BAB III

METODE PENELITIAN

A. Variabel dan Definisi Operasional

1. Identifikasi Variabel

Variabel adalah atribut seseorang atau obyek yang mempunyai variasi antara orang yang satu dengan lainnya maupun antara objek satu dengan objek lainnya (Hatch dalam Sugiyono, 2006). Penelitian ini menggunakan dua variabel yang terdiri dari variabel bebas (independen) yaitu yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terkait, dan variabel terikat (dependen) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat (Sugiyono, 2006).

Variabel tergantung: Efikasi Diri

Variabel bebas: Pelatihan Berpikir Positif

2. Definisi Operasional

Efikasi Diri

Efikasi diri adalah suatu keyakinan individu bahwa ia mampu melakukan sesuatu dalam situasi tertentu yang ditunjukkan dengan mempunyai level atau tingkatan yang lebih tinggi dalam menghadapi kesulitan, menilai kemampuan berfungsi di berbagai aktivitas, dan mempunyai kekuatan untuk bertahan dengan usahanya.

b. Pelatihan Berpikir Positif

Pelatihan berpikir positif merupakan pelatihan yang menekankan pada cara berpikir, sudut pandang dan emosi yang positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain maupun situasi yang dihadapi.

B. Subjek Penelitian

- Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Ampel Surabaya yang memiliki skor efikasi diri akademik rendah sampai sedang.
- 2. Bersedia ikut pelatihan berpikir positif.
- 3. Belum pernah mengikuti pelatihan berpikir positif.
- 4. Jumlah subjek penelitian adalah 20 mahasiswa (10 sebagai kelompok eksperimen dan 10 sebagai kelompok kontrol) (Latipun,1999).

Penelitian eksperimen berbeda dengan penelitian survei dalam penentuan anggota sampel. Besar anggota sampel dalam eksperimen tidak ditentukan oleh besarnya populasi sebagaimana pada penelitian survei, tetapi ditentukan oleh kekuatan pengaruh perlakuan dari studi-studi sebelumnya.

C. Desain Eksperimen

Desain eksperimen yang digunakan peneliti adalah *Nonrandomized Pretest-Posttest Control Group Desaign* (Marliani, 2013, h.202). *Nonrandomized Pretest-Posttest Control Group Desaign* merupakan desain eksperimen yang tidak dilakukan randomisasi tetapi dengan memiliki kelompok kontrol untuk mengontrol maturation, tetapi kedua kelompok

penelitian ini tidak setara dalam hal proactive history. Static group atau nonequivalent group ataupun nonrandomized group memiliki arti yang sama, yaitu tidak dilakukan randomisasi untuk membentuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Oleh karena itu, desain penelitian ini juga termasuk dalam penelitian eksperimen kuasi. Pada desain ini dilakukan *pretest* dan *post* test. Dilakukannya pretest dan post test sebenarnya sebagi kontrol konstansi terhadap proactive history. Di sini, pretest dan post test merupakan tes yang sama agar hasilnya dapat dibandingkan. Pretest menginformasikan kemampuan awal (initial position) para subjek sebelum dilakukan penelitian. Dengan kata lain adalah *proactive history* subjek. Konstansi terjadi karena skor variabel terikat ad<mark>ala</mark>h skor hasil *post tes* dikurangi hasil *pretest* setiap subjek. Jadi skor yang diperoleh adalah peningkatan atau penurunan variabel terikat akibat dilakukan penelitian. Skor ini jenis ini di sebut gain score. Desain ini memiliki keunggulan karena dapat mengetahui kemampuan awal setiap subjek sebelum dilakukan penelitian, sehingga kesimpulan yang diambil mengenai pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat lebih meyakinkan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampling purposif (purposive sampling) yaitu pemilihan sampel sesuai dengan yang dikehendaki.

Tabel 1 Desain Eksperimen

$$(KE) O1 \longrightarrow X \longrightarrow OE$$

$$- - - - -$$

$$(KK) O1 \longrightarrow OK$$

Keterangan tabel:

KE : Kelompok EksperimenKK : Kelompok KontrolO1 : Subjek Penelitian

X : Perlakuan

OE : Subjek Eksperimen
OK : Subjek Kontrol

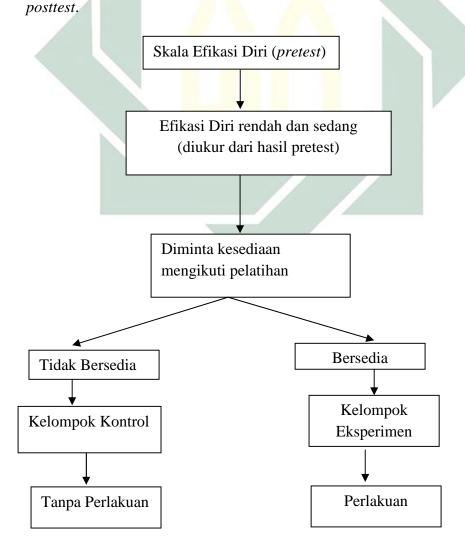
D. Prosedur Eksperimen

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari variabel dependent yaitu efikasi diri dan variabel independent yaitu berpikir positif.

Proses pengumpulan data dalam penelitian eksperimen ini, peneliti menggunakan beberapa metode, yaitu skala efikasi diri mahasiswa.

Langkah-langkah persiapan dan pelaksanaan prosedur eksperimen diawali dengan mempersiapkan skala efikasi diri untuk diuji cobakan dan menggunakan modul pelatihan berpikir positif. Modul pelatihan berpikir positif ini sebelumnya telah dikoreksi oleh *proffesional judgement* pada lembar *manipulation check*. Penelitian diawali *screening* untuk mendapatkan calon subjek penelitian. Data yang diperoleh dari *screening* sekaligus berguna sebagai data skor *pretest* subjek yang terpilih. Setelah dilakukan *pretest* peneliti memberikan skor *pretest* efikasi diri subjek untuk diketahui yang memiliki skor sedang dan rendah sebanyak 20 subjek untuk dijadikan sebagai subjek penelitian. Setelah itu subjek diminta untuk mengisi lembar kesediaan menjadi peserta pelatihan berpikir positif sebanyak 10 orang sebagi kelompok eksperimen. Yang tidak bisa mengikuti pelatihan berpikir positif sebanyak 10 orang di jadikan kelompok kontrol. Perlakuan yang diberikan kepada

kelompok eksperimen yaitu pelatihan berpikir positif dengan mengacu pada modul pelatihan berpikir positif yang telah disusun, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Pelatihan berpikir positif ini selama 120 menit dengan memperhatikan dari penelitian sebelumnya yaitu dari Dwitantyanov, dkk (2010) mengenai pengaruh pelatihan berpikir positif pada efikasi diri akademik mahasiswa fakultas Psikologi UNDIP Semarang dan Sonya Rosma(tt)dengan judul Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menempuh skripsi. Setelah perlakuan diberikan, kemudian terhadap kedua kelompok diberikan





Gambar Skema desain penelitian

E. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan alat ukur skala efikasi diri akademik dan modul pelatihan berpikir positif.

1. Alat ukur /Instrumen yang digunakan

Untuk mengukur tingkat efikasi diri akademik menggunakan skala. Skala yang digunakan adalah skala *Likert*. Skala adalah perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersut. Metode skala digunakan karena data yang ingin diungkap berupa konsep psikologis yang dapat di ungkap secara tidak langsung melalui indikator-indikator perilaku diterjemahkan dalam bentuk aitem-aitem (Azwar, 2013). Dalam skala Likert terdapat pernyataan-pernyataan yang terdiri atas dua macam. Yaitu pernyataan yang favourable (mendukung pada objek sikap) dan pernyataan yang unfavourable (tidak mendukung objek sikap). Dalam penyusunan skala psikologi masalah pemberian atau penghitungan skor erat kaitannya dengan masalah penskalaan. Dalam hal ini penskalaan merupakan proses penentu letak stimulus atau letak respon tertentu pada suatu kontinum psikologis (Azwar,1999).

Pada uji coba ini peneliti meletakkan titik skor terendah dalam pilihan jawaban adalah angka 0 dan skor yang tertinggi adalah 4. Hal ini dilakukan untuk menghindari skor negatif yang kurang lazim digunakan dalam skala-skala psikologi. Bahkan biasanya, dilakukan pembulatan bagi angka skor – angka skor tersebut dengan cara menghilangkan desimal yang sama dari 0,50 dan membulatkan ke atas desimal yang sama dengan atau lebih besar daripada 0,50. Dengan pilihan jawaban aitemnya adalah STS = sangat tidak setuju, TS = tidak setuju, ATS = agak tidak setuju, AS= agak setuju, S = setuju, SS = sangat setuju

Untuk menentukan skor terhadap subjek maka ditentukan norma penskoran sebagai berikut :

Tabel 2 Skor Skala Likert

Kategori Jawaban	Favourable	Unfavourable
Sangat Sesuai (SS)	5	0
Sesuai (S)	4	1
Agak Sesuai (AS)	3	2
Agak Tidak Sesuai	2	3
(ATS)		
Tidak Sesuai (TS)	1	4
Sangat Tidak Sesuai	0	5
(STS)		

1. Skala efikasi diri

Skala efikasi diri meggunakan empat aspek berdasarkan teori Albert Bandura

a. Level

Level yaitu persepsi individu mengeai kemampuannya yang menghasilkan tingkah laku yang akan diukur melalui tingkat tugas yang menunjukkan variasi kesulitan tugas. Tingkatan kesulitas tugas tersebut mengungkapkan dimensi kecerdikan, tenaga, akurasi, produktivitas, atau regulasi diri yang diperlukan untuk menyebutkan beberapa dimensi perilaku kinerja.

Individu yang memiliki tingkat yang tinggi memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengerjakan tugas-tugas yang sukar juga memiliki self efficacy yang tinggi. Sedangkan individu dengan self efficacy rendah memiliki tingkat yang rendah akan keyakinan bahwa dirinya hanya mampu mengerjakan tugas-tugas yang mudah.

b. Generality

Individu menilai kemampuan mereka berfungsi di berbagai kegiatan tertentu. Hal ini terkait pada aktivitas dan konteks situasi yang mengungkapkan pola dan tingkatan umum dari keyakinan orang terhadap keberhasilan mereka. Keyakinan diri yang paling mendasar adalah orang yang berada disekitarnya dan mengatur hidup mereka.

c. Strength atau Kekuatan

Strength artinya kekuatan, yaitu orang yang mempunyai keyakinan yang kuat, mereka akan bertahan dengan usaha mereka meskipun ada banyak kesulitan dan hambatan. Individu tersebut tidak kalah oleh kesulitan.

Blueprint skala self efficacy adalah sebagai berikut :

Tabel 3 Blueprint Skala Ujicoba Efikasi Diri

Dimensi	Indikator	Jenis	Aitem	Jumlah	Bobot
		F	UF		
Level	a. Berani menghadapi tugas	1, 16,	8, 21,	6	10 %
	yang sulit	57	58		
	b. Meyakini untuk berhasil	9, 38,	5, 3,	8	13,3
	menyelesaikan tugas	2, 27	18, 22,		%
			47		
	c. Dapat menyelesaikan	35,	4, 42,	6	10 %
	tugas yang sulit	40, 50	54		
Generalisa	a. Mempunyai keyakinan	34,	10, 33,	9	15 %
si	untuk menyelesaikan	37,	36, 41		
	permasalahan dalam	39,			
	segala kondisi	51			
- 2	b. Bisa b <mark>er</mark> adaptasi dalam	11,	12, 25,	6	10 %
	segal <mark>a situasi</mark>	43, 56	52	<u> </u>	
Strenght	a. Me <mark>mpu</mark> nyai <mark>ke</mark> kuatan	14,	26, 29,	6	10 %
	unt <mark>uk</mark> meny <mark>ele</mark> sai <mark>ka</mark> n	17, 28	45		
	tug <mark>as</mark> hin <mark>gg</mark> a selesai				
	b. Da <mark>pat</mark> m <mark>enghad</mark> a <mark>pi s</mark> etiap	13,	15, 20,	11	18,3
	per <mark>soalan deng</mark> an ulet	24,	23, 31,		%
		30,	59		
		44,			
		53, 55			
	c. Bisa menekan rasa malas	6, 19,	7, 32,	8	13,3
	dalam belajar	46, 48	49, 60		%
	Jumlah	30	30	60	100 %

Subjek Uji Coba skala *self efficacy* ini adalah sejumlah mahasiswa dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, yakni mulai dari maahasiswa semester 1, 3, 5 dan 9 dengan jumlah subjek acak dari 2 universitas yang jumlah total 105 subjek. Jumlah aitem yang digunakan dalam skala *self efficacy* ini adalah sebanyak 60 aitem. Terdapat 3 aspek/ dimensi dan 8 indikator, dimana dalam tiap indikator terdapat beberapa aitem, baik itu

34

favourabel maupun unfavourabel terhadap reaksi kognitif, afektif maupun kognitif.

Model skala yang digunakan pada uji coba skala konsep diri ini menggunakan skala likert dengan 5 (lima) pilihan jawaban, yaitu :

STS : yaitu sangat tidak setuju dengan pernyataan

TS: yaitu tidak setuju dengan pernyataan

ATS : yaitu agak tidak setuju dengan pernyataan

AS : yaitu agak setuju dengan pernyataan

S : yaitu setuju dengan pernyataan

SS : yaitu sangat setuju dengan pernyataan

Aitem pada laporan uji coba ini menggunakan bentuk pernyataan dengan menggunakan kalimat yang sederhana dan mudah dimengerti oleh responden, mengacu pada dimensi dan indikator yang akan diungkap, dan pada aitem ini tidak mengandung social desirability.

2. Reliabilitas dan Validitas

a. Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya dan diandalkan. Hal ini berarti menunjukkan sejauhmana suatu alat ukur memiliki kekonsistenan ketika dilakukan pengukuran lebih dari sekali. Suatu alat ukur dinyatakan reliabel jika digunakan untuk mengukur sesuatu beberapa akali, alat ukur itu manunjukkan hasil yang sama, dalam kondisi yang sama (Noor, 2011).

Pengukuran reliabilitas adalah dengan menggunakan Cronbach's Alpha dengan kaidah sebagai berikut :

0,000 - 0,200: Sangat Tidak Reliabel

0,210 - 0,400: Tidak Reliabel

0,410 - 0,600 : Cukup Reliabel

0,610 - 0,800: Reliabel

0,810 - 1,000: Sangat Reliabel

Hasil uji reliabilitas skala efikasi diri setelah dilakukan uji coba adalah:

Tabel 4 Hasil Uji Reliabilitas Skala Uji Coba

No	Variabel	Cro <mark>nbac</mark> h's Alpha	N oF Aitem
1	Efikasi Diri	0,884	39

Pengujian reliabilitas diatas menunjukkan koefisien *Cronbach's Alpha* dari skala efikasi diri adalah 0,884 dimana harga tersebut dapat dinyatakan sanagt reliabel sesuai dengan kaidah uji estimasi reliabilitas yang telah ditentukan.

Pengujian daya diskriminasi aitem atau uji daya beda juga dilakukan untuk menentukan tingkat penerimaan aitem-aitem yang telah dibuat. Uji daya beda ini menggunakan bantuan SPSS For Windows dalam mengolah datanya.

Data yang telah didapatkan dalam bentuk kontinum yakni 0, 1, 2, 3, 4 ditransformasikan kepada data tabulasi awal atau data mentah yang masih berbentuk STS, TS, ATS, AS, S, SS sesuai dengan hasil yang diperoleh dari pengolahan data skoring aitem yang telah dibahas sebelumnya.

Data yang telah dikelola di SPSS For Windows menghasilkan output yang akan diterima untuk mengetahui daya beda atau daya diskriminasi aitem. Output yang diterima untuk mengetahui aitem tersebut diterima atau tidak,berdasarkan hasil yang diperoleh di kolom *Corrected Item-Total Correlation* yang dibandingkan dengan batasan korelasi aitem total sebesar 0.3.

Kaidah harga corrected item-total correlation yakni;

- a. Jika hasil aitem 0.3, maka aitem tersebut memiliki daya beda tinggi
- b. Jika hasil aitem < 0.3, maka aitem tersebut memiliki daya beda rendah.

Tabel Hasil Penghitungan Uji Daya Beda

	Scale Mean if	Scale Variance if	Corrected Item- Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	124.0952	377.029	.347		.880
aitem2	124.5524	383.500	.201		.881
aitem3	124.1524	382.169	.252		.881
aitem4	125.0095	375.740	.345		.880
aitem5	125.0762	378.975	.258		.881
aitem6	124.0190	388.596	.014		.884
aitem7	124.7143	370.745	.408		.879
aitem8	123.9143	373.368	.533		.878
aitem9	124.8000	380.258	.306		.880
aitem10	124.9619	379.575	.239		.881
aitem11	124.7619	380.068	.233		.881
aitem12	124.2857	379.783	.266		.881
aitem13	124.3048	380.156	.231		.881

	_	-	-	
aitem14	124.8000	376.546	.342	.880
aitem15	125.0476	386.719	.062	.883
aitem16	124.2095	377.994	.332	.880
aitem17	124.1619	372.137	.475	.878
aitem18	124.2667	379.832	.307	.880
aitem19	124.9238	390.225	025	.884
aitem20	124.6000	376.088	.382	.879
aitem21	124.5524	380.923	.231	.881
aitem22	124.5143	373.675	.457	.878
aitem23	124.5143	378.233	.336	.880
aitem24	125.1429	379.277	.302	.880
aitem25	124.4000	383.108	.177	.882
aitem26	124.9619	368.364	.514	.877
aitem27	123.9714	377.990	.302	.880
aitem28	123.8000	374.258	.432	.878
aitem29	124.8952	376.499	.313	.880
aitem30	124.2190	371.653	.473	.878
aitem31	124.5143	371.060	.455	.878
aitem32	125.0095	377.202	.404	.879
aitem33	124.9619	377.672	.301	.880
aitem34	124.3810	378.450	.315	.880
aitem35	124.6190	378.642	.287	.880
aitem36	124.8095	375.829	.356	.879
aitem37	124.1333	373.732	.472	.878
aitem38	124.4190	379.938	.271	.880
aitem39	122.8190	367.996	.351	.880
aitem40	124.8190	377.073	.440	.879
aitem41	125.3238	378.856	.303	.880
aitem42	124.0000	372.135	.478	.878
aitem43	125.1429	381.393	.254	.881
aitem44	124.5429	373.827	.419	.879
aitem45	124.5619	373.749	.442	.878
aitem46	124.6000	383.223	.229	.881

aitem47	124.5810	379.592	.302	.880
aitem48	124.9619	406.133	403	.890
aitem49	124.4095	373.783	.440	.878
aitem50	124.2571	371.981	.482	.878
aitem51	124.1333	373.155	.417	.879
aitem52	125.4190	384.957	.132	.882
aitem53	124.8095	378.194	.285	.880
aitem54	124.5333	369.847	.445	.878
aitem55	124.5429	378.693	.355	.880
aitem56	124.7714	377.409	.396	.879
aitem57	124.1333	371.713	.455	.878
aitem58	125.1619	382.041	.267	.881
aitem59	124.7048	375.441	.345	.880
aitem60	124.6286	379.870	.226	.881

Dari hasil penghitungan dengan SPSS for Windows dan dari kaidah harga corrected *item-total correlation* di dapatkan 39 aitem yang memenuhi kaidah harga *corrected item-total correlation* yakni aitem nomer 1, 4, 7, 8, 9, 14, 16, 17, 18, 20, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 39, 40, 41, 42, 44, 45, 47, 49, 50, 51, 54, 55, 56, 57, 59.

Sedangkan 21 aitem lainnya dinyatakan tidak memenuhi kaidah harga *corrected item-total correlation*, yakni nomor 2, 3, 5, 6, 10, 11, 12, 13, 15, 19, 21, 25, 35, 43, 46, 48, 52, 53, 54, 58, 60.

b. Validitas

Validitas adalah indeks yang menunjukkan kesahihan dari suatu skala dalam mengukur atribut psikologi yang diukurnya. Maka untuk mengetahui apakah skala mampu menghasilkan data yang akurat sesai

dengan tujuan dibuatnya, diperlukan suatu proses pengujian validitas (Azwar, 2013).

Penilaian validitas masing-masing butir aitem pernyataan dapat dilihat dari nilai *corrected item total correlation* masing-masing butir pernyataan aitem (Azwar. 2011). Suatu kesepakatan umum menyatakan bahwa koefisien validitas dianggap memuaskan apabila melebihi 0,30 (Azwar, 2011).

Tabel 5 Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Efikasi Diri

	Mean	Std. Deviation	N
aitem1	2.5714	.90784	105
aitem2	2.1143	.76352	105
aitem3	2.5143	.74826	105
aitem4	1.6571	.99835	105
aitem5	1.5905	1.00666	105
aitem6	2.6476	.97054	105
aitem7	1.9524	1.14674	105
aitem8	2.7524	.78178	105
aitem9	1.8667	.77294	105
aitem10	1.7048	1.01833	105
aitem11	1.9048	.99541	105
aitem12	2.3810	.91337	105
aitem13	2.3619	.99154	105
aitem14	1.8667	.95138	105
aitem15	1.6190	.98431	105
aitem16	2.4571	.87737	105
aitem17	2.5048	.93154	105
aitem18	2.4000	.80384	105
aitem19	1.7429	.83238	105

-	_		
aitem20	2.0667	.89084	105
aitem21	2.1143	.92315	105
aitem22	2.1524	.88558	105
aitem23	2.1524	.85238	105
aitem24	1.5238	.85592	105
aitem25	2.2667	.89084	105
aitem26	1.7048	1.04627	105
aitem27	2.6952	.95196	105
aitem28	2.8667	.89943	105
aitem29	1.7714	1.03084	105
aitem30	2.4476	.96058	105
aitem31	2.1524	1.02639	105
aitem32	1.6571	.78236	105
aitem33	1.7048	.97983	105
aitem34	2.2857	.88485	105
aitem35	2.0476	.94443	105
aitem36	1.8571	.96505	105
aitem37	2.5333	.85560	105
aitem38	2.2476	.88558	105
aitem39	3.8476	1.47922	105
aitem40	1.8476	.73092	105
aitem41	1.3429	.88610	105
aitem42	2.6667	.92681	105
aitem43	1.5238	.80974	105
aitem44	2.1238	.94762	105
aitem45	2.1048	.90855	105
aitem46	2.0667	.71072	105
aitem47	2.0857	.83337	105
aitem48	1.7048	1.05542	105
aitem49	2.2571	.90966	105
aitem50	2.4095	.92711	105
aitem51	2.5333	.99099	105
aitem52	1.2476	.85238	105

aitem53	1.8571	.98477	105
aitem54	2.1333	1.10998	105
aitem55	2.1238	.78072	105
aitem56	1.8952	.78353	105
aitem57	2.5333	.99099	105
aitem58	1.5048	.72223	105
aitem59	1.9619	1.01833	105
aitem60	2.0381	1.03704	105

Dalam uji coba skala efikasi diri pada mahasiswa dari 60 aitem terdapat 39 aitem yang memiliki validitas memuaskan yaitu : nomer 1, 4, 7, 8, 9, 14, 16, 17, 18, 20, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 39, 40, 41, 42, 44, 45, 47, 49, 50, 51, 54, 55, 56, 57, 59.

Sedangkan 21 aitem lainnya dinyatakan tidak memenuhi kaidah harga *corrected item-total correlation*, yakni nomor 2, 3, 5, 6, 10, 11, 12, 13, 15, 19, 21, 25, 35, 43, 46, 48, 52, 53, 54, 58, 60.

Tabel 6Distribusi Aitem Skala Efikasi Diri Setelah dilakukan UjiCoba

Dimensi	Indikator	Jenis Aitem		Jumlah	Bobot
		F	UF		
Level	a. Berani menghadapi	1, 16,	8	4	10,3 %
	tugas yang sulit	57			
	b. Meyakini untuk	9, 27	18, 22,	5	12,8 %
	berhasil		47		
	menyelesaikan tugas				
	c. Dapat menyelesaikan	40, 50	4, 42,	5	12,8 %
	tugas yang sulit		54		
Generalisasi	a. Mempunyai	34,	33, 36,	7	17,9 %
	keyakinan untuk	37,	41		
	menyelesaikan	39,			
	permasalahan dalam	51			
	segala kondisi				
	b. Bisa beradaptasi	56		1	2,5 %
	dalam segala situasi				
Strenght	a. Mempunyai kekuatan	14,	26, 29,	6	15,4 %

untuk menyelesaikan tugas hingga selesai	17, 28	45		
b. Dapat menghadapi setiap persoalan	24, 30,	20, 23, 31, 59	8	20,5 %
c. Bisa menekan rasa malas dalam belajar	44, 55	7, 32, 49	3	7,7 %
Jumlah	19	20	39	100 %

F. Validitas Eksperimen

Suatu eksperimen dianggap valid jika variabel perlakuan benarbenar mempengaruhi perilaku yang diamati (variabel terikat) dan akibatakibat yang terjadi pada variabel terikat tersebut bukan karena variabel lain. Eksperimen tersebut dikatakan valid jika hasil suatu eksperimental tersebut dapat digeneralisasikan pada populasi lainnya yang berbeda subjek, tempat dan ekologinya. Ada dua macam validitas yang harus dipenuhi dalam sebuah penelitian, yaitu validitas internal dan validitas eksternal. Validitas internal adalah kesahiha hasil penelitian eksperimental yang menyimpulkan bahwa perubhan variabel terikat dipengaruhi oleh variabel bebas. Validitas internal berkaitan dengan sejauhmana hubungan sebab akibat antara variabel bebas dan variabel tergantung yang ditemukan dalam penelitian. Semakin kuat hubungan sebab akibat antara variabel bebas dan variabel tergantung maka semakin besar validitas internal suatu penelitian. **Validitas** merujuk eksternal pada representasi kemungkinan dilakukan generalisasi. Validitas eksternal berkaitan dengan generalisasi hasil penelitian, yaitu sejauh mana hasil penelitian dapat

diterapkan pada subjek, situasi, dan waktu di luar situasi penelitian (Seniati, 2008).

Seniati (2008) juga berpendapat bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi validitas internal. Faktor-faktor yang berkaitan dengan penelitian ini adalah :

1. *Proactive history*

Faktor perbedaan individual yang dibawa ke dalam penelitian, yang merupakan faktor bawaan maupun sesuatu yang telah dipelajari sebelumnya. Faktor ini dikendalikan dengan rentang umur subjek yang sama, yaitu rentang 19 - 21 tahun.

2. Testing

Faktor *testing* terjadi apabila dalam melakukan penelitian, peneliti memberikan pre-test dan post-test kepada subjek untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan, seringkali tes yang diberikan pada dua waktu yang berbeda tersebut merupakan tes yang sama. Dengan kondisi ini, kemungkinan skor yang diperoleh subjek pada *post-test* akan berbeda. Pada penelitian ini, faktor testing dikendalikan dengan menggunakan alat ukur berupa skala efikasi diri dengan tipe pertanyaan yang sama.

3. Maturation

Maturation atau kematangan adalah perubahan biologis dan atau perubahan psikologis yang sistematis pada individu dalam suatu waktu tertentu. Maturation pada penelitian ini dikendalikan dengan menggunakan

kelompok kontrol, yaitu menggunakan kelompok subjek lain yang tidak diberikan perlakuan.

4. Interaction Effect

Beberapa pengaruh dari perlakuan yang diterima subjek sebelumnya belum hilang benar. Hal ini biasa terjadi pada penelitian dengan menggunakan within-subject. Pada penelitian ini, faktor interaction effect dikendalikan dengan penggunaan between-subject, dimana setiap subjek hanya mendapatkan satu kali perlakuan saja.

5. Instrumentation Effect

Efektivitas penggunaan alat ukur dalam penelitian dapat mempengaruhi validitas internal penelitian. Instrumentasi yang tidak akurat dan tidak memenuhi syarat, akan menghasilkan skor yang tidak akurat dan tidak memenuhi syarat, akan menghasilkan skor yang tidak Berhubungan akurat. dengan alat ukur yang digunakan dan pengadministrasian tes yang mempengaruhi validitas internal. Hal itu dikendalikan dengan berkonsultasi pada orang yang berkompeten di bidang pelatihan dalam menyusun materi pelatihan (validitas isi), dan sebelum pemberian perlakuan peneliti mengadakan simulasi kepada cotentang metode dan teknik penyampaian diseragamkan. Hal itu dilakukan untuk meminimalisir kesalahan saat perlakuan.

Validitas eksternal dalam penelitian ini menggunakan validitas ekologis, yaitu *single blind procedure*, yang diusahakan dengan

membatasi pengetahuan subjek mengenai perlakuan yang diberikan. Validitas ekologis berkaitan dengan situasi atau kondisi lingkungan. Kemampuan hasil penelitian untuk digeneralisasikan pada situasi atau kondisi lingkungan yang berbeda disebut validitas ekologis. Validitas ekologis suatu penelitian dapat menjadi tinggi apabila pengaruh dari manipulasi variabel bebas tidak terikat dengan setting penelitan tersebut. Dengan kata lain, hasil penelitian tersebut dapat diterapkan walaupun saat situasi yang berbeda dengan situasi penelitian. Ada empat faktor yang mempengaruhi validitas ekologis yaitu:

- a.) Multiple-treatment interferance; faktor ini berkaitan dengan pengaruh perlakuan yang diberikan sebelumnya terhadap perlakuan lain yang akan diberikan selanjutnya.
- b.) Hawthorne effect; faktor ini terjadi ketika subjek menyadari bahwa ia sedang diteliti sehingga ia menampilkan tingakh laku tertentu. Dengan demikian respons yang diberikan oleh objek bukan disebabkan oleh manipulais variabel bebas. Hawthorne effect bisa dicegah dengan single-blind procedure, yaitu membatasi pengetahuan subjek mengenai perlakuan yang diberikan. Dengan kata lian, subjek penelitian tidak mengetahui bahwa ia sedang diteliti.
- c.) Experimenter effect, faktor yang berasal dari eksperimenter ini telah dijelaskan pada penjelasan mengenai validitas internal, sekalipun berpengaruh pada validitas eksternal. Experimenter efffect membatasi generalisasi hasil penelitian karena dihasilkan dari interaksi dengan

atribut atau harapan dari *experimenter*. Dengan kata lain, generalisasi hanya dapat dilakukan pada situasi yang mirip dengan situasi saat penelitian.

d.) Pretesting effect, faktor ini disebabkan oleh pemberian pretest. Seperti telah diketahui, pretest dapat menyebabkan perbedaan reaksi subjek, misalnya terjadi defensif, lebih memperkuat opini atau prestasi, atau bereaksi secara berlebihan untuk menyenangkan experimenter, dibandingkan subjek tidak diberi preteset. Selain mempengaruhi validitas internal, pemberian pretest juga mempengaruhi validitas eksternal karena generalisasi hasil penelitian hanya terbatas populasi yang diberikan pretest sebelumnya. Faktor ini dapat di cegah dengan menggunakan alay ukur yang tidak membuat subjek menyadari mengenai hal-hal yang di ukur atau menduga hal-hal yang diteliti.(Marliani, 2013).

G. Analisis Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji hipotesis dengan dua teknik yaitu *Wilcoxon Range Test* dan *Mann Whitney U* dengan SPSS 21.0. Teknik analisis *Wilcoxon Range Test* digunakan untuk menguji data dua sampel berhubungan. Dalam penelitian ini data yang diuji menggunakan *Wilcoxon Range Test* adalah skor *pretest* kelompok eksperimen dengan skor *post test* kelompok eksperimen.

Uji *Mann Whitney U* merupakan teknik statistik nonparametrik yang digunakan untuk menguji ada tidaknya perbedaan pada satu variabel tergantung yang bersifat interval atau rasio yang disebabkan oleh 1 variabel bebas yang bersifat nomnal atau ordinal. Data berasal dari 2 kelompok yang berbeda. Data yang diuji dengan teknik *Mann Whitney U* pada penelitian ini adalah gain score antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Suatu data dapat dianalisis dengan menggunakan *Wilcoxon Range Test* dan *Mann Whitney U* jika data tidak memenuhi uji asumsi normalitas dan homogenitas atau disebabkan jumlah subjek penelitian kurang dari 30 orang (Suseno, 2011).