

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Objek Penelitian

Salah satu hal yang perlu diperhatikan dalam sebuah penelitian adalah objek penelitian. Objek penelitian adalah sesuatu yang dapat menjelaskan tentang keadaan yang sebenarnya dari objek tersebut sehingga dinilai dapat menjelaskan tujuan penelitian. Arikunto menjelaskan objek penelitian merupakan variabel penelitian, yakni sesuatu yang dijadikan inti masalah suatu penelitian. Sejalan dengan Supriati yang menguraikan bahwa variabel-variabel yang diteliti pada lokasi dilakukannya penelitian disebut objek penelitian. Variabel disini dapat diartikan sebagai suatu masalah yang perlu dicari solusinya sebagai tujuan atas penelitian yang dilakukan, sehingga variabel ini sangat berhubungan dengan objek itu sendiri dan hasil riset yang didapatkan berupa solusi maupun teknologi baru akan bermanfaat langsung kepada objek yang diteliti tersebut. Adapun objek dalam penelitian ini adalah perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3 di MA Sabilul Ulum Jepara.⁸⁹

Perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3 di MA Sabilul Ulum Jepara diukur melalui instrumen non tes tertulis. Instrumen tersebut berupa kuesioner atau angket tertutup berbentuk skala *interval* yang berisi 4 opsi jawab *favorable* dan *unfavorable* yang memuat aspek perilaku merokok.

2. Analisis Data Penelitian

a. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

1) Uji Validitas

Analisis item yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah pernyataan yang disetujui oleh dua validator ahli dalam bidang bimbingan dan konseling yang hasilnya dihitung dengan menggunakan bantuan *Ms. Excel 2013* rumus *Aiken`s V*. Adapun signifikasi butir/item angket dikatakan valid dengan tingkat sangat tinggi jika $0,80 < V \leq 1,00$, tinggi jika $0,60 < V \leq 0,80$, sedang jika $0,40 < V \leq 0,60$, dan rendah jika $0,20 < V \leq 0,40$.⁹⁰ Berikut ini hasil

⁸⁹ Observasi konseling behavioral dengan teknik self management peserta didik kelas XII IPS 3 pada tanggal 15 Juli-15 Agustus 2023

⁹⁰ Prihono, "Validitas Instrumen Kompetensi Profesional Pada Penilaian Prestasi Kerja Guru.", *Jurnal Kompetensi*, 897-910.

komputasi validitas angket dari kedua validator dalam penelitian ini:

Tabel 4.1 Komputasi Validitas Aiken's V dengan Ms. Excel 2013

No. Butir	Validator I		Validator II		$\sum s$	n (c-1)	V	Ket
	Skor	S	Skor	S				
1	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
2	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
3	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
4	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
5	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
6	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
7	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
8	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
9	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
10	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
11	4	3	5	4	7	8	0,875	Sangat Tinggi
12	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
13	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
14	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
15	5	4	4	3	7	8	0,875	Sangat Tinggi
16	4	3	5	4	7	8	0,875	Sangat Tinggi
17	5	4	4	3	7	8	0,875	Sangat Tinggi
18	5	4	5	4	8	8	1	Sangat

No. Butir	Validator I		Validator II		Σ s	n (c-1)	V	Ket
	Skor	S	Skor	S				
								Tinggi
19	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
20	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
21	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
22	5	4	4	3	7	8	0,875	Sangat Tinggi
23	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
24	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
25	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
26	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
27	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
28	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
29	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
30	5	4	4	3	7	8	0,875	Sangat Tinggi
31	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
32	5	4	4	3	7	8	0,875	Sangat Tinggi
33	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
34	4	3	5	4	7	8	0,875	Sangat Tinggi
35	4	3	5	4	7	8	0,875	Sangat Tinggi
36	4	3	5	4	7	8	0,875	Sangat Tinggi
37	5	4	5	4	8	8	1	Sangat

No. Butir	Validator I		Validator II		$\sum s$	n (c-1)	V	Ket
	Skor	S	Skor	S				
								Tinggi
38	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
39	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi
40	5	4	5	4	8	8	1	Sangat Tinggi

Dari hasil analisis validitas menggunakan *Ms. Excel* 2013 rumus Aiken`s V diatas dapat diketahui semua nilai butir angket masuk kategori sangat tinggi.

2) Uji Reliabilitas

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas yang digunakan peneliti adalah metode konsistensi internal dimana metode ini hanya menggunakan satu instrumen yang diujikan satu kali dan tidak perlu pengulangan sehingga dapat meminimalisir masalah-masalah yang timbul pada saat pengulangan.⁹¹ Uji reliabilitas diujikan kepada peserta didik kelas XII IPA 2 yang kemudian hasilnya dihitung menggunakan bantuan program *IBM SPSS Statistics`25* rumus *Cronbach Alpha* dimana hasil pengukuran instrumen dikatakan reliabel jika r_{11} (nilai alpha) lebih besar daripada r_{tabel} . Adapun hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil Uji Reliabilitas dengan IBM SPSS Statistics`25

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.913	40

Dari hasil tabel diatas, diketahui bahwa nilai *alpha* sebesar 0.913 dan nilai r_{tabel} signifikansi 5% adalah 0.304, dimana nilai *alpha* = 0.913 > 0.304 maka item-item angket perilaku merokok dalam penelitian ini dikatakan reliabel.

⁹¹ Khumaedi, "Reliabilitas Instrumen Penelitian Pendidikan." *Jurnal Pendidikan Teknik Mesin*, (2012): 25-38

b. Deskripsi Data *Pre-test*

Berdasarkan hasil angket *pre-test* yang peneliti berikan kepada 30 peserta didik kelas XII IPS 3 di MA Sabilul Ulum Jepara, berikut hasil data angket *pre-test* 8 peserta didik yang mengalami perilaku merokok:

Tabel 4.3 Hasil *Pre-test* Peserta Didik Yang Merokok

No	Nama	Total	Keterangan
1	M. Noor Asrori	145	Tinggi
2	Hendra Achmad Bachtiar	127	Tinggi
3	Muhammad Syahrul M.	144	Tinggi
4	Thoriq Naufal Wafda	141	Tinggi
5	Hisyam Ahmad Ragil Asrofi	139	Tinggi
6	M. Wahyu Akbar	134	Tinggi
7	Azka Dhiya'ul Arifin	141	Tinggi
8	M. Fahmi Ulum	147	Tinggi
Rata-rata		140	Tinggi

Berdasarkan tabel hasil angket *pre-test* diatas terdapat 8 peserta didik yang memiliki perilaku merokok kategori tinggi sebelum diberi perlakuan. Berikut hasil kategorisasi angket *pre-test* peserta didik yang merokok:

Tabel 4.4 Hasil Kategorisasi *Pre-test* Peserta Didik Yang Merokok

Kategori	Batas Interval	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	121-160	8	100%
Sedang	81-120	0	0%
Rendah	40-80	0	0%
Jumlah		8	100%

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 8 peserta didik, terdapat 8 peserta didik yang dikategorikan merokok tinggi.

c. Deskripsi Data *Post-Test*

Post-test digunakan untuk mengetahui kondisi peserta didik yang merokok setelah diberikan perlakuan konseling behavioral teknik *self management*. Berikut ini merupakan hasil angket *post-test* peserta didik setelah diberikan perlakuan:

Tabel 4.5 Hasil *Post-test* Peserta Didik Yang Merokok

No	Nama	Total	Keterangan
1	M. Noor Asrori	119	Sedang
2	Hendra Achmad Bachtiar	90	Sedang
3	Muhammad Syahrul M.	77	Rendah
4	Thoriq Naufal Wafda	114	Sedang
5	Hisyam Ahmad Ragil Asrofi	107	Sedang
6	M. Wahyu Akbar	70	Rendah
7	Azka Dhiya'ul Arifin	106	Sedang
8	M. Fahmi Ulum	121	Tinggi
Rata-rata		101	Sedang

Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi *Post-test* Peserta Didik Yang Merokok

Kategori	Batas Interval	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	121-160	1	12%
Sedang	81-120	5	63%
Rendah	40-80	2	25%
Jumlah		8	100%

**Tabel 4.7 Hasil Analisis Deskriptif Peserta Didik Yang Merokok
Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest Perilaku Merokok	8	127.00	147.00	139.7500	6.51920
Posttest Perilaku Merokok	8	70.00	121.00	100.5000	19.30951
Valid N (listwise)	8				

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat terdapat penurunan frekuensi dan prosentase perilaku merokok peserta didik serta penurunan rata-rata (*mean*) perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3 di MA Sabilul Ulum Jepara sebelum diberikan perlakuan konseling behavioral dengan teknik *self management* yaitu sebesar 140 dengan kategori 8 peserta didik yang memiliki perilaku merokok tinggi (100%). Kemudian setelah

diberikan perlakuan (treatment) berupa konseling behavioral teknik *self management* kepada 8 peserta didik tersebut terjadi penurunan rata-rata (*mean*) yaitu 101 dengan rincian 1 peserta didik yang merokok tinggi (12%) dan 5 peserta didik yang merokok sedang (63%) serta terdapat 2 peserta didik yang merokok rendah (25%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa rata-rata perilaku merokok peserta didik di MA Sabilul Ulum Jepara setelah diberikan perlakuan masuk dalam kategori sedang.

d. Deskripsi Data Angket *Self Management*

Teknik *self management* merupakan teknik yang dapat digunakan untuk mengubah perilaku peserta didik yang tidak baik kearah yang sesuai dengan sasaran yang diinginkan, dan dapat mengembangkan kemampuan dalam mengelola dirinya. Tujuan dari teknik *self management* yaitu peserta didik dapat memposisikan dirinya dalam situasi yang bisa menghambat proses perubahan tingkah laku dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku yang tidak diinginkan.

Tabel 4.8 Hasil Angket *Self Management* Peserta Didik

No	Nama Peserta Didik	Skor <i>Self Management</i>	Keterangan
1	M. Noor Asrori	58	Rendah
2	Hendra Achmad Bachtiar	76	Sedang
3	Muhammad Syahrul M.	82	Tinggi
4	Thoriq Naufal Wafda	64	Sedang
5	Hisyam Ahmad Ragil Asrofi	70	Sedang
6	M. Wahyu Akbar	94	Tinggi
7	Azka Dhiya'ul Arifin	70	Sedang
8	M. Fahmi Ulum	52	Rendah
Rata-rata		70,3	Sedang

Berdasarkan tabel di atas setelah diberikan perlakuan layanan konseling behavioral dengan teknik *self management* diperoleh skor rata-rata sebesar 70,3 dalam kategori sedang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa peserta didik mampu menerapkan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku merokok.

e. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak.

Pengujian normalitas data ini dilakukan dengan menggunakan bantuan program *IBM SPSS Statistic's 25* dengan statistic uji *One Sample Kolmogorov Smirnov*. Kriteria yang digunakan yaitu, apabila nilai signifikansi < 0.05 maka data tidak berdistribusi normal dan apabila nilai signifikansi > 0.05 maka data berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil normalitas data perilaku merokok peserta didik *pre-test* dan *post-test* diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		8
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0
	Std. Deviation	20.36827
Most Extreme Differences	Absolute	0.356
	Positive	0.185
	Negative	-0.356
Test Statistic		0.356
Asymp. Sig. (2-tailed)		.004 ^c

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.

Dari hasil tabel di atas, diketahui bahwa nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.04 yang artinya lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebaran data sampel tidak berdistribusi normal.

2) Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah untuk mengetahui apakah data memiliki variansi-variansi yang sama atau homogen. Adapun kriteria pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

- a) Jika nilai signifikansi > 0.05 maka tidak ada perbedaan antara dua kelompok atau data tersebut homogen.
- b) Jika nilai signifikansi < 0.05 maka ada perbedaan antara dua kelompok atau data tersebut tidak homogen.

Pengujian homogenitas varian data dilakukan dua kali yaitu pada data *pre-test* dan *post-test* dengan menggunakan *Test Of Homogeneity Of Variance* dengan bantuan program

IBM SPSS Statistic`s 25. Hasil uji homogenitas untuk data *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.10 Hasil Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variance**

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pre- test	Based on Mean	11.161	1	14	.005
	Based on Median	4.507	1	14	.052
	Based on Median and with adjusted df	4.507	1	8.761	.064
	Based on trimmed mean	10.319	1	14	.006

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai hasil uji homogenitas adalah 0.06 yang lebih besar dari nilai signifikansi 0.05. Dengan demikian berdasarkan kriteria pengujian, dapat disimpulkan bahwa kedua data memiliki varians yang sama atau data tersebut homogen.

f. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah *Paired Sample T-test* yaitu pengujian hipotesis untuk membandingkan rata-rata dari suatu sampel berpasangan yaitu sampel dengan subyek yang sama namun memiliki dua pengukuran yang berbeda sebagai akibat dari adanya perlakuan yang diberikan atau dalam arti lain untuk mengetahui perubahan sampel sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.⁹²

Terdapat dua pengambilan keputusan uji T-test menggunakan *Paired Sample T-test* yaitu sebagai berikut:

- 1) Berdasarkan perbandingan t_{hit} dengan t_{tabel}
 - a) Jika nilai $t_{hit} > t_{tabel}$, maka H_a tidak dapat ditolak dan H_0 ditolak, atau
 - b) Jika nilai $t_{hit} < t_{tabel}$, maka H_0 tidak dapat ditolak dan H_a ditolak
- 2) Berdasarkan perbandingan nilai signifikansi
 - a) Jika nilai signifikansi < 0.05 , maka H_a tidak dapat ditolak dan H_0 ditolak, atau
 - b) Jika nilai signifikansi > 0.05 , maka H_0 tidak dapat ditolak dan H_a ditolak

⁹² Nuryadi, *Buku Ajar Dasar-Dasar Statistik Penelitian*, 2017.

**Tabel 4.11 Hasil Uji Paired Sample T-tes
Paired Samples Test**

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pa	Pre	2500	11.369	4.019	-	17.63	2.0	7	.083
ir	test		60	76	1.380	023	21		
1	Per ila ku Me rok ok - Po sste st Per ila ku Me rok ok				23				

Berdasarkan hasil tabel diatas, diketahui bahwa nilai t_{hit} sebesar 2.021 dan nilai t_{tabel} dicari dari tabel distribusi t dengan taraf signifikansi (2-tailed) 5% yaitu 1.860. Maka nilai $t_{hit} = 2.021 > t_{tabel} = 1.860$ yang artinya terdapat pengaruh antara pemberian konseling behavioral dengan teknik *self management* dari *pret-test* ke *post-test* perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3. Sedangkan diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0.08 > 0.05$, yang artinya H_a ditolak dan H_0 diterima dimana tidak ada pengaruh antara pemberian konseling behavioral dengan teknik *self management* dari *pre-test* ke *post-test* perilaku merokok peserta didik. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang kurang signifikan antara pemberian konseling behavioral dengan teknik *self*

management dari *pret-test* ke *post-test* perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3 MA Sabilul Ulum Jepara.

B. Pembahasan

1. Pengaruh Konseling Behavioral dengan Teknik *Self Management* terhadap Perilaku Merokok Peserta Didik Kelas XII IPS 3 di MA Sabilul Ulum Jepara

Berdasarkan hasil penelitian dan pemaparan analisis di atas bahwa adanya pengaruh yang kurang signifikan antara konseling behavioral dengan teknik self management terhadap perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3 di MA Sabilul Ulum Jepara. Dapat dilihat dari hasil uji hipotesis perilaku merokok peserta didik diperoleh nilai t_{hit} sebesar 2.021 dan nilai t_{tabel} dicari dari tabel distribusi t dengan taraf signifikansi (2-tailed) 5% yaitu 1.860. Maka nilai $t_{hit} = 2.021 > t_{tabel} = 1.860$ yang artinya terdapat pengaruh antara pemberian konseling behavioral dengan teknik *self management* dari *pret-test* ke *post-test* perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3. Sedangkan diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0.08 > 0.05$, yang artinya H_a ditolak dan H_0 diterima dimana tidak ada pengaruh antara pemberian konseling behavioral dengan teknik *self management* dari *pre-test* ke *post-test* perilaku merokok peserta didik.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang kurang signifikan antara pemberian konseling behavioral dengan teknik *self management* dari *pret-test* ke *post-test* perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3 MA Sabilul Ulum Jepara.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Suryani dan Pratiwi menyatakan bahwa yang menunjukkan tanda negatif (-) dan tanda positif =0 berjumlah 6 orang yang bertindak sebagai N (layaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah 0. Dengan melihat tabel tes binomial dengan ketentuan $N= 6$ dan $x= 0$, maka diperoleh ρ (kemungkinan harga dibawah H_0)= 0,004. Bila dalam ketetapan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga $0,004 < 0,05$, maka $\rho < \alpha$, dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh sebab itu dapat dikatakan bahwa penerapan konseling kelompok behavior dengan teknik *self management* dapat digunakan untuk mengurangi perilaku kebiasaan merokok pada siswa kelas IX di SMP Ma'arif Gempol. Kesimpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa

konseling behavioral dengan teknik *self management* berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku merokok peserta didik.⁹³

Dari pernyataan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh yang kurang signifikan pada konseling behavioral dengan teknik *self management* terhadap perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3 di MA Sabilul Ulum. Hal tersebut dikarenakan pada saat pemberian *treatment* berupa layanan konseling behavioral dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku merokok terdapat peserta didik yang terlambat dalam mengikuti proses konseling, selain itu terdapat beberapa peserta didik yang kurang fokus dalam mengikuti proses konseling karena ruangan yang terasa panas sehingga mengganggu konsentrasi peserta didik.

2. Perbedaan Dari *Pre-test* ke *Post-test* Perilaku Merokok Peserta Didik Kelas XII IPS 3 MA Sabilul Ulum Jepara

Perbedaan *pre-test* dan *post-test* perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3 MA Sabilul Ulum Jepara dengan konseling behavioral teknik *self management* pada tahap awal (*pre-test*) dengan nilai rata-rata sebesar 140 sedangkan pada tahap akhir (*post-test*) memiliki nilai rata-rata 101. Maka perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3 MA Sabilul Ulum Jepara setelah diberikan perlakuan mengalami penurunan sebesar 39.

Berdasarkan uraian di atas terlihat bahwa ada perbedaan lebih baik perilaku merokok peserta didik kelas XII IPS 3 MA Sabilul Ulum Jepara setelah diberikan perlakuan (*post-test*) daripada sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*). Perubahan lebih baik perilaku merokok peserta didik terjadi seiring berjalannya proses konseling behavioral dengan teknik *self management*. Perkembangan tersebut terlihat dari hasil tahap evaluasi proses konseling.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Fitri Arnita, Abu Bakar, dan Nurbaiti yang menyatakan bahwa teknik *self management* mampu untuk menurunkan hasrat merokok pada siswa SMAN 1 Darul Imarah. Hal ini dapat dibuktikan dengan menurunnya nilai rata-rata *pre-test* 88,62 sebelum diberi perlakuan teknik *self management*. Sedangkan nilai rata-rata *post-test* setelah diberikan perlakuan teknik *self management* yaitu 70,37.

⁹³ Suryani and Pratiwi, "Penerapan Konseling Kelompok Behavior Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Kebiasaan Merokok Pada Siswa Di SMP Ma'arif Gempol." *Jurnal Hasil Riset*, 1-12.