

## BAB III

### METODE PENELITIAN

Menurut Sugiyono metode penelitian adalah cara ilmiah yang digunakan peneliti untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.<sup>1</sup>

#### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian secara holistik (utuh), dengan mendeskripsikan data dalam bentuk kata-kata dan bahasa, dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.<sup>2</sup> Dalam penelitian kualitatif data yang dikumpulkan bukan berupa angka-angka melainkan data tersebut berasal dari naskah wawancara, catatan lapangan, dokumen pribadi, catatan memo, gambar (foto) dan dokumen resmi lainnya.<sup>3</sup>

Pendekatan penelitian *kualitatif* dipilih karena penelitian ini dilakukan pada kondisi yang natural yaitu menggambarkan keadaan yang sesungguhnya di Sekolah menengah pertama Wijaya Surabaya. Penelitian ini digunakan untuk mendeskripsikan tentang segala sesuatu yang berkaitan dengan terapi

---

<sup>1</sup> Sugiyono, “*Metode Penelitian Administrasi*”, (Bandung: Alfabeta, 2010), Hal 1

<sup>2</sup> Lexy J Moleong, “*Metodologi Penelitian Kualitatif*”, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya), Hal

<sup>3</sup> Handari Nabawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial* (Yogyakarta : Gajah Mada Pres, 2005) hal.

behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas di sekolah menengah pertama Wijaya Surabaya.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen kuasi dengan pola *nonequivalent control group design* (pretest-posttest yang tidak ekuivalen). Eksperimen itu sendiri adalah observasi di bawah kondisi buatan (*artificial condition*) di mana kondisi tersebut dibuat dan diatur oleh si peneliti. Sedangkan penelitian eksperimental adalah penelitian yang dilakukan dengan mengadakan manipulasi terhadap objek penelitian serta adanya kontrol.<sup>4</sup>

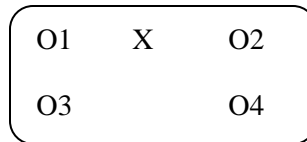
Alasan peneliti memilih penelitian eksperimen karena suatu eksperimen dalam bidang pendidikan dimaksudkan untuk menilai pengaruh suatu tindakan terhadap tingkah laku atau menguji ada tidaknya pengaruh tindakan itu. Tindakan di dalam eksperimen disebut *treatment* yang artinya pemberian kondisi yang akan dinilai pengaruhnya. Dalam pelaksanaan penelitian eksperimen, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebaiknya diatur secara intensif sehingga kedua variabel mempunyai karakteristik yang sama atau mendekati sama. Yang membedakan dari kedua kelompok ialah bahwa grup eksperimen diberi *treatment* atau perlakuan tertentu, sedangkan grup kontrol diberikan *treatment* seperti keadaan biasanya. Dengan pertimbangan sulitnya pengontrolan terhadap semua variabel yang mempengaruhi variabel yang sedang diteliti maka peneliti memilih eksperimen kuasi. Dasar lain

---

<sup>4</sup> Moh. Nazir, “*Metode Penelitian*”, (Bogor: Galia Indonesia, 2005), Hal, 63

peneliti menggunakan desain eksperimen kuasi karena penelitian ini termasuk penelitian sosial.

Adapun gambaran mengenai rancangan *nonequivalent control group design* sebagai berikut:<sup>5</sup>



Gambar 1. Rancangan *Nonequivalent Control Group Design*

Keterangan :

- O1 : Pengukuran kemampuan awal kelompok eksperimen
- O2 : Pengukuran kemampuan akhir kelompok eksperimen
- X : Pemberian perlakuan
- O3 : Pengukuran kemampuan awal kelompok kontrol
- O4 : Pengukuran kemampuan akhir kelompok control

Untuk itu, dalam Sutrisno Hadi disebutkan (1) *Pre eksperiment measurement* (pengukuran sebelum perlakuan), (2) *Treatment* (tindakan pelaksanaan eksperimen), dan (3) *Post eksperiment measurement* (pengukuran sesudah eksperimen berlangsung).<sup>6</sup>

Adapun langkah-langkah penelitian sebagai berikut:

**a. Tahapan Pertama, *Pre Eksperiment Measurement***

Sebelum melaksanakan tindakan, siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan pre test, yaitu pemberian angket tentang

---

<sup>5</sup> Sugiyono, “*Metode Penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*”, ( Bandung: Alfabeta, 2010), Hal 116

<sup>6</sup> Sutrisno Hadi, “*Metodologi Penelitian Pendidikan*”( Jakarta: Bumi aksara 2004 ), hal 468-469

kecemasan berbicara di depan kelas. Pre test ini perlu dilakukan untuk mengetahui apakah hasil belajar mengapresiasi kecemasan siswa dipengaruhi saat berbicara di depan kelas atau karena kemampuan awal yang berbeda.

**b. Tahap Kedua, *Treatment***

Setelah kedua kelompok diberikan pretest dan telah dianggap sepadan, maka tahap selanjutnya adalah melakukan *treatment*. *Treatment* di kelas eksperimen menggunakan instrument berupa relaksasi dalam teknik desensitisasi sistematis, sedangkan dalam kelompok kontrol menggunakan terapi behavioral. Dalam penelitian ini, perlakuan dilakukan sebanyak 5 kali yaitu 2 kali pada kelompok eksperimen dan 3 kali pada kelompok kontrol. Masing-masing perlakuan dilaksanakan dalam waktu 2x45 menit.

**c. Tahap ketiga, *Post Eksperiment Measurement***

Langkah ketiga sekaligus langkah terakhir adalah memberikan soal post test relaksasi dengan mevisualisasi tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen maupun pada kelompok kontrol. Bentuk soal post test sama seperti yang dahulu diberikan pada pre test, yaitu angket namun dengan instrument angket yang berbeda atau dengan daftar hierarki. Hasilnya berupa data kemampuan akhir siswa yang digunakan untuk mengetahui pengaruh yang ditimbulkan akibat dari pemberian perlakuan.

## **B. Informan Penelitian**

Informan Penelitian adalah subyek yang memahami informasi objek penelitian sebagai pelaku maupun orang lain yang memahami objek penelitian.<sup>7</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan informan penelitian utama (Key Informan). Yang dimaksud Informan penelitian utama (Key Informan) adalah orang yang paling tahu banyak informasi mengenai objek yang sedang diteliti atau data yang dikumpulkan oleh peneliti langsung dari sumber pertama.<sup>8</sup>

Dalam hal ini yang menjadi informan penelitian utama (key informan) adalah semua orang yang berhubungan dengan Sekolah SMP Wijaya Surabaya.

Diantaranya :

1. Wali kelas, Informasi yang diperoleh antara lain mengenai prestasi belajar klien, sikap klien dikelas, hubungan klien dengan guru dan teman-teman kelasnya, dan kebiasaan klien di kelas.
2. Konselor Sekolah. Informasi yang diperoleh yaitu tentang tipologi klien, sikap klien selama proses konseling, data-data klien dan keluarga klien, dan hasil tes yang dilakukan oleh klien.
3. Klien (siswa-siswa yang ditangani oleh konselor). Informasi yang diperoleh yakni tentang kebiasaan klien di rumah dan di sekolah,

---

<sup>7</sup> Burhan Bugin, "*Penelitian Kualitatif*", (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2007), Hal 76

<sup>8</sup> Ibid, Hal 77

kedekatan dengan orang-orang di lingkungannya, dan tentang diri klien yang lain.

4. Teman dekat klien. Informasi yang diperoleh yaitu sikap klien dalam berteman, kedekatan klien dengan teman-teman dirumah dan di sekolahnya, dan kegiatan yang dilakukan klien dengan teman-temannya.

Selain menggunakan informan penelitian utama (key informan), penelitian ini juga menggunakan sumber data penunjang (sekunder). Yang dimaksud data sekunder adalah data yang dikumpulkan oleh peneliti dari bahan kepustakaan sebagai penunjang dari data utama (key informan). Data referensi yang terkait dengan penelitian.<sup>9</sup>

Untuk memperoleh data yang sesuai dan mendukung penelitian ini, maka diperlukan sumber data, diantaranya adalah sumber data mengenai hal-hal berupa catatan, transkrip, dokumen-dokumen dan sebagainya. Sumber data yang tertulis dalam penelitian ini adalah buku-buku atau literatur yang ada hubungannya dengan penelitian yang penulis lakukan, Jadi data sekunder ini sifatnya sebagai data penunjang dan penguat dari data primer saja (key informan).

---

<sup>9</sup> Hermawan Wasito, *"Pengantar Metodologi Penelitian"*, ( Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1995), hal 88

## C. Teknik Pengumpulan Data

Yang dimaksud dengan teknik pengumpulan data adalah cara yang dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian.<sup>10</sup> Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

### 1. Wawancara

Wawancara merupakan pengumpulan data dengan cara mengajukan pertanyaan secara lisan kepada informan, dan pertanyaan itu telah dipersiapkan dengan tuntas beserta instrumennya, atau percakapan dengan maksud tertentu.<sup>11</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara tidak terstruktur dengan kepala sekolah, guru kelas, guru bimbingan konseling dan siswa-siswi kelas VIII SMP Wijaya Surabaya. Yaitu tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk mengumpulkan data. Tapi pedoman wawancara yang digunakan hanya berisi garis-garis besar permasalahan yang akan digunakan. Metode ini digunakan dengan harapan untuk mendapatkan data-data atau informasi awal tentang permasalahan yang dihadapi siswa siswi kelas VIII SMP Wijaya Surabaya khususnya dalam kecemasan berbicara didepan kelas serta faktor-faktor pendukung dan penghambat

---

<sup>10</sup> Nana Sujana, "Menyusun Karya Tulis Ilmiah", Untuk Memperoleh Angka Kredit. (Bandung: Sinar Baru, 1992), hal 216

<sup>11</sup> M Ali, "Penelitian Kependidikan Prosedur dan Strategi", (bandung: angkasa 1987), hal 83

penggunaan terapi behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa kelas VIII sekolah menengah pertama Wijaya Surabaya.

**a. Observasi**

Observasi merupakan suatu teknik pengumpulan data dengan pengamatan langsung menggunakan mata tanpa ada alat bantuan untuk keperluan yang dibutuhkan dalam penelitian dengan perencanaan yang sistematis.<sup>12</sup> Pengamatan dapat dilakukan terhadap suatu benda, keadaan, kondisi, kegiatan, proses, atau penampilan tingkah laku.<sup>13</sup>

Teknik observasi ini digunakan untuk melihat bagaimana kondisi dan keadaan siswa kelas VIII saat proses terapi behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas dan mengetahui faktor-faktor penghambat dan pendukung penggunaan terapi behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis dalam membantu kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa kelas VIII SMP Wijaya Surabaya.

**b. Dokumentasi**

Dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan menghimpun dan menganalisis dokumen-dokumen, baik dokumen tertulis, gambar

---

<sup>12</sup> Lexy J. Moelong, “*Metodologi Penelitian Kualitatif*”, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), hal 126

<sup>13</sup> Sanapiah faisal, “*Format-format penelitian social: dasar-dasar dan aplikasi*”, ( Jakarta: PT raja grafindo persada ,1995), hal 134



maupun elektronik<sup>14</sup>. Seperti yang dijelaskan dokumen itu dapat berupa arsip-arsip, atau rekaman yang berhubungan dengan penelitian ini.

Dalam penelitian ini, dokumentasi digunakan untuk memperoleh data mengenai daftar nama siswa kelas VIII yang mengalami kecemasan berbicara di depan kelas SMP Wijaya Surabaya yang menjadi obyek penelitian, serta untuk memperoleh data berupa foto pada saat proses pelaksanaan teknik behavioral dengan teknik Desensitisasi sistematis dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa kelas VIII SMP Wijaya Surabaya.

## **2. Analisis Data**

Analisis Data adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya kedalam suatu pola, kategori, dan suatu uraian dasar.<sup>15</sup>

Untuk menganalisis data yang diperoleh dalam penelitian ini, maka penulis menggunakan teknis analisa data *deskriptif kualitatif*, yang digunakan untuk menganalisa data, baik data dari hasil wawancara, observasi, maupun dokumentasi, dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul dari Sekolah menengah pertama Wijaya Surabaya guna memperoleh bentuk nyata dari responden.

Langkah-langkah dalam Analisis Data sebagai berikut:

---

<sup>14</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), hal 137

<sup>15</sup> Burhan Bugin, *metodologi penelitian social, format-format penelitian kualitatif da kuantitatif*, Surabaya air langga universitas press 2001 h 152

## 1. Data Reduction (Reduksi Data)

Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu perlu dicatat secara teliti dan rinci. Seperti yang telah dikemukakan, semakin lama peneliti ke lapangan, maka jumlah data akan semakin banyak, kompleks dan rumit. Untuk itu perlu segera dilakukan analisis data melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.<sup>16</sup>

Data yang diperoleh dari lapangan kemudian diketik/ditulis dalam bentuk uraian atau laporan yang rinci. Laporan ini akan terus menerus bertambah dan akan menambah kesulitan bila tidak dianalisis sejak mulanya. Laporan-laporan ini perlu direduksi, dirangkum, dipilih hal-hal yang pokok, difokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema atau polanya. Jadi laporan lapangan sebagai bahan “mentah” ditingkatkan, direduksi, disusun lebih sistematis sehingga mudah dikendalikan. Data yang direduksi memberi gambaran yang lebih tajam tentang hasil pengamatan, dan juga mempermudah peneliti untuk mencari kembali data

---

<sup>16</sup> Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*”, (Bandung: Alfabeta, 2012), hal 247

yang diperoleh bila diperlukan. Reduksi dapat pula membantu dalam memberikan kode pada aspek-aspek tertentu.<sup>17</sup>

Jadi pada tahap ini, peneliti akan memfokuskan bagaimana kondisi siswa-siswi kelas VIII SMP Wijaya Surabaya, bagaimana penggunaan teknik behaviorial dengan teknik desensitisasi sistematis dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa kelas VIII SMP Wijaya Surabaya dan faktor apa saja yang menjadi pendukung dan penghambat teknik behaviorial dengan teknik desensitisasi sistematis dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa kelas VIII SMP Wijaya Surabaya.

## **2. Data Display (Penyajian Data)**

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart dan sejenisnya. Namun yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.<sup>18</sup> Dengan mendisplaykan data, maka akan memudahkan peneliti untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah difahami tersebut.

---

<sup>17</sup> Nasution, "*Matode Penelitian Naturalistik Kualitatif*", (Bandung: Tarsito, 1988), hal 129

<sup>18</sup> Sugiyono, "*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*", (Bandung: Alfabeta, 2012), hal 249

### 3. Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data

Selanjutnya adalah teknik dalam melakukan pengecekan dan memeriksa keabsahan data yang diperoleh, terutama pengecekan data yang terkumpul. Data yang terkumpul akan di cek ulang oleh peneliti pada subjek data yang terkumpul dan jika kurang sesuai peneliti mengadakan perbaikan untuk membangun derajat kepercayaan pada informasi yang telah diperoleh.<sup>19</sup>

Keabsahan data merupakan konsep penting yang diperbarui dari konsep validitas dan realibilitas data. Eksistensi cheeking keabsahan data merupakan hal yang mutlak adanya. Oleh sebab itu dalam penelitian ini ada beberapa cara yang dilakukan untuk mencari validitasi suatu data yang terkumpul. Dan cara-cara tersebut antara lain:

#### a. *Perpanjangan Penelitian Lapangan*

Sebagaimana yang sudah dijelaskan diatas. Dalam penelitian kualitatif yang menjadi instrument penelitian yaitu peneliti sendiri. Keikutsertaan peneliti sangat menentukan dalam pengumpulan data, tetapi memerlukan perpanjangan keikutsertaan peneliti pada latar penelitian dengan cara menuntut peneliti agar terjun ke dalam lokasi dan dan dalam waktu yang cukup panjang guna untuk mendeteksi dan memperhitungkan distori yang mungkin mengotori data.

---

<sup>19</sup> Lexy J. Moelong. “ *Metodologi Penelitian Kualitatif*”, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), hal 175

Dalam tahap ini, peneliti mengadakan adanya perpanjangan waktu dalam penelitian dengan tujuan untuk mendapatkan data yang lebih actual dan valid dan memungkinkan bisa meningkatkan derajat kepercayaan data yang dikumpulkan dari siswa kelas VIII SMP Wijaya Surabaya.

*b. Ketekunan pengamatan*

Meningkatkan ketekunan berarti melakukan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan. Ketekunan pengamatan ini bermaksud untuk menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari, kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci. Dengan kata lain, jika perpanjangan keikutsertaan menyediakan lingkup, maka ketekunan pengamatan menyediakan kedalaman. Dengan ketekunan pengamatan peneliti bisa mengetahui secara mendalam hal-hal yang berkaitan dengan permasalahan penelitian.

Dalam tahap ini, peneliti selama dilapangan menggunakan waktu seefisien mungkin dan tekun mengamati serta memusatkan perhatian pada hal-hal yang sesuai dengan pokok permasalahan penelitian secara kontinyu dan kemudian menelaah factor-faktor yang ditemukan secara rinci agar dapat dimengerti dan difahami.

c. *Triangulasi*

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut.<sup>20</sup>

Dalam peneitian ini yang digunakan penulis adalah triangulasi melalui sumber. Triangulasi melalui sumber artinya memandangkan hasil dari wawancara dengan hasil pengamatan, membandingkan apa yang dikatakan orang atau informan tentang situasi penelitian dengan hasil perpanjangan keikutsertaan yang dilakukan oleh peneliti, membandingkan data dari prespektif yang berbeda yaitu antara warga masyarakat biasa, tokoh masyarakat, orang pemerintah atau bukan, dan tidak lupa untuk membandingkan hasil wawancara dengan isi dokumen/ arsip serta pelaksanaanya.<sup>21</sup>

Adapun yang dimaksud triangulasi yaitu verivikasi dari penemuan dengan menggunakan berbagai sumber informasi dan berbagai metode pengumpulan data, sedangkan triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

**a. Triangulasi sumber data**

Maksudnya membandingkan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan

---

<sup>20</sup> Lexy J. Moelong. “ *Metodologi Penelitian Kualitatif*”, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), hal 175

<sup>21</sup> Sugiono, “*Metode Penelitian Pendidikan*”, (Bandung : PT IKPI, 2008), hal 25

alat yang berbeda dalam metode kualitatif. Hal itu dapat dilakukan dengan cara:

1. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
2. Membandingkan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang dikatakannya secara pribadi.
3. Membandingkan apa yang dikatakan orang tentang situasi penelitian dengan apa yang sepanjang waktu.
4. Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dari berbagai pendapat dan pandangan orang lain, perbandingan ini akan memperjelas perselisihan atas latar belakang alas an-alasan terjadinya perbedaan pendapat maupun pandangan orang.
5. Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.<sup>22</sup>

Selanjutnya Triangulasi Metode, yaitu dengan menggunakan lebih dari satu penelitian untuk memperoleh sebuah informasi yang sama dengan mempergunakan dua cara yaitu: mengecek derajat kepercayaan penemuan hasil penelitian beberapa teknik pengumpulan data. Kedua,

---

<sup>22</sup> Lexy J. Moelong, "*Metodologi Penelitian Kualitatif*", (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), hal 178

pengecekan derajat kepercayaan beberapa sumber data dengan metode yang sama. <sup>23</sup>Triangulasi metode dimaksudkan untuk bervariasi data analisis kualitatif.

#### **4. Conclusion Drawing (Verification)**

Langkah ke tiga setelah mendispleysikan data, penulis akan melakukan penarikan kesimpulan dan verifikasi dari hasil penelitian tentang penggunaan teknik behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan kelas pada siswa kelas VIII SMP Wijaya Surabaya .

Menurut Miles dan Huberman dalam penarikan kesimpulan dan Verifikasi, kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.<sup>24</sup>

---

<sup>23</sup> Ibid, hal 179

<sup>24</sup> Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*”, (Bandung: Alfabeta, 2012), hal 252



