

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN PENELITIAN**

#### **A. Orientasi Kancan Penelitian**

Sebelum penelitian dilaksanakan, tahap awal yang harus dilakukan adalah menentukan tempat dimana penelitian akan dilakukan serta mempersiapkan segala sesuatunya agar kegiatan penelitian menjadi lancar. Peneliti mengambil subjek anak berusia 14-16 tahun di SMK Negeri 1 Jepara. SMK Negeri 1 Jepara memiliki berbagai macam jurusan diantaranya adalah TKJ (Teknik Jaringan Komputer), TPHP (Teknik Pengolahan Hasil Pangan), TPHPi (Teknik Pengolahan Hasil Perikanan), TKR (Teknik Kendaraan Ringan), dan NKPI (Nauritika Perkapalan dan Penangkapan Ikan). Kelas yang diambil adalah kelas X 2 jurusan NKPI.

Alasan peneliti menggunakan SMK Negeri 1 Jepara kelas X NKPI sebagai lokasi penelitian sebagai berikut :

- a) SMK Negeri 1 Jepara belum pernah mendapatkan grafoterapi terhadap kontrol diri.
- b) Remaja yang bersekolah di SMK Negeri 1 Jepara hampir sebagian besar berasal dari latar belakang keluarga yang sama yaitu berasal dari keluarga nelayan.
- c) Peneliti bertanya secara singkat kepada guru BK kelas X SMK Negeri 1 Jepara mengenai kasus – kasus anak SMK. Kasus yang

tercatat paling banyak dalam waktu 1 blok (1 semester) adalah anak jurusan NKPI

- d) Ketika peneliti melakukan raport kepada siswa, memang ditemui beberapa anak NKPI memiliki perilaku yang kurang baik, seperti telat masuk kelas hingga 20 menit, bolos pada jam pelajaran tertentu, bahkan berkata kata – kata kotor.
- e) Pihak Humas SMK Negeri 1 Jepara memberikan ijin penelitian kepada peneliti.

## **B. Persiapan Penelitian**

Persiapan penelitian dilakukan dengan mengajukan surat permohonan ijin penelitian, pemilihan alat tes, serta penentuan subjek penelitian.

### **1. Permohonan Ijin Penelitian**

Sebelum memulai penelitian, peneliti terlebih dahulu mengajukan perijinan pada pihak terkait secara tertulis.

Adapun perijinan ini melalui tahap-tahap sebagai berikut

- a. Meminta surat permohonan ijin dari Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang sebagai surat ijin penelitian di Universitas Katolik Soegijapranata itu sendiri. Surat tersebut bernomor 0311/B.7.3/FP/IX/2015 tertanggal 11 September 2015.
- b. Meminta surat pernyataan kepada HUMAS SMK Negeri 1 Jepara bahwa peneliti sudah melakukan penelitian eksperimen pengaruh grafoterapi terhadap kontrol diri pada remaja di SMK

Negeri 1 Jepara. Surat tersebut bernomor 800 / 0303 / 2016 tertanggal 14 Mei 2016)

- c. Mengajukan surat permohonan ijin berupa *informed consent* kepada siswa - siswa yang bersedia menjadi subjek penelitian

## 2. Pemilihan Skala Tes

Alat tes yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini, yaitu skala kontrol diri dimana berisi 40 soal pernyataan sesuai dan tidak sesuai. Soal – soal ini menyangkut aspek – aspek kontrol diri seperti kemampuan mengendalikan atau menahan tingkah laku, kemampuan untuk mengikuti peraturan yang berlaku, tidak tergesa – gesa, dan keyakinan diri. Sistem penilaian jawaban adalah sebagai berikut : sangat sesuai (SS) skor 4; sesuai (S) skor 3; tidak sesuai (TS) skor 2; sangat tidak sesuai (STS) skor 1. Tabulasi item dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2

Tabel Aspek dan Item Skala Kontrol Diri

No	Aspek kontrol diri	Favorable	Unfavorable	Jumlah (item)
1	Kemampuan mengendalikan tingkah laku	7,10,15,26,37	17,19,20,29, 35	10
2	Kemampuan mengikuti peraturan yang berlaku	1,14,16,24,30	6,11,23,25, 31	10
3	Tidak tergesa – gesa	4, 5, 18, 33, 39	12,21,27,32,34	10
4	Keyakinan diri	2,3, 9, 36, 40	8, 13,22,28,38	10
Total				40

### 3. Penyusunan Materi Pelatihan

Bapak Siswanto, S.Psi, M.Si selaku ahli grafoterapi dan dosen pembimbing peneliti memberikan arahan dan saran dalam pembuatan modul. Jumlah soal dalam modul tersebut adalah 30 soal.

### 4. Survey Tempat

Penelitian dilakukan di SMK Negeri 1 Jepara. Survey tempat dilakukan pada tanggal 15 September 2015. Tempat yang digunakan adalah ruang kelas 2 dan 3 dimana terdapat papan tulis putih, lampu penerangan yang cukup dan beberapa kursi yang dapat digunakan selama grafoterapi. Selain itu, peneliti juga memberikan alat tulis berupa: 35 pensil dan penghapus, serta 2 rim kertas yang digunakan untuk mendukung jalannya grafoterapi.

### 5. Subjek Penelitian

Jumlah subjek yang ada dalam satu kelas adalah 32 orang, sesuai dengan absen sekolah yang telah disediakan. Namun ada 2 subjek yang tidak mengisi *informent concent* dikarenakan subjek sedang dalam proses pindah jurusan lain, serta ada juga subjek yang memang tidak mau mengisi. Mengetahui hal itu, peneliti hanya mendapatkan 30 subjek yang nanti akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

### 6. Pengambilan Data

Dalam pengambilan data peneliti menggunakan skala kontrol diri, dimana bertujuan untuk mengukur tingkat kontrol diri remaja.

Skala kontrol diri diberikan dua kali yaitu pada saat melakukan *pretest* dan saat *posttest*.

## C. Pelaksanaan Penelitian

### 1. Persiapan Eksperimen

Langkah awal penelitian ini adalah mengumpulkan subjek. Jumlah subjek adalah 30 orang, dengan ketentuan sudah mengisi *informed consent* yang telah diberikan oleh peneliti. Prosedur pelaksanaan penelitian dibagi dalam dua tahap yaitu *pretest* sebelum adanya perlakuan serta *posttest* setelah diberikannya perlakuan. Perlakuan itu sendiri hanya diberikan pada kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tidak mendapat perlakuan apapun.

### 2. Persiapan Tritmen

Peneliti menyiapkan 30 kertas HVS, 30 pensil yang akan digunakan pada pertemuan kedua hingga pertemuan ke 30 saat pemberian tritmen.

### 3. Proses Penempatan Subjek

Peneliti melakukan proses random yang bertujuan untuk menentukan subjek penelitian terlebih dahulu berdasarkan rendahnya skor kontrol diri. Tinggi rendahnya skor kontrol diri diukur dengan menggunakan skala kontrol diri. Skor kontrol diri yang rendah adalah skor yang didapat dari skor *pretest*. Terdapat 30 remaja dalam penelitian ini yang dihitung sebagai populasi penelitian yang kemudian mengisi skala kontrol diri. Penempatan

subjek dilakukan dengan cara menyamakan rata-rata skor subjek pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen, *mean* yang diperoleh adalah 31,56. Sedangkan pada kelompok kontrol, *mean* yang diperoleh adalah 31,92. Penentuan 30 subjek kelompok eksperimen dan kelompok control dilakukan dengan undian.

#### 4. Pelaksanaan

Tritmen diberikan kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang berlangsung selama 38 kali pertemuan. Pada kelompok eksperimen, grafoterapi diberikan dengan cara subjek memberikan penekanan penulisannya tinggi dengan cara melihat antara lebar huruf “n” dan panjang garis horizontal huruf “t”. Sedangkan kelompok kontrol, subjek diminta untuk menulis kalimat yang sama seperti pada kelompok eksperimen dan mengulangnya sebanyak 30 kali tetapi tanpa memberikan penekanan pada huruf “n” dan “t”. Setelah grafoterapi berlangsung selama 30 pertemuan, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan *posttest*. Masing-masing kelompok terdapat 15 orang untuk kelompok eksperimen dan 15 orang untuk kelompok kontrol. Grafoterapi diadakan pada pertemuan Jumat tanggal 14 Oktober 2015 sampai dengan pertemuan Sabtu 27 November 2015, sementara *posttest* dilakukan pada tanggal 28 November 2015. Materi grafoterapi dapat dilihat pada lampiran halaman 57.

## 5. Jurnal Kegiatan Penelitian

Jurnal kegiatan dalam penelitian ini berisi tentang kegiatan selama penelitian yang terdiri dari hasil observasi, kendala dan solusi selama kegiatan penelitian. Berikut adalah jurnal kegiatan selama penelitian yang dikemas dalam bentuk tabel:

Tabel 3:  
Jurnal Kegiatan Grafoterapi

No	Jurnal Kegiatan	Pertemuan	Hasil Observasi dan Kendala	Solusi
1	Perkenalan, Instruksi dan pretest	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Banyak subjek tertarik grafoterapi</li> <li>• Subjek bertanya-tanya tentang grafoterapi</li> <li>• Suasana kelas tidak tenang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan ice breaking</li> <li>• Menyuruh para subjek untuk tidak berisik di dalam kelas</li> </ul>
2	Proses tritmen grafoterapi	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jumlah subjek 30</li> <li>• Kelompok kontrol ribut</li> <li>• Subjek kelompok eksperimen masih salah membuat huruf n dan t</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peneliti menyuruh subjek untuk tenang selama mengerjakan soal</li> <li>• Peneliti mengajari subjek yang salah membuat huruf n dan t</li> </ul>
		3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penelitian dilaksanakan pukul 10.00</li> <li>• Jumlah subjek 22</li> <li>• 8 subjek tidak masuk karena ada yang memboloskan diri, ijin latihan</li> <li>• Beberapa subjek eksperimen mengerjakan asal – asalan</li> <li>• Subjek SA pada kelompok eksperimen memperbaiki tulisannya</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peneliti menyuruh subjek yang belum selesai mengerjakan untuk menyelesaikan pekerjaannya terlebih dahulu</li> <li>• Peneliti mengajari subjek eksperimen membuat huruf n dan t secara benar</li> </ul>

No	Jurnal Kegiatan	Pertemuan	Hasil Observasi dan Kendala	Solusi
	Proses tritmen grafoterapi	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jumlah subjek 22</li> <li>• Ada subjek yang membolos</li> <li>• Beberapa subjek eksperimen bosan</li> <li>• Subjek eksperimen asal menulis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peneliti melakukan pendekatan kepada subjek</li> <li>• Peneliti memberikan motivasi kepada subjek</li> </ul>
		5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subjek datang terlambat</li> <li>• Hasil tulisan subjek eksperimen menurun dikarenakan jam sebelumnya subjek mengerjakan tugas yang berat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peneliti memotivasi dan menceritakan pengalaman peneliti tentang tugas saat sekolah</li> </ul>
		6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jumlah subjek 27</li> <li>• Ada satu subjek yang sedang memiliki masalah pribadi</li> <li>• Selama proses penelitian, subjek kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan hasil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subjek bermasalah dibawa ke ruang BK untuk diberi pengarahan</li> <li>• Peneliti membawa makanan ringan untuk meningkatkan motivasi subjek</li> </ul>
		7-13	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setiap hari peneliti dan guru BK mencari siswa yang sengaja bolos saat jam penelitian</li> <li>• Hasil tulisan subjek bervariasi, dikarenakan ada subjek yang tertarik dengan grafoterapi, dan ada subjek yang mengerjakan asal - asalan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru BK memberikan teguran</li> <li>• Peneliti mengajak subjek menyanyikan yel – yel supaya subjek tidak bosan</li> <li>• Membagi makanan ringan</li> </ul>
		14	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jumlah subjek 30</li> <li>• Subjek SA bertanya – tanya mendalam mengenai grafoterapi setelah pulang sekolah</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peneliti menjelaskan kepada SA mengenai proses grafoterapi secara detail</li> </ul>

No	Jurnal Kegiatan	Pertemuan	Hasil Observasi dan Kendala	Solusi
	Proses tritmen grafoterapi	15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengurangan jam pelajaran dari 40 menit jadi 30 menit</li> <li>• Ada kegiatan evaluasi guru selama satu minggu</li> <li>• Jumlah subjek 22</li> <li>• Subjek banyak yang membolos</li> <li>• Subjek kelompok eksperimen ada yang serius mengerjakan dan ada yang tidak serius mengerjakan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peneliti memotivasi subjek agar tetap semangat mengerjakan soal</li> <li>• Peneliti mengajak subjek menyanyikan yel-yel supaya suasana mood subjek membaik</li> </ul>
		16-17	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kehadiran subjek 22</li> <li>• Subjek banyak datang terlambat</li> <li>• Subjek kelompok eksperimen tidak bisa mengerjakan dengan tenang karena kelompok kontrol selalu ribut di kelas</li> <li>• Hasil tulisan tangan tidak berbeda jauh dengan pertemuan sebelumnya</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peneliti mengulangi lagi tata cara penulisan huruf “n” dan “t” secara benar</li> <li>• Peneliti menyempatkan diri datang melihat kegiatan para subjek saat jam pulang sekolah agar subjek merasa nyaman dengan peneliti</li> </ul>
		18-22	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beberapa subjek datang terlambat</li> <li>• Jumlah subjek 30</li> <li>• Hasil tulisan tangan subjek mengalami peningkatan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan teguran</li> <li>• Meberikan reward kepada subjek yang rajin mengerjakan soal</li> </ul>
		23	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jam mengajar kembali seperti semula</li> <li>• Subjek asal mengerjakan soal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peneliti mengulangi cara menulis huruf “n” dan “t”</li> </ul>

No	Jurnal Kegiatan	Pertemuan	Hasil Observasi dan Kendala	Solusi
	Proses tritmen grafoterapi	24 – 30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subjek menunjukkan rasa bosan</li> <li>• Subjek eksperimen dan kontrol tidak mau mengerjakan</li> <li>• Beberapa subjek sengaja datang terlambat</li> <li>• Subjek disuruh masuk ke kelas namun menolak</li> <li>• Subjek tertidur di kelas</li> <li>• Ada subjek yang bertengkar dengan temannya saat jam penelitian berlangsung</li> <li>• Subjek kelompok kontrol jalan-jalan ke kelas eksperimen</li> <li>• Ada subjek diam-diam menuju ke kantin</li> <li>• Hasil tulisan tangan huruf “n” dan “t” asal-asalan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peneliti meminta subjek untuk tetap fokus mengerjakan soal</li> <li>• Peneliti memberi makanan ringan setelah subjek menyelesaikan soal</li> <li>• Meminta kerja sama dengan guru BK untuk mencari subjek</li> </ul>
3	Proses tritmen untuk subjek yang tidak hadir dari pertemuan sebelumnya dan <i>posttest</i>	31-37	<ul style="list-style-type: none"> <li>• subjek yang bolos diberikan tritmen</li> <li>• subjek yang sudah melakukan tritmen selama 30 kali melakukan <i>posttest</i></li> <li>• Mencari subjek yang belum 30 kali tritmen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru BK membantu mencari subjek</li> </ul>
4	<i>Posttest</i>	38	<ul style="list-style-type: none"> <li>• subjek yang belum mengisi <i>posttest</i></li> </ul>	-

## D. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

### 1. Uji Validitas alat ukur

Penelitian ini menggunakan hasil *tryout* sebagai data penelitian. Data dari hasil penentuan subyek terhadap 50 remaja SMA di kota Semarang yang berumur antara 16 – 20 tahun dan ditabulasi untuk dihitung validitas dan reliabilitasnya. Perhitungan validitas dan reliabilitas dilakukan dengan bantuan *SPSS (Statistical Packages for Social Science)*. Penentuan apakah suatu item valid atau gugur, digunakan pedoman nilai koefisien korelasi ( $r$  tabel 5%) yaitu 0,235. item yang memiliki nilai *corrected item-total correlation* di atas 0,235 dinilai sebagai item valid sedangkan yang dibawah 0,235 dinilai sebagai item gugur. Pada pengujian validitas alat ukur berupa skala kontrol diri yang berisi 40 item terhadap 50 remaja dan diperoleh sebanyak 12 item valid. Tabulasi item yang valid dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4

Item setelah Diuji Validitas

No	Aspek kontrol diri	Favorable	Unfavorable	Jumlah (item)
1	Kemampuan mengendalikan tingkah laku	<b>(7),(10)</b> ,15,26, <b>(37)</b>	<b>(17),(19),(20)</b> ,29, 35	4
2	Kemampuan mengikuti peraturan yang berlaku	1, <b>(14),(16)</b> ,24,30	6, <b>(11),(23),(25)</b> , 31	5
3	Tidak tergesa – gesa	<b>(4),(5), (18), (33),(39)</b>	<b>(12),(21),(27),(32)</b> , 34	1
4	Keyakinan diri	<b>(2)</b> ,3, 9, <b>(36), (40)</b>	<b>(8), (13),(22), (28), (38)</b>	2
Total				12

Keterangan : angka dicetak tebal dan diberi tanda kurung adalah item gugur

Berdasarkan item – item yang sudah dianalisis diatas, item – item yang valid adalah:

Tabel 5  
Skala Kontrol Diri

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menjaga kebersihan bangku sekolah				
2	Saya yakin orang yang bekerja keras mampu menaikkan kesejahteraan hidupnya				
3	Saya cuek dengan dampak yang terjadi akibat perbuatan saya				
4	Setiap masalah pasti ada solusi				
5	Saya membuang sampah pada tempatnya				
6	Saya melaksanakan piket kelas dengan taat				
7	Saya mengembalikan alat tulis yang saya pinjam				
8	Saya mudah terprovokasi oleh teman saya				
9	Saya datang ke sekolah tepat waktu				
10	Saya mencoret – coret seragam sekolah saya				
11	Saya cepat tersinggung saat menerima kritikan dari orang lain				
12	Saya suka memandang rendah teman saya				

## 2. Uji Reliabilitas Alat Ukur

Uji reliabilitas untuk variable kontrol diri pada penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan menggunakan SPSS. Koefisien reliabilitas yang diperoleh sebesar 0,779.

### E. Skor *Pretest* dan Skor *Posttest*

Skor *pretest* dan *posttest* yang diperoleh dalam penelitian ini adalah:

Tabel 6

#### Skor *Pretest*

Eksperimen	Nilai	Kontrol	Nilai
AA	37	AW	36
NT	31	IAT	42
DP	39	YH	42
MF	40	FF	33
MS	30	RF	33
IML	36	NAK	38
IF	33	MRZ	28
MR	38	FAT	33
TG	28	MAA	29
MFQ	34	IA	43
BC	32	ZD	38
SA	23	IAC	23
IMY	22	SA	22
IMYA	21	NY	23
ZM	23	MI	23

Tabel 7

#### Skor *Posttest*

Eksperimen	Nilai	Kontrol	Nilai
AA	37	AW	38
NT	36	IAT	43
DP	40	YH	44
MF	40	FF	38
MS	42	RF	41
IML	41	NAK	41
IF	39	MRZ	32
MR	46	FAT	43
TG	33	MAA	40
MFQ	38	IA	45
BC	39	ZD	46
SA	40	IAC	33
IMY	32	SA	30
IMYA	35	NY	32
ZM	40	MI	35