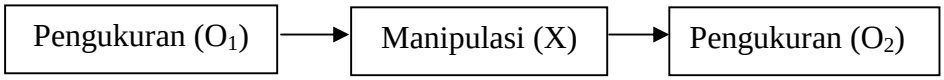
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan *quasi experiment* dengan desain satu kelompok. Desain Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one-group pretest-posttest design*. Penelitian ini terdiri dari satu kelompok, *pretest* maupun *posttest* dilaksanakan sebanyak satu kali. Perbedaan antara rata-rata skor variabel terikat sebelum perlakuan dengan rata-rata skor variabel bebas menunjukkan pengaruh dari variabel bebas (Seniati, Yulianto & Setiadi, 2006). Berikut gambar desain penelitian *one group pretest-posttest*:



Gambar 3.1: Desain Penelitian

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel terikat (Y) dan variabel bebas (X). Adapun identifikasi variabel adalah sebagai berikut:

Variabel Dependen (Y) : *Psychological Well Being*

Variabel Independen (X) : Pelatihan Resiliensi Berani, Tangguh dan Mandiri

C. Definisi Operasional

1. *Psychological Well Being*

   Psychological Well Being adalah kondisi psikologis remaja Panti Asuhan yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, memiliki kepuasan

hidup, dan tidak memiliki tanda-tanda gangguan psikologis. PWB diukur melalui aspek-aspek menurut Ryff (1995) yang antara lain:

a) Penerimaan diri; kondisi remaja Panti Asuhan yang dapat menerima kelebihan diri, menerima kekurangan diri, mengakui kelebihan diri, mengakui kekurangan diri, perasaan positif tentang kehidupan masa lalu, tidak merasa puas dengan diri sendiri, terhindar dari perasaan kecewa.
b) Hubungan yang positif dengan orang lain; kondisi remaja Panti Asuhan yang dapat menjalin hubungan yang hangat, saling mempercayai, saling mempedulikan, empati, afeksi.
c) Otonomi; kondisi remaja Panti Asuhan yang mampu mengatur hidup dan tingkah laku, kemampuan menentukan nasib, tahan terhadap tekanan sosial, kemampuan evaluasi diri, kemampuan mengambil keputusan.
d) Penguasaan lingkungan; kondisi remaja Panti Asuhan yang memiliki kemampuan menata kegiatan dan lingkungan.
e) Tujuan hidup; kondisi remaja Panti Asuhan yang memiliki arah dan tujuan dalam hidup, memiliki makna hidup, terintegrasi pada bagian-bagian diri.
f) Pertumbuhan pribadi; kondisi remaja Panti Asuhan yang memiliki kemampuan beradaptasi terhadap perubahan, mengembangkan potensi diri, dan memiliki minat di dalam hidup. Semakin tinggi skor yang dimiliki, semakin tinggi PWB dan sebaliknya semakin rendah skor yang dimiliki, semakin rendah PWB.

2. Pelatihan Berani, Tangguh dan Mandiri (BATMAN)

Pelatihan BATMAN adalah suatu bentuk pelatihan untuk meningkatkan kemampuan remaja di Panti Asuhan untuk bertahan, bangkit serta menyesuaikan diri dengan kondisi terburuk. Pelatihan BATMAN ini diadopsi dari teori Reivich dan Shatté (2002) dan Grotberg (1995). Pelatihan yang akan diberikan akan memenuhi kemampuan sebagai berikut:

a) *I Have*: Kemampuan yang diperoleh oleh remaja di Panti Asuhan dari orang lain sebagai kekuatan individu meningkatkan resiliensi. Kemampuan ini mencakup:
   1) *Trusting Relationship*
   2) Struktur dan aturan
   3) *Role Models*
   4) Dorongan menjadi mandiri

b) *I Am*: Kemampuan remaja di Panti Asuhan untuk menyadari kekuatan yang ada di dalam diri. Kemampuan ini mencakup:
   1) Empati
   2) Bangga pada diri sendiri, pencapaian
   3) Otonomi dan tanggung jawab
   4) Optimis
   5) *Self efficacy*

c) *I Can*: Kemampuan interpersonal yang dimiliki oleh remaja di Panti Asuhan untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran yang dimiliki untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Kemampuan ini mencakup:

1) Komunikasi
2) Menganalisa masalah
3) Mengelola perasaan dan rangsangan (kontrol terhadap impuls)
4) Regulasi emosi

D. Prosedur Penelitian

1. Persiapan Eksperimen

Persiapan Eksperimen yang harus dilakukan sebelum melaksanakan penelitian antara lain:

a. Persiapan *try out* alat ukur *psychological well being* (Ryff, 1995) yang telah dimodifikasi sesuai dengan karakteristik subjek penelitian.
b. Persiapan administrasi (perizinan) dilakukan pada pihak-pihak yang berwenang terhadap penggunaan ruangan di Panti Asuhan Al Hidayah Pekanbaru.
c. Persiapan alat ukur untuk *screening* dalam penelitian yaitu, alat ukur terstandar tes kepribadian SSCT (*Sacks Sentence Completion Test*). Penggunaan alat ukur SSCT dikarenakan hasil subtes dapat dijadikan dasar mengenai gambaran PWB pada remaja di Panti Asuhan. Subtes di dalam SSCT mengukur hubungan interpersonal dan konsep diri yang mencakup sikap terhadap ketakutan, rasa bersalah, kemampuan diri, masa lalu, masa yang akan datang dan tujuan hidup. Kemunculan perasaan negatif tersebut dapat menganggu ketentraman individu (Watson, Clark, & Tellegen, 1998).

Selain itu, PWB merujuk pada perasaan inividu mengenai aktivitas hidup sehari-hari. Perasaan ini berkisar dari kondisi mental negatif (ketidakpuasan hidup, kecemasan, dan sebagainya) sampai kepada kondisi mental yang positif seperti realisasi potensi atau aktualisasi diri (Bradburn, dalam Ryff dan Keyes, 1995). Artinya, semakin kompleks perasaan negatif yang dimiliki akan menghilangkan ketenangan dan ketentraman pada diri individu sehingga mengganggu kesejahteraan individu. Oleh sebab itu, penentuan PWB yang rendah dari hasil screening dapat dilihat dari subjek yang memiliki ≥ 3 permasalahan pada subtes pada tes SSCT yaitu hubungan interpersonal, konsep diri dan sikap terhadap keluarga.

d. Persiapan observer adalah dengan menentukan 5 orang observer yaitu mahasiswa psikologi yang telah lulus matakuliah observasi. Tugas observer adalah mengamati kegiatan subjek selama penelitian dilakukan berdasarkan format atau blanko observasi yang mengacu pada teori Reivich dan Shatté (2002) dan Grotberg (1995). Observer bertugas mengamati setiap perilaku resiliensi yang muncul pada subjek selama penelitian. Adapun indikator perilaku yang diobservasi didalam penelitian ini berdasarkan pada tingkah laku subjek selama mengikuti pelatihan.

e. Persiapan eksperimen berupa pelatihan resiliensi berani, tangguh dan mandiri yang akan diberikan kepada sampel penelitian dan mempersiapkan modul sebagai acuan dalam pelaksanaan penelitian, selain itu juga mempersiapkan fasilitator. Fasilitator pada pelatihan resiliensi berani, tangguh dan mandiri adalah Dosen di Fakultas Psikologi UIN

SUSKA Riau. Fasilitator telah menguasai materi pelatihan dan mampu menghidupkan suasana pada saat pelatihan. Persiapan selanjutnya adalah materi yang disusun sedemikian rupa dalam sebuah modul, menyediakan alat tulis, laptop, speaker dan perlengkapan *ice breaking* selama pelatihan diberikan.

2. Pelaksanaan Eksperimen

a. Tes Kepribadian

Tes kepribadian diberikan sebagai sebuah studi pendahuluan untuk mendapatkan data mengenai kepribadian remaja di Panti Asuhan Al-Hidayah Pekanbaru. Data ini digunakan sebagai dasar untuk menentukan subjek penelitian. Jumlah peserta yang mengikuti tes kepribadian adalah sebanyak 29 orang dengan kriteria usia 11-21 tahun menurut Monks (2006). Alat ukur yang digunakan adalah SSCT (*Sacks Sentence Completion Test*). Tidak adanya ketentuan untuk skor SSCT sehingga dikatakan memiliki PWB yang rendah, penulis membuat kriteria subjek penelitian adalah yang memiliki permasalahan ≥ 3 pada hasil subtes SSCT agar dapat mewakili indikator dari PWB. Semakin kompleks permasalahan psikologis yang dihadapi akan mengganggu kesejahteraan pada individu.

b. Penentuan Subjek Eksperimen

Setelah dilakukannya *secreening* dengan menggunakan tes SSCT, didapatkan sebanyak 13 orang yang memenuhi kriteria. Subjek pada penelitian ini adalah 10 orang remaja di Panti Asuhan Al Hidayah Pekanbaru yang dipilih random dari 13 subjek yang terlah terpilih. Subjek

terdiri dari 4 orang laki-laki dan 6 orang perempuan. Penentuan sampel berdasarkan hasil subtes SCCT yang menunjukkan indikator rendahnya PWB. Sampel yang telah terpilih kemudian menandatangani surat persetujuan (*informed consent)* sebagai subjek penelitian. Pada saat eksperimen dilaksanakan, terdapat empat orang subjek yang gugur sehingga total subjek eksperimen yang adalah 6 orang dengan jumlah laki-laki sebanyak 2 orang dan perempuan sebanyak 4 orang.

c. *Pretest*

1) *Pretest* dilakukan dengan memberikan skala *psychological well being* berdasarkan teori Ryff (1995) yang telah dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan penelitian. Tujuan dilakukannya *prestest* adalah untuk memperoleh gambaran PWB sebelum diberikan perlakuan.

2) Intruksi *prestest* dibacakan pada awal sesi yakni subjek diminta untuk mengisi pernyataan yang sesuai dengan kondisi subjek yang sebenarnya.

3) Skor PWB dilihat dengan menghitung total skor pada skala yang telah dijawab oleh subjek, semakin tinggi skor maka semakin baik PWB dan semakin rendah skor yang dimiliki maka semakin buruk PWB pada individu.

4) *Pretest* dilakukan selama 20 menit dengan jumlah aitem sebanyak 15.

d. Perlakuan

1) Perlakuan diberikan kepada 10 orang dengan memberikan pelatihan berani, tangguh dan mandiri (BATMAN). Pelatihan diberikan oleh

seorang Fasilitator yang kesehariannya sebagai Dosen di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau dan didampingi oleh satu orang asisten fasilitator.

2) Perlakuan terdiri dari 4 sesi yaitu, pengenalan pelatihan berani, tangguh dan mandiri (BATMAN), *I Have, I Am* dan *I Can*. Sesi pengenalan mengenai pelatihan selama 45 menit, sesi *I have* diberikan selama 45 menit, sesi *I am* diberikan selama 50 menit dan sesi *I can* diberikan selama 50 menit. Materi yang diberikan merupakan hasil modifikasi teori resiliensi yang dikembangkan oleh Reivich dan Shatte (2002) dan Grotberg (1995).

3) Setiap sesi, Subjek diminta untuk merefleksikan kembali apa yang telah diberikan oleh fasilitator. Sampel juga diminta untuk bermain game yang bertujuan sebagai aplikasi dari materi yang akan atau telah diberikan oleh fasilitator.

e. Reaplikasi

Tahap ini dilakukan sebagai bentuk pengulangan pelatihan berani, tangguh dan mandiri. Hal ini dilakukan agar sampel tetap mengingat dan memahami konsep dan tujuan yang akan dicapai setelah mengikuti pelatihan. Slavin (2000) mengatakan bahwa proses belajar harus melakukan sejumlah latihan seperti pengulangan dan menghapal. Reaplikasi diberikan oleh fasilitator yang sama ketika pelatihan diberikan.

f. *Posttest*

Posttest dilakukan dua minggu setelah perlakuan diberikan. Subjek diminta untuk mengisi skala *psychological well being* yang dikembangkan oleh Ryff (1995) dan telah dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan penelitian. Skala yang digunakan ketika *posttest* adalah skala yang juga digunakan ketika *pretest*. Seniati, Yulianto dan Setiadi (2005) mengatakan bahwa perubahan pada alat ukur atau pada proses pengukuran antara pengukuran yang satu dan yang lain selagi dalam pelaksanaan eksperimen akan dapat menimbulkan pengaruh pada variabel dependen. Untuk menghindari *instrumentation effect* peneliti mengubah tetapmenggunakan alat ukur yang sama namun mengubah tata letak aitem pada alat ukur *pretest* dan *posttest*. *Posttest* dilakukan selama 20 menit.

g. *Follow Up*

Peneliti melakukan *follow up* dua bulan setelah dilaksanakannya *posttest* yaitu pada tanggal 17 Mei 2015. *Follow up* bertujuan untuk melihat sejauh mana pelatihan yang diberikan benar-benar dapat mengubah tingkah laku dan bersifat menetap. Peneliti meminta subjek untuk mengisi skala PWB yang digunakan pada saat *pretest* dan *posttest* hanya saja terdapat perubahan pada tata letak aitem. *Follow up* juga dilakukan untuk menghindari ancaman validitas internal, sehingga perubahan tingkah laku yang terjadi benar-benar disebabkan oleh perlakuan yang diberikan berupa pelatihan BATMAN.

E. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Arikunto (2010) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek yang mempunyai karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja di Panti Asuhan Pekanbaru. Teknik sampling yang digunakan adalah *mixed sampling. Mixed sampling* telah diklasifikasikan ke dalam kategori campuran sampling, karena memiliki karakteristik dari kedua sampling random dan non random (Kumar, 1999). Adapun teknik yang digunakan adalah random sederhana dan *purposive sampling* untuk kategori non random.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sangadji & Sopiah, 2010). Sampel dalam penelitian ini adalah 6 orang remaja yang tinggal di Panti Asuhan Al Hidayah Pekanbaru yang memenuhi karakteristik sebagai berikut:

1. Remaja yang berusia (11-21 tahun). Penentuan usia mengacu pada karakteristik remaja menurut Monks (2006).
2. Tinggal di Panti Asuhan dan belum pernah mengikuti pelatihan resiliensi.
3. Memiliki skor *psychological well being* yang rendah dan sedang.
4. Mengikuti seluruh kegiatan eksperimen sesuai dengan yang telah disepakati.

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Skala *Psychological Well Being*

Dalam penelitian ini untuk mengukur PWB remaja di Panti Asuhan menggunakan skala PWB yang disusun oleh Ryff (1995). Skala PWB telah dimodifikasi oleh penulis sesuai dengan kebutuhan penelitian, dari 42 aitem penulis hanya menggunakan 40 aitem yang terdiri dari aspek-aspek

penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi.

Skala PWB disusun dengan menggunakan model skala Likert yang dibuat dalam lima alternatif jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), KS (Kurang Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai) yang terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable.* Penilaian yang diberikan untuk pernyataan *favorable*, yaitu SS (Sangat Sesuai) memperoleh skor 5, S (Sesuai) memperoleh skor 4, KS (Kurang Sesuai) memperoleh skor 3, TS (Tidak Sesuai) memperoleh skor 2, STS (Sangat Tidak Sesuai) memperoleh skor 1. Untuk pernyataan *unfavorable,* yaitu SS (Sangat Sesuai) memperoleh skor 1, S (Sesuai) memperoleh skor 2, KS (Kurang Sesuai) memperoleh skor 3, TS (Tidak Sesuai) memperoleh skor 4, STS (Sangat Tidak Sesuai) memperoleh skor 5.

Tabel 3.1
Blue Print Skala *Psychological Well Being* (untuk *try out)*

Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
Penerimaan Diri	Menerima kelebihan diri, menerima kekurangan diri, mengakui kelebihan diri, mengakui kekurangan diri, perasaan positif tentang kehidupan masa lalu, tidak merasa puas dengan diri sendiri, terhindar dari perasaan kecewa.	6, 12, 23, 40	17, 29, 35	**7**
Hubungan Positif dengan Orang Lain	Hubungan yang hangat, saling mempercayai, saling mempedulikan, empati, afeksi.	4, 21, 27, 38	10, 15, 33	**7**
Otonomi	Mengatur hidup dan tingkah laku, kemampuan menentukan nasib, tahan	1, 7, 24, 36	13, 18, 30	**7**

	terhadap tekanan sosial, kemampuan evaluasi diri, kemampuan mengambil keputusan.			
Penguasaan Lingkungan	Kemampuan menata kegiatan, lingkungan.	2	8,14,1, 25,31	6
Tujuan Hidup	Memiliki arah tujuan dalam hidup, memiliki makna hidup, terintegrasi pada bagian-bagian diri	11,28, 34,39	5,16, 22	**7**
Pertumbuhan Pribadi	Kemampuan beradaptasi terhadap perubahan, mengembangkan potensi diri, memiliki minat	9,20, 32	3, 26, 37	6
Jumlah		20	20	40

*Keterangan: F = *Favorable*; UF= *Unfavorable*

2. Observasi

Observasi merupakan aktivitas pencatatan fenomena yang dilakukan secara sistematis (Idrus, 2009). Dengan menggunakan teknik observasi memungkinkan untuk melihat dan mengamati sendiri, kemudian mencatat perilaku dan kejadian yang terjadi pada keadaan sebenarnya. Dalam penelitian ini akan dilakukan observasi guna melihat perilaku-perilaku yang muncul selama dilaksanakannya pelatihan.

3. Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan tambahan untuk peserta yang mengikuti kegiatan eksperimen. Wawancara ini dilakukan untuk mengetahui secara langsung bagaimana kondisi psikologis maupun fisik remaja di Panti Asuhan atau membandingkan kondisi sebelum dan setelah mengikuti pelatihan berani, tangguh dan mandiri (BATMAN) selama 2 hari. Wawancara dilakukan dalam catatan refleksi (terlampir).

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

a. Uji Validitas Skala *Psychological Well Being*

Validitas adalah pertimbangan yang paling utama dalam mengevaluasi kualitas tes sebagai instrumen ukur. Konsep validitas mengacu kepada kelayakan, kebermaknaan, dan kebermanfaatan inferensi tertentu yang dibuat berdasarkan skor hasil tes yang bersangkutan (Azwar, 2012). Dalam penelitian ini, eksperimen dianggap valid bila variabel benar-benar mempengaruhi variabel yang diamati dan akibat-akibat yang terjadi pada variabel terikat bukan karena variabel yang lain (Seniati, Yulianto dan Setiadi, 2005).

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi (*content validity*). Azwar (2009) mengungkapkan validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis secara rasional atau lewat *professional judgement*. Validitas isi akan menunjukkan sejauh mana aitem-aitem dalam alat ukur mencakup keseluruhan kawasan isi yang hendak diukur.

Dalam penelitian ini juga akan digunakan parameter daya diskriminasi aitem, karena hal tersebut penting ketika mengukur atribut nonkognitif. Daya diskriminasi aitem adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2012). Sebagai kriteria pemilihan aitem berdasar korelasi aitem-total, biasanya digunakan batasan

koefisien korelasi aitem total lebih besar dari atau sama dengan 0,30. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya pembedanya dianggap memuaskan (Azwar, 2012). Pada penelitian ini peneliti menyatakan aitem valid jika memenuhi batasan ≥ 0.03.

Pada skala PWB yang terdiri dari 40 aitem, terdapat 20 aitem gugur dengan koefisien korelasional total berkisar dari 0.346 sampai 0.514. Berikut rinciannya:

Tabel 3.2
Blue Print skala PWB setelah *try out*

Indikator	Aitem	Aitem Gugur	Aitem Valid
Menerima kelebihan diri, menerima kekurangan diri, mengakui kelebihan diri, mengakui kekurangan diri, perasaan positif tentang kehidupan masa lalu, tidak merasa puas dengan diri sendiri, terhindar dari perasaan kecewa.	6, 12, 23, 40, 17, 29, 35	6, 23, 40, 17, 29, 35	12
Hubungan yang hangat, saling mempercayai, saling mempedulikan, empati, afeksi.	4, 21, 27, 38, 10, 15, 33	38, 10, 15	4, 21, 27, 33
Mengatur hidup dan tingkah laku, kemampuan menentukan nasib, tahan terhadap tekanan sosial, kemampuan evaluasi diri, kemampuan mengambil keputusan.	1, 7, 24, 36, 13, 18, 30	1, 7, 13, 24, 36, 30	18
Kemampuan menata kegiatan, lingkungan.	2, 8,14,1, 25,31	8, 31	2, 14, 19, 25
Memiliki arah tujuan dalam hidup, memiliki makna hidup,	11,28, 34,39, 5,16,	3, 9, 26	22, 28

terintegrasi pada bagian-bagian diri	22		
Kemampuan beradaptasi terhadap perubahan, mengembangkan potensi diri, memiliki minat	9,20, 32, 3, 26,37		20, 32, 37
Jumlah	**40**	**25**	**15**

Dari tabel 3.2 terlihat bahwa ada 25 aitem yang gugur. Aitem yang layak untuk penelitian hanya 15 aitem. Berikut tabel *blue print* untuk penelitian (*pretest* dan *posttest*):

Tabel 3.3
Blue Print skala PWB untuk *pretest*

Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
Penerimaan Diri	Menerima kelebihan diri, menerima kekurangan diri, mengakui kelebihan diri, mengakui kekurangan diri, perasaan positif tentang kehidupan masa lalu, tidak merasa puas dengan diri sendiri, terhindar dari perasaan kecewa.	3	-	1
Hubungan Positif dengan Orang Lain	Hubungan yang hangat, saling mempercayai, saling mempedulikan, empati, afeksi.	2, 8, 11	14	4
Otonomi	Mengatur hidup dan tingkah laku, kemampuan menentukan nasib, tahan terhadap tekanan sosial, kemampuan evaluasi diri, kemampuan mengambil keputusan.	-	5	1
Penguasaan Lingkungan	Kemampuan menata kegiatan, lingkungan.	1	4, 6, 10	4
Tujuan Hidup	Memiliki arah tujuan dalam hidup, memiliki makna hidup, terintegrasi pada bagian-bagian diri	12	9	2
Pertumbuhan Pribadi	Kemampuan beradaptasi terhadap perubahan, mengembangkan potensi	**7,** 13	15	3

	diri, memiliki minat			
Jumlah		9	6	15

*Keterangan: F = *Favorable*; UF= *Unfavorable*

Tabel 3.4
Blue print skala PWB untuk *posttest*

Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
Penerimaan Diri	Menerima kelebihan diri, menerima kekurangan diri, mengakui kelebihan diri, mengakui kekurangan diri, perasaan positif tentang kehidupan masa lalu, tidak merasa puas dengan diri sendiri, terhindar dari perasaan kecewa.	1	-	1
Hubungan Positif dengan Orang Lain	Hubungan yang hangat, saling mempercayai, saling mempedulikan, empati, afeksi.	3, 12, 14	7	4
Otonomi	Mengatur hidup dan tingkah laku, kemampuan menentukan nasib, tahan terhadap tekanan sosial, kemampuan evaluasi diri, kemampuan mengambil keputusan.	-	4	1
Penguasaan Lingkungan	Kemampuan menata kegiatan, lingkungan.	6, 13	8, 11	4
Tujuan Hidup	Memiliki arah tujuan dalam hidup, memiliki makna hidup, terintegrasi pada bagian-bagian diri	5	15	2
Pertumbuhan Pribadi	Kemampuan beradaptasi terhadap perubahan, mengembangkan potensi diri, memiliki minat	2, 10	9	3
Jumlah		9	6	15

*Keterangan: F = *Favorable*; UF= *Unfavorable*

b. Uji Modul Pelatihan Berani, Tangguh dan Mandiri (BATMAN)

Sebelum digunakan pada tahap penelitian, modul terlebih dahulu divalidasi oleh *professional judgement.* Dalam hal ini, validator

merupakan Dosen Psikologi Eksperimen dan narasumber dalam penyusunan skripsi ini. Modul juga diuji cobakan pada beberapa remaja untuk melihat efektifitas waktu dan bahasa yang digunakan dalam modul pelatihan.

c. Validitas Penelitian Eksperimen

1) Validitas Internal

Validitas Internal adalah sejauhmana perubahan yang diamati (Y) dalam suatu eksperimen benar-benar hanya terjadi karena perlakuan yang diberikan (X) dan bukan karena pengaruh variabel lain (Seniati, Yulianto & Setiadi, 2006). Faktor-faktor yang mempengaruhi validitas internal yaitu :

a) *Maturation*

Perubahan biologis atau perubahan psikologis yang sistematis pada organisme dalam suatu waktu tertentu. Faktor ini mungkin terjadi pada penelitian jangka panjang. *Maturation* adalah proses perubahan pada subjek eksperimen yang terjadi seiring dengan berjalannya waktu. Dalam suatu eksperimen yang melaksanakan waktu cukup panjang, subjek dapat terpengaruh dikarenakan menjadi lelah, bosan, lapar, atau karena bertambahnya usia. Jadi untuk menghindari faktor ini penelitian hanya dilakukan selama 1 hari.

b) *Testing*

Terjadi bila dilakukan desain penelitian ulang (*pretest - posttest*), sehingga terjadi kenaikan skor uji akhir karena subjek pernah mengerjakan uji awal. Faktor ini berupa efek pengukuran atau tes yang dikenakan pertamakali (*pretest*) terhadap pengukuran ulang (*postest).* Untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan testing, peneliti menyusun alat ukur *pretest* dan *posttest* dengan tata letak yang berbeda.

c) *Experimental mortality*

Mortalitas adalah hilangnya subjek tertentu dari kelompok eksperimen atau dari kelompok kontrol yang dapat mengakibatkan perubahan rata-rata skor pada variabel dependen setelah perlakuan. Efek ini akan lebih nyata kalau yang hilang adalah subjek yang semula memiliki skor sangat tinggi atau skor sangat rendah. Hal ini disebabkan subjek meninggal, menderita sakit, mengalami kecelakaan, atau tidak bersedia mengikuti penelitian hingga selesai. Untuk mengantisipasi masalah ini peneliti menyediakan *informed concent* untuk bukti kesediaan dari subjek penelitian.

d) *Experimenter effect*

Karakteristik experimenter dapat menimbulkan bias atribut eksperimenter dan harapan eksperimenter. Agar dapat menjaga validitas tanpa faktor ini maka peneliti akan menentukan

narasumber untuk pemberian perlakuan serta observer yang memenuhi kriteria untuk melakukan observasi.

e) *Participant sophistication*

Pengetahuan dan familiaritas subjek penelitian terhadap topik penelitian atau metode eksperimental yang dilakukan dapat mempengaruhi hasil penelitian. Untuk mengatasi faktor ini peneliti akan memilih subjek yang belum pernah mengikuti pelatihan resiliensi.

f) *Instrumentation effect*

Alat ukur yang diberikan dalam penelitian dapat mempengaruhi validitas internal. Terjadinya perubahan pada alat ukur atau pada proses pengukuran antara pengukuran yang satu dan yang lain selagi dalam pelaksanaan eksperimen akan dapat menimbulkan pengaruh pada variabel dependen selain yang diakibatkan oleh efek perlakuan. Agar dapat mengatasi faktor ini maka peneliti mengubah tata letak aitem pada alat ukur *pretest* dan *posttest*.

g) Efek partisipan

Sebagai makhluk yang memiliki kemampuan kognitif tinggi, subjek penelitian seringkali berusaha untuk mencari tahu apa yang akan mereka alami. Peneliti hanya akan menjelaskan susunan acara selama pelatihan BATMAN sehingga subjek tidak mengetahui apa

yang sebenarnya di teliti, hal ini dalam penelitian eksperimen dinamakan *deception.*

2) Validitas Eksternal

Menurut Seniati, Yulianto & Setiadi (2006), validitas eksternal adalah sejauhmana hasil eksperimen dapat digeneralisasikan pada subjek, situasi dan waktu yang berbeda. Validitas eksternal terbagi lagi menjadi tiga yaitu:

a) Validitas populasi yaitu validitas yang berhubungan dengan kemampuan hasil suatu penelitian untuk digeneralisasikan dari sampel penelitian kepada populasi yang lebih besar. Maka peneliti melakukan kontrol subjek dengan melakukan *pretest* dan diambil 10 orang subjek yang memiliki PWB yang rendah. Artinya dengan adanya kontrol ini maka subjek akan menjadi lebih homogen.

b) Validitas ekologi yang berhubungan dengan generalisasi pada situasi dan kondisi lingkungan lain. Validitas ini terbagi lagi menjadi *multiple-treatmen interference* (subjek pernah mengikuti pelatihan resiliensi sebelumnya), *howthorne effect* (subjek berpura-pura), *eksperimenter effect* dan *pretesting effect*. Agar dapat meningkatkan validitas eksternal maka peneliti menentukan subjek yang memang belum pernah mengikuti pelatihan resiliensi, dan peneliti hanya menjelaskan prosedur penelitian secara global sehingga subjek tidak tahu maksud dari penelitian dan dapat

menghindari sikap pura-pura selanjutnya peneliti akan menjaga jarak dengan subjek untuk menghindari bias peneliti.

c) Validitas temporal yang berhubungan dengan generalisasi pada waktu yang berbeda. Validitas ini terbagi lagi menjadi variasi siklus (waktu musiman), variasi personal (karakter subjek setiap waktu). Agar dapat meningkatkan validitas eksternal, peneliti melaksanakan penelitian di dalam ruangan untuk mengantisipasi cuaca hujan/panas. Terakhir, melaksanakan penelitian di waktu liburan sekolah, dikarenakan pada saat pelaksanaan eksperimen ini jatuh pada liburan semester sehingga tidak terlalu menganggu aktifitas subjek sehari-hari.

2. Reliabilitas

a. Reliabilitas Alat Ukur

Azwar (2012) menjelaskan bahwa reliabilitas mampu menghasilkan data yang reliabel dan suatu proses pengukuran dapat dipercaya. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1, semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien yang mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2012).

Sebelum dilakukannya penelitian, peneliti melakukan uji coba (*try out*) alat ukur kepada sejumlah remaja di Panti Asuhan Pekanbaru. Adapun yang menjadi subjek *try out* adalah para remaja yang berada di Panti Asuhan Fajar Harapan, Panti Asuhan Putra Harapan, Panti Asuhan An-

nisa dan Panti Asuhan Amanah. Uji coba alat ukur dilakukan untuk mengetahui reliabilitas alat ukur sehingga aitem-aitemnya layak digunakan dan benar-benar mengukur apa yang hendak diukur.

Alat ukur yang diuji cobakan adalah skala PWB yang dikembangkan oleh Ryff (1995) dan dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan kebutuhan penelitian dari 42 aitem menjadi 40 aitem yang mencakup enam dimensi. Ada 125 skala yang telah disebar dan dapat dianalisis seluruhnya. Pada skala PWB diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,806. Untuk mengetahui koefisien reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini, maka penulis menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan komputasi program *SPSS (Stasitical of Package for Social Sciences)* 18 *for windows.*

b. Reliabilitas Modul

Penyusunan Modul penelitian selain didiskusikan bersama dosen pembimbing juga didiskusikan bersama dosen eksperimen lainnya yakni, dosen-dosen yang mengajar mata kuliah eksperimen di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Modul terlebih dahulu diuji cobakan kepada beberapa remaja dan fasilitator melakukan uji coba terhadap instruksi-instruksi yang akan diberikan pada saat pelatihan BATMAN.

H. Teknik Analisis Data

Teknik Analisis data untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Rank Test. Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengukur perbedaan rerata yang berasal dari satu kelompok, yaitu melihat

perbedaan rerata *pretest* dan *posttest*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan program *SPSS (Stasitical of Package for Social Sciences)* 18 *for windows*.

I. Jadwal Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan di Panti Asuhan Al Hidayah Pekanbaru. Berikut rincian jadwal penelitian pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.5
Jadwal Penelitian

No.	Jenis Kegiatan	Tanggal Pelaksanaan
1.	Seminar Proposal	26 November 2015
2.	Perbaikan Proposal	09 Januari 2015
3.	Uji Coba (Try Out)	19 Januari 2015 – 25 Januari 2015
4.	Screening Subjek	15 Februari 2015
5.	Penelitian	01 Maret 2015 – 15 Maret 2015
6.	Pengolahan Data Hasil Penelitian	16 Maret 2015 – 23 April 2015
7.	Seminar Hasil	13 Mei 2015
8.	Ujian Munaqasyah	10 Juni 2015