

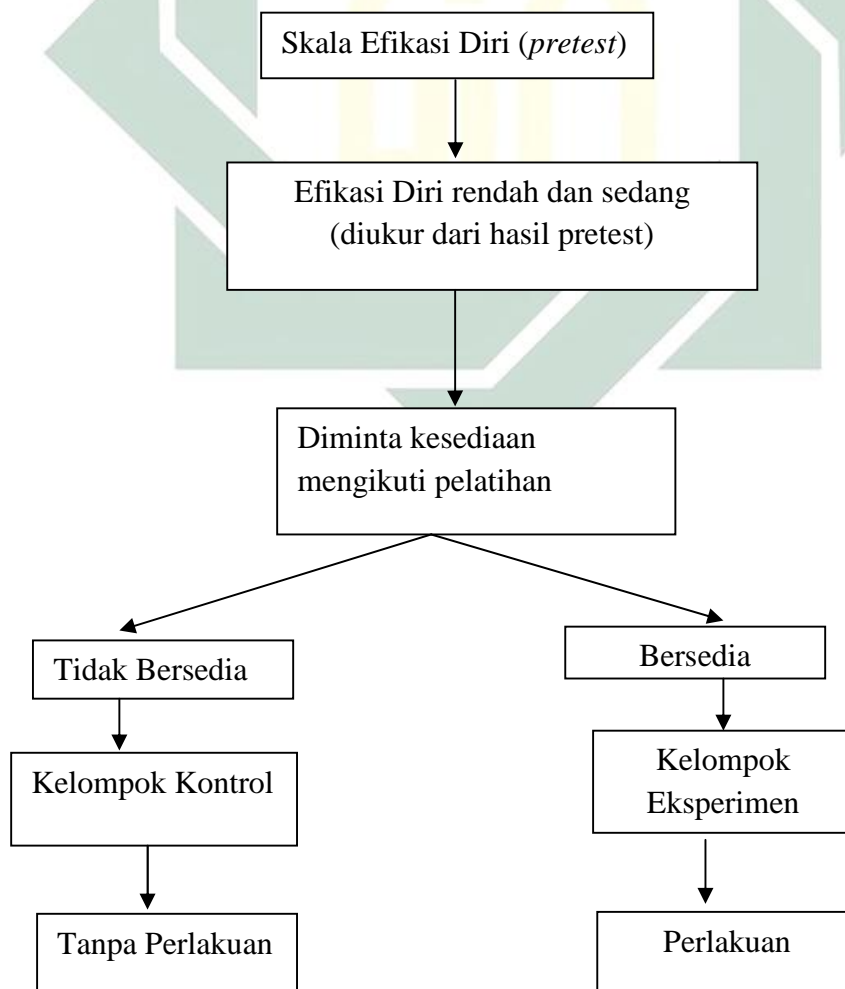








kelompok eksperimen yaitu pelatihan berpikir positif dengan mengacu pada modul pelatihan berpikir positif yang telah disusun, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Pelatihan berpikir positif ini selama 120 menit dengan memperhatikan dari penelitian sebelumnya yaitu dari Dwitanyakanov, dkk (2010) mengenai pengaruh pelatihan berpikir positif pada efikasi diri akademik mahasiswa fakultas Psikologi UNDIP Semarang dan Sonya Rosma(tt)dengan judul Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menempuh skripsi. Setelah perlakuan diberikan, kemudian terhadap kedua kelompok diberikan *posttest*.







*Level* yaitu persepsi individu mengenai kemampuannya yang menghasilkan tingkah laku yang akan diukur melalui tingkat tugas yang menunjukkan variasi kesulitan tugas. Tingkatan kesulitan tugas tersebut mengungkapkan dimensi kecerdasan, tenaga, akurasi, produktivitas, atau regulasi diri yang diperlukan untuk menyebutkan beberapa dimensi perilaku kinerja.

Individu yang memiliki tingkat yang tinggi memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengerjakan tugas-tugas yang sukar juga memiliki *self efficacy* yang tinggi. Sedangkan individu dengan *self efficacy* rendah memiliki tingkat yang rendah akan keyakinan bahwa dirinya hanya mampu mengerjakan tugas-tugas yang mudah.

b. *Generality*

Individu menilai kemampuan mereka berfungsi di berbagai kegiatan tertentu. Hal ini terkait pada aktivitas dan konteks situasi yang mengungkapkan pola dan tingkatan umum dari keyakinan orang terhadap keberhasilan mereka. Keyakinan diri yang paling mendasar adalah orang yang berada disekitarnya dan mengatur hidup mereka.

c. *Strength* atau Kekuatan

*Strength* artinya kekuatan, yaitu orang yang mempunyai keyakinan yang kuat, mereka akan bertahan dengan usaha mereka meskipun ada banyak kesulitan dan hambatan. Individu tersebut tidak kalah oleh kesulitan.











aitem14	124.8000	376.546	.342	.	.880
aitem15	125.0476	386.719	.062	.	.883
aitem16	124.2095	377.994	.332	.	.880
aitem17	124.1619	372.137	.475	.	.878
aitem18	124.2667	379.832	.307	.	.880
aitem19	124.9238	390.225	-.025	.	.884
aitem20	124.6000	376.088	.382	.	.879
aitem21	124.5524	380.923	.231	.	.881
aitem22	124.5143	373.675	.457	.	.878
aitem23	124.5143	378.233	.336	.	.880
aitem24	125.1429	379.277	.302	.	.880
aitem25	124.4000	383.108	.177	.	.882
aitem26	124.9619	368.364	.514	.	.877
aitem27	123.9714	377.990	.302	.	.880
aitem28	123.8000	374.258	.432	.	.878
aitem29	124.8952	376.499	.313	.	.880
aitem30	124.2190	371.653	.473	.	.878
aitem31	124.5143	371.060	.455	.	.878
aitem32	125.0095	377.202	.404	.	.879
aitem33	124.9619	377.672	.301	.	.880
aitem34	124.3810	378.450	.315	.	.880
aitem35	124.6190	378.642	.287	.	.880
aitem36	124.8095	375.829	.356	.	.879
aitem37	124.1333	373.732	.472	.	.878
aitem38	124.4190	379.938	.271	.	.880
aitem39	122.8190	367.996	.351	.	.880
aitem40	124.8190	377.073	.440	.	.879
aitem41	125.3238	378.856	.303	.	.880
aitem42	124.0000	372.135	.478	.	.878
aitem43	125.1429	381.393	.254	.	.881
aitem44	124.5429	373.827	.419	.	.879
aitem45	124.5619	373.749	.442	.	.878
aitem46	124.6000	383.223	.229	.	.881





aitem20	2.0667	.89084	105
aitem21	2.1143	.92315	105
aitem22	2.1524	.88558	105
aitem23	2.1524	.85238	105
aitem24	1.5238	.85592	105
aitem25	2.2667	.89084	105
aitem26	1.7048	1.04627	105
aitem27	2.6952	.95196	105
aitem28	2.8667	.89943	105
aitem29	1.7714	1.03084	105
aitem30	2.4476	.96058	105
aitem31	2.1524	1.02639	105
aitem32	1.6571	.78236	105
aitem33	1.7048	.97983	105
aitem34	2.2857	.88485	105
aitem35	2.0476	.94443	105
aitem36	1.8571	.96505	105
aitem37	2.5333	.85560	105
aitem38	2.2476	.88558	105
aitem39	3.8476	1.47922	105
aitem40	1.8476	.73092	105
aitem41	1.3429	.88610	105
aitem42	2.6667	.92681	105
aitem43	1.5238	.80974	105
aitem44	2.1238	.94762	105
aitem45	2.1048	.90855	105
aitem46	2.0667	.71072	105
aitem47	2.0857	.83337	105
aitem48	1.7048	1.05542	105
aitem49	2.2571	.90966	105
aitem50	2.4095	.92711	105
aitem51	2.5333	.99099	105
aitem52	1.2476	.85238	105











membatasi pengetahuan subjek mengenai perlakuan yang diberikan. Validitas ekologis berkaitan dengan situasi atau kondisi lingkungan. Kemampuan hasil penelitian untuk digeneralisasikan pada situasi atau kondisi lingkungan yang berbeda disebut validitas ekologis. Validitas ekologis suatu penelitian dapat menjadi tinggi apabila pengaruh dari manipulasi variabel bebas tidak terikat dengan setting penelitian tersebut. Dengan kata lain, hasil penelitian tersebut dapat diterapkan walaupun saat situasi yang berbeda dengan situasi penelitian. Ada empat faktor yang mempengaruhi validitas ekologis yaitu :

- a.) *Multiple-treatment interference*; faktor ini berkaitan dengan pengaruh perlakuan yang diberikan sebelumnya terhadap perlakuan lain yang akan diberikan selanjutnya.
- b.) *Hawthorne effect*; faktor ini terjadi ketika subjek menyadari bahwa ia sedang diteliti sehingga ia menampilkan tingkah laku tertentu. Dengan demikian respons yang diberikan oleh objek bukan disebabkan oleh manipulasi variabel bebas. *Hawthorne effect* bisa dicegah dengan *single-blind procedure*, yaitu membatasi pengetahuan subjek mengenai perlakuan yang diberikan. Dengan kata lain, subjek penelitian tidak mengetahui bahwa ia sedang diteliti.
- c.) *Experimenter effect*, faktor yang berasal dari eksperimenter ini telah dijelaskan pada penjelasan mengenai validitas internal, sekalipun berpengaruh pada validitas eksternal. *Experimenter effect* membatasi generalisasi hasil penelitian karena dihasilkan dari interaksi dengan



Uji *Mann Whitney U* merupakan teknik statistik nonparametrik yang digunakan untuk menguji ada tidaknya perbedaan pada satu variabel tergantung yang bersifat interval atau rasio yang disebabkan oleh 1 variabel bebas yang bersifat nominal atau ordinal. Data berasal dari 2 kelompok yang berbeda. Data yang diuji dengan teknik *Mann Whitney U* pada penelitian ini adalah gain score antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Suatu data dapat dianalisis dengan menggunakan *Wilcoxon Range Test* dan *Mann Whitney U* jika data tidak memenuhi uji asumsi normalitas dan homogenitas atau disebabkan jumlah subjek penelitian kurang dari 30 orang (Suseno, 2011).

