penelitian ini, serta wawancara.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.⁵ Populasi bukan sekedar jumlah yang ada pada objek/subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu.⁶

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XI Madrasah Aliyah Nahdlatul Ulama Mojosari yang terdiri dari 4 kelas berjumlah 126 siswa dengan rincian sebagai berikut:

⁵ Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, Vol. IV (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), 115.

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi*, 119.

Tabel 1.

Data siswa kelas XI

NO	KELAS	JUMLAH SISWA
1.	IPA	35 Siswa
2.	AGAMA	26 siswa
3.	IPS-1	33 Siswa
4.	IPS-2	32 Siswa
Jumlah		126 Siswa

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti.⁷

Sampel yang diambil harus benar-benar representatif (mewakili) untuk mendapatkan hasil atau kesimpulan yang dapat diberlakukan untuk populasi.⁸

Untuk mewujudkan hal ini maka diperlukan teknik pengumpulan sampel yang tepat agar sampel dapat mewakili populasi secara representatif. Agar dapat memperoleh sampel yang benar-benar mewakili sehingga hasil penelitian ini dapat digeneralisasikan pada populasi, maka pengambilan sampel dapat dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sesuai dengan pertimbangan tertentu⁹ yang telah ditentukan sebelumnya oleh peneliti.

Adapun prosedur pengambilan sampel dalam penelitian ini langkah-langkahnya meliputi:

⁷ Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, 117.

⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi*, 120.

⁹ *Ibid*, 126.

- a. Pemberian *pretest* kepada seluruh siswa kelas XI.
- b. Dari hasil tersebut dapat dilihat jumlah siswa yang menunjukkan mempunyai skor kejenuhan belajar tinggi.
- c. Setelah didapatkan siswa dengan skor kejenuhan belajar yang tinggi, kemudian dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan prosedur yang sistematis dan terstruktur guna memperoleh data yang relevan, akurat, valid, dan reliabel sesuai dengan kebutuhan penelitian yang akan dilakukan. Teknik menunjuk suatu kata yang abstrak dan tidak diwujudkan dalam benda, tetapi hanya dapat dilihat penggunaannya melalui: angket, wawancara, pengamatan, ujian (tes), dokumentasi, dan lainnya.¹⁰

Dalam penelitian ini digunakan metode angket untuk memperoleh data tentang siswa. Menurut Sugiyono angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.¹¹

Angket yang dimaksud adalah angket tertutup dan langsung dimana angket tersebut sudah tersedia beberapa pilihan jawaban sehingga siswa dapat memilih sesuai dengan keadaan dirinya sendiri. Angket digunakan untuk mengetahui siswa yang mengalami kejenuhan belajar.

¹⁰ Riduwan, *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2010), 24.

¹¹ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, 14.

Penelitian ini menggunakan angket tertutup dimana peneliti mengharapkan responden untuk memilih salah satu alternatif jawaban dari setiap pertanyaan yang telah tersedia. Sedangkan jawaban dituliskan dengan memberikan tanda checklist/centang (✓) sesuai dengan keadaan siswa.

Adapun kisi-kisi angket yang akan di gunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 2.

Kisi-Kisi Skala Kejenuhan Belajar

Variabel	Dimensi	Indikator
Kejenuhan Belajar	Kelelahan secara kejiwaan dan perilaku	Merasa bosan
		Merasa bingung
		Semangat rendah
		Merasa tidak nyaman
		Perasaan sia-sia
		Sukar membuat keputusan

Langkah selanjutnya setelah menyusun kisi-kisi angket yaitu menyusun butir-butir pernyataan atau pertanyaan dalam angket. Adapun *blue print* angket kejenuhan belajar pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.

Blue Print Skala Kejenuhan Belajar

Variabel	Indikator	Favorable	Unfavorable	Aitem	%
Kejenuhan Belajar	Bosan	1, 13, 25, 37, 49	7, 19, 31, 43	9	15,52%
	Bingung	2, 14, 26, 38, 50	8, 20, 32, 44, 57	10	17,24%
	Semangat rendah	3, 15, 27, 39, 51, 52	9, 21, 33, 45, 58	11	18,96%
	Merasa tidak nyaman	4, 16, 28, 40, 53	10, 22, 34, 46	9	15,52%

	Perasaan sia-sia	5, 17, 29, 41, 54 55	11, 23, 35, 47	10	17,24%
	Sukar membuat keputusan	6, 18, 30, 42, 56	12, 24, 36, 48	9	15,52%
Total Aitem				58	100%

Setelah instrument pengumpulan data berupa angket selesai disusun maka diperlukan beberapa tahap lagi sebelum instrument yang ada dapat digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini. Tahapan yang harus dilaksanakan adalah melakukan uji validitas dan uji reliabilitas.

Dalam penelitian ini angket yang digunakan adalah jenis angket tertutup dimana angket tersebut menggunakan empat alternatif jawaban yang diberi skor sesuai dengan ketentuan berikut ini:

Tabel 4.

Kunci Skor Jawaban Skala Kejenuhan Belajar

Variabel	Jawaban	Skor item (favorable)	Skor item (unfavorable)
Kejenuhan Belajar	Sangat sesuai	4	1
	Sesuai	3	2
	Tidak sesuai	2	3
	Sangat tidak sesuai	1	4

F. Analisis Data

Analisis data adalah langkah yang paling penting dalam suatu penelitian. Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh

responden atau sumber data lain terkumpul.¹² Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Uji Validitas Skala

Menurut Ali Anwar “Validitas ialah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu instrumen betul-betul mengukur apa yang perlu diukur”.¹³ Prosedur uji *validitas* yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan pengujian dengan *Product Moment*. Pada hasil uji validitas, jika r hitung lebih besar dari r tabel maka data dinyatakan valid. Adapun validitas skala dapat diketahui dengan rumus *Product Moment* sebagai berikut:

Rumus 1.

$$r = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{n}}{\sqrt{\left(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}\right) \left(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n}\right)}}$$

Keterangan :

r_{xy} = koefisien korelasi antara X dan Y

n = jumlah subjek

X = skor tiap item

Y = skor seluruh item subjek

XY = produk dari X dikali Y

¹² Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi*, 199.

¹³ Ali Anwar, *Statistika Penelitian Pendidikan dan Aplikasinya dengan SPSS dan Excel* (Kediri: IAIT Press, 2009), 8.

2. Uji Reliabilitas Skala

Tabulasi data diproses penghitungannya menggunakan SPSS 16.0, sehingga muncul hasil reliabilitas. Reliabilitas sebenarnya adalah konsistensi atau kepercayaan hasil ukur yang mengandung kecermatan pengukuran. Reliabilitas dinyatakan dalam koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya. Koefisien reliabilitas akan diketahui dengan menggunakan rumus alfa sebagai berikut:¹⁴

Rumus 2.

$$\alpha = \left(\frac{K}{K - 1} \right) \left(\frac{s_r^2 - \sum s_i^2}{s_x^2} \right)$$

α = Koefisien reliabilitas Alpha Cronbach

K = Jumlah item pertanyaan yang diuji

$\sum s_i^2$ = Jumlah varians skor item

s_x^2 = Varians skor-skor tes (seluruh item K)

3. Uji Normalitas

Untuk mengetahui data normal atau tidaknya menggunakan SPSS versi 16.0 dengan menggunakan perhitungan *Kolmogorov-Smirnov*, yang mana bila angka signifikan lebih besar atau sama dengan 0,05, maka berdistribusi normal, tetapi jika kurang, maka data

¹⁴ Saifudin Azwar, *Reabilitas & Validitas* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001),78.

tidak berdistribusi normal.¹⁵ Normalitas data dapat dilihat dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*.¹⁶

4. Uji Homogenitas

Untuk mengetahui data homogen atau tidaknya menggunakan SPSS versi 16.0, yang mana bila angka signifikan lebih besar atau sama dengan 0,05, maka berdistribusi normal, tetapi jika kurang, maka data tidak homogen.

5. Uji Hipotesis: a) pretest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, b) pretest dan posttest kelompok eksperimen, c) posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang menggunakan *t-test* (uji-t) dengan taraf kesalahan 5%.

G. Tahapan Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti akan memberikan prosedur perlakuan kepada siswa yang memiliki tingkat kejenuhan belajar tinggi dari hasil *pre-test*. Perlakuan akan diberikan oleh bantuan terapis yang sudah berpengalaman dan memiliki sertifikat *hipnoterapist* dan dilakukan di dalam ruangan kelas. Perencanaan perlakuan disesuaikan dengan rancangan penelitian, yang terdiri dari:

1. Tahap Pemberian *Pre-Test*

Maksud pemberian *pre-test* adalah untuk mengetahui tingkat

¹⁵ Ali Anwar, *Statistika Penelitian Pendidikan dan Aplikasinya dengan SPSS dan Excel.*, 107.

¹⁶ Wiratna Sujarwati, *Belajar Mudah SPSS Untuk Penelitian Mahasiswa dan Umum* (Yogyakarta: Global Media Informasi, 2008), 45.

kejenuhan belajar pada siswa sebelum diberi perlakuan. Pemberian *pre-test* ini dilakukan oleh peneliti sendiri. *Pre-test* dilakukan dengan menyebarkan angket kepada siswa kelas XI dan angket tersebut harus diisi sesuai dengan keadaan dirinya. Setelah dijawab angket tersebut diminta kembali dan selanjutnya semua jawaban dianalisis. Dari analisis tersebut dapat diketahui tingkat kejenuhan belajar siswa. Hasil analisis dari data tersebut dapat digunakan untuk memilih sejumlah siswa yang memiliki skor kejenuhan belajar tinggi. Siswa tersebut diambil untuk dijadikan subjek penelitian.

2. Tahap Pemberian Perlakuan

Setelah didapatkan hasil *pre-test*, siswa yang memiliki skor / tingkat kejenuhan belajar yang tinggi pada kelompok eksperimen akan diberikan perlakuan berupa *hipnoterapi* dan siswa pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

3. Tahap Pemberian *Post-Test*

Setelah kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa *hipnoterapi*, peneliti menyebarkan angket seperti pada *pre-test* sebagai kegiatan *post-test* pada kelompok eksperimen dan juga pada kelompok kontrol.