

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penulisan merupakan hal penting dalam penulisan. Hal ini disebabkan karena metode penulisan menggambarkan proses penulisan yang dilakukan ditinjau dari Teknik dan prosedur yang digunakan penulis.

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*). Penelitian kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengukur dan menganalisis pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa melalui data berupa angka yang selanjutnya dianalisis menggunakan teknik statistik.

Jenis penelitian eksperimen semu digunakan karena penulis memberikan perlakuan tertentu kepada subjek penelitian, yaitu layanan konseling kelompok, namun tidak memungkinkan untuk melakukan pengelompokan subjek secara acak (*random*). Kondisi ini disebabkan oleh keterbatasan peneliti dalam mengontrol seluruh variabel luar yang dapat memengaruhi hasil penelitian, seperti latar belakang siswa dan kondisi lingkungan sekolah. Meskipun demikian, desain eksperimen semu tetap memungkinkan peneliti untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada subjek penelitian sebelum dan sesudah perlakuan diberikan.

Desain penelitian yang digunakan dalam eksperimen semu ini adalah *one group pretest-posttest design*, yaitu suatu desain penelitian yang melibatkan

satu kelompok subjek yang diberi tes awal (pretest) untuk mengetahui kondisi awal kemampuan mengelola emosi, kemudian diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok, dan selanjutnya diberikan tes akhir (posttest) untuk mengetahui perubahan kemampuan mengelola emosi setelah perlakuan diberikan. Alasan menggunakan desain ini adalah karena keterbatasan waktu penelitian dan Fokus penelitian untuk melihat perubahan sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok yang sama, dengan desain ini, peneliti dapat membandingkan hasil pretest dan posttest untuk melihat pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa.

Jenis penelitian ini dinilai sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui secara empiris pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa kelas VIII SMPN 6 Padang Panjang.

Dalam penelitian ini digunakan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk mengukur kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa secara objektif melalui data berupa angka. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket (kuesioner) sebagai instrumen utama yang diberikan kepada siswa kelas VIII di SMPN 6 Padang Panjang yang menjadi sampel penelitian. Angket disusun berdasarkan indikator kemampuan mengelola emosi dan menggunakan skala Likert untuk memperoleh skor dari setiap responden. Pengukuran dilakukan dalam dua tahap, yaitu sebelum perlakuan (pretest) dan sesudah perlakuan (posttest) berupa layanan konseling

kelompok. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik untuk mengetahui adanya pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat pelaksanaan penulisan ini di SMPN 6 Padang Panjang yang beralamat di Jl. Gatot Subroto No. RT 08, Ngalau, Kec. Padang Panjang Timur Kota Padang Panjang, Sumatera Barat 27124 dengan mengambil sampel dari kelas VIII.

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Juli-Desember 2026, dengan menyesuaikan jadwal kegiatan sekolah dan pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menuru Sugiyono (2022:80), populasi Adalah keseluruhan objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti untuk menjadi sasaran penelitian. Populasi tidak hanya berkaitan dengan jumlah individu yang diteliti, tetapi juga mencakup seluruh karakteristik dan sifat yang dimiliki oleh objek atau subjek tersebut. Dengan demikian, populasi merupakan keseluruhan kelompok yang menjadi ruang lingkup penelitian dan dari kelompok tersebut peneliti dapat memperoleh data untuk menarik suatu Kesimpulan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII di SMPN 6 Padang Panjang yang berjumlah 139 siswa, yang terbagi ke dalam 5 kelas, yaitu kelas VIII Arafah, VIII Madina, VIII Marwa, VIII Mina, VIII Safa.

Tabel III 1.

Populasi Peneleitian Kelas VIII

NO	Angkatan	Jumlah
1.	VIII Arafah	28
2.	VIII Madina	28
3.	VIII Marwa	27
4.	VIII Mina	29
5.	VIII Safa	27
	Total	139

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang memiliki karakteristik yang sama dengan populasi tersebut. Menurut Arikunto penentuan pengambilan sampel apabila kurang dari 100 lebih baik ambil semua hingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 15-25% dari populasi.

Sampel penelitian ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu. Pertimbangan dalam pemilihan sampel adalah siswa yang memiliki kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial yang tergolong rendah hingga sedang berdasarkan hasil observasi awal dan rekomendasi dari guru Bimbingan dan Konseling.

Jumlah sampel dalam penelitian ini diambil dari 8 orang siswa karena jumlah ideal konseling kelompok adalah 6-8 orang, agar dinamika kelompok berjalan efektif, dan memudahkan pengelolaan interaksi dan diskusi.

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir. Pada tahap persiapan, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi langsung di kelas VIII SMPN 6 Padang Panjang untuk melihat kondisi kemampuan mengelola emosi siswa dalam hubungan sosial. Selain itu, peneliti juga melakukan komunikasi dengan guru Bimbingan dan Konseling untuk memperoleh informasi tambahan mengenai permasalahan sosial-emosional siswa. Selanjutnya, peneliti menyusun proposal penelitian, menyusun dan mengembangkan instrumen angket berdasarkan indikator yang telah ditetapkan, serta melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Setelah instrumen dinyatakan layak, peneliti mengurus perizinan penelitian kepada pihak sekolah.

Pada tahap pelaksanaan, peneliti memberikan pretest kepada siswa untuk mengetahui tingkat awal kemampuan mengelola emosi. Berdasarkan hasil pretest dan observasi, dipilih 8 siswa yang memenuhi kriteria sebagai sampel penelitian. Selanjutnya, peneliti melaksanakan layanan konseling kelompok sebanyak tiga kali pertemuan dengan menerapkan tahapan pembentukan, peralihan, kegiatan inti, dan pengakhiran. Setiap pertemuan dalam konseling kelompok dirancang

berdasarkan indikator kemampuan mengelola emosi yang mengacu pada teori Goleman (2015) dan Salovey & Mayer (1997). Fokus kegiatan meliputi pengenalan emosi, latihan pengendalian emosi, komunikasi asertif, pengembangan empati, serta keterampilan penyelesaian konflik dalam hubungan sosial. Rincian kegiatan pada setiap pertemuan akan disusun secara sistematis dalam bentuk satuan layanan (RPL) konseling kelompok.

Pada tahap akhir, peneliti melakukan pengolahan dan analisis data hasil pretest dan posttest menggunakan teknik statistik yang sesuai. Data dianalisis untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh layanan konseling kelompok terhadap peningkatan kemampuan mengelola emosi siswa. Hasil analisis kemudian dijadikan dasar dalam penarikan kesimpulan dan penyusunan laporan penelitian.

D. Variable Penelitian

Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang menjadi fokus penelitian dan memiliki variasi nilai yang dapat diukur untuk memperoleh data yang dibutuhkan. Variabel dalam penelitian ini terdiri atas dua jenis, yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

1. Variabel Bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok melalui tahapan pembentukan, peralihan, kegiatan,

dan pengakhiran. Variabel ini berfungsi sebagai perlakuan (*treatment*) yang diberikan kepada subjek penelitian untuk mengetahui pengaruhnya terhadap variabel terikat.

2. Variabel Terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah **kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa**. Variabel ini merupakan kemampuan siswa dalam mengenali, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara tepat ketika berinteraksi dengan teman sebaya di lingkungan sekolah.

Dengan adanya penetapan variabel bebas dan variabel terikat tersebut, penelitian ini diarahkan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa kelas VIII SMPN 6 Padang Panjang.

Pelaksanaan konseling kelompok dilakukan di ruang kelas VIII SMPN 6 Padang Panjang dalam suasana yang kondusif dan tertutup untuk menjaga kerahasiaan. Peneliti bertindak sebagai pemimpin kelompok yang memfasilitasi jalannya diskusi dan dinamika kelompok.

Setiap pertemuan diawali dengan pembukaan dan ice breaking, dilanjutkan dengan kegiatan inti berupa diskusi, berbagi pengalaman, latihan pengelolaan emosi, dan simulasi penyelesaian konflik. Peneliti memberikan arahan, penguatan, serta membantu siswa merefleksikan pengalaman emosional mereka.

Dalam pelaksanaan kegiatan, peneliti menerapkan prinsip:

- a. Kerahasiaan
- b. Keterbukaan
- c. Kesukarelaan
- d. Saling menghargai

Selama proses berlangsung, anggota kelompok menunjukkan peningkatan keterbukaan dalam menyampaikan perasaan dan pengalaman konflik yang dialami.

Sampel dipilih karena menunjukkan indikasi kesulitan dalam mengelola emosi dalam hubungan sosial. Konseling kelompok dipilih sebagai perlakuan karena metode ini memungkinkan siswa belajar melalui dinamika kelompok, berbagi pengalaman, dan berlatih keterampilan sosial secara langsung.

E. Teknik Pengumpulan Data

Data ini diperoleh dari Teknik pengumpulan data yaitu kuesioner. Adapun Teknik pengumpulan datanya adalah:

1. Angket (Kuesioner)

Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab sesuai dengan keadaan yang dialaminya. Menurut Arikunto (2013), angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden

mengenai hal-hal yang diketahui, dirasakan, atau dialami oleh responden tersebut.

Sugiyono (2019) menyatakan bahwa angket sangat cocok digunakan dalam penelitian kuantitatif karena mampu menghasilkan data yang dapat diukur secara objektif dan dianalisis secara statistik. Dalam konteks penelitian ini, angket digunakan untuk mengukur kemampuan mengelola emosi siswa dalam hubungan sosial, baik sebelum maupun sesudah diberikan layanan konseling kelompok.

Angket dalam penelitian ini disusun menggunakan *skala Likert*, karena skala ini memungkinkan responden untuk menyatakan tingkat persetujuan terhadap pernyataan yang diberikan. Menurut Likert dalam Riduwan (2015), skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok terhadap suatu fenomena sosial. Dengan menggunakan skala likert, peneliti dapat mengetahui variasi tingkat kemampuan mengelola emosi siswa secara lebih rinci.

Adapun indikator utama kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial yang dijadikan dasar penyusunan angket adalah sebagai berikut:

a. Kesadaran Diri terhadap Emosi

Indikator ini mengukur kemampuan siswa dalam mengenali dan memahami emosi yang sedang dirasakan ketika berinteraksi dengan teman sebaya, seperti menyadari perasaan marah, kecewa, atau senang, serta mengetahui penyebab munculnya emosi tersebut.

b. Pengendalian Emosi Negatif

Indikator ini mengukur kemampuan siswa dalam mengendalikan emosi negatif, seperti marah, tersinggung, dan kecewa, agar tidak diekspresikan secara berlebihan atau merugikan orang lain dalam hubungan sosial.

c. Kemampuan Mengekspresikan Emosi Secara Tepat

Indikator ini berkaitan dengan kemampuan siswa dalam menyampaikan perasaan dan pendapat secara asertif, sopan, dan tidak menyakiti perasaan orang lain ketika terjadi perbedaan pendapat atau konflik.

d. Empati terhadap Orang Lain

Indikator empati mengukur kemampuan siswa dalam memahami perasaan, sudut pandang, dan kondisi emosional teman sebaya, serta menunjukkan sikap peduli dan menghargai perasaan orang lain.

e. Kemampuan Membina Hubungan Sosial yang Positif

Indikator ini mengukur kemampuan siswa dalam menjalin dan mempertahankan hubungan sosial yang harmonis, seperti bekerja sama, saling menghargai, dan menyelesaikan konflik secara damai dengan teman sebaya.

Setiap indikator dijabarkan ke dalam beberapa pernyataan positif dan negatif yang disesuaikan dengan tingkat pemahaman siswa SMP. Angket diberikan kepada siswa dalam dua tahap, yaitu *pretest* untuk mengetahui kondisi awal kemampuan mengelola emosi dan *posttest* untuk

mengetahui perubahan kemampuan mengelola emosi setelah diberikan layanan konseling kelompok.

2. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengumpulkan berbagai dokumen yang berkaitan dengan penelitian. Menurut **Sugiyono (2019)**, dokumentasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan, angka, maupun gambar yang dapat mendukung kegiatan penelitian.

Dalam penelitian ini, teknik dokumentasi digunakan untuk memperoleh data pendukung yang berkaitan dengan kondisi sekolah dan subjek penelitian.

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengumpulkan berbagai dokumen yang berkaitan dengan penelitian. Dalam penelitian ini, dokumen yang dibutuhkan meliputi:

- a. Profil sekolah SMPN 6 Padang Panjang, yang digunakan untuk memperoleh gambaran umum tentang kondisi sekolah sebagai lokasi penelitian.
- b. Data jumlah siswa kelas VIII, yang digunakan untuk menentukan populasi penelitian.
- c. Data siswa yang menjadi sampel penelitian, yang diperoleh dari hasil seleksi berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan.

- d. Catatan guru Bimbingan dan Konseling, yang berisi informasi mengenai permasalahan sosial dan emosional siswa.
- e. Hasil angket (pretest dan posttest), yang digunakan sebagai data utama untuk mengukur kemampuan mengelola emosi siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok.
- f. Daftar hadir peserta konseling kelompok, sebagai bukti keikutsertaan siswa dalam setiap pertemuan.
- g. Dokumentasi kegiatan konseling kelompok (foto kegiatan), sebagai bukti pelaksanaan layanan dalam penelitian.
- h. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL), sebagai pedoman dalam pelaksanaan konseling kelompok.

Data dokumentasi tersebut digunakan untuk melengkapi dan memperkuat data yang diperoleh melalui teknik pengumpulan data lainnya, sehingga hasil penelitian yang diperoleh menjadi lebih lengkap dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

F. Prosedur Penyusunan Instrumen

Langkah-langkah yang ditempuh dalam pengadaan instrumen penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan yang sistematis. Menurut Arikunto (2006: 166), prosedur penyusunan instrumen meliputi tahap perencanaan, penulisan butir instrumen, penyuntingan, uji coba, analisis hasil uji coba, revisi, hingga instrumen siap digunakan. Prosedur tersebut digunakan dalam penelitian ini agar instrumen yang disusun memiliki validitas dan reliabilitas yang memadai.

Prosedur penyusunan instrumen dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan. Pertama, peneliti mengkaji teori-teori yang relevan mengenai **kemampuan mengelola emosi dan hubungan sosial siswa**, yang mengacu pada teori kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman serta Salovey dan Mayer. Kajian teori ini dilakukan untuk menentukan indikator-indikator yang akan digunakan dalam penyusunan instrumen penelitian.

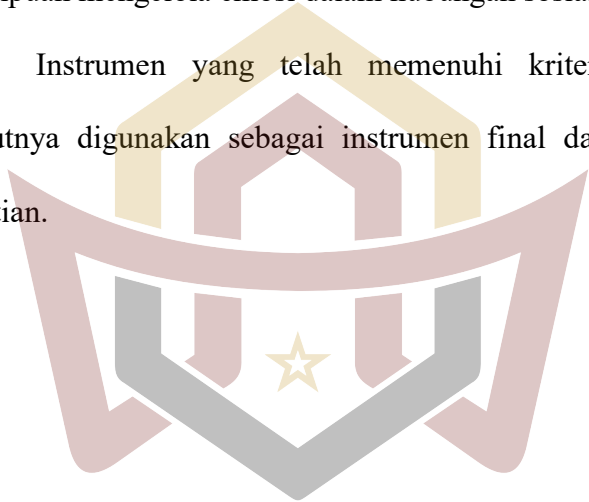
Berdasarkan kajian teori tersebut, ditetapkan beberapa indikator utama kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa, yaitu: (1) kesadaran diri terhadap emosi, (2) pengendalian emosi negatif, (3) kemampuan mengekspresikan emosi secara tepat, (4) empati terhadap orang lain, dan (5) kemampuan membina hubungan sosial yang positif.

Kedua, peneliti menyusun sejumlah butir pernyataan berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Jumlah butir pernyataan disesuaikan agar setiap indikator terwakili secara proporsional. Pernyataan-pernyataan tersebut disusun dalam bentuk kuesioner tertutup dengan menggunakan skala Likert lima poin, yaitu:

1. SS (Sangat Setuju),
2. S (Setuju),
3. KS (Kurang Setuju),
4. TS (Tidak Setuju), dan
5. STS (Sangat Tidak Setuju).

Ketiga, instrumen yang telah disusun selanjutnya dikonsultasikan kepada dosen pembimbing untuk memperoleh masukan dan saran perbaikan. Setelah dilakukan revisi sesuai arahan pembimbing, instrumen diuji cobakan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitasnya. Uji faliditas dan reliabilitas dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen penelitian layak digunakan dan dapat dipercaya dalam mengumpulkan data mengenai kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa.

Instrumen yang telah memenuhi kriteria valid dan reliabel selanjutnya digunakan sebagai instrumen final dalam pengumpulan data penelitian.



UIN IMAM BONJOL
PADANG

Tabel III. 2

Kisi-Kisi Uji Coba Instrumen Hubungan Sosial

No	Variabel Dependen	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan (+)	Pernyataan (-)	Jumlah
1	Kemampuan Mengelola Emosi dalam Hubungan Sosial (Goleman, 2015; Salovey & Mayer, 1997)	Kesadaran diri terhadap emosi	1.Mengenali emosi yang dirasakan 2.Memahami penyebab munculnya emosi	1, 2, 3, 6, 7, 8	4, 5, 9, 10	10
		Pengendalian emosi negatif	1.Mengendalikan amarah 2.Mengendalikan rasa tersinggung	11, 12, 13, 16, 17, 18	14, 15, 19, 20	10
		Motivasi Diri	1. Mengubah emosi negatif menjadi dorongan untuk memperbaiki diri. 2. Tetap bersemangat dalam menghadapi kesulitan. 3. Berusaha mencapai tujuan meskipun menghadapi hambatan.	21, 22, 23, 26, 27, 28	24, 25, 29, 30	10
		Empati terhadap orang lain	1. Memahami perasaan teman 2. Menunjukkan kepedulian terhadap teman	31, 32, 33, 36, 37, 38	34, 35, 39, 40	10
		Kemampuan membina hubungan sosial yang positif	1. Bekerja sama dengan teman 2. Menyelesaikan konflik secara damai	41, 42, 43, 46, 47, 48	44, 45, 49, 50	10
			Total	30	20	50

G. Teknik Analisi Data

Metode analisis data merupakan suatu cara yang digunakan untuk mengolah data hasil penelitian guna diberikan kesimpulan untuk menganalisis data digunakan metode statistik yaitu cara-cara ilmiah yang dipersiapkan untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan, dan menganalisis data penyelidikan yang berwujud angka-angka. Lebih lanjut dari statistik diharapkan dapat menjadikan dasar yang dapat dipertanggungjawabkan untuk menarik kesimpulan-kesimpulan yang benar. Data yang diperoleh dari kuesioner dianalisis menggunakan statistik deskriptif, karena penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan Tingkat kebiasaan siswa. Langkah-langkah analisis data dilakukan sebagai berikut:

1. Memberi skor pada jawaban responden berdasarkan skala Likert 5 poin, yaitu:

Sangat Setuju (Ss) = 5

Setuju (S) = 4

Kurang Setuju (Ks) = 3

Tidak Setuju (Ts) = 2

Sangat Tidak Setuju (Sts) = 1

2. Menjumlahkan skor seluruh pernyataan dari masing-masing responden untuk memperoleh skor total kebiasaan belajar.
3. Menghitung skor maksimum dan minimum yang mungkin diperoleh, sebagai dasar untuk menentukan rentang kategori.

4. Menghitung nilai rata-rata (mean), nilai persentase, dan menyajikan data dalam bentuk kategori seperti:

- a. Sangat Bagus
- b. Bagus
- c. Kurang Bagus
- d. Tidak Bagus
- e. Sangat Tidak Bagus

Kategori ditentukan berdasarkan rentang nilai dari skor tertinggi hingga terendah.

5. Hasil analisis ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, diagram batang, atau narasi deskriptif, sehingga memudahkan pembaca dalam memahami tingkatan mengontrol emosi siswa kelas VIII SMPN 6 Padang Panjang berdasarkan dua indikator utama: delay avoidance dan work method.

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai koefisien reliabilitas menunjukkan kategori tinggi atau sangat tinggi, sehingga instrumen dapat dipercaya untuk digunakan dalam pengumpulan data penelitian.

Analisis statistik deskriptif digunakan untuk mengetahui gambaran kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok. Analisis ini meliputi

perhitungan nilai rata-rata (mean), skor tertinggi, skor terendah, dan standar deviasi

Rumus yang digunakan sebagaimana dalam Arikunto (2006: 84) adalah

$$\% = \frac{n}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

% = Presentase yang dicari

n = Jumlah skor yang diperoleh

N = Jumlah skor yang diharapkan

Skala kebiasaan belajar siswa menggunakan skor 1 sampai 5.

Panjang kelas interval kriteria peningkatan kebiasaan belajar siswa dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

$$\text{Persentase skor maksimum} = (5 : 5) \times 100 \% = 100 \%$$

$$\text{Persentase skor minimum} = (1 : 5) \times 100 \% = 20 \%$$

$$\text{Rentangan persentase skor} = 100 \% - 20 \% = 80 \%$$

Banyaknya kriteria = 5 (sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi)

$$\text{Panjang kelas interval} = \text{Rentang} : \text{banyaknya} = 80 \% : 5 = 16\%$$

Berdasarkan perhitungan di atas maka kriteria penilaian tentang tingkat kemampuan mengelola emosi siswa adalah sebagai berikut:

Tabel III. 3

Tingkat Kemampuan Mengelola Emosi Siswa

Interval	Kategori
84% – 100%	Sangat Tinggi
68% – 83%	Tinggi
52% – 67%	Sedang
36% – 51%	Rendah
20% – 35%	Sangat Rendah

Sebelum dilakukan uji hipotesis, dilakukan uji prasyarat analisis untuk mengetahui apakah data memenuhi syarat dianalisis menggunakan statistik parametrik.

- **Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa.

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji t berpasangan (*paired sample t-test*), karena data diperoleh dari kelompok yang sama sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Adapun rumus uji t berpasangan adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{D}}{\sqrt{\frac{\sum(D - \bar{D})^2}{n(n-1)}}}$$

Keterangan:

t = nilai uji t

D = selisih antara skor posttest dan pretest

$\bar{D}$ = rata-rata selisih

n = jumlah sampel

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan **uji t berpasangan** (*paired sample t-test*), karena data diperoleh dari satu kelompok yang sama dengan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

Ha: Terdapat pengaruh konseling kelompok terhadap kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa kelas VIII SMPN 6 Padang Panjang.

H₀: Tidak terdapat pengaruh konseling kelompok terhadap kemampuan mengelola emosi dalam hubungan sosial siswa kelas VIII SMPN 6 Padang Panjang.

Kriteria pengujian hipotesis adalah:

- Jika nilai Sig. < 0,05, maka Ha diterima dan H₀ ditolak.
- Jika nilai Sig. ≥ 0,05, maka Ha ditolak dan H₀ diterima.