



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian sesuai metode penelitian. Adapun metode yang dipilih penulis dalam penelitian ini adalah penelitian *pre experimental design* deskriptif kuantitatif dengan jenis *One-Group Pretest-Posttes*.²³

Dalam *desaign* ini hanya akan ada satu kelompok yang diteliti. Penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahap sebagai berikut:

1. *Pre-test*, dilakukan untuk mengetahui kondisi variable terikat sebelum perlakuan. Hal ini berguna untuk mempelajari pada bagian dan tahap mana perlakuan akan diberikan. Jumlah siswa yang di berikan *pre-test* sebanyak 10 orang.
2. Memberikan perlakuan yaitu dengan melaksanakan layanan bimbingan kelompok.
3. *Post-test*, dilakukan untuk mengetahui keadaan variable terikat sesudah diberikan perlakuan. *Post-test* bertujuan untuk melihat meningkat atau

²³ Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alabeta. 2011. h.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tidaknya konsep diri siswa *obesitas*.²⁴ jumlah siswa yang diberikan *post-test* sebanyak 10 orang.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di sekolah menengah atas negeri 12 pekanbaru. Pemilihan lokasi didasari atas persoalan-persoalan yang ingin diteliti oleh penulis ada di lokasi ini. Dari segi tempat, waktu, biaya, penulis sanggup untuk melakukan penelitian di Sekolah Menengah Atas Negeri 12 Pekanbaru.

C. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek utama dalam penelitian ini adalah siswa, Sedangkan objek penelitian ini adalah kontribusi teknik psikodrama dalam meningkatkan konsep diri siswa obesitas melalui layanan bimbingan kelompok di Sekolah Menengah Atas Negeri 12 Pekanbaru.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan sekumpulan makhluk hidup yang memiliki karakter tertentu yang akan diteliti. Populasi akan menjadi wilayah

²⁴ Yusuf. *Metode Penelitian. Kuantitatif, Kualitatif, dan Gabungan*. Padang: UNP Press. 2013. h. 178

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

generalisasi kesimpulan penelitian. Adapun populasi pada penelitian ini adalah 115 siswa *obesitas* yang berada di SMAN 12 Pekanbaru.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian anggota populasi yang memberikan keterangan atau data yang diperlukan dalam penelitian.²⁵ Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *random sampling* dengan metode *Taro Yamane* dengan menggunakan rumus:

$$n = \frac{N}{Nd^2+1}$$

Keterangan:

n : jumlah sampel

N : jumlah populasi

d² : presisi yang ditetapkan (batas ketelitian 10 %)

Berdasarkan rumus di atas maka:

$$n = \frac{115}{115(0.1)^2 + 1}$$

$$n = \frac{115}{115(0.01) + 1}$$

$$n = \frac{115}{2.15} = 53$$

berdasarkan hasil di atas sampel pada penelitian ini sebanyak 53 orang, namun untuk terkontrolnya pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama ini, maka peneliti mengambil sampel menjadi 30 orang siswa berdasarkan batas ketentuan di dalam kelas.

²⁵ Endang Mulyaningsih. Metode Penelitian terapan. Yogyakarta: alfabeta. 2002. h. 11

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti sebagai berikut:

1. Asesmen

Asesmen merupakan proses mengumpulkan, menganalisis, dan menginterpretasikan data atau informasi tentang peserta didik dan lingkungannya. Hasil pelaksanaan *asesmen* menggambarkan potensi, tugas perkembangan dan masalah peserta didik serta menggambarkan potensi dan kondisi lingkungan pendidikan, masyarakat, maupun pekerjaan di mana peserta didik berada. Oleh karena itu, hasil *asesmen* merupakan dasar untuk merancang program bimbingan dan konseling yang berbasis kebutuhan.²⁶ Dalam penelitian ini pengambilan data diambil melalui:

a. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data, dimana peneliti memberikan instrumen untuk pengamatan secara langsung yang di nilai berdasarkan objek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan.²⁷ Hasil observasi akan di cari dengan menggunakan rumus persentase.

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

²⁶ Gustina Komalasari, dkk. *Asesmen Teknik Nontes Dalam Perspektif Bk Komprehensif*. Jakarta: PT Indeks Permata Puri Media. 2011. h. 81

²⁷ Jakni. *Metodologi Penelitian Eksperimen Bidang Pendidikan*. Bandung: Alabeta. 2016. h.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Keterangan:
 P : persentase
 F : frekuensi
 N : jumlah seluruhnya²⁸

b. Kuesioner

Kuesioner di buat dalam bentuk kalimat pernyataan yang di golongkan dalam lima kategori berdasarkan skala likert. Kemudian Skala tersebut di berikan skor berdasarkan model skala likert.

Tabel III.1
Pemberian Skor Pada Pilihan Jawaban Kontribusi Teknik Psikodrama Meningkatkan Konsep Diri Siswa Obesitas Dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

No	Pernyataan	
	Jawaban	Skor
1	Sangat Setuju (SS)	5
2	Setuju (S)	4
3	Kurang Setuju (KS)	3
4	Tidak Setuju (TS)	2
5	Sangat tidak setuju (STS)	1

Keterangan :

SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 KS : Kurang Setuju
 TS : Tidak Setuju
 STS : Sangat Tidak Setuju²⁹

1) Uji Validitas

Menurut Sumadi, validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen. Pengukuran yang valid berarti

²⁸ Anas Sudijono. *pengantar Statistika Pendidikan*. Bandung: Alfabeta. 2000. h. 45

²⁹ Riduwan. *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta. 2011. h.15

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid.

Untuk mengukur validitas digunakan analisis faktor yakni mengkorelasikan skor item instrumen dan skor totalnya dengan bantuan *program SPSS 16.0 for windows*.

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{N\sum x^2 - (\sum x)^2}\{N\sum y^2 - (\sum y)^2\}}$$

Keterangan :

R_{xy} : koefisien korelasi antara skor item dan skor total

$\sum x$: jumlah skor butir

$\sum y$: jumlah skor total

$\sum x^2$: jumlah kuadrat butir

$\sum y^2$: jumlah kuadrat total

$\sum xy$: jumlah perkalian skor item dan skor total

N : jumlah responden³⁰

Validitas suatu butir pernyataan dapat dilihat pada *output SPSS* yakni dengan membandingkan nilai hitung dengan nilai tabel. Apabila nilai hitung lebih besar dari nilai tabel maka dapat dikatakan item tersebut itu valid, sebaliknya apabila nilai hitung lebih rendah dari nilai tabel maka disimpulkan item tersebut tidak valid sehingga perlu diganti atau digugurkan.

Tabel III.2
Hasil Analisis validitas Konsep Diri Siswa Obesitas

Butir Pernyataan	Nilai “r” hitung	Kesimpulan
Butir 1	0.377	Valid
Butir 2	0.056	Tidak valid

³⁰ Sumadi Suryabrata. *Alat Ukur psikologi*. Yogyakarta: Penerbit Adi. 2005. h. 186

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Butir 3	0.461	Valid
Butir 4	0.335	Tidak valid
Butir 5	0.377	Valid
Butir 6	0.574	Valid
Butir 7	0.457	Valid
Butir 8	0.678	Valid
Butir 9	0.258	Tidak valid
Butir 10	0.529	Valid
Butir 11	0.641	Valid
Butir 12	0.754	Valid
Butir 13	0.732	Valid
Butir 14	0.521	Valid
Butir 15	0.402	Valid
Butir 16	0.609	Valid
Butir 17	0.369	Valid
Butir 18	0.332	Tidak valid
Butir 19	0.077	Tidak valid
Butir 20	0.026	Tidak valid
Butir 21	0.242	Tidak valid
Butir 22	0.085	Tidak valid
Butir 23	0.476	Valid
Butir 24	0.308	Tidak valid
Butir 25	0.254	Tidak valid

Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa butir yang valid hanya 15 butir dari 25 butir pernyataan dengan nilai r hitung lebih besar dari r tabel 0.349 selebihnya butir pernyataan yang lebih kecil dari r tabel di gugurkan.

Untuk butir 1 hasilnya sebesar $0.377 > 0.349$ r tabel, untuk butir 2 hasilnya sebesar $0.056 < 0.349$ r tabel, untuk butir 3 hasilnya sebesar $0.46 > 0.349$ r tabel, untuk butir 4 hasilnya sebesar $0.0335 < 0.349$ r tabel, untuk butir 5 hasilnya sebesar

0.377 > 0.349 r tabel, untuk butir 6 hasilnya sebesar 0.574 > 0.349 r tabel, untuk butir 7 hasilnya sebesar 0.457 > 0.349 r tabel, untuk butir 8 hasilnya sebesar 0.678 > 0.349 r tabel, untuk butir 9 hasilnya sebesar 0.258 < 0.349 r tabel, untuk butir 10 hasilnya sebesar 0.529 > 0.349 r tabel, untuk butir 11 hasilnya sebesar 0.641 > 0.349 r tabel, untuk butir 12 hasilnya sebesar 0.754 > 0.349 r tabel, untuk butir 13 hasilnya sebesar 0.732 > 0.349 r tabel, untuk butir 14 hasilnya sebesar 0.521 > 0.349 r tabel, untuk butir 15 hasilnya sebesar 0.402 > 0.349 r tabel, untuk butir 16 hasilnya sebesar 0.609 > 0.349 r tabel, untuk butir 17 hasilnya sebesar 0.369 > 0.349 r tabel, untuk butir 18 hasilnya sebesar 0.332 < 0.349 r tabel, untuk butir 19 hasilnya sebesar 0.077 < 0.349 r tabel, untuk butir 20 hasilnya sebesar 0.026 < 0.349 r tabel, untuk butir 21 hasilnya sebesar 0.242 < 0.349 r tabel, untuk butir 22 hasilnya sebesar 0.085 < 0.349 r tabel, untuk butir 23 hasilnya sebesar 0.476 > 0.349 r tabel, untuk butir 24 hasilnya sebesar 0.308 < 0.349 r tabel, untuk butir 25 hasilnya sebesar 0.254 < 0.349 r tabel.

2) Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada instrumen yang dianggap dapat di percaya untuk di gunakan sebagai alat pengumpul data karena

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

instrumen itu sudah baik.³¹ Instrumen dikatakan reliabel jika alat ukur tersebut menunjukkan hasil yang konsisten, sehingga instrumen tersebut dapat digunakan secara aman karena dapat bekerja dengan baik pada waktu dan kondisi yang berbeda.

Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini dengan bantuan *program spss 16.0 for windows*. Adapun rumus yang digunakan adalah rumus *cronbach alpha*.

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan :

- r_{11} : reliabilitas instrumen
 k : banyak butir pernyataan
 \sum_b^2 : jumlah varians butir
 σ_t^2 : vaians total³²

Adapun hasil uji reliabilitas instrumen penelitian dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel III.3
Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.853	25

³¹ *Ibid.* h.101

³² Hartono. *Analisis Item Instrumen*. Pekanbaru: Zanafa Publishing. 2015. h. 127

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Nilai alpha yang digunakan sebagai indikator analisis secara umum menggunakan taraf signifikan 5% dengan nilai “r” tabel sebesar 0.349 maka $r \text{ hasil} > r \text{ tabel}$ yang berarti instrumen penelitian reliabel.

2. Dokumentasi

Dokumentasi adalah menelaah berbagai dokumen yang terkait dengan penelitian atau persoalan-persoalan yang diteliti. Teknik penulisan ini akan penulis gunakan untuk mengumpulkan data tentang sejarah berdirinya sekolah, keadaan guru, keadaan siswa, dokumen-dokumen yang tertulis berupa buku, arsip, visi dan misi sekolah serta catatan penting lainnya.³³

A. Teknik analisis data

Analisa data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden terkumpul yang meliputi proses pengelompokan data, mentabulasi, menyajikan data dan melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah.³⁴

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *wilcoxon* untuk sampel kecil dari 30 yang berkolerasi. Berikut dijelaskan teknik dalam analisis data penelitian ini.

³³ Amirah Diniyati.. *instrumentasi dalam bimbingan konseling*. Pekanbaru: cadas press. 2013. h. 86

³⁴ Sugiyono. *Op.Cit.* h. 335

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Deskripsi Data

Penggunaan teknik psikodrama dalam meningkatkan konsep diri siswa obesitas melalui layanan bimbingan kelompok akan dideskripsikan melalui norma kategori yang diklasifikasikan dengan kriteria sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Kategori dilakukan untuk menempatkan individu dalam kelompok-kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Untuk menghitung rentangan data atau interval, menurut Azwar rumus yang dapat digunakan sebagai berikut :

$$i = \frac{DT-DR}{K}$$

keterangan :

i	: interval
DT	: data tertinggi
DR	: data rendah
K	: jumlah kelas ³⁵

Penghitungan dalam menentukan rentangan skor atau interval skor dalam penelitian ini dilakukan sebagai berikut :

$$\text{Interval} = \frac{75-15}{5} = 12$$

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, maka interval skor yang di dapat sebesar 12. Selanjutnya, peneliti menentukan

³⁵ Saifuddin Azwar. *Penyusunan skala psikologis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2010. h. 146

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kategorisasi untuk kontribusi teknik psikodrama dalam meningkatkan konsep diri siswa obesitas melalui layanan bimbingan kelompok.

Tabel III.4
Norma Kategorisasi Konsep Diri Siswa Obesitas

Interval Skor	Kategori
64-76	Sangat Tinggi
51-63	Tinggi
38-50	Sedang
25-37	Rendah
12-24	Sangat Rendah ³⁶

2. Mengingat penelitian ini bersifat eskperimen. Menggunakan *uji wilcoxon* dengan rumus z untuk sampel besar ($N > 30$) yang berkolerasi. Adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut.

Uji wilcoxon untuk sampel :

$$z = \frac{T - \left[\frac{1}{4N(N+1)} \right]}{\sqrt{1/24(N)(N+1)(2N+1)}}$$

Keterangan :

T = peringkat pada nilai terkecil

N = jumlah pengamatan³⁷

³⁶ Riduwan. *Op.cit.* h. 15

³⁷ Suliyanto. *Statistika non parametrik*. Yogyakarta: CV Andi Offset. 2014. h. 61

Pengujian Hipotesis

- Ho : Tidak terdapat kontribusi teknik *psikodrama* dalam meningkatkan konsep diri siswa *obesitas* melalui layanan bimbingan kelompok di Sekolah Menengah Atas Negri 12 Pekanbaru.
- Ha : terdapat kontribusi teknik *psikodrama* dalam meningkatkan konsep diri siswa *obesitas* melalui layanan bimbingan kelompok di Sekolah Menengah Atas Negri 12 Pekanbaru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.