

BAB III METODE PENELITIAN

Metode adalah pendekatan yang digunakan untuk mencapai tujuan dalam keadaan tertentu. Sedangkan, penelitian adalah upaya mengumpulkan data berdasarkan prinsip-prinsip secara sistematis, metodis, dan sabar guna mengungkap suatu kebenaran.¹ Metode penelitian secara umum dipahami sebagai prosedur ilmiah sistematis yang digunakan untuk mengumpulkan data dan informasi yang tepat pada waktu atau tempat tertentu, untuk tujuan tertentu. Pendekatan atau metodologi ilmiah yang digunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan data dan informasi yang tepat guna menjawab suatu topik penelitian disebut metode penelitian.

Kegiatan penelitian merupakan kegiatan yang bertujuan untuk memperoleh pengetahuan ataupun memecahkan suatu permasalahan. Kegiatan tersebut dilakukan dengan cara ilmiah, melalui langkah-langkah yang sistematis dan logis. Tujuan penelitian adalah untuk memberikan jawaban atas proses penemuan, termasuk penemuan dan penemuan, dan dapat juga dilihat sebagai pendekatan observasi atau penyelidikan.² Oleh karena itu, metode penelitian adalah proses metodis yang digunakan peneliti untuk memecahkan masalah dan mengumpulkan informasi dan data yang tepat.

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian lapangan adalah penelitian metodologis dimana pengumpulan data dilakukan di lapangan.³ Dilakukan pada siswa kelas XI Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus, penelitian ini bertujuan untuk mengumpulkan informasi tentang tingkat *self-esteem* mereka sebelum mereka dirawat dalam program layanan konseling kelompok.

Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Fokus penelitian kuantitatif adalah pada fenomena obyektif yang diteliti secara kuantitatif. Tujuan dari desain penelitian ini

¹ Mardalis, *Metode Penelitian: Suatu Pendekatan Proposal* (Jakarta: Bumi Aksara, 2006). Hal 24

² Agus Zaenul Fitri and Nik Haryanti, *METODOLOGI PENELITIAN PENDIDIKAN: Kuantitatif, Kualitatif, Mixed Methoed, Dan Research and Development* (Malang: Madani Cipta, 2020). Hal

³ Slamet Riyanto and Aglis Andhita Hatamawan, *Metode Riset Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan Dan Eksperimen*. (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2020). Hal 4

dimaksimalkan dengan penggunaan eksperimen kontrol, pemrosesan statistik struktural, dan data numerik.⁴

Penelitian pra-eksperimental adalah metodologi yang digunakan oleh peneliti. Karena kelompok kontrol tidak digunakan untuk membandingkan kelompok eksperimen dengan kelompoknya sendiri, para peneliti menggunakan strategi ini. Teknik penelitian pra-eksperimental sebenarnya bukanlah eksperimen, menurut Sugiyono karena pembentukan variabel dependen masih dipengaruhi oleh faktor eksternal. Konsekuensinya, faktor-faktor independen tidak mempunyai pengaruh tunggal terhadap hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen. Karena tidak ada variabel kontrol dan sampel tidak dapat dipilih secara acak, hal ini mungkin saja terjadi.⁵

Dalam penelitian ini digunakan *one group pretest-posttest* dengan pendekatan pra-experimental design untuk melakukan penelitian kuantitatif. *Pretest* diberikan sebelum terapi, dan *posttest* diberikan setelah pengobatan, sebagai bagian dari desain penelitian ini. Setelah *posttest* dilakukan tindak lanjut untuk mengetahui efisiensi terapi dalam meningkatkan harga diri siswa dan menilai tingkat keberhasilan penerapannya. Selanjutnya peneliti meneliti data yang telah dikumpulkan, selanjutnya merangkum temuan data dan mengorganisasikan hasil analisis.

Gambar 3.1
Rumus Pre Experiment
One Group Pre-test Post-test Design

$$O1 \times O2$$

Keterangan:

O1 = Nilai *pre-test* (Sebelum diberikan perlakuan) digunakan menghitung mean tingkat *self-esteem* siswa sebelum diberikan *treatment* (layanan konseling kelompok).

O2 = Nilai *post-test* (Setelah diberikan perlakuan) digunakan mengukur mean tingkat *self-esteem* setelah diberikan layanan

⁴ Asep Saipul Hamdi and E. Bahrudin, *Metode Penelitian Kuantitatif Aplikasi Dalam Pendidikan* (Yogyakarta: Deepublish, 2014). Hal 5

⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013). Hal 74

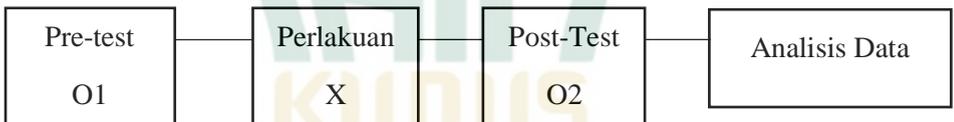
konseling kelompok menggunakan angket yang sama dengan pengukuran yang pertama.

$X = Treatment$ (Perlakuan)

Pengaruh dari *treatment* layanan konseling kelompok terhadap tingkat *self-esteem* siswa (O1-O2).

Hal pertama yang perlu dilakukan dalam penelitian pre-eksperimen ini adalah memberikan tes pada subjek yang bisa disebut dengan *pre-test* (O1) untuk memperoleh hasil data tingkat *self-esteem* siswa. Selanjutnya, diberikan *treatment* (X) pada siswa yang memiliki tingkat *self-esteem* yang rendah dan sedang dengan menggunakan teknik *journaling* dan refleksi dzikir Asmaul Husna untuk meningkatkan *self-esteem* siswa dengan jangka waktu tertentu. Setelah diberikan perlakuan atau *treatment* pada siswa yang memiliki tingkat *self-esteem* rendah kemudian subjek akan diberikan tes lagi untuk mengukur tingkat *self-esteem* dengan *post-test* dan dilanjut dengan *follow up*. Pada kegiatan *post-test* akan diperoleh data hasil tes dimana kemampuan *self-esteem* siswa meningkat atau tidak berubah sama sekali. Dengan data tersebut akan dianalisis dengan menggunakan Regresi Linear Berganda. Untuk lebih lanjut dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 3.2
Langkah-langkah Penelitian



Keterangan :

- 1) O1 merupakan *pre test*
 - 2) X merupakan perlakuan (*treatment*)
 - 3) O2 merupakan *post test*
 - 4) Proses analisis data regresi linear berganda.
2. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang memberikan penekanan kuat pada pemeriksaan statistik terhadap data numerik atau angka.⁶ Tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi

⁶ Sugiyono. Hal 49

efektivitas praktik penjournalan dan refleksi dzikir Asmaul Husna dalam meningkatkan harga diri siswa di Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus. Ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan dalam penelitian ini, antara lain bahwa praktik penjournalan dan dzikir Asmaul Husna dapat meningkatkan kondisi psikologis dan fisik seseorang, seperti yang diungkapkan oleh para psikolog yang telah melakukan penelitian ekstensif tentang intervensi penulisan jurnal dan meditasi. pada ingatan Asmaul. Husna sebagai media pengobatan spiritual. Menguji strategi penulisan jurnal dalam catatan harian sebagai platform bagi orang-orang dan kelompok untuk mengomunikasikan emosi mereka adalah manfaat lain dari penelitian ini. Selanjutnya, untuk membuktikan keefektifan konseling kelompok dengan teknik *journaling* dan refleksi dzikir Asmaul Husna. Dengan demikian, peneliti mengambil topik permasalahan tentang *self-esteem* siswa di kelas XI Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus sebagai variabel terikat.

B. Setting Penelitian

1. Tempat penelitian dilakukan di Madrasah Aliyah NU Nurussalam, Jln. Raya Besito No.5 Gebog Kudus, tentang peningkatan *Self-esteem* pada siswa. Sekolah tersebut dipilih secara rasional oleh peneliti dikarenakan terdapat beberapa siswa yang diamati peneliti selama melaksanakan tugas Praktek Profesi Lapangan (PPL) terdapat siswa yang memiliki *self-esteem* yang rendah, sedang dan tinggi.
2. Penelitian dilaksanakan pada Juli-Agustus 2023

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah kategori luas yang terdiri dari item dan orang dengan jumlah dan atribut tertentu yang dipilih oleh peneliti untuk diselidiki guna mencapai kesimpulan akhir.⁷ Jadi, populasi merupakan keseluruhan dari seluruh objek atau subjek penelitian yang memiliki karakteristik atau sifat tertentu. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI di Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus. Peneliti mengambil populasi siswa kelas XI karena berdasarkan observasi, kelas tersebut terdapat indikasi tingkat *self-esteem* yang kurang baik.

Adapun data populasi siswa kelas XI Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus dapat dilihat pada tabel 3.1 sebagai berikut.

⁷ Sugiyono. Hal 60

Tabel 3.1
Populasi siswa kelas XI
Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus

Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
XI IPS	14	6	20
XI MIPA	4	17	21
Jumlah	18	23	41

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.⁸ Dalam kesempatan ini, siswa Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus kelas XI memberikan sampel untuk peneliti. Metode pengambilan sampel semacam ini disebut pengambilan sampel non-probabilitas. Teknik pengambilan sampel yang disebut non-probability sampling mencegah setiap elemen (anggota) dalam suatu populasi dipilih menjadi anggota sampel. Jenis pengambilan sampelnya adalah *purposive sampling*, yaitu suatu teknik pemilihan sampel dengan memperhatikan faktor-faktor tertentu.⁹

Jumlah populasi yang akan diteliti 41 siswa, yang akan peneliti ambil sebagai sampel adalah 12 siswa. Dengan karakteristik sebagai berikut:

- a. Merupakan siswa kelas XI Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus
- b. Siswa dengan tingkat *Self-esteem* yang rendah atau sedang

D. Desain dan Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Desain Penelitian

Dalam pemilihan sebuah desain penelitian yakni diawali ketika peneliti telah memaparkan hasil hipotesis yang telah dirumuskan. Desain digunakan untuk membuat perencanaan dalam sebuah penelitian dengan tujuan agar penelitian dapat berjalan dengan sistematis dan terstruktur. Kemudian, akan dapat diperolehnya suatu logika, baik dalam pengujian hipotesis maupun dalam membuat kesimpulan akhir.¹⁰

⁸ Sugiyono, *Statistik Untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2013). Hal 61

⁹ Sugiyono, *METODE PENELITIAN PENDIDIKAN Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. hal 124

¹⁰ Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi & Karya Ilmiah* (Jakarta: Kencana, 2016). Hal 107

2. Definisi Operasional Variabel

Mendefinisikan ulang variabel ke dalam rumusan yang lebih operasional yang lebih pasti, tidak ambigu, serta dapat diamati dan diukur adalah apa yang disebut Sanapiah Faisal sebagai definisi operasional.¹¹

Untuk memberikan penjelasan terhadap variabel-variabel yang akan ditemukan dalam suatu penelitian merupakan tujuan dari definisi operasional variabel. Sebelum analisis, pengujian instrumen, dan penggunaan sumber pengukuran, diberikan definisi operasional variabel ini untuk membantu memperjelas pengertian masing-masing variabel penelitian. Definisi operasional variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut.

Tabel 3.2
Definisi operasional variabel konseling kelompok dengan teknik *journaling* dan refleksi dzikir Asmaul Husna untuk meningkatkan *self-esteem* siswa di Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus.

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Skala Ukur	Hasil Ukur
Variabel Independen Konseling kelompok dengan teknik <i>journaling</i> (X1)	Menuliskan sebuah jurnal atau biasa disebut dengan catatan harian memungkinkan seorang individu tau konseli untuk dapat mengungkapkan dan mengekstrenalisasikan baik pikiran, perasaan, dan kebutuhannya, serta pengekspresianya tentunya disimpan dalam ranah internal yaitu dalam bentuk jurnal pribadi.	Refleksi diri siswa, Kebebasan mengekspresikan diri, Meningkatkan kemampuan menulis, Media berdialog antara guru dan murid. (Hopkis dan Herman, 2004)	Skala Likert	SS : Sangat Setuju S : Setuju TS : Tidak Setuju STS : Sangat Tidak Setuju

¹¹ Sudjarwo and Basrowi, *Manajemen Penelitian Sosial* (Bandung: Mandar Maju, 2001),. Hal 309

<p>Dan refleksi dzikir asmaul husna (X2)</p>	<p>Refleksi dzikir asmaul husna dengan sepenuh hati yaitu dapat meningkatkan keimanan seorang hamba, selain itu dengan mengingat nama-nama Allah seorang hamba dapat mendekatkan diri kepada-Nya serta menjauhkan diri dari apa yang dilarang-Nya. Allah SWT., memiliki nama-nama yang dibentangkan bagi hambanya yaitu untuk solusi dari semua kebutuhan kita. Jadi, dengan mengingat dan melafatdkan dzikir asmaul husna merupakan jawaban atau solusi yang diberikan Allah atas semua permasalahan yang kita hadapi baik didunia maupun diakhirat kelak.</p>	<p>Tidak mudah menyerah dan putus asa Memberikan ketenangan jiwa dan hati Terlindung dari bahaya godaan syaitan Mendapatkan cinta dan kasih sayang Allah. (Saiful Ghofur)</p>	<p>Skala Likert</p>	<p>SS : Sangat Setuju S : Setuju TS : Tidak Setuju STS : Sangat Tidak Setuju</p>
<p>Variabel Dependen (Y) <i>Self-esteem</i></p>	<p><i>Self-esteem</i> merupakan cara pandang individu dalam memandang dirinya sendiri secara menyeluruh, serta memiliki pandangan sikap</p>	<p>Keberartian (<i>Significant</i>) Kemampuan (<i>Competence</i>), Kebajikan (<i>Virtue</i>), Kekuatan (<i>Power</i>).</p>	<p>Angket atau kuesioner <i>self-esteem</i> siswa. Skala Likert</p>	<p>SS : Sangat Setuju S : Setuju TS : Tidak</p>

	positif maupun sikap negatif terhadap dirinya. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh dari berbagai factor internal individu dan factor eksternal dimana individu berada.	(Coopersmith,)	tentang <i>Self-esteem</i> .	Setuju STS : Sangat Tidak Setuju
--	--	----------------	------------------------------	----------------------------------

3. Variabel penelitian

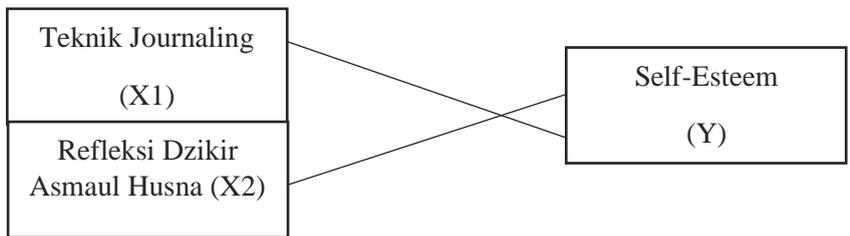
a. Variabel bebas (*independent variabel*)

Segala sesuatu yang mempengaruhi variabel lain, menyebabkan perubahan pada variabel lain, atau berkontribusi terhadap terciptanya variabel terikat dianggap sebagai variabel bebas.¹² Dalam variabel bebas ini sering disebut dengan variabel X1. Dalam penelitian ini variabel X1 yaitu konseling kelompok dengan teknik *journaling* dan refleksi dzikir Asmaul Husna menjadi variabel X2.

b. Variabel terikat (*dependent variabel*)

Variabel yang dipengaruhi oleh, atau akibat dari, adanya variabel bebas atau independen disebut variabel dependen.¹³ Biasanya dapat disebut dengan variabel Y. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat yaitu tingkatan *self-esteem* siswa kelas XI Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus.

Gambar 3.3
Hubungan antar variabel



¹² Hadari Nawawi, *Administrasi Pendidikan* (Jakarta: Gunung Agung, 1996), <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=298024#>. Hal 41

¹³ Sugiyono, *METODE PENELITIAN PENDIDIKAN Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. hal 61

Hasil layanan konseling kelompok dengan teknik *journaling* dan refleksi dzikir Asmaul Husna untuk meningkatkan *self-esteem* siswa di Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus. Kegiatan penelitian adalah dengan memberikan *pre-test*, kemudian memberikan perlakuan, serta *post-test* dan *follow up* pada siswa untuk mengetahui efektifitas konseling kelompok.

E. Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen Penelitian

1. Uji Validitas

Ukuran validitas atau keaslian suatu instrumen disebut validitas.¹⁴ Dengan memanfaatkan korelasi product moment dengan nilai perkiraan yang disarankan oleh Pearson untuk mengkorelasikan skor faktor tertentu dengan skor keseluruhan, validitas setidaknya setiap faktor dapat dinilai.¹⁵

Jika alat pengukur berfungsi sebagaimana mestinya dan menghasilkan temuan yang konsisten dengan prosedur yang diikuti selama proses pengukuran, maka pengukuran validitas dapat dianggap berhasil. Skor setiap item pertanyaan ditentukan dengan menggunakan variabel dan uji validitas ini bersifat timbal balik. Untuk melakukan pengujian ini, r (hitung) dan r (tabel) dibandingkan. Kebenaran item dari kuesioner yang dihasilkan sering kali dinilai dengan menggunakan uji validitas. Untuk menentukan apakah produk ini akurat atau tidak.

2. Reliabilitas Instrumen

Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila instrumen tersebut baik atau cukup layak untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data.¹⁶ Pengukuran yang digunakan dengan objek dan hasil data yang sama. Dapat dikatakan reliabel jika terdapat dua ataupun lebih suatu objek yang sama mendapatkan data yang serupa atau sekumpulan data bila dipecah menjadi dua memperlihatkan data yang sama juga uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan bantuan SPSS.¹⁷

¹⁴Husein Umar, *Metode Riset Bisnis* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), https://books.google.co.id/books/about/Metode_riset_bisnis.html?id=ihn8T5S8HaQC&redir_esc=y. Hal 142

¹⁵Hamid Darmadi, *Metode Penelitian Pendidikan Dan Sosial Teori Konsep Dasar Dan Implementasi*, (Bandung: Alfabeta, 2014). Hal 158

¹⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010). Hal 172

¹⁷ Mohammad Mulyadi and Dina Martiany Romas, *Metode Penelitian Praktis: Kuantitatif Dan Kualitatif* (Jakarta: Publica Press, 2016). Hal 64

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan tahapan utama dalam penelitian. Hal ini disebabkan pengumpulan data yang komprehensif merupakan tujuan utama penelitian; tanpa pemahaman tentang metode pengumpulan data, seorang peneliti tidak akan mampu mencapai standar data yang ditetapkan.¹⁸ Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan cara peneliti mengumpulkan data tentang skala tingkatan *self-esteem* siswa di Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus.

a. Kuesioner (Angket)

Kuesioner adalah metode yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data. Azwar menyatakan bahwa ciri-ciri tertentu menjadikan kuesioner sebagai alat ukur yang efektif, misalnya stimulus berupa pernyataan atau pertanyaan yang langsung memaparkan kualitas-kualitas yang perlu dinilai sebagai item.¹⁹ Angket atau kuesioner merupakan upaya pengumpulan data yang dapat terdiri dari berbagai pertanyaan-pertanyaan yang kemudian agar diisikan jawaban oleh responden. Dalam angket hendaknya pertanyaan-pertanyaan di sesuaikan dengan masalah-masalah yang terkait penelitian, berbagai hal yang dituju, dan sesuai dengan hipotesis dalam penelitian yang akan dilakukan. Dalam penelitian ini partisipan adalah sebagai responden yang bertugas mengisi angket yang telah disebar. Dalam pengisian angket ini diharapkan responden mengisi angket dengan sebenarnya, karena tentunya akan mempengaruhi hasil data yang diperoleh sesuai kebutuhan atau tidak. Dengan adanya angket ini digunakan untuk mengetahui bagaimana tingkatan *self-esteem* siswa di Madrasah Aliyah NU Nurussalam Kudus sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Semua hal ini menguntungkan atau tidak menguntungkan. Komentar yang bersifat positif akan menguatkan objek penelitian, sedangkan komentar yang tidak mendukung akan membantahnya.

Skala Likert digunakan untuk mengatur pertanyaan. Peneliti menggunakan skala Likert untuk menilai sikap, pandangan, dan sudut pandang masyarakat dengan mengacu pada permasalahan sosial. Pada skala Likert, terdapat empat

¹⁸ Sugiyono, *METODE PENELITIAN PENDIDIKAN Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. hal 308.

¹⁹ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010).

kemungkinan tanggapan: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).²⁰

Tabel 3.3
Tabel Skor Jawaban Skala Likert

Pilihan jawaban	Kategori	
	Favorabel	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Menurut Azwar berikut ini langkah-langkah pengkategorian *self-esteem* dalam penelitian ini:²¹

- 1) Menentukan skor tertinggi dan skor terendah
 Skor tertinggi $4 \times 21 = 84$
 Skor terendah $1 \times 21 = 21$
- 2) Menghitung mean ideal (M) yaitu (skor tertinggi+skor terendah)

$$M = \frac{1}{2}(84 + 21)$$

$$= \frac{1}{2}(105)$$

$$= 52,5$$
- 3) Menghitung standar deviasi (SD) $1/6$ (skor tertinggi-skor terendah)

$$SD = \frac{1}{6}(84 - 21)$$

$$= \frac{1}{6} (63)$$

$$= 10,5$$

Batas antara kategori tersebut adalah $(M+1SD)= 63$ dan $(M-1SD)= 42$. Kategori untuk tingkat *self-esteem* siswa dapat diamati pada tabel berikut:

Tabel 3.4
Kategori *self-esteem* siswa

Batas (Interval)	Kategori
Skor < 42	Rendah
$42 \leq$ Skor < 63	Sedang
Skor \geq 63	Tinggi

²⁰Sugiyono, *METODE PENELITIAN PENDIDIKAN Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Hal 199.

²¹ Azwar, *Metode Penelitian*. Hal 107-119

Menurut Azwar berikut ini langkah-langkah pengkategorian keberhasilan teknik *journaling* dan refleksi dzikir Asmaul Husna dalam penelitian ini:²²

- 4) Menentukan skor tertinggi dan skor terendah
 Skor tertinggi $4 \times 10 = 40$
 Skor terendah $1 \times 10 = 10$
- 5) Menghitung mean ideal (M) yaitu (skor tertinggi+skor terendah)

$$M = \frac{1}{2}(40 + 10)$$

$$= \frac{1}{2}(50)$$

$$= 25$$
- 6) Menghitung standar deviasi (SD) $\frac{1}{6}$ (skor tertinggi-skor terendah)

$$SD = \frac{1}{6}(40 - 10)$$

$$= \frac{1}{6}(30)$$

$$= 5$$

Batas antara kategori tersebut adalah $(M+1SD)= 30$ dan $(M-1SD)= 20$. Kategori untuk tingkat *self-esteem* siswa dapat diamati pada tabel berikut:

Tabel 3.5
Kategori Keberhasilan Konseling Kelompok Teknik Journaling Dan Refleksi Dzikir Asmaul Husna

Batas (Interval)	Kategori
Skor < 20	Rendah
$20 \leq$ Skor < 30	Sedang
Skor \geq 30	Tinggi

b. Dokumentasi

Pengumpulan data tentang variabel dalam bentuk kertas-kertas pendukung yang berfungsi sebagai informasi atau bukti untuk memperkuat data serta dokumen-dokumen yang berkaitan dengan tata cara pengumpulan dan pengolahan data disebut dokumentasi. Data penelitian tidak akan asli tanpa dokumentasi.²³ Dokumentasi dalam sebuah penelitian ini dapat berupa gambar-gambar, foto-foto, ataupun dokumen-dokumen yang terkait dengan penelitian.

²² Azwar, *Metode Penelitian*. Hal 107-119

²³ Margono S, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Jakarta: Rineka Cipta, 1997), <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=552760>. Hal 126

Tujuan dari teknik dokumentasi ini adalah untuk menjamin kelancaran operasional penelitian dan pengumpulan data yang komprehensif. Melalui dokumentasi, seseorang dapat menemukan sumber informasi tentang lingkungan sekolah, seperti sejarah lembaga, visi dan tujuannya, keadaan infrastruktur dan fasilitasnya, serta keadaan kesiswaan, fakultas, dan organisasinya. Dokumentasi ini sangat berpengaruh dalam pengambilan data penelitian, karena dengan adanya dokumentasi peneliti dapat memperoleh data yang seutuhnya.

G. Analisis Data

Tujuan dari teknik analisis data adalah untuk mengubah data menjadi informasi sehingga fitur dan kualitasnya dapat dengan cepat dipahami dan digunakan untuk memecahkan masalah yang berkaitan dengan upaya penelitian.²⁴ Teknik analisis data merupakan kegiatan mengolah data menjadi sebuah informasi yang memiliki karakteristik tertentu yang bertujuan untuk menjawab masalah dalam kegiatan penelitian.

Uji regresi linier berganda merupakan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini. Ketika melakukan penelitian dengan kelompok sampel tunggal, pendekatan ini digunakan. Data yang terkumpul kemudian dilakukan beberapa analisis antara lain uji T parsial, uji F simultan, uji koefisien determinasi, uji kontribusi efektif, dan uji sumbangan relatif.

1. Uji Asumsi Klasik

Tujuan uji asumsi klasik adalah untuk mengevaluasi kelayakan model regresi. Pengujian awal asumsi klasik dilakukan sebelum melakukan analisis regresi. Diantara uji asumsi klasik yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a) Uji Normalitas

Untuk mengetahui apakah data kita berdistribusi normal sehingga dapat digunakan dalam statistik parametrik, kita dapat melakukan uji distribusi normal.²⁵

²⁴ Sambas Ali Muhidin and Maman Abdurrahman, *Analisis Korelasi Regresi Dan Jalur Dalam Penelitian* (Bandung: Pustaka Setia, 2007), <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=541049>. Hal 52

²⁵ Sugiyono, *METODE PENELITIAN PENDIDIKAN Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Hal 94

Uji Kolmogorov-Smirnov merupakan teknik yang digunakan untuk memastikan apakah sampel mewakili populasi yang berdistribusi normal.

Uji One Sample Kolmogorov-Smirnov yang menjadi landasan pengambilan keputusan digunakan dalam pengujian normalitas data:

- 1) Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka data berdistribusi normal
- 2) Jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal

b) Uji Multikolinearitas

Untuk mengidentifikasi multikolinearitas, seseorang harus menentukan apakah dua atau lebih variabel independen atau dua atau lebih variabel penjelas secara bersama-sama dipengaruhi oleh variabel ketiga yang tidak dimasukkan dalam model. Menurut Nugroho, jika nilai Variance Inflation Factor (VIF) kurang dari 10, maka model tidak perlu dilakukan uji multikolinearitas.²⁶

c) Uji Heteroskedastisitas

Tujuan uji heteroskedastisitas adalah untuk memastikan apakah terdapat ketimpangan varians antara residu pengamat yang satu dengan pengamat yang lain dalam model regresi. Model regresi yang tidak memiliki heteroskedastisitas atau bersifat homoscedastic dianggap sebagai model yang sangat baik. Seseorang dapat menggunakan pola visual Scatterplot untuk menentukan apakah suatu model menunjukkan heteroskedastisitas. Jika distribusi titik-titik data tidak terstruktur, tersebar di atas, di bawah, dan di sekitar angka 0, serta tidak berkumpul secara eksklusif di atas atau di bawah, maka tidak terjadi heteroskedastisitas.²⁷

d) Uji Autikorelasi

Tujuan uji autokorelasi adalah untuk mengetahui apakah error periode $t-1$ dan error periode t berkorelasi dalam model regresi linier. Masalah autokorelasi muncul ketika ada korelasi. Karena pengamatan selanjutnya

²⁶Syofian Siregar, *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Dengan Perhitungan Manual Dan Aplikasi SPSS Versi 17* (Jakarta: Bumi Aksara, 2014).Hal 79

²⁷ Siregar.Hal 79

sepanjang waktu saling terikat satu sama lain, autokorelasi berkembang. Regresi tanpa autokorelasi dianggap sebagai model regresi yang sangat baik.²⁸

Metode pengujian menggunakan uji Durbin Waston dengan ketentuan sebagai berikut:

- 1) Tidak terjadi autokorelasi jika nilai DW berada dalam batas atas (du) dan (4-du). Hal ini menunjukkan bahwa efisiensi autokorelasi lebih besar dari nol.
- 2) Terjadi autokorelasi positif jika nilai DW lebih kecil dari batas bawah (dl) yang menunjukkan bahwa koefisien autokorelasi lebih besar dari nol.
- 3) Terjadi autokorelasi negatif jika nilai DW lebih dari (4-dl) dan koefisien autokorelasi kurang dari nol.
- 4) Temuan tidak dapat ditafsirkan apabila nilai DW berada di antara batas atas (du) dan batas bawah (dl).

2. Uji Statistik

a) Uji Regresi Linear Berganda

Salah satu metode statistik yang berguna untuk memodelkan hubungan antar variabel adalah analisis regresi. Masalah analisis regresi yang mengakibatkan hubungan antara dua atau lebih variabel independen diselesaikan melalui penggunaan regresi berganda. Berikut model persamaan regresi linier berganda:²⁹

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + e$$

Y = nilai pengaruh yang diprediksi (*self-esteem* siswa)

a = konstanta atau bilangan harga X=0

b1 = koefisien regresi X1

b2 = koefisien regresi X2

X1 = teknik *journaling*

X2 = refleksi dzikir Asmaul Husna

e = standar error

²⁸Imam Ghazali, *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS19* (Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2012), <https://www.semanticscholar.org/paper/Aplikasi-Analisis-Multivariate-dengan-Program-IBM-5-Ghazali/c4cf332ef7d77715b058476b41ba71e3ff050e92>.) Hal 110

²⁹ Ghazali. Hal 79

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah teknik *journaling* dan refleksi dzikir Asmaul Husna. Untuk variabel terikat adalah *self-esteem* siswa. Hasil statistik uji T, uji F, uji koefisien determinasi, uji kontribusi efektif dan kontribusi relatif dapat digunakan untuk mengukur seberapa akurat fungsi regresi sampel dalam memperkirakan nilai riil.

b) Pengujian Hipotesis

1) Uji T Parsial

Dalam analisis regresi berganda, uji t parsial bertujuan untuk memastikan apakah setiap variabel bebas (X) mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat (Y) secara parsial (dengan sendirinya). H_0 ditolak dan H_1 diterima jika t hitung $>$ t tabel, yang merupakan cara lain untuk menyatakan signifikan. Secara bersamaan H_0 disetujui dan H_1 ditolak jika t hitung $<$ t tabel berarti perbedaannya tidak signifikan. Tujuan uji t adalah untuk mengetahui apakah diberikan suatu nilai tertentu sebagai pembanding.

2) Uji F Simultan

Uji F menunjukkan ada atau tidaknya masing-masing variabel independen dalam model mempunyai dampak gabungan terhadap variabel dependen. Untuk mengetahui apakah temuan analisis regresi signifikan atau tidak, gunakan uji F signifikan. Apabila temuannya substansial maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Sedangkan H_a ditolak dan H_0 diterima apabila tidak signifikan. Berdasarkan pedoman pengujian, jika nilai Sig $<$ 0,05 dan F hitung $>$ F tabel menunjukkan bahwa faktor independen mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap variabel dependen, maka variabel dependen pun demikian.³⁰

3) Uji Koefisien Determinasi

Untuk mengetahui berapa proporsi variasi variabel terikat yang dapat dijelaskan

³⁰Duwi Priyatno, *Paham Analisa Statistik Data Dengan SPSS* (Yogyakarta: Media Kom, 2010). Hal 67

oleh perubahan variabel bebas digunakan koefisien determinasi. Untuk mengetahui kontribusi variabel bebas yaitu teknik *journaling* dan refleksi dzikir Asmaul Husna terhadap variabel terikat yaitu *self-esteem* digunakan nilai koefisien determinasi (R^2). Besarnya efektivitas atau kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen dipastikan dengan menggunakan koefisien determinasi.

4) Uji Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

a) Sumbangan Efektif (SE)

Ukuran kontribusi efektif masing-masing prediktor atau variabel independen terhadap keseluruhan prediksi disebut sumbangan efektif. Rumus berikut dapat digunakan untuk menghitung sumbangan efektif:

$$SE(X)\% = SR\% \times R^2$$

Keterangan

SE(X)% : sumbangan efektif dari satu prediktor

SRX : sumbangan relative dari satu prediktor

R^2 : koefisiensi determinasi

Untuk memvisualisasikan kontribusi yang diberikan oleh variabel independen, dilakukan perhitungan untuk memastikan besarnya kontribusi masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen. Perhitungan sumbangan efektif mempertimbangkan faktor-faktor independen tambahan yang tidak dieksplorasi dalam penelitian.

b) Sumbangan Relatif (SR)

Kontribusi masing-masing variabel independen terhadap prediksi dihitung menggunakan sumbangan relatif. Rumus berikut dapat digunakan untuk menghitung sumbangan relatif:

$$SR\% = \frac{a \sum xy}{JK_{reg}} \times 100\%$$

$$JK_{reg} = a_1 \sum x_1 + a_2 \sum x_2 y$$

Keterangan :

SR% : sumbangan relative dari suatu prediktor

a : koefisien prediktor

$\sum xy$: jumlah produk antara x dan y

JKreg : jumlah kuadrat regresi

Perhitungan dilakukan untuk dapat mengetahui besarnya sumbangan relatif variabel bebas teknik *journaling* dan refleksi dzikir Asmaul Husna terhadap *self-esteem* siswa secara keseluruhan. Untuk memperkirakan besarnya kontribusi masing-masing variabel independen, kontribusi relatif menghitung kontribusi masing-masing variabel tanpa memperhitungkan faktor-faktor lain yang tidak diperiksa.

