

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang bersifat inferensial dengan mengambil kesimpulan berdasarkan hasil pengujian hipotesis secara statistika dan menggunakan data empirik hasil pengumpulan data melalui pengukuran.¹ Jenis pendekatan yang digunakan oleh peneliti yaitu menggunakan metode eksperimen dengan desain *one grup pre-test* dan *post-test*. Desain *one grup pretest-posttest design* adalah salah satu model penelitian pre-eksperimental yang lebih akurat dikarenakan terdapat nilai antara sebelum diberikan perlakuan dengan sesudah diberikan perlakuan sehingga dapat membandingkan hasil nilai *pre-test* dan nilai *post-test*.²

Untuk mendapat data yang valid peneliti melakukan studi langsung ke lapangan. Pada penelitian ini peneliti mendatangi secara langsung responden yang akan menjadi sasaran penelitian yaitu peserta didik MA NU Banat Kudus yang akan mengikuti konseling individu dengan teknik *art therapy* untuk memperoleh data empiris, menjelaskan serta menguji bagaimana keefektifan layanan konseling individu dengan bantuan teknik *art therapy* di MA NU Banat Kudus.

B. Setting Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MA NU Banat Kudus yaitu lokasinya berada di Jl. KHM. Arwani Amin, Krandon, Kec. Kota Kudus, Kab. Kudus.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 20 November 2023 sampai selesai.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah seluruh jumlah orang atau suatu kumpulan yang memenuhi syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian. Menurut Sugiyono, populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai

¹ Djaali, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, ed. Bunga Sari Fatmawati, 1st ed. (Jakarta Timur: PT Bumi Aksara, 2020), 3.

² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, 74.

kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari. Ismiyanto juga berpendapat bahwa populasi merupakan keseluruhan subjek atau totalitas subjek penelitian yang dapat berupa orang, benda, suatu hal yang di dalamnya dapat diperoleh dan dapat memberikan informasi terkait dengan penelitian yang sedang dilakukan.³

Obyek populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik MA NU Banat Kudus yang termasuk dalam kategori sulit untuk mengungkapkan emosi yang sedang dirasakan. Hal tersebut diperoleh melalui hasil pre-test yang diberikan kepada peserta didik kemudian peneliti membagi tingkat kecerdasan emosional peserta didik dalam 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

2. Sampel

Sampel adalah bagian terpilih dari populasi yang dipilih melalui beberapa proses dengan tujuan menyelidiki atau mempelajari sifat-sifat tertentu dari populasi induk.⁴ Sampel merupakan bagian dari populasi. Menurut Sugiyono, sampel adalah bagian atau jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi maka peneliti akan mengambil sampel dari populasi itu.⁵

Sampel adalah wakil yang telah dipilih untuk mewakili populasi. Sampel ini merupakan cerminan dari populasi yang sifat-sifat atau karakteristiknya akan diukur dan mewakili populasi yang ada. Pengambilan sampel dalam penelitian dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁶ *Purposive sampling* ini dilakukan dengan mengambil peserta didik yang terpilih oleh peneliti menurut ciri-ciri spesifik yang dimiliki oleh sampel itu, yaitu 5 orang peserta didik yang termasuk dalam kategori rendah.

³ Eddy Roflin, Iche Andriyani Liberty, and Pariyana, *Populasi, Sampel, Variabel Dalam Penelitian Kedokteran*, ed. Moh. Nasrudin (Pekalongan: PT Nasya Expanding Management, 2021), 5.

⁴ I Ketut Swarjana, *Populasi-Sampel, Teknik Sampling & Bias Dalam Penelitian* (Yogyakarta: ANDI, 2022), 12.

⁵ Ismil Nurdin and Sri Hartati, *Metodologi Penelitian Sosial* (Surabaya: Media Sahabat Cendekia, 2019), 95.

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, 85.

D. Desain dan Definisi Operasional Variabel

1. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah kerangka dalam melakukan suatu penelitian kelompok tunggal pre-test dan post-test yang dimana sedain penelitian dalam satu kelompok tanpa perbandingan. *Pre-test* dilaksanakan sebelum peserta didik diberikan treatment sedangkan *post-test* dilaksanakan setelah peserta didik diberikan *treatment*. Berikut kerangka *one group pretest – posttest*.

Gambar 3.1 One Group Pre-Test Post-Test Desain



Keterangan:

O₁ : Nilai *Pretest* (Keadaan emosi sebelum diberikan *treatment*)

X : *Treatment* (Pemberian treatment dengan layanan konseling individu teknik *art therapy*)

O₂ : Nilai *posttest* (Keadaan emosi setelah diberikan *treatment*)

Tujuan dengan adanya nilai *pretest* dan *posttest* pada penelitian ini yakni agar dapat diketahui tingkat efektivitas layanan konseling individu dengan teknik *art therapy* dalam membantu mengungkapkan emosi peserta didik MA NU Banat Kudus.

2. Desain Variabel

Penelitian tentang layanan konseling individu dengan teknik *art therapy* sebagai solusi untuk membantu mengungkapkan emosi peserta didik MA NU Banat Kudus merumuskan 2 variabel, yaitu:

a. Variabel bebas X (Variabel Independen)

Variabel bebas (independent variable) adalah variabel-variabel yang tidak dipengaruhi oleh variabel lain. Disebut juga variabel penduga (predictor variable). Kajian mengenai variabel bebas muncul pada saat peneliti melakukan identifikasi masalah, yaitu mengidentifikasi faktor-faktor yang diduga memiliki hubungan dengan atau memengaruhi variabel terikat.⁷ Peneliti menggunakan layanan konseling

⁷ Edi Suryadi, Deni Darmawan, and Ajang Mulyadi, *Metode Penelitian Komunikasi* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2019), 111.

individu dengan teknik *art therapy* di MA NU Banat Kudus menjadi variabel independen dengan pemberian simbol (X).

b. Variabel terikat Y (Variabel Dependen)

Variabel terikat (Dependent Variable) atau disebut juga variabel tidak bebas adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Disebut juga sebagai variabel kriteria (*criterion variable*). Kajian mengenai variabel terikat mulai muncul pada saat peneliti melakukan analisis masalah dalam latar belakang penelitian dan merumuskan masalah. Variabel terikat merupakan variabel utama yang menjadi fokus perhatian peneliti, menjadi variabel masalah dalam penelitian-penelitian manajemen yang akan dicari pemecahannya melalui identifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya (variabel bebas).⁸

Peneliti menjadikan kemampuan mengungkapkan emosi peserta didik di MA NU Banat Kudus menjadi variabel terikat dengan diberi simbol (Y) dengan indikator sebagai berikut:

- 1) Mampu memutuskan sesuatu yang dikehendaki
- 2) Bertanggung jawab terhadap keputusan yang diambil
- 3) Memiliki kesempatan yang berbeda
- 4) Memiliki kemampuan yang berbeda
- 5) Menerima karakteristik beragam orang
- 6) Mampu menghadapi situasi
- 7) Peka terhadap perasaan orang lain
- 8) Tergantung pada orang lain
- 9) Mampu menempatkan diri pada posisi orang lain
- 10) Mampu memahami apa yang dirasakan orang lain
- 11) Mengetahui hal-hal yang membuat marah
- 12) Mampu mengendalikan amarahnya.⁹

3. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah definisi variabel berdasarkan karakteristik yang dapat diamati dari variabel yang sedang diteliti.

a. Konseling Individu dengan Teknik *Art Therapy*

Konseling individu adalah proses pemberian bantuan oleh konselor atau guru BK kepada konseli untuk membantu

⁸ Suryadi, Darmawan, and Mulyadi, 111.

⁹ Sovitriana and Sianturi, "Kematangan Emosi Dan Konformitas Teman Sebaya Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja Di Kelurahan X Kabupaten Bekasi," 122.

menyelesaikan permasalahan konseli yang dialami pada saat itu, mengembangkan potensi yang dimiliki konseli, dan memandirikan konseli.¹⁰

Teknik *art therapy* adalah salah satu teknik konseling dengan memanfaatkan seni sebagai terapi. *Art therapy* digunakan untuk meningkatkan fungsi kognitif, sensorimotor, menumbuhkan kesadaran diri, menumbuhkan ketahanan emosional, meningkatkan wawasan, meningkatkan keterampilan sosial, mengurangi dan menyelesaikan konflik, dan memajukan perubahan sosial dan ekologi.¹¹

Konseling individu dengan teknik *art therapy* merupakan suatu bantuan yang diberikan oleh seorang konselor atau guru BK kepada peserta didik yang sedang mengalami permasalahan dengan bantuan teknik seni.

b. Pengungkapan Emosi (*Emotional Disclosure*)

Pengungkapan emosi adalah suatu kemampuan yang dimiliki individu dalam mengungkapkan emosi yang sedang dirasakan. Emosi tidak hanya berupa amarah tetapi rasa senang, sedih, kecewa, takut, dan sebagainya.¹²

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Variabel (Y) Kecerdasan Emosional

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Kemandirian	1. Mampu memutuskan sesuatu yang dikehendaki	1,2,3	4,5,6	6
		2. Bertanggung jawab terhadap keputusan yang diambil	7,8,9	10	4
2.	Kemamp	1. Memiliki	11,12	13	3

¹⁰ Istati, *Konseling Individual: Sebuah Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan*, 8.

¹¹ Hidayat, *Konseling Di Sekolah: Pendekatan-Pendekatan Kontemporer*, 8-9.

¹² Dayakisni and Yuniardi, *Psikologi Lintas Budaya*, 80.

	uan menerima kenyataan	kesempatan yang berbeda			
		2. Memiliki kemampuan yang berbeda	14,15	16	3
3.	Kemampuan beradaptasi	1. Menerima karakteristik beragam orang	17	18	2
		2. Mampu menghadapi situasi	19	20,21	3
4.	Kemampuan merespon dengan tepat	1. Peka terhadap perasaan orang	22,23	24,25	4
5.	Merasa aman	1. Tergantung pada orang lain	26,27,28	29,30,31	6
6.	Kemampuan berempati	1. Mampu menempatkan diri pada posisi orang lain	32	33	2
		2. Mampu memahami apa yang dirasakan orang lain	34,35	36	3
7.	Kemampuan menguasai amarah	1. Mengetahui hal-hal yang membuat marah	37	38	2
		2. Mampu mengendalikan amarahnya	39,40	41,42,43,44,45,46,47	9
	Jumlah		23	24	47

E. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas merupakan istilah yang digunakan untuk menjelaskan keakuratan satu instrumen pengukur, yaitu keakuratan pengukuran terhadap apa yang seharusnya diukur. Validitas digunakan sebagai rambu-rambu bagi peneliti untuk memperoleh data yang tepat dari pertanyaan yang diresponnya. Jika satu alat ukur tidak tepat digunakan untuk mengukur sesuatu yang sesungguhnya harus diukur, maka hasil pengukuran akan menghasilkan kesalahan atau eror hasil. Jika satu alat ukur bervaliditas tinggi, maka kesalahannya rendah dan sebaliknya.¹³

Hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek yang diteliti. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid.¹⁴ Peneliti menggunakan metode validasi iki indeks aiken (V). Berikut rumus Indeks Aiken:

$$V = \frac{\sum S}{n(c-1)}$$

V = indeks validitas butir (Aiken's V index)

S = r - I_o

r = skor pilihan penilai

I_o = skor terendah pada kategori penskoran

N = banyaknya penilai, minimal 3 penilai

C = banyaknya kategori yang dapat dipilih

Indeks V : $0 \leq V \leq 1$

Peneliti akan menggunakan 2 penilai/rater jadi sesuai dengan tabel V-Aiken maka nilai V adalah 0, 92 sehingga jika nilai butir kurang dari 0, 92 maka dikatakan tidak valid sedangkan nilai lebih dari atau sama dengan 0, 92 maka dinyatakan valid.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas merupakan istilah yang dipakai untuk menunjukkan sejauh mana suatu hasil pengukuran relatif konsisten apabila pengukuran diulang dua kali atau lebih. Instrumen dikatakan reliabel apabila instrumen tersebut dapat mengungkapkan data yang bisa dipercaya. Tes dikatakan reliabel jika skor amatan mempunyai korelasi yang tinggi dengan skor

¹³ Fred L. Benu and Agus S. Benu, *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Ekonomi, Sosiologi, Komunikasi, Administrasi, Pertanian, Dan Lainnya)* (Jakarta: Kencana, 2019), 185.

¹⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, 121.

sebenarnya. Menurut Sugiyono, faktor-faktor yang mempengaruhi validitas dan reliabilitas suatu alat ukur/instrumen selain instrumen adalah pengguna alat ukur yang melakukan pengukuran dan subjek yang diukur. Menurut Wahyudin, suatu instrumen pengukuran dikatakan reliabel apabila instrumen tersebut dipergunakan secara berulang akan menunjukkan hasil pengukuran yang sama. Reliabilitas menunjukkan konsistensi kuesioner terhadap jawaban responden dalam beberapa kali engujian pada kondisi yang berbeda dengan menggunakan kuesioner yang sama.¹⁵

Berdasarkan hal tersebut peneliti akan melakukan uji reliabilitas untuk mengetahui konsistensi butir instrumen yang akan digunakan dalam penelitian. Peneliti akan menggunakan metode belah-dua/split-half, uji instrumen dilakukan dengan membagi butir-butir instrumen menjadi dua belahan, paruh pertama-kedua, ataupun butir ganjil-genap, koefisien reliabilitas ditentukan dengan koefisien korelasi pearson antar respon dikotomi 2 belahan. Makna koefisien reliabilitas bergantung dari penilai atau pemakai tes. Wells & Wollack berpendapat bahwa tes standar/baku:

- a. $r \geq 0,900$ untuk penusunan tes secara profesional (high-stakes) tingkat nasional
- b. $0,800 \leq r \leq 0,850$ tes tingkat kabupaten/kota/provinsi (lower-stkes)
- c. $0,700 \leq r \leq 0,800$ classroom test oleh para guru

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam suatu penelitian adalah salah satu hal yang perlu diperhatikan karena pengumpulan data harus dilakukan dengan benar, lengkap, dan akurat sehingga dapat dipertanggungjawabkan. Untuk mendapatkan data di lapangan maka peneliti menggunakan metode pengumpulan data sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah metode yang digunakan oleh peneliti untuk memperoleh informasi tentang karakteristik satuan-satuan pengamatan, seperti kejadian, peristiwa, benda, situasi, prosedur, proses, dan tampilan

¹⁵ Ovan and Andika Saputra, *CAMI: Aplikasi Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web* (Takalar: Yayasan Ahmad Cendekia Indonesia, 2020), 4.

seseorang atau sekelompok orang.¹⁶ Peneliti dalam penelitian ini melakukan observasi langsung di MA NU Banat Kudus dengan penerapan layanan *art therapy* sebagai salah satu solusi untuk membantu mengungkapkan emosi peserta didik.

2. Metode Kuesioner

Kuesioner merupakan suatu bentuk instrumen pengumpulan data yang sangat fleksibel dan relatif mudah digunakan.¹⁷ Kuesioner atau angket merupakan salah satu teknik pengumpulan data dalam bentuk pengajuan pertanyaan tertulis melalui sebuah daftar pertanyaan yang sudah dipersiapkan sebelumnya dan harus diisi oleh responden. Bentuk kuesioner terdapat dua macam, yaitu kuesioner berstruktur dan tidak berstruktur. Kuesioner berstruktur adalah kuesioner yang disusun dengan menyediakan pilihan jawaban sehingga responden hanya memberi tanda pada jawaban yang dipilih. Kuesioner tidak berstruktur adalah kuesioner yang disusun sedemikian rupa sehingga responden bebas mengemukakan pendapatnya.¹⁸

Peneliti dalam melakukan penelitian ini menggunakan kuesioner berstruktur dengan menyediakan alternatif jawaban di setiap pertanyaan yang ada dalam kuesioner. Kuesioner yang digunakan peneliti memiliki 4 (empat) alternatif jawaban dengan menggunakan skala likert, dan setiap butir pertanyaan dibagi menjadi empat skala pengukuran, yaitu:

Tabel 3.2 Alternatif Skor Jawaban

Pernyataan Positif		Pernyataan Negatif	
Respon	Skor	Respon	Skor
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

¹⁶ Benu and Benu, *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Ekonomi, Sosiologi, Komunikasi, Administrasi, Pertanian, Dan Lainnya)*, 158.

¹⁷ Bambang Sudaryana and H. R. Ricky Agusiady, *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Yogyakarta: Deepublish, 2022), 40.

¹⁸ Ach. Nur Fuad Chalimi, *Aplikom Statistik Berbasis SPSS* (Kediri: Lembaga Chakra Brahma Lentera, 2021), 10–11.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan sumber data yang digunakan untuk melengkapi penelitian, baik berupa sumber tertulis, film, gambar, dan karya-karya monumental, yang semuanya dapat memberikan informasi bagi proses penelitian. Menurut Sugiyono, teknik dokumentasi merupakan pelengkap terhadap penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian.¹⁹ Metode ini digunakan untuk melengkapi angket dan observasi. Peneliti mengumpulkan data-data yang ada hubungannya dengan masalah yang akan dibahas di MA NU Banat Kudus seperti gambar atau foto yang didapat oleh peneliti.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu proses penelitian yang dilakukan setelah semua data yang diperlukan guna memecahkan permasalahan yang diteliti sudah diperoleh secara lengkap. Ketajaman dan ketepatan dalam penggunaan alat analisis sangat menentukan keakuratan pengambilan kesimpulan, karena itu kegiatan analisis data merupakan kegiatan yang tidak dapat diabaikan begitu saja dalam proses penelitian. Kesalahan dalam menentukan alat analisis dapat berakibat fatal terhadap kesimpulan yang dihasilkan dan hal ini akan berdampak lebih buruk lagi terhadap penggunaan dan penerapan hasil penelitian tersebut.²⁰

Untuk mengetahui ada tidaknya efektivitas konseling individu dengan teknik *art therapy* dalam membantu mengungkapkan emosi peserta didik MA NU Banat Kudus, maka peneliti menggunakan analisis sebagai berikut:

1. Analisis Pendahuluan

Pada umumnya analisis pendahuluan dilakukan dengan menyusun tabel-tabel distribusi frekuensi atau pembagian keserasian secara sederhana, untuk setiap variabel yang terdapat dalam penelitian.

- a. Jawaban pernyataan positif (*favourabel*) diberi bobot atau disamakan dengan nilai kuantitatif
 - 1) Apabila jawaban Sangat Setuju (SS) maka skor 4
 - 2) Apabila jawaban Setuju (S) maka skor 3
 - 3) Apabila jawaban Tidak Setuju (TS) maka skor 2

¹⁹ Asdar, *Metode Penelitian Pendidikan* (Yogyakarta: Pustaka AQ, 2018), 119.

²⁰ Ivan Fanani Qomusuddin and Siti Romlah, *Analisis Data Kuantitatif Dengan Program IBM SPSS Statistic 20.0* (Yogyakarta: Deepublish, 2021), 1.

- 4) Apabila jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) maka skor 1
 - b. Jawaban pernyataan negatif (unfavourabel) diberi bobot atau disamakan nilai kuantitatif
 - 1) Apabila jawaban Sangat Setuju (SS) maka skor 1
 - 2) Apabila jawaban Setuju (S) maka skor 2
 - 3) Apabila jawaban Tidak Setuju (TS) maka skor 3
 - 4) Apabila jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) maka skor 4
- 2. Uji Asumsi Dasar**
- a. Uji Normalitas Data**

Uji normalitas adalah uji persyaratan sebelum lanjut ke uji hipotesis atau korelasi. Jadi, uji normalitas digunakan untuk melihat apakah data yang kita teliti tersebut berdistribusi normal atau tidak. Apabila data tersebut berdistribusi normal, data layak digunakan dalam penelitian. Cara melakukan uji normalitas, yaitu dengan cara menggunakan uji normalitas Kolmogrov-Smirnov. Setelah dilakukan uji normalitas dan hasilnya dapat dikatakan berdistribusi normal, data tersebut dapat dilanjutkan ke tahapan berikutnya sesuai dengan kebutuhan dalam penelitian dalam pengolahan data.²¹

Terdapat dua macam kriteria berdasarkan angka signifikansi pada Uji Kolmogrov-Smirnov test yaitu:

- 1) Data yang dianggap terdistribusi normal apabila nilai signifikansi $>0,05$.
- 2) Data yang dianggap tidak terdistribusi normal apabila nilai signifikansi $<0,05$.

b. Uji Hipotesis

1) Analisis Statistik Deskriptif

Uji statistik dalam analisis deskriptif adalah bertujuan untuk menguji hipotesis (pernyataan sementara) dari penelitian yang bersifat deskriptif.²² Sebelum dilakukan uji hipotesis, peneliti melakukan analisis statistik deskriptif yaitu pengolahan data dengan menyajikan atau menggambarkan data yang diperoleh berupa mean (rata-rata), nilai maksimum, nilai minimum, standar deviasi maupun interval dalam bentuk tabel atau

²¹ Ririn Anasti et al., *Sukses Menyelesaikan Skripsi Dengan Metode Penelitian Kuantitatif Dan Analisis Data SPSS* (Jakarta: Salemba Empat, 2023), 124.

²² Syofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS* (Jakarta: Kencana, 2015), 126.

diagram untuk memberikan informasi data secara teratur, ringkas dan jelas.²³ Langkah pertama untuk kita membuat kategorisasi adalah dengan menetapkan kriterianya terlebih dahulu.²⁴ Untuk mengkategorikan hasil pengukuran menjadi tiga kategori, pedoman yang bisa digunakan adalah:

Tabel 3.3 Rumus 3 Kategori

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

2) Uji T-test

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *paired sample T-Test*/Uji T Dua Sampel Berkolaborasi adalah cara untuk menguji perbedaan rata-rata dua sampel/data yang diperoleh dari kelompok yang sama. Uji *Paired Sample T-Test* digunakan untuk membedakan nilai rata-rata *pretest* dan *posttest*.²⁵ Jadi, nantinya akan terlihat perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan treatment dari hasil uji hipotesis dan akan terlihat apakah *art therapy* adalah teknik yang efektif untuk membantu mengungkapkan emosi peserta didik atau tidak.

²³ Amirotn Sholikhah, "STATISTIK DESKRIPTIF," *Komunika* 10, no. 2 (2016): 342–62.

²⁴ Hanif Akhtar, "Cara Membuat Kategorisasi Data Penelitian Dengan SPSS," *Semesta Psikometrika*, 2018, <https://www.semestapsikometrika.com/2018/07/membuat-kategori-skor-skala-dengan-spss.html>.

²⁵ A. Rasul, Subhanudin, and Ruben Sonda, *Statistika Pendidikan Matematika* (Kediri: CV Kreator Cerdas Indonesia, 2022), 128.