

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Setting Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 5 Tana Toraja, pada siswa kelas X.6 dengan jumlah total 32 siswa. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* berbasis hasil observasi. Sehingga, berdasarkan kriteria khusus yang telah ditentukan terkait perilaku kebiasaan bermain *game online* didapatkan 7 siswa yang akan diberikan layanan konseling kelompok teknik *self control*. Jadwal penelitian ini akan ditampilkan dalam bentuk *gantt chart* sebagai berikut.

Tabel 1.1 Jadwal Penelitian

NO	Tahapan	Kegiatan	Bulan										
			Nov	Des	Jun	Feb	Mar	Apr	Mei	jun	jul	agu	sep
1.	Persiapan	Pengajuan Judul Proposal	√	√	√								
		Penyusunan Proposal				√	√	√	√				
		Ujian Proposal											

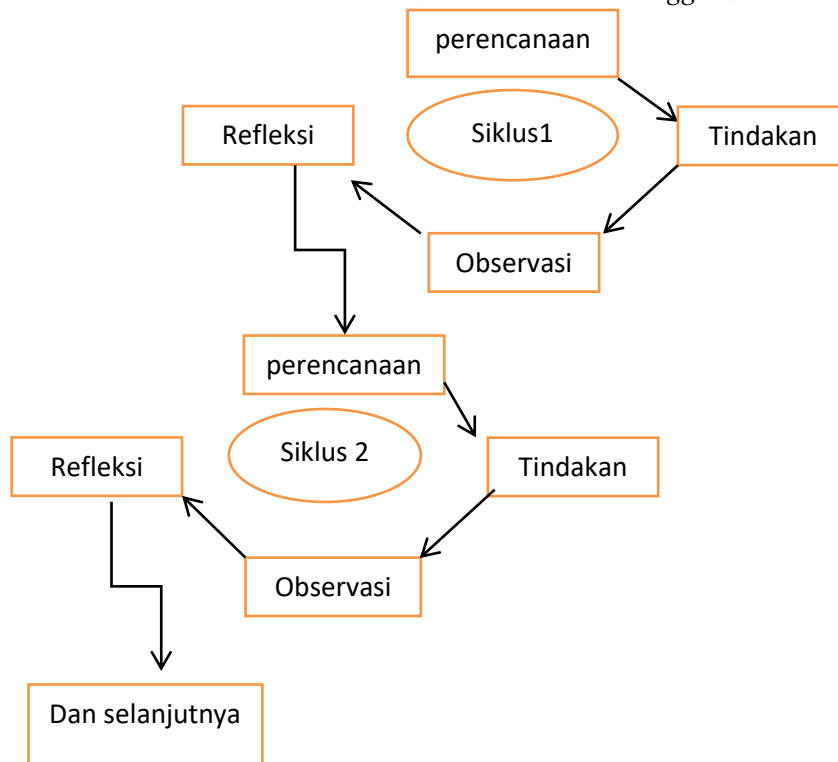
2.	Pelaksanaan	Permohonan penelitian							√		
		Pengumpulan data								√	√
3.	Pengolahan dan Analisis Data	Reduksi, Display, dan Penarikan Kesimpulan								√	√
4.	Pelaporan	Ujian skripsi									√

B. Rancangan Tindakan Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK). Penelitian ini berfokus pada suatu tindakan untuk memperbaiki kualitas atau mengatasi permasalahan pada sekelompok subjek yang diteliti. Model yang digunakan pada penelitian ini ialah model Kemmis dan Mc Taggart.³⁰ Adapun alur kerja penelitian tindakan bimbingan konseling menurut Kemmis dan Mc Taggart.

³⁰ Ridwan abdullah sanni,et al. *"Panduan praktis penelitian tindakan kelas"* (PT remaja rosdakarya 2020) 96

Gambar 2.1 Model Ptk (Kemmis Dan Mc Taggart)



Model Kemmis dan Mc Taggart dengan langkah-langkah sebagai berikut

1. Tindakan Perencanaan

Perencanaan tindakan dalam penelitian tindakan kelas disusun dengan mengacu pada permasalahan yang ingin diselesaikan serta hipotesis tindakan yang dirumuskan. Setiap langkah atau tindakan yang akan dilakukan harus dirancang secara detail agar dapat dijadikan pedoman saat pelaksanaan. Pada tahap ini, peneliti dan guru bimbingan konseling bekerja sama untuk merancang berbagai hal sebelum kegiatan konseling kelompok dimulai, seperti penyusunan RPL, pemilihan media, serta mempersiapkan kondisi fisik.

2. Pelaksanaan Tindakan

Tahap ini merupakan pelaksanaan nyata dari berbagai teori pendidikan dan teknik yang telah dirancang sebelumnya dalam tahap perencanaan. Dengan kata lain, pada tahap ini proses pembelajaran berlangsung. Peneliti melaksanakan kegiatan pembelajaran sesuai dengan materi dan strategi yang telah disusun, sementara pengamat (observer) memperhatikan jalannya pembelajaran hingga selesai, lalu melakukan evaluasi terhadap proses belajar mengajar yang telah dilakukan.

3. Tahap observasi

Observasi dilakukan secara bersamaan dengan pelaksanaan tindakan. Pada tahap ini, peneliti mengumpulkan dan mengolah data yang diperoleh untuk kemudian digunakan sebagai bahan refleksi pada siklus akhir penelitian tindakan kelas (PTK), mencakup baik kelebihan maupun kekurangan yang muncul selama proses layanan konseling kelompok.

4. Refleksi

Tahap ini merupakan proses pengolahan data yang diperoleh selama observasi. Data tersebut kemudian diinterpretasikan, dideskripsikan, dianalisis, dan disintesis. Refleksi menjadi bagian penting dalam memahami serta memberi makna terhadap proses dan hasil yang muncul sebagai dampak dari tindakan (intervensi) yang

dilakukan. Setelah itu, peneliti dan guru bekerja sama merancang tindak lanjut dari pembelajaran yang telah berlangsung, sekaligus merencanakan strategi untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada siklus berikutnya.

5. Tindakan siklus

a. Pra siklus

Tahap pra siklus merupakan langkah pertama yang dilakukan peneliti di lapangan sebelum memulai siklus penelitian. Pada tahap ini peneliti melakukan proses belajar mengajar tanpa menerapkan layanan konseling untuk mendapatkan data keaktifan siswa sebelum siklus dimulai.

b. Siklus 1

1) Perencanaan.

- a) Peneliti membuat RPL sesuai dengan materi yang akan dibawakan dengan tema preferensi bermain game online
- b) Pelaksanaan konsling kelompok di laksanakan di ruang kelas dengan durasi waktu 1 X 45 menit.
- c) Menyiapkan perlengkapan administrasi, catatan lapangan, dan alat perekam, angket dan lembar respon.

2) Pelaksanaan tindakan

Adapun kegiatan yang ada di tahap pelaksanaan atau tindakan ini adalah layanan bimbingan kelompok yang

sebelumnya telah dibuat dalam bentuk RPL. Adapun tahapan dalam kegiatan konseling kelompok ini yaitu:

- a) Tahap awal, Pada tahap pembentukan ini peneliti sebagai pemimpin kelompok membuka kegiatan kelompok dengan
 - a) salam, menanyakan kabar peserta kelompok
 - b) berdoa,
 - c) menjelaskan apa itu bimbingan kelompok dan apa tujuannya,
 - d) menjelaskan apa saja yang harus diperhatikan dalam konseling kelompok yaitu asas kerahasiaan (harus menjaga rahasia tentang apapun yang terjadi dalam kelompok), asas kesukarelaan (anggota dengan sukarela mengeluarkan pendapatnya tanpa paksaan), asas keterbukaan (anggota mengeluarkan pendapat mereka tanpa ada yang ditutupi), dan asas kenormatifan (setiap anggota harus saling menghargai ketika anggota lainnya berbicara).
- b) Tahap Peralihan, Pada tahap ini peneliti menjelaskan kegiatan konseling kelompok dan menanyakan kesiapan mereka, peneliti juga mengenali suasana apabila ada anggota kelompok yang belum siap melanjutkan ketahap berikutnya. Jika peneliti rasa merasa mereka sudah siap maka saya pun melanjutkan ketahap berikutnya.

- c) Tahap kegiatan, Pada tahap ini peneliti memberitahu anggota kelompok tentang topik yang akan kami bahas. Tahap kegiatan merupakan tahapan inti yang sangat menentukan keberhasilan layanan konseling kelompok. Peneliti menjelaskan terlebih dahulu mengenai apa itu preferensi bermain *game online* dan dampak dari preferensi bermain *game online* bagi anggota kelompok
- d) Tahap akhir, Tahapan ini merupakan penutup dari layanan konseling kelompok. Adapun tahap pengakhiran ini memuat kegiatan seperti pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, seluruh anggota kelompok mengemukakan kesan terhadap layanan konseling kelompok yang telah dilaksanakan. Disini anggota kelompok menyampaikan komitmen dan peneliti harus merangkum kegiatan dengan kalimat yang singkat namun bermakna.

3) Pengamatan atau Observasi

Pada tahapan ini, yaitu pengamatan akan penelitian yang dilakukan, mengamati hasil penelitian tindakan atau dampak dari penelitian tindakan yang dilaksanakan, orang yang diminta menjadi pengamat tentunya sudah sangat memahami apa yang akan dilakukan bersama dengan peneliti

dalam melakukan suatu pengamatan, sehingga dapat mengamati secara detil tindakan yang dilakukan selaras rencana tindakan yang telah disusun mengupayakan perbaikan yang dilakukan terhadap siswanya. Pengamatan yang dilakukan disini menggunakan lembar pengamatan.

4) Refleksi

Pada tahapan ini peneliti mencoba mengkaji, melihat kembali serta mempertimbangkan hasil atau dampak dari suatu tindakan berdasarkan kriteria yang sudah ditetapkan. Kegiatan refleksi dilakukan setelah setelah melaksanakan suatu tindakan, kemudian berdiskusi dengan pengamat tentang unsur-unsur tindakan yang telah dilakukan. Istilah refleksi sebenarnya seperti memantulkan, dimana konselor yang menjadi pengamat memantulkan pengalaman hasil pengamatannya kepada konselor yang menjadi peneliti.

c. Siklus 2

Setelah siklus I dijalankan dan belum menunjukkan untuk menurunkan kecanduan game online pada siswa, maka dalam hal ini dilaksanakan siklus II dengan tahapan-tahapan sebagai berikut:

1) Perencanaan Tahapan,

Perencanaan pada siklus II ini merupakan rancangan tindakan yang akan dilakukan berdasarkan konsep diatas, jika

pada siklus I tidak mencapai target maka, dilakukan siklus II yakni untuk menmurunkan preferensi bermain *game online* pada siswa. Pada tahap kegiatan yang dilakukan adalah menyiapkan seluruh perangkat yang diperlukan untuk peneliti.

- a) Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah Membuat RPL (Rencana Pemberian Layanan).
- b) Mengidentifikasi lagi pihak-pihak yang menjadi peserta layanan.
- c) Mengatur pertemuan dengan calon peserta layanan
- d) Melakukan pendekatan kepada siswa dengan wawancara guna mencari tahu di mana letak kekurangan dalam penelitian tahap 1.
- e) Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan di ruang kelas dengan tidak mengganggu proses belajar mengajar. Waktu yang digunakan sekitar 1 X 45 menit.
- f) Menyiapkan kelengkapan administrasi, dan alat perekam, angket dan lembar respon.

2) Pelaksanaan atau Tindakan

Kegiatan yang dilaksanakan pada tahap ini adalah melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan skenario tindakan yang telah disusun. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini antara lain

- a) Tahap Pembentukan, pemimpin kelompok mengucapkan
 - a) salam ketika hendak memulai kegiatan dan menanyakan kabar anggota kelompok, b) Kemudian pemimpin kelompok memimpin anggota kelompok untuk berdoa. Setelah selesai berdoa pemimpin mengajak anggota kelompok untuk berempati c) Pemimpin kelompok melanjutkan dengan menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan dan menjelaskan kembali pengertian, tujuan, cara serta asas-asas layanan konseling kelompok
- b) Tahap Peralihan, Pada tahap ini, pemimpin kelompok mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya serta menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut. Kemudian pemimpin menjelaskan topik atau tema yang telah ditentukan
- c) Tahap kegiatan, dalam kegiatan ini anggota kelompok diberikan kesempatan untuk bertanya tentang materi yang telah disampaikan oleh peneliti. Maka dalam tahap ini akan dilakukan diskusi antara siswa dan peneliti. Siswa diberikan kesempatan menanyakan permasalahan karir mereka atau seputar materi yang dijelaskan oleh peneliti

d) Tahap pengakhiran, tahap ini merupakan tahap yang terakhir dalam kegiatan ini, setelah penyampaian materi dan diskusi maka diharapkan para siswa yang awalnya tidak memiliki perencanaan karir atau masih ragu-ragu maka setelah dilaksanakannya bimbingan kelompok oleh peneliti diharapkan dapat meningkatkan perencanaan karir siswa.

3) Pengamatan atau Observasi,

Observasi dilakukan pada saat proses konseling kelompok dengan melihat bagaimana menurunnya kecanduan *game online* pada siswa pada saat pelaksanaan layanan konseling kelompok pada siklus II.

4) Refleksi

Pada tahap ini merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan dan memprediksi apa hasil yang diperoleh. Refleksi dilakukan setelah dilakukan layanan konseling kelompok. Refleksi ini dilakukan oleh peneliti untuk mencari perbaikan-perbaikan tindakan selanjutnya. Refleksi dilakukan untuk menganalisa dan memberikan makna terhadap data yang diperoleh, memperjelas data yang diperoleh dan mengambil kesimpulan dari tindakan yang telah dilakukan. Jika hasil dari siklus II

belum juga tercapai maka akan dilanjutkan ke siklus III dan seterusnya

d. Indikator Pencapaian

Sumber Dalam penelitian ini layanan konseling kelompok teknik *self control* dikatakan menurun apabila berhasil mengurangi prefensi bermain bermain *game online* pada siswa kelas X.6. Indikator capaian dalam penelitian ini dirancang untuk mengukur keberhasilan tindakan konseling kelompok yang diterapkan dengan teknik *self-control* dalam membantu siswa mengu *game online*. Indikator capaian difokuskan pada perubahan pada kecenderungan yang berlebihan, kurangnya kontrol diri, pengabaian tanggung jawab, perubahan fisik, ketergantungan finansial, kurangnya interaksi sosial dan gangguan tidur. Beberapa indikator utama yang digunakan antara lain siswa mampu menyadari dampak dari kebiasaan bermain *game* yang berlebihan, menunjukkan komitmen dalam menetapkan target pengurangan waktu bermain *game*, serta mulai mengganti waktu bermain dengan aktivitas yang lebih produktif. Selain itu, siswa juga diharapkan dapat menunjukkan keterlibatan aktif dalam sesi konseling, berbagi pengalaman, serta mampu merefleksikan perubahan yang telah dialami selama proses konseling berlangsung. Penelitian ini dikatakan berhasil menurunkan perilaku buruk sampai 60%.

Untuk mendapatkan presentase untuk melihat penurunan preferensi bermain *game online* maka rumus yang digunakan adalah

$$\frac{\text{jumlah perolehan tiap indikator}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100\%^{31}$$

e. Instrument Penelitian

Menurut Sugiyono, instrumen penelitian adalah suatu perkakas yang dipakai untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang sedang diamati. Sebagai alat pengumpulan data yang dapat memproses dan menafsirkan data yang di dapatkan dalam bentuk daftar pertanyaan.³² Alat yang digunakan pada penelitian ilmiah adalah angket, observasi dan dokumentasi.

Enquiring, yaitu pengumpulan data melalui pertanyaan peneliti melalui kuesioner atau angket. Angket adalah suatu daftar pertanyaan atau pernyataan tentang topik tertentu yang diberikan kepada subjek penelitian yang diisi sesuai dengan kebutuhan.³³ Penelitian ini menggunakan pendekatan *experiencing*, yaitu mengumpulkan informasi melalui pengalaman melalui observasi lapangan. Melalui observasi, data dikumpulkan dengan cara

³¹ Ahmad Suryana, "Metode Penelitian", Metode Penelitian Kualitatif 3, no. 17 (2017): 48,

³² Sugiyono, iMetode iPenelitian iKuantitatif, iKualitatif, iDan iR&D, ied. iSutopo (Bandung, i2019).

³³ Iqlima Firdaus et al., "Model-Model Pengumpulan Data dalam Penelitian Tindakan Kelas," Jurnal Kreativitas Mahasiswa Vol.1 No.2, no. 2 (2023): 108.

mengamati fenomena secara langsung di lapangan objek yang diteliti.³⁴

1.2 Kisi-Kisi Angket

Indikator	Jumlah pertanyaan	Nomor pertanyaan
Kesehatan	3	1,2,3
Psikologi	3	4,5,6
Akademik	3	7,8,9
Sosial	3	10,11,12
Keuangan	3	13,14,15
Kontrol diri	3	16,17,18
Kemampuan berfikir	2	19,20

C. Teknik Pengumpulan Data

1. Teknik observasi

Pengamatan umumnya dilakukan untuk menilai perilaku individu atau bagaimana suatu aktivitas dilaksanakan. Pengamatan merupakan usaha mengumpulkan informasi dengan cara observasi dan

³⁴ Rustiyarso dan Tri Wijaya, *Panduan dan Aplikasi Penelitian Tindakan Kelas* (Yogyakarta: Noktah, 2020), 64–65.

mencatat gejala atau fenomena secara sistematis terhadap objek yang sedang diamati³⁵

2. Angket

Kuesioner adalah cara untuk mengumpulkan informasi.

Alat tersebut berfungsi sebagai media yang memuat serangkaian pertanyaan yang diajukan kepada peserta didik untuk memberikan jawaban, baik dalam bentuk tulisan maupun lisan³⁶

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah cara untuk mengumpulkan informasi. Ini termasuk bahan-bahan yang ditulis, dicetak, atau direkam yang dapat berfungsi sebagai bukti atau sumber informasi. Tujuan dokumentasi adalah untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber seperti catatan, foto, dan sebagainya. Contoh dokumen dalam bentuk gambar adalah foto, ilustrasi, patung, film, dan lain lain³⁷

³⁵ Fahmi Rizal, et al, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Pendidikan Kejuruan* (Merdeka Kreasi Group, 2023), 71,

³⁶ Yusuf Tojiri M.M, et al , *Dasar Metodologi Penelitian: Teori, Desain, Dan Analisis Data* (Takaza Innovatix Labs, 2023), 52

³⁷ Ibid. 53

D. Teknik Analisis Data

Teknik analisis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah teknik Miles dan Huberman dalam Febriani yaitu dengan tiga tahap utama yaitu reduksi data, display data dan penarikan simpulan.³⁸

1. Reduksi data

Pada tahap ini, peneliti menyaring dan merangkum data yang telah dikumpulkan dari hasil observasi, wawancara, dan tes siswa. Data yang tidak relevan dengan fokus penelitian, seperti perilaku di luar konteks kecanduan game, dieliminasi. Data yang menunjukkan gejala kecanduan seperti kurangnya konsentrasi belajar, penggunaan HP saat pelajaran, dan rendahnya nilai akademik, dicatat dan diklasifikasikan. Selanjutnya, data dari setiap siklus (pra-tindakan dan pasca-tindakan) dibandingkan untuk melihat adanya perubahan perilaku dan hasil belajar setelah intervensi diberikan.

2. Display data

Data yang telah direduksi kemudian ditampilkan dalam bentuk tabel, grafik, dan narasi deskriptif untuk memudahkan pemahaman

³⁸ Ridwan abdullah sanni,et al. *"Panduan praktis penelitian tindakan kelas"* (Pt remaja rosdakarya 2020) 96

terhadap perkembangan siswa. Misalnya, ditampilkan grafik perubahan rata-rata nilai akademik siswa dari siklus ke siklus, tabel frekuensi penggunaan HP saat pelajaran, serta ringkasan pernyataan siswa dari hasil wawancara. Penyajian data ini membantu peneliti melihat pola-pola perubahan dan dampak dari tindakan yang diberikan.

3. Penarikan kesimpulan

Dalam tahap ini peneliti menarik kesimpulan dari hasil penelitiannya dan menjawab rumusan masalah. Peneliti akan mengetahui sejauh mana perubahan perilaku pada siswa. Untuk menarik kesimpulan digunakan rumus seperti berikut:

$$p = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan;

P = presentase

F= Jumlah skor perolehan

N= Jumlah skor maksimal ³⁹

1.3 Kategori Perubahan Perilaku

Rentang	Kategori
25%-50%	Kebiasaan rendah
51%-75%	Kebiasaan sedang
76%-100	Kebiasaan tinggi

³⁹ Mochomad Nashurullah et.al., *Metode penelitian pendidikan (prosesur penelkitian subyek penelitian dan pengembangan teknik pengumpulan data)*2023,50.