

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan

Berdasarkan fenomena yang terjadi, peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif dimana penelitian ini dipakai untuk meneliti sampel atau populasi tertentu. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan alat ukur penelitian dan dianalisis secara kuantitatif atau statistik. Tujuan dilakukan penelitian ini yaitu untuk membuktikan hipotesis yang dibuat sebelumnya.

Sedangkan jenis penelitian yang peneliti gunakan yaitu metode eksperimen. Metode penelitian eksperimen yaitu metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu¹. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (*treatment* /perlakuan), terhadap variabel dependen atau hasil dalam kondisi yang terkendali².

Jenis dan pendekatan penelitian ini dipilih peneliti karena sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian yaitu bimbingan Konseling Behavioral Teknik Aversi Sebagai Upaya Mereduksi Kebiasaan Merokok Remaja Desa Brakas.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Jl. Godong - Karanganyar Km 5 Desa Brakas Kecamatan Dempet Kabupaten Demak Jawa Tengah.

C. Populasi dan Sampel

Populasi merupakan sekumpulan unit yang akan diteliti ciri-ciri (karakteristik)nya. Apabila populasinya terlalu luas, maka peneliti dapat mengambil sampel atau bagian dari populasi untuk diteliti. Dengan kata lain, populasi merupakan keseluruhan sasaran yang harus diteliti, dan pada populasi tersebut hasil penelitian diberlakukan³. Secara keseluruhan terdapat 60 remaja yang mempunyai kebiasaan merokok dan dalam penelitian ini, peneliti mengambil 5 sampel remaja yang memiliki perilaku merokok.

¹ Sugiyono, *metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), 23

² Nofri Setiawan, *Pengertian Metode Penelitian dan Jenis-jenis Metode Penelitian*, <https://ranahresearch.com/metode-penelitian-dan-jenis-metode-penelitian/> diakses pada 03 Februari 2022 pukul 20:46

³ Ma'ruf Abdullah, *metodologi penelitian kuantitatif*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2011), 219

D. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian merupakan serangkaian atribut dari sekelompok objek yang diteliti. Adapun variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel terikat atau (*Dependent variable*), merupakan variabel yang yang mendapat pengaruh dari data karena adanya variabel bebas⁴. Dalam penelitian ini variabel terikat yang digunakan yaitu perilaku merokok Remaja.
2. Variabel bebas (*independent variable*,) yaitu variabel yang tidak terikat dengan variabel lainnya atau disebut variabel bebas⁵. Variabel inilah yang memberikan perubahan pada variabel *dependent*. Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu konseling kelompok behavioral dengan teknik aversi.

E. Desain dan Definisi Operasional

Penelitian ini menggunakan bentuk *Pr-Experimental Design* (Desain *Pra-Eksperimen*), dengan menggunakan *One Grup Pretest Posttest*⁶. Yaitu dengan melakukan satu kali tes sebelum diberikan perlakuan (*Pretest*), dan kemudian dilakukan tes lagi (*posttest*) setelah diberikan perlakuan (*Treatment*).

Alasan digunakannya desain *One Grup Pretest Posttest* yaitu, karena desain ini dianggap sesuai dengan judul penelitian yang diambil. Peneliti memberikan tes awal (*Pretest*) kepada remaja yang memiliki kebiasaan merokok di Desa Brakas, dan kemudian diberikan perlakuan (*treatment*) yaitu teknik Aversi. Kemudian peneliti memberikan tes akhir (*Posttest*) untuk mengetahui perbandingan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (*treatment*), sehingga hasil dapat diketahui dengan akurat. Berikut bentuk desain *One Grup Pretest Posttest*⁷.

Tabel 3.1
Desain *One Grup Pretest Posttest*

Pre-Test	<i>Treatment</i> /Perlakuan	Post-test
O ₁	X	O ₂

⁴ Sugiyono, *metode penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2004), 33

⁵ Sugiyono, *metode penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2004), 33

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta,2009), 74

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta,2009), 75.

Keterangan:

O_1 : Nilai sebelum diberikan perlakuan/*treatment* (*Pretest*)

X : Pemberian perlakuan yaitu layanan konseling teknik Aversi

O_2 : Nilai setelah diberikan perlakuan/*treatment* (*Posttest*).

O_1 merupakan kondisi awal kebiasaan merokok remaja sebelum diberikan perlakuan berupa layanan konseling teknik Aversi, dan O_2 merupakan kondisi kebiasaan merokok remaja setelah diberikan perlakuan.

Langkah-langkah yang dilakukan dalam penelitian eksperimen ini yaitu,

- a. *Pretest*, dilakukan untuk mengukur variabel sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Pada *pretest* ini peneliti memberikan 30 butir soal berupa pernyataan yang sesuai dengan indikator kebiasaan merokok. tujuannya untuk mengetahui berapa besar kebiasaan merokok pada remaja sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Hasil *pretest* inilah yang akan menjadi perbandingan pada *posttest*.
- b. *Treatment* pemberian perlakuan yaitu berupa layanan konseling kelompok behavioral dengan menggunakan teknik Aversi untuk mengurangi kebiasaan merokok pada remaja. Layanan ini diberikan selama 4 kali pertemuan dengan durasi kurang lebih 30 sampai 50 menit.
- c. *Posttest*, setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok behavioral menggunakan teknik aversi para remaja diberikan *posttest* untuk mengetahui tingkat keberhasilan perlakuan yang telah diberikan.
- d. Analisis data, yaitu proses menganalisis data yang sudah terkumpul dengan bantuan analisis statistik non parametrik uji *Wilcoxon* dan analisis presentase.

Agar variabel dalam penelitian ini dapat di observasi, maka perlu dirumuskan terlebih dahulu secara operasional. Definisi variabel operasional merupakan uraian dari variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian, adapun definisi variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. Perilaku merokok

Perilaku merokok merupakan perilaku dimana seseorang melakukan aktivitas menghisap rokok, dimensi perilaku merokok yaitu frekuensi, lamanya perilaku tersebut berlangsung, serta intensitas merokok yaitu seberapa sering merokok, berapa

banyak rokok yang dihabiskan dalam sehari. Alat ukur yang digunakan berupa angket yang berisi sejumlah pernyataan.

2. Teknik aversi

Teknik aversi atau teknik pengkondisian aversi merupakan salah satu teknik dalam terapi tingkah laku yang dapat mengurangi frekwensi tingkah laku yang tidak sesuai dengan meyatukannya dengan suatu rangsangan nyata selama prosedur terapi berlangsung. Dengan kata lain, ketika tingkah laku yang tidak diinginkan ini muncul, maka proses terapi atau pemberian hukuman akan berlangsung.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan serangkaian cara yang digunakan untuk mendapatkan data atau informasi yang diperlukan, untuk mencapai objektivitas yang tinggi. Untuk mengumpulkan data, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

1. Angket

Penelitian ini menggunakan skala Likert, skala ini digunakan untuk mengukur tanggapan baik yang bersifat negatif maupun positif. Format yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 4 pilihan jawaban dari pertanyaan yang ada. Dalam menggunakan skala ini, responden diminta untuk menyatakan sangat sering, sering, jarang, dan tidak pernah terhadap setiap pernyataan⁸.

Tabel 3.2
Skor Alternatif Jawaban

Jenis pernyataan	Alternatif Jawaban			
	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Tidak Setuju (TS)	Sangat Tidak Setuju (STS)
Favorable	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

2. Dokumentasi

Metode dokumentasi merupakan salah satu cara pengumpulan data melalui data, prasasti, arsip, data gambar atau foto atau *blue print* dan lain sebagainya. Data disini berupa

⁸ Ma'ruf Abdullah, *metodologi penelitian kuantitatif*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2011), 183

gambaran umum obyek penelitian, yaitu berupa perkumpulan remaja merokok yang berada di desa Brakas⁹.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan suatu langkah yang sangat penting dalam penelitian. Dengan analisis data, maka dapat dibuktikan mengenai hipotesis yang telah dirumuskan dan dapat ditarik kesimpulan mengenai permasalahan yang diteliti. Kegiatan analisis data adalah kegiatan mengolah, menyajikan data, mendeskripsikan data, serta menguji hipotesis dengan menggunakan uji statistik. Ketika menganalisis data, penting untuk diingat dengan tepat alat analisis (uji statistik) mana yang akan digunakan, karena jika alat analisis (uji statistik) yang digunakan tidak sesuai dengan masalah penelitian, maka hasil penelitian bisa disalah artikan dan tidak berguna. Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah mengumpulkan data dari semua responden atau sumber lain.

1. Analisis pendahuluan

Analisis pendahuluan adalah proses awal yang dilakukan untuk menganalisis data. Peneliti menggunakan teknik analisis untuk menghitung nilai dari kualitas dan kuantitas yaitu dengan memberikan penilaian berdasarkan hasil tes yang telah dibagikan kepada responden. Dalam memberikan kriteria numerik langkah yang harus dilakukan yaitu sebagai berikut:

- a. Untuk alternatif jawaban SS (Sangat Setuju) diberikan skor 4 untuk pernyataan *favorable*, sedangkan untuk jawaban *Unfavorable* diberikan skor 1.
- b. Untuk alternatif jawaban S (setuju) diberikan skor 3 untuk pernyataan *favorable*, sedangkan untuk jawaban *Unfavorable* diberikan skor 2.
- c. Untuk alternatif jawaban TS (Tidak Setuju) diberikan skor 2 untuk pernyataan *favorable*, sedangkan untuk jawaban *Unfavorable* diberikan skor 3.
- d. Untuk alternatif jawaban STS (Sangat Tidak Setuju) diberikan skor 1 untuk pernyataan *favorable*, sedangkan untuk jawaban *Unfavorable* diberikan skor 4.

2. Uji validitas instrumen

Melalui kutipan Moh. Nazir, Kerlinger membagi validitas menjadi tiga jenis, yaitu validitas isi, validitas yang berhubungan dengan kriteria, dan validitas konstruk¹⁰. Penelitian

⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung :Alfabeta, 2013), 199.

¹⁰ Moh. Nazir, *Metode Penelitian*, (Bogor:Ghalia Indonesia,2017),128

ini menggunakan Validitas isi, dimana validitas yang dinilai melalui pengujian terhadap kelayakan isi tes melalui analisis rasional terhadap oleh *expert judgment* (penilai ahli), atau panel yang berkompeten¹¹. Selain melalui analisis rasional oleh ahli, dalam melakukan uji validitas juga meminta pertimbangan kepada seseorang yang berkompeten untuk memberikan pendapat dengan memberikan respons atas kesesuaian item dengan kisi-kisi materi yang selanjutnya akan diberikan skors dengan cara tertentu¹².

Pemberian skor dilakukan dengan cara membandingkan indikator dengan butir instrumen. Kategori penilaian yaitu skor 1: instrumen kurang baik, skor 2: untuk instrumen yang cukup baik, skor 3: untuk instrumen baik, dan skor 4 untuk instrumen sangat baik. Setelah dilakukan penilaian, data kemudian dianalisis menggunakan formula *Aiken's v* yang dirumuskan oleh Aiken untuk menghitung *content-validity coefficient* yang didasarkan pada hasil penilaian dari panel ahli sebanyak n orang terhadap suatu item dari segi sejauh mana item tersebut mewakili konstruk yang diukur. Formula yang diajukan oleh Aiken adalah sebagai berikut¹³.

$$V = \Sigma s / [n(C-1)]$$

$$S = r - l_o$$

Lo = angka penilaian terendah (1)

C = angka penilaian tertinggi (4)

r = angka yang diberikan rater/penilai

Dasar pengambilan keputusan koefisien validitas isi berdasarkan nilai koefisien Aiken's V berkisar antara 0-1, jika nilai koefisien mendekati angka 0 maka item yang digunakan tidak valid. Dan jika nilai koefisien mendekati angka 1 maka item yang digunakan valid.

3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui seberapa stabil suatu alat ukur dalam mengukur suatu gejala atau kejadian. Semakin tinggi reliabilitas sebuah alat pengukur, maka semakin stabil pula alat ukur tersebut untuk

¹¹ Hendrayadi, *Validitas Isi: Tahapan Awal Pengembangan Kuesioner*, *Jurnal Riset Manajemen Dan Bisnis (JRMB) Fakultas Ekonomi UNIAT*, Vol.2,No.2 Tahun 2017),171

¹² Purwanto, *instrumen penelitian sosial dan pendidikan*, (Yogyakarta:pustaka belajar,2007),126

¹³ Azwar, S, *Reliabilitas dan validitas (4th ed.)*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar,2012),114

mengukur suatu gejala. Sebaliknya, jika reliabilitasnya rendah, maka alat tersebut tidak stabil dalam mengukur suatu gejala.

Uji reliabilitas ini dilakukan dengan menghitung koefisien dari rumus *Cronbach Alpha*, dengan kriteria sebagai berikut:

1. Apabila *Alpha Cronbach* $>0,60$, maka suatu variabel tersebut dinyatakan reliabel.
2. Apabila *Alpha Cronbach* $<0,60$, maka suatu variabel tersebut dinyatakan tidak reliabel.

4. Uji Normalitas

Uji normalitas data adalah salah satu uji yang harus dilakukan sebelum menguji hipotesis, dengan tujuan agar data yang dikumpulkan berdistribusi normal atau berasal dari populasi normal. Uji statistik normalitas yang dapat digunakan antara lain *Chi-Square*, *Kolmogorov Smirnov*, *Lilliefors*, *Shapiro Wilk*, *Jaque Bera*¹⁴.

Penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* yang merupakan metode uji standar yang efisien dan sesuai untuk penelitian ini. Untuk memudahkan pengujian, peneliti menggunakan aplikasi SPSS 26 untuk menguji normalitas data. Untuk mengambil keputusan dalam uji normalitas, dasar yang digunakan yaitu:

- a. Jika sig (signifikansi) $<0,05$ maka data tidak berdistribusi normal.
- b. Jika sig (signifikansi) $>0,05$ maka tidak berdistribusi normal¹⁵.

5. Uji homogenitas

Uji homegenitas adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui apakah kedua kelompok memiliki mean yang sama atau tidak. Asumsi yang digunakan dalam penelitian ini adalah jika datanya kuantitatif, baik berupa interval atau rasio, maka data tersebut berdistribusi normal, dan datanya kecil jumlahnya.

6. Uji Hipotesis

Uji-*t* (uji perbedaan rata-rata) digunakan untuk menilai apakah rata-rata dari kedua kelompok berbeda secara statistik¹⁶.

¹⁴ Anwar Hidayat, Uji Normalitas dan Metode Perhitungan www.statistikian.com/2013/01/ujinormalitas.html/amp. Diakses pada Tanggal 25 Juni 2022

¹⁵ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologis*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 28

¹⁶ Masrukin, *Buku Latihan SPSS Aplikasi Statistik Deskriptif dan Inferensial*, (Kudus: Media Ilmu Press, 2010), 138.

Uji-*t* digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan, yaitu untuk mengetahui mean *pretest* dan *posttest* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, yaitu kebiasaan merokok remaja dapat menurun atau tidak.

Pengujian ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik parametrik, yaitu uji-*t* (independent sample T-test) yang dilakukan dengan menggunakan program SPSS 26 dengan taraf signifikan 5%. Pengambilan keputusan ini jika angkanya signifikan ($> 0,05$) maka tidak terjadi penurunan perilaku merokok begitupula sebaliknya jika angkanya signifikan ($< 0,05$) maka tidak ada penurunan perilaku merokok. Dengan kata lain jika $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ maka $H_a = \text{diterima}$ dan jika $t\text{-hitung} < t\text{-tabel}$ maka $H_o = \text{diterima}$ ¹⁷.



¹⁷ Khoerul Anas, “Studi Eksperimen Penerapan Teknik Hypno Studying Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas IX Pada Mata Pelajaran Qur’an Hadits,” (skripsi, IAIN KUDUS, 2018), 62.