

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Dan Pendekatan

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitiannya menggunakan *experiment research*, karena peneliti ingin melakukan sebuah percobaan terhadap mahasiswa yang memiliki sikap *people pleaser* dengan menggunakan bimbingan konseling Islam. Kemudian melakukan perbandingan terhadap sikap mahasiswa sebelum dan setelah mendapatkan bimbingan, apakah ada perbedaan dan perubahan yang signifikan atau sama saja seperti sebelumnya.⁵⁴ Dalam melakukan penelitian eksperimen ini peneliti menggunakan *one-group pre-test-post-test design*, yaitu kelompok mahasiswa yang memiliki sikap *people pleaser* diukur variabel *dependennya* (*pre-test*), kemudian diberikan stimulus, dan diukur kembali variabel *dependennya* (*post-test*), tanpa ada kelompok pembanding.⁵⁵

2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif, yang menggunakan paradigma *post-positivist* (pemikiran tentang sebab akibat, reduksi kepada variabel, hipotesis dan pertanyaan spesifik, menggunakan pengukuran dan observasi, serta pengujian teori) dalam mengembangkan ilmu pengetahuan. Kemudian menggunakan strategi seperti eksperimen dan survei yang memerlukan data statistika namun statistika yang bukan sebatas statistika deskriptif tapi sampai statistika inferensial.⁵⁶ Digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.⁵⁷

⁵⁴ Beni Ahmad Saebani and Yana Sutisna, *Metode Penelitian* (Bandung: Pustaka Setia, 2018), 187.

⁵⁵ Bambang Prasetyo and Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Rajawali Pers, 2013), 161.

⁵⁶ Muhajirin Maya Panorama, *Pendekatan Praktis Metode Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif* (Yogyakarta: Idea Press, 2018), 23.

⁵⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, 8.

B. Setting Penelitian

1. Tempat Penelitian

Lokasi yang dijadikan penelitian adalah Institut Agama Islam Negeri Kudus, beralamatkan di Jl. Conge Ngembalrejo Kotak Pos 51 Telp. (0291) 438818 Fax. 441613 Kudus 59322. Alasan peneliti memilih lokasi penelitian di sini karena belum pernah ada yang meneliti mengenai permasalahan sikap *people pleaser* pada mahasiswa di IAIN Kudus. Dimana hal ini sedang maraknya terjadi di kalangan mahasiswa, dan masih banyak mahasiswa yang belum menyadari kalau mereka termasuk *people pleaser*. Terutama pada mahasiswa semester 6 yang sudah mulai mengenal dan saling membutuhkan sehingga mereka membuat *in group-out group*. Disini mahasiswa akan mendapat yang namanya penerimaan dan penolakan, mahasiswa yang mendapat penolakan mereka akan berusaha untuk menyenangkan temannya agar dapat diterima di kelompoknya.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan mulai bulan November 2023 hingga bulan April 2023. Penelitian dibagi menjadi empat tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap pengolahan data dan pelaporan. Tahap persiapan dilakukan mulai bulan November 2022 sampai Januari 2023. Tahap pelaksanaan dilakukan pada bulan Februari sampai bulan Maret 2023. Tahap pengolahan data dan pelaporan dilakukan bulan April 2023.

Tahap persiapan meliputi penyusunan proposal skripsi sekaligus konsultasi dengan dosen pembimbing. Tahap pelaksanaan meliputi validitas instrumen, izin penelitian, pengambilan data dan membuat praktek bimbingan kelompok Islam. Izin penelitian diberikan oleh pihak fakultas. Pengambilan data dilakukan dengan cara menyebarkan angket kepada mahasiswa semester 6. Setelah angket diisi oleh responden maka dilanjutkan dengan konsultasi kepada dosen pembimbing untuk melihat fokus permasalahan yang mendominasi sehingga akan diberikan bimbingan kelompok Islam. Kemudian setelah pemberian bimbingan dilakukan maka dilanjutkan dengan penyebaran angket kembali, guna mengetahui perbedaan jawaban responden dari sebelum dan sesudah mendapatkan bimbingan.

Tahap pengolahan data dan penyusunan laporan meliputi empat kegiatan. Kegiatan pertama yaitu meneliti hasil proses pemberian bimbingan kelompok Islam, serta pemeriksaan hasil jawaban responden terhadap angket yang peneliti sebar. Kedua adalah konsultasi hasil penelitian dengan dosen. Ketiga adalah analisis data dan pembahasan. Keempat adalah penyusunan laporan. Ketiga tahap yang sudah dijelaskan di atas disusun dalam bentuk tabel, sebagai berikut:

Tabel 3. 1
Tahapan-Tahapan Waktu Penelitian

No	Kegiatan	Waktu Pelaksanaan (2022-2023)							
		No v	De s	Ja n	Fe b	Ma r	Ap r	Me i	Jun i
1.	Tahapan Persiapan								
	Observasi								
	Penyusunan Proposal								
	Acc Proposal								
2.	Tahap Pelaksanaan								
	Validitas Instrumen								
	Izin Penelitian								
	Pengambilan Data								
	Pembuatan Praktik Bimbingan								
3.	Tahap Pengolahan Data dan Pelaporan								
	Analisis data								
	Pelaporan								

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Dalam kerangka penelitian kuantitatif populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas, obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik

kesimpulannya.⁵⁸ Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Kudus, Semester 6, tahun ajaran 2022/2023.

Tabel 3. 2
Data Responden Mahasiswa IAIN KUDUS Semester 6

Fakultas	Jenis Kelamin		Jumlah
	Laki-Laki	Perempuan	
Tarbiyah	4	25	29
Dakwah	6	26	32
Febi	5	16	21
Total			82

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diambil dengan cara-cara tertentu untuk diukur atau diamati karakteristiknya, kemudian ditarik kesimpulan mengenai karakteristik tersebut yang dianggap mewakili populasi.⁵⁹ Teknik untuk pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *probability sampling*, yaitu setiap unsur yang terdapat dalam anggota populasi memiliki kesempatan atau peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel.⁶⁰

Jenis sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, karena sampel diambil secara acak dari anggota populasi tanpa memperdulikan strata yang ada dalam elemen populasi tersebut.⁶¹ Pada penelitian ini peneliti mengambil sampel dari mahasiswa yang sudah Semester 6, karena pada semester 6, mahasiswa sudah saling mengenal dan mulai terbiasa untuk bergaul dengan temannya. Sehingga tidak bisa dipungkiri jika mereka membentuk sebuah kelompok *in-group* dan *out-group* untuk memenuhi kebutuhan hidupnya selama di perkuliahan, kebutuhan eksistensi, serta menyalurkan hasratnya. Di tambah lagi pada semester 6 ini mahasiswa mulai menjalani magang, KKL, PPL yang dimana mahasiswa akan sangat

⁵⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Tindakan Komprehensif Untuk Perbaikan Kinerja Dan Penembangan Ilmu Tindakan* (Bandung: Alfabeta, 2015), 167. nm

⁵⁹ Sofar Silaen and Widiyono, *Metodologi Penelitian Sosial Untuk Penulis Skripsi Dan Tesis* (Jakarta: In Media, 2013), 87.

⁶⁰ Syofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif Dilengkapi Dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2013), 31.

⁶¹ I'anatut Thoifah, *Statistika Pendidikan Dan Metode Penelitian Kuantitatif* (Malang: Madani, 2015), 21.

membutuhkan teman untuk diajak berdiskusi. Hal inilah yang terkadang membuat individu berusaha untuk melakukan apa saja agar mereka dapat diterima di kelompoknya.

Untuk menentukan jumlah sampel peneliti menggunakan rumus *krecjie*, dengan menggunakan tabel *krecjie*. Jumlah subyek sebanyak 82 responden yang didapatkan dari pengisian angket *people pleaser*, dari 82 responden tersebut diambil 10 responden untuk diberikan bimbingan kelompok Islam dengan pendekatan REBT. Alasan peneliti memilih 10 responden tersebut karena dilihat dari jumlah keseluruhan hasil pengisian angket, menunjukkan data responden dengan tingkat *people pleaser* paling tinggi.

D. Desain Dan Definisi Operasional Variabel

1. Desain Penelitian

Desain penelitian secara parsial merupakan penggambaran tentang hubungan antar variabel, pengumpulan data, dan analisis data, sehingga dengan adanya desain yang baik peneliti maupun pihak yang berkepentingan mempunyai gambaran yang jelas tentang keterkaitan antara variabel yang ada dalam konteks penelitian dan apa yang hendak dilakukan oleh seorang peneliti dalam melaksanakan penelitian.⁶²

Dalam Penelitian ini peneliti menggunakan *one group pretest-posttest design* yaitu desain penelitian yang terdiri dari satu kelompok tanpa adanya kelompok kontrol (perbandingan). *Pretest* dilakukan untuk mengukur kondisi awal responden sebelum diberikan perlakuan. Dan *posttest* dilaksanakan untuk mengetahui keadaan variabel terikat sesudah diberikan perlakuan. Perbedaan *pretest* dan *posttest* diartikan sebagai hasil (akibat dari adanya perlakuan). Berikut ini rancangan *one group pretest-posttest design*:

Tabel 3. 3

One group pretest-posttest design

O ¹ (Kondisi Awal <i>Pre-Test</i>)	X (Pemberian Bimbingan kelompok Islam)	O ² (Kondisi Akhir <i>Post-Test</i>)

⁶² Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, Dan Karya Ilmiah* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2011), 108.

Keterangan:

- O¹ Nilai *pretest* (untuk mengukur sikap *people pleaser* pada = Mahasiswa sebelum diberi *treatment*)
 X *Treatment* (pemberian *treatment* bimbingan kelompok = Islam dengan pendekatan REBT)
 O² Nilai *posttest* (untuk mengetahui perubahan sikap *people pleaser* pada mahasiswa setelah diberi *treatment*).⁶³

Pemberian *pretest* dan *posttest* pada mahasiswa dimaksudkan untuk mengetahui dan membandingkan apakah ada perbedaan dan perubahan yang signifikan atau masih sama saja dari kondisi awal mahasiswa sebelum mendapatkan *treatment*.

2. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah fenomena yang bervariasi dalam bentuk, kualitas, kuantitas, mutu, standar dan sebagainya.⁶⁴ Yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.⁶⁵

- a. Variabel bebas X (Variabel *Independent*) adalah variabel yang mempengaruhi (*stimulus, predictor, antecedent*) atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *dependent* (terikat). Adapun variabel *independent* dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok Islam dengan pendekatan REBT (X).
- b. Variabel terikat Y (Variabel *dependent*) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat (*output, kriteria, konsekuen*), karena adanya variabel bebas atau karena ada tindakan.⁶⁶ Dan yang menjadi variabel *dependent* pada penelitian ini yaitu, sikap *people pleaser* (Y) pada Mahasiswa IAIN Kudus semester 6.

⁶³ Muri Yusuf, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif Dan Penelitian Gabungan* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2014), 181.

⁶⁴ Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi, Dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*. (Jakarta: Prenadamedia Group, 2005), 69.

⁶⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi Dilengkapi Dengan Metode R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017), 38.

⁶⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Tindakan Komprehensif Untuk Perbaikan Kinerja Dan Penembangan Ilmu Tindakan*, 81.

3. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel penelitian adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Definisi operasional variabel ini mendefinisikan variabel yang bersifat konseptual menjadi spesifik tidak bermakna ganda (ambigu) dan terukur.⁶⁷ Dari sini peneliti akan mengetahui bagaimana caranya melakukan pengukuran terhadap variabel yang dibangun atas konsep dasar yang sama. Dengan demikian peneliti dapat menentukan apakah tetap akan melanjutkan menggunakan prosedur pengukuran yang sama atau melakukan pengukuran yang baru. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu Bimbingan Kelompok Islam dengan Pendekatan REBT (X) dan Sikap *People Pleaser* Mahasiswa (Y). Berikut adalah definisi operasional variabel penelitian:

a. Bimbingan Kelompok Islam dengan Pendekatan REBT (X¹)

Bimbingan ini bertujuan sebagai sarana untuk memberikan bantuan dan bimbingan kepada individu dalam bentuk diskusi kelompok. Setiap individu dituntut untuk saling membantu dan belajar berpartisipasi, bergerak, aktif, dinamis dengan memanfaatkan pikiran serta pengalamannya. Hal ini berfungsi untuk memenuhi suatu kebutuhan dalam rangka pengembangan diri dan menyelesaikan masalah yang berlandaskan cara-cara Islami. Adapun aspek dari bimbingan kelompok menurut Prayitno (1995), yaitu terletak pada tahap awal (pembukaan), tahap peralihan, tahap inti (tindakan), tahap akhir (penutup). Dari aspek-aspek di atas terdapat beberapa indikator di dalamnya, antara lain:⁶⁸

- 1) Tahap Awal (Pembukaan), meliputi (a) Mengungkapkan pengertian dan tujuan bimbingan kelompok, (b) Menjelaskan asas-asas dan cara/tahapan bimbingan kelompok, (c) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri, (d) Teknik

⁶⁷ Suliyanto, *Metode Penelitian Bisnis Untuk Sekripsi, Tesis, & Disertasi* (Yogyakarta: Andi Offset, 2018), 147–48.

⁶⁸ Aminah, Purnama, and Rahman, “Analisis Dampak Pelatihan Peningkatan Kompetensi Layanan Konseling Kelompok Pada Guru BK SMA Se-Kabupaten Sleman.”

- khusus, (e) Permainan penghangatan/pengakraban (*ice breaking*), (f) Membuat kontrak kegiatan.
- 2) Tahap Peralihan, meliputi (a) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, (b) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, (c) Membahas suasana yang terjadi, (d) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, (e) Bila perlu kembali kepada beberapa aspek tahap pertama.
 - 3) Tahap Inti (Tindakan), meliputi (a) Memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk mengutarakan keluh-kesahnya, bertanya ataupun menyampaikan pendapatnya, (b) Mengeksplorasi masalah yang dialami oleh klien dengan lebih dalam, untuk meninjau kembali masalah yang dihadapi klien, (c) Pembimbing juga tetap menjaga agar hubungan bimbingan tetap terpelihara dan berjalan dengan baik
 - 4) Tahap Akhir (Penutup), meliputi (a) Pemimpin kelompok memberitahukan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir, (b) Pembimbing bersama dengan klien menentukan kesimpulan hasil dari pelaksanaan bimbingan kelompok saat itu, serta menyusun rencana tindakan sesuai dengan kesepakatan yang telah dibuat, (c) Tahap ini ditandai dengan berkurangnya kecemasan yang dirasakan, pemahaman baru klien tentang masalahnya, dan adanya rencana yang akan dilakukan pada masa mendatang, (d) Mengemukakan kesan, pesan dan harapan.

Bimbingan kelompok ini nantinya akan dilaksanakan sesuai dengan modul yang peneliti adopsi dari skripsi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang dikembangkan oleh Enik Sartika, S.Pd.I di dalam sekripsinya dengan judul “*Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (Rebt) Berbasis Rasa Syukur Untuk Meningkatkan Konsep Diri Remaja (Studi Eksperimen Di Mts Negeri Wonokromo Pleret Bantul)*”.

b. Sikap *People Pleaser* (Y¹)

People pleaser adalah seseorang yang memiliki kebutuhan emosional untuk selalu menyenangkan orang lain dengan mengorbankan keinginannya sendiri. Secara operasional, aspek-aspek sikap *people pleaser* ada tiga,

yaitu: aspek kognitif, aspek emotif dan aspek behavior. Dari aspek-aspek di atas terdapat beberapa indikator di dalamnya, antara lain:

- 1) Aspek kognitif, berkaitan dengan nalar atau proses berfikir (*Thinking*), yaitu kemampuan dan aktivitas otak untuk mengembangkan pemikiran rasional. Terdapat beberapa indikator, yaitu: (a) sulit mengambil keputusan, (b) tidak memiliki pendirian, (c) tidak mengenali jati diri sendiri
- 2) Aspek Afektif (Emotif), berkaitan dengan emosi/perasaan (*Feeling*) seperti, penghargaan, nilai, perasaan, semangat, minat, sikap terhadap suatu hal. Terdapat beberapa indikator, yaitu: (a) haus akan penilaian, pengakuan, dan penghargaan dari orang lain, (b) menghindari konflik dan perdebatan, (c) sulit megutarakan perasaan.
- 3) Aspek Behavior, berkaitan dengan perilaku individu. Terdapat beberapa indikator, yaitu: (a) mendahulukan kepentingan orang lain, (b) kebahagiaan orang lain lebih utama, (c) Sering Meminta Maaf.

E. Uji Validitas Dan Reabilitas Instrumen

1. Uji Validitas Instrumen

Uji Validitas adalah pengujian untuk membuktikan bahwa alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data atau mengukur data itu tepat dan valid. Validitas berarti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen dalam melakukan fungsi ukurnya.⁶⁹ Uji validitas sering digunakan untuk mengukur ketepatan suatu item dalam kuesioner atau skala. Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas item, dimana yang ditunjukkan dengan adanya korelasi atau dukungan terhadap item total (skor total), perhitungan dilakukan dengan cara mengkorelasikan antara skor item dengan skor total item.⁷⁰

Dalam penelitian ini uji validitas dilakukan dengan menggunakan program SPSS dan teknik pengujian yang sering digunakan untuk uji validitas adalah menggunakan korelasi

⁶⁹ Sumanto, *Teori Dan Aplikasi Metode Penelitian: Psikologi, Pendidikan, Ekonomi Bisnis, Dan Sosial* (Yogyakarta: CAPS, 2014), 78.

⁷⁰ Duwi Priyatno, *Paham Analisa Statistik Data Dengan SPSS* (Yogyakarta: Mediakom, 2010), 90.

Bivariate pearson (produk momen *pearson*). Pengujian menggunakan uji dua sisi dengan taraf signifikan 0,05. Kriteria pengujian adalah sebagai berikut:⁷¹

- a. Korelasi r hitung $> r$ table (uji 2 sisi dengan sig. 0,05), maka instrumen atau item-item pertanyaan berkorelasi signifikan terhadap skor total dinyatakan valid.
- b. Korelasi r hitung $< r$ table, maka instrumen atau item-item pertanyaan tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total dinyatakan tidak valid.

Berikut adalah rumus korelasi *product moment*:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

R_{xy} : koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N : jumlah responden

$\sum X$: jumlah skor butir soal

$\sum Y$: jumlah skor total soal

$\sum XY$: jumlah perhatian skor item dengan skor total

Nilai r hitung dicocokkan dengan r tabel *product moment* pada taraf signifikan 5%. Jika r dihitung lebih besar dari r tabel. Maka butir soal tersebut valid.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji Reliabilitas digunakan untuk menguji instrumen yang telah dibuat (angket/kuesioner) dengan tujuan mengetahui kemantapan/konsistensi dari instrumen sebagai alat ukur, sehingga hasil pengukuran dapat dipercaya atau diandalkan.⁷²

Suatu alat pengukur (instrumen) dikatakan reliabel jika pengukurannya konsisten (cermat) dan akurat, apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama (homogen), memperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subyek memang belum berubah atau dalam kondisi yang sama.⁷³ Pengukuran reliabilitas dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu:

⁷¹ Dian Ayunita Nugraheni Nurmala Dewi, *Modul Uji Validitas Dan Reliabilitas* (Semarang: Universitas Diponegoro, 2018), 2.

⁷² Noor, *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, Dan Karya Ilmiah*, 131.

⁷³ Rahmat, *Statistika Penelitian* (Bandung: Pustaka Setia, 2013), 165–66.

- a. *Repeated Measure* atau pengukuran ulang. Disini seseorang akan diberikan pertanyaan yang sama pada waktu yang berbeda, dan dilihat apakah ia tetap konsisten dengan jawabannya.
- b. *One Shot* atau pengukuran sekali saja. Pengukuran dilakukan sekali saja dan kemudian hasilnya dibandingkan dengan pertanyaan lain atau mengukur korelasi antar jawaban pertanyaan.

Untuk melakukan uji reliabilitas peneliti menggunakan program SPSS dengan menggunakan uji statistik *Cronbach Alpha*. Adapun kriteria bahwa instrumen itu dikatakan reliabel apabila nilai yang didapat dalam proses pengujian dengan uji statistik *Cronbach Alpha* > 0,60. Dan sebaliknya jika *Cronbach Alpha* ditemukan angka koefisien lebih kecil (< 0,60), maka dikatakan tidak reliabel.⁷⁴ Untuk mengukur reliabilitas skala atau kuesioner dapat digunakan formula sebagai berikut:

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

Keterangan:

R₁₁ : koefisien reliabilitas instrumen (total tes)

K : banyaknya butir pertanyaan yang sah

∑s₂t : jumlah varian butir

∑s₂t : varian skor total

Kategori koefisien reliabilitas adalah sebagai berikut:⁷⁵

Tabel 3. 4

Kategori Koefisien Reliabilitas

Interval Hasil Reliabilitas	Kriteria Reliabilitas
0,08 < r ₁₁ ≤ 1,00	Sangat Tinggi
0,60 < r ₁₁ ≤ 0,80	Tinggi
0,40 < r ₁₁ ≤ 0,60	Sedang
0,20 < r ₁₁ ≤ 0,40	Rendah
-1,00 < r ₁₁ ≤ 0,20	Sangat Rendah

Dalam penelitian ini, untuk melakukan pengukuran rebilitasi peneliti menggunakan *one shot* atau pengukuran sekali saja.

⁷⁴ Masrukin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Kudus: Mibarda, 2017), 124.

⁷⁵ Dewi, *Modul Uji Validitas Dan Reliabilitas*, 2–3.

F. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti dalam mengumpulkan data menggunakan beberapa metode yaitu, metode kuesioner, observasi dan dokumentasi.

1. Angket (Kuesioner)

Angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada mahasiswa untuk dijawabnya. Kuesioner merupakan suatu bentuk instrumen pengumpulan data yang sangat fleksibel dan relatif mudah digunakan. Data yang diperoleh lewat penggunaan kuesioner adalah data yang dikategorikan sebagai data faktual.⁷⁶

Dalam hal ini peneliti membuat kuesioner tertutup yang kemudian akan diisi oleh mahasiswa. Bentuk kuesioner/angket yang dihasilkan bersifat tertutup, dimana pertanyaan yang diberikan kepada mahasiswa menggunakan teknik pemilihan jawaban, pada item-item yang termuat pada kolom alternatif jawaban dengan memberikan sebuah *check* (✓) yang memudahkan mahasiswa tinggal memilih jawaban. Selain itu, kuesioner ini juga dibuat dalam bentuk link untuk memudahkan dalam menyebar angket sehingga lebih efektif dan efisien. Jadi kuesioner jenis ini mahasiswa tidak diberi kesempatan untuk mengeluarkan pendapat.

Sebelum angket dibuat, peneliti terlebih dahulu menyusun instrumen angket yang akan disebar kepada responden. Instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam proses pengumpulan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya.⁷⁷ Angket digunakan untuk mendapatkan data kuantitatif dari variabel bebas (*independent*) atau X dan variabel bebas (*dependent*) atau Y. Skala pengukuran yang digunakan oleh peneliti dalam angket ini adalah skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.⁷⁸

⁷⁶ Rohmad, *Pengembangan Instrumen Evaluasi Dan Penelitian* (Yogyakarta: Kalimedia, 2017), 173–75.

⁷⁷ Riduwan, *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2005), 24.

⁷⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017), 158.

Adapun kisi-kisi angket yang disusun oleh peneliti , sebagai berikut:

Tabel 3. 5
Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Variabel (Y)

Variabel	Aspek	Indikator	F	UF	Total	
Sikap <i>People Pleaser</i> (Y)	Kognitif (<i>Thinking/</i> Pikiran)	1) Sulit mengambil keputusan	1, 2	21, 22	4	
		2) Tidak memiliki pendirian	3, 4	23, 24	4	
		3) Tidak mengenali jati diri sendiri	5, 6	25, 26	4	
	Emotif (<i>Feeling/</i> perasaan)	1) Haus akan penilaian, pengakuan, dan penghargaan dari orang lain	7, 8, 9	27, 28, 29	6	
		2) Menghindari konflik dan perdebatan	10, 11	30, 31	4	
		3) Sulit mengutarakan perasaan	12, 13, 14	32, 33, 34	6	
	Behavior (Tindakan/ Perilaku)	1) Mendahulukan kepentingan orang lain	15, 16	35, 36	4	
		2) Kebahagiaan orang lain lebih utama	17, 18	37, 38	4	
		3) Sering meminta maaf	19, 20	39, 40	4	
	TOTAL			20	20	40

2. Observasi

Gordon E Mils. Mils (2003) menyatakan bahwa Observasi adalah sebuah kegiatan yang terencana dan terfokus untuk melihat dan mencatat serangkaian perilaku ataupun jalannya sebuah sistem yang memiliki tujuan tertentu, serta mengungkap apa yang ada di balik munculnya perilaku dan landasan suatu

sistem tersebut.⁷⁹ Observasi yang dilakukan oleh peneliti yaitu observasi *non-participant*, karena peneliti tidak terlibat secara langsung hanya sebagai pengamat saja. Observasi pada penelitian ini digunakan untuk melihat dan mengetahui sikap *people pleaser* pada mahasiswa di IAIN Kudus, semester 6 sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan kelompok Islam. Selain itu observasi digunakan untuk mengamati dan mengumpulkan data yang bertujuan sebagai data pendukung dan penguat untuk mengetahui bimbingan kelompok Islam.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan sumber data yang digunakan untuk melengkapi penelitian, karena hasil penelitian akan lebih kredibel atau dapat dipercaya kalau didukung dengan sumber tertulis, film, gambar (foto), dan karya-karya monumental, yang semuanya itu memberikan informasi bagi proses penelitian.⁸⁰ Peneliti menggunakan teknik dokumentasi guna memperoleh data-data penunjang penelitian yang akan dilakukan berupa bukti telah melakukan bimbingan kelompok Islam. Dokumentasi berupa foto waktu pelaksanaan bimbingan dilakukan, modul bimbingan, materi bimbingan, lembar komitmen, *blue print*, hasil jawaban responden terhadap angket.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kuantitatif merupakan proses pengolahan seluruh data yang telah diperoleh selama penelitian. Pengolahan data dalam penelitian kuantitatif ini peneliti menggunakan statistik inferensial dengan bentuk data berupa skala ordinal dan hipotesis komparatif related. Dalam analisis data penelitian ini dibagi menjadi dua tahapan, yaitu:

1. Analisis Pendahuluan

Pada analisis pendahuluan peneliti menggunakan Skala Likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.⁸¹ Dengan menggunakan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi dimensi, dimensi

⁷⁹ Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, Dan Focus Groups: Sebagai Instrument Penggalan Data Kualitatif*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), 131.

⁸⁰ Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori Dan Praktik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), 178.

⁸¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, Dan R&D*, 158.

dijabarkan menjadi sub variabel, kemudian sub variabel dijabarkan lagi menjadi indikator-indikator yang dapat diukur. Akhirnya indikator-indikator yang terukur ini dapat dijadikan titik tolak untuk membuat item instrument yang berupa pertanyaan maupun pernyataan, yang nantinya akan dijawab oleh responden.⁸² Berikut kriteria jawaban yang digunakan dalam menjawab pertanyaan atau pernyataan dalam angket.

Tabel 3. 6
Skor Alternatif jawaban

<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>	
Respon	Bobot	Respon	Bobot
Sangat Setuju (SS)	4	Sangat setuju (SS)	1
Setuju (S)	3	Setuju (S)	2
Tidak Setuju (TS)	2	Tidak Setuju (TS)	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat tidak Setuju (STS)	4

Berdasarkan tabel 3.7 terlihat bahwa indikator people pleaser dalam penelitian ini menggunakan rentang skor 1 sampai 4 yang mempresentasikan lima kriteria tingkatan yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Sehingga kriteria interval dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

1. Persentase maksimal = (skor tertinggi : skor tertinggi) x 100%
= (4 : 4) x 100% = 100%
2. Persentase minimal = (skor terendah : skor tertinggi) x 100%
= (1 : 4) x 100% = 25%
3. Range = presentase maksimal - presentase minimal
100 - 25 = 75
4. Panjang interval = range : kriteria
= 75 : 5 = 15%

Berdasarkan perhitungan panjang skor tersebut, maka interval kriteria skor adalah sebagai berikut

Tabel 3. 7
Interval Kriteria Skor

No	Interval Skor	Kategori
1.	86-100	Sangat Tinggi
2.	71-85	Tinggi

⁸² Riduwan, *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*, 12–13.

3.	56-70	Sedang
4.	41-55	Rendah
5.	25-40	Sangat Rendah

2. Uji Asumsi Klasik

Statistik inferensial (sering juga disebut statistik induktif atau statistik probabilitas), adalah teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data sampel dan hasilnya diberlakukan untuk populasi. Statistik ini akan cocok digunakan bila sampel diambil dari populasi yang jelas, dan teknik pengambilan sampel dari populasi itu dilakukan secara random. Dalam memakai teknik analisis statistik inferensial ini perlu dilakukan pengujian terlebih dahulu dengan uji asumsi klasik (uji prasyarat) pada data yang ada, tujuannya untuk mengetahui penyebaran data.

Uji asumsi klasik ini dilakukan agar peneliti dapat menetapkan apakah penelitian ini menggunakan uji statistik parametrik atau non-parametrik. Hal ini perlu dilakukan agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas. Teknik pengujian yang dapat dipakai adalah uji normalitas data, uji homogenitas data.

a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji ini digunakan untuk mengukur data berskala ordinal, interval ataupun rasio. Jika analisis menggunakan metode parametrik, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi, yaitu data berasal dari distribusi yang normal. Jika data tidak berdistribusi normal, maka metode alternatif yang bisa digunakan adalah statistik non parametrik. Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji Kolmogorov-smirnov pada program SPSS.⁸³ Adapun kriteria pengujian normalitas data sebagai berikut:⁸⁴

- 1) Jika angka signifikansi (SIG) $> 0,05$, maka data berdistribusi normal.
- 2) Jika angka signifikansi (SIG) $< 0,05$, maka data berdistribusi tidak normal.

⁸³ Priyatno, *Paham Analisa Statistik Data Dengan SPSS*, 71.

⁸⁴ Masrukhin, *Statistik Deskriptif Dan Inferensial : Aplikasi Program Spss Dan Excel*, (Kudus: Media Ilmu, 2014), 178–80.

b. Uji Homogenitas Data

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi data adalah homogen (sama) atau tidak.⁸⁵ Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji homogenitas dengan One Way Anova dengan kriteria, sebagai berikut:⁸⁶

- 1) Jika nilai probability (SIG) > 0,05, maka H_0 diterima.
- 2) Jika nilai probability (SIG) < 0,05, maka H_0 ditolak.

3. Analisis Uji Hipotesis

Analisis uji hipotesis dilakukan untuk menunjukkan adanya hubungan atau pengaruh antara dua variabel atau lebih dalam populasi, yang diuji melalui hubungan antarvariabel dalam sampel yang diambil dari populasi. Dalam analisa ini penulis mengadakan perhitungan lebih lanjut pada tabel distribusi frekuensi dengan mengkaji hipotesis, yaitu sebagai berikut:

a. Uji Sign Test

Uji tanda (Sign Test) digunakan untuk menguji hipotesis bahwa dua sampel yang berpasangan memiliki distribusi yang sama. Uji yang biasanya digunakan untuk mengukur dampak dari suatu perlakuan tertentu ini didasarkan pada perbedaan pasangan observasi dengan memberi tanda positif atau negatif.⁸⁷

Hipotesis:

- 1) H_0 Tidak terdapat perbedaan nilai rata-rata hasil eksperimen *pre-test* dan *post-test* efektivitas bimbingan kelompok Islam dengan pendekatan rebt untuk mengatasi sikap *people pleaser* pada mahasiswa IAIN Kudus.
- 2) H_1 Terdapat perbedaan nilai rata-rata hasil eksperimen *pre-test* dan *post-test* efektivitas bimbingan kelompok Islam dengan pendekatan rebt untuk mengatasi sikap *people pleaser* pada mahasiswa IAIN Kudus.

Prob > 0,05 = H_0 diterima

Prob < 0,05 = H_0 ditolak

⁸⁵ Priyatno, *Paham Analisa Statistik Data Dengan SPSS*, 76.

⁸⁶ Taufik Hidayat and Nina Istiadah, *Panduan Lengkap Menguasai SPSS 19 Untuk Mengolah Data Statistik Penelitian* (Jakarta: mediakita, 2011), 120.

⁸⁷ Hidayat and Istiadah, 91–94.

Probabilitas yang diperoleh dari uji dua sisi (*2-tailed*) adalah 0,000 atau $< 0,05$. Dengan begitu, H_0 ditolak atau terdapat perbedaan nilai rata-rata hasil eksperimen *pre-test* dan *post-test* efektivitas bimbingan kelompok Islam dengan pendekatan rebt untuk mengatasi sikap *people pleaser* pada mahasiswa IAIN Kudus.

Digunakan uji Chi-Square untuk menguji hipotesis, dengan rumus sebagai berikut:⁸⁸

$$\chi^2 = \frac{(n_1 - n_2 - 1)^2}{n_1 + n_2}$$

Dimana:

N_1 : banyaknya beda yang bertanda +

N_2 : banyaknya beda yang bertanda -

Jika hasil selisih 0 maka tidak diperhitungkan, dan derajat bebasnya 1.

Jika pada suatu pasangan terjadi *ties* atau tidak terjadi perbedaan, maka pasangan yang terjadi *ties* harus dikeluarkan dari analisis, sehingga ukuran sampel akan berkurang. Jadi, jumlah pasangan yang dianalisis adalah pasangan yang memiliki tanda perbedaan, baik positif (+) atau negative (-)

b. Uji *Wilcoxon Signed Rank*

Wilcoxon Signed Rank untuk dua sampel terikat digunakan untuk melakukan uji beda dua sampel berpasangan (dengan skala minimal ordinal) apakah memiliki rata-rata yang secara nyata berbeda atau tidak. Uji *Wilcoxon* merupakan pengembangan dari uji sign selain mencari perbedaan, *Wilcoxon* juga menghitung nilai perbedaan tersebut. Perbedaan skor (di) tersebut akan dihitung dan kemudian diperingkat mulai dari nilai terkecil hingga nilai tertinggi (*rank order*).⁸⁹

Hipotesis :

- 1) H_0 Tidak terdapat perbedaan nilai rata-rata hasil eksperimen *pre-test* dan *post-test* efektivitas bimbingan kelompok Islam dengan pendekatan rebt untuk mengatasi sikap *people pleaser* pada

⁸⁸ Suliyanto, *Statistika Non Parametrik Dalam Aplikasi Penelitian* (Yogyakarta: Andi, 2014), 57–59.

⁸⁹ Hidayat and Istiadah, *Panduan Lengkap Menguasai SPSS 19 Untuk Mengolah Data Statistik Penelitian*, 94–96.

mahasiswa IAIN Kudus.

- 2) H_1 Terdapat perbedaan nilai rata-rata hasil eksperimen *pre-test* dan *post-test* efektivitas bimbingan kelompok Islam dengan pendekatan rebt untuk mengatasi sikap *people pleaser* pada mahasiswa IAIN Kudus.

SPSS akan mentransformasi *wiloxcon* statistik ke dalam *z score* untuk diuji signifikansinya dengan menggunakan kurva normal. Dengan menggunakan *level of significance* 0,05 dan uji dua sisi (two tailed), diperoleh nilai z -1,96 dan +1,96. Dari hasil perhitungan diperoleh nilai z hitung sebesar -0,535 yang berarti berada di daerah penerimaan H_0 . dengan begitu bisa disimpulkan bahwa teknik perhitungan cepat tersebut memiliki dampak terhadap nilai simulasi ujian.

Untuk melakukan uji Wilcoxon, dapat menggunakan rumus berikut ini:⁹⁰

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

Dimana:

N: banyak data yang berubah setelah diberi perlakuan berbeda

T: Jumlah peringkat pada nilai selisih negatif (apabila banyaknya selisih yang positif lebih banyak dari banyaknya selisih negatif).

Jumlah peringkat dari nilai selisih positif (apabila banyaknya selisih yang negatif > banyaknya selisih yang positif).

Signifikansi, jika nilai absolute dari z dibandingkan dengan tabel kurva normal, H_0 di tolak jika z hitung > z tabel, H_0 diterima jika z hitung < z tabel.

⁹⁰ Suliyanto, *Statistika Non Parametrik Dalam Aplikasi Penelitian*, 62–65.