

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

Rancangan penelitian atau desain penelitian adalah cetak biru yang menentukan pelaksanaan penelitian selanjutnya. Penyusunan rancangan ini dilakukan oleh peneliti setelah menetapkan judul penelitiannya (Gulo, 2002: 99)

Rancangan yang digunakan pada penelitian ini adalah eksperimen. Tujuannya adalah untuk mengetahui akibat manipulasi terhadap perilaku individu yang diamati. Manipulasi yang dilakukan oleh peneliti dapat berupa situasi atau tindakan tertentu yang diberikan kepada individu atau kelompok, dan setelah itu dilihat pengaruhnya (Latipun, 2010: 5).

#### **B. Identifikasi Variabel**

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, lalu ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011: 38).

##### **a. Variabel bebas:**

Variabel bebas adalah perlakuan, situasi atau stimulus yang dimanipulasi, sengaja dilakukan, dan kekhasan bentuk ataupun prosedurnya peneliti yang menentukan. Variabel bebas atau variabel eksperimen ini dimanipulasi untuk dipelajari efeknya pada variabel terikat yang dapat berubah (Latipun, 2010:

36). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Pelatihan *Self-Concept Building*.

b. Variabel terikat

Variabel terikat adalah variabel yang dipelajari perubahannya setelah diberikan manipulasi atau berhubungan dengan variabel bebas. Bentuk variabel ini adalah perilaku subjek, dan variabel ini haruslah terukur dan bisa diamati. Variabel terikat pada penelitian ini adalah motivasi berprestasi.

### C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel yang dapat diamati (Heni, 2009). Menurut Tuckman (Azwar, 2009: 74), ada beberapa cara dalam merumuskan definisi operasional, yaitu:

1. Definisi operasional dapat dirumuskan berdasarkan proses apa yang harus dilakukan agar variabel yang didefinisikan itu terjadi.
2. Definisi operasional dibuat berdasarkan bagaimana cara kerja variabel yang bersangkutan, yaitu apa yang menjadi sifat dinamikanya.
3. Definisi operasional dibuat berdasarkan kriteria pengukuran yang diterapkan pada variabel yang didefinisikan.

Definisi operasional pada penelitian ini adalah:

#### 1. Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi adalah dorongan yang muncul pada diri siswa untuk berusaha untuk meraih suatu pencapaian/prestasi yang ia inginkan baik di sekolah ataupun di luar sekolahnya. Motivasi berprestasi ini diukur menggunakan skala

motivasi berprestasi, dan pengukurannya dilakukan satu kali sebelum pemberian pelatihan, dan satu kali setelah pelatihan. Alat ukur motivasi berprestasi disusun dari beberapa aspek, yaitu *moderate challenges*, *personal responsibility*, dan *feedback*

## 2. **Pelatihan *Self-Concept Building***

*Coaching (pelatihan) Self-Concept Building* adalah suatu jenis kegiatan yang mengadaptasi teknik terapi *cognitive behavior* (kognitif-perilaku) yang digunakan untuk meningkatkan konsep diri remaja. Pelatihan ini dilaksanakan selama 3 kali pertemuan tatap muka, dengan total pelatihan selama 3 hari. Pada pelatihan ini, subjek akan diberikan *Pre-test* dan *post test* untuk mengetahui konsep diri dan motivasi berprestasi subjek sebelum dan setelah pelatihan. Hasil pengukuran *Pre-test* dan *Post-test* kemudian dibandingkan untuk mengetahui keberhasilan dari pelatihan tersebut, jika menunjukkan adanya perbedaan skor sebelum dan sesudah pelatihan maka pelatihan ini efektif untuk meningkatkan motivasi berprestasi. Sebaliknya jika tidak menunjukkan adanya perbedaan skor sebelum dan sesudah pelatihan maka pelatihan tersebut kurang efektif. Materi *Pelatihan Self-Concept Building* ini disusun berdasarkan aspek-aspek konsep diri yaitu citra diri, diri ideal, dan harga diri.

## D. **Prosedur Eksperimen**

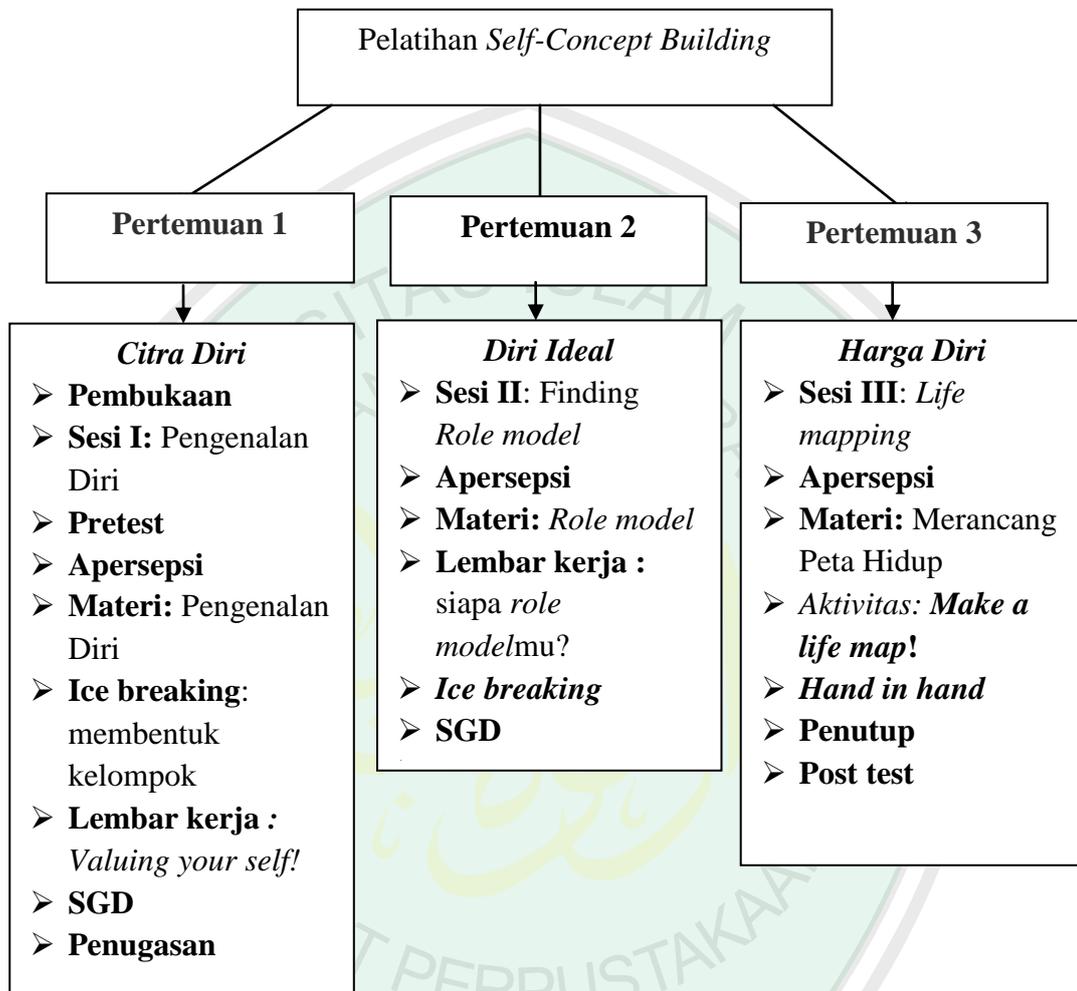
Prosedur dalam eksperimen ini adalah sebagai berikut:

### 1. Tahap persiapan.

Persiapan eksperimen yang harus dilakukan peneliti sebelum melaksanakan pelatihan, antara lain :

- a. Persiapan administrasi (perijinan) di lokasi penelitian yaitu di MAN 2 Model Palu.
  - b. Persiapan alat ukur. Alat ukur yang dipersiapkan pada penelitian ini adalah skala motivasi berprestasi dan skala konsep diri yang akan diberikan pada saat *Pre-test* dan *Post-test*.
  - c. Persiapan *Coach* dan *co-Coach* yang nantinya harus menguasai materi dan prosedur pelatihan *Self-Concept Building*.
  - d. Persiapan alat eksperimen. Alat eksperimen yang digunakan oleh peneliti pada pelatihan ini adalah modul pelatihan *Self-Concept Building*. Materi diberikan selama tiga kali pertemuan.
2. Tahap Pelaksanaan
- a. Form data diri  
Di awal sebelum pelaksanaan pelatihan subjek akan diberikan surat pernyataan kesediaan untuk mengikuti pelatihan *Self-Concept Building* selama 3 hari.
  - b. *Pre-test*  
*Pre-test* dilakukan dengan memberikan skala motivasi berprestasi dan skala konsep diri. Tujuan pemberian *Pre-test* adalah untuk memperoleh skor motivasi berprestasi dan konsep diri awal sebelum perlakuan.
  - c. Perlakuan  
Perlakuan pelatihan *Self-Concept Building* hanya dikenakan pada kelompok eksperimen. Perlakuan tersebut diberikan selama tiga kali pertemuan. Pelatihan ini diberikan berdasarkan tiga aspek konsep diri,

yaitu citra diri, diri ideal, dan harga diri. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi, latihan, *role play*, dan permainan. Adapun alur pelaksanaan pelatihan pada kelompok eksperimen adalah sebagai berikut:



**Gambar 3.1**  
**Alur Pelaksanaan Pelatihan *Self-Concept Building***

### 3. Tahap Evaluasi/ *Post-test*

Pada tahap ini, peneliti melakukan *Post-test* kepada subjek dengan menggunakan angket skala konsep diri motivasi berprestasi. Pemberian angket ini dilakukan untuk mengetahui adanya perbedaan skala konsep diri dan motivasi berprestasi sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada kelompok

eksperimen. Skala ini sama dengan yang digunakan pada *Pre-test* namun *layoutnya* diubah untuk memberi kesan baru bagi skala tersebut. Pada pertemuan terakhir pula peneliti memberikan angket evaluasi jalannya program pelatihan untuk mengetahui kekurangan dan kelebihan rangkaian pelatihan.

## **E. Populasi dan Sampel Eksperimen**

### **1. Populasi**

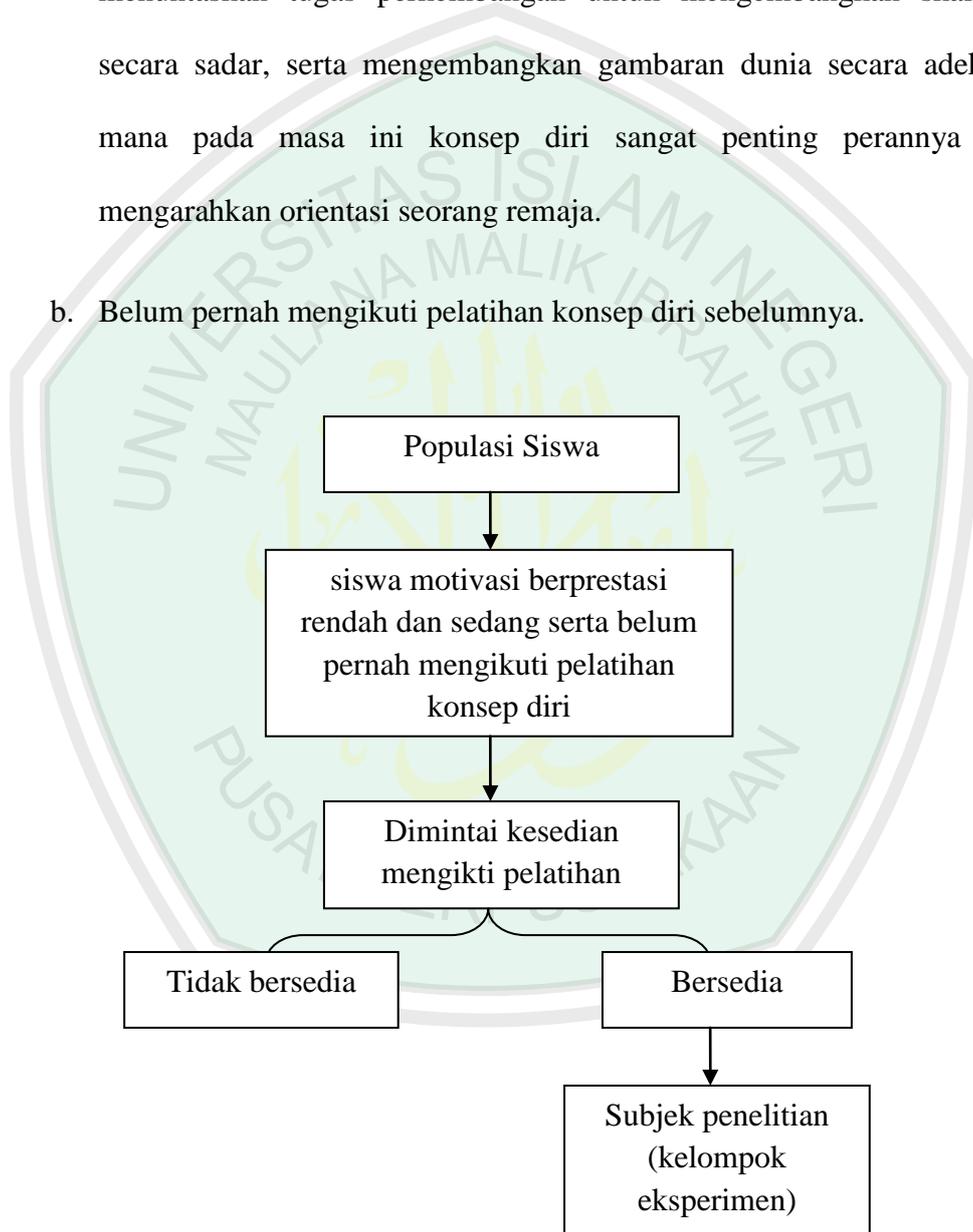
Menurut Sugiyono (2010: 80) populasi adalah wilayah generalisasi yang di dalamnya mencakup obyek atau subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi target dalam penelitian ini adalah siswa Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Model Palu. Prosedur untuk memperoleh subjek penelitian dilakukan melalui mekanisme perijinan dari pihak Kepala Sekolah MAN 2 Model sebagai lokasi diadakannya penelitian.

### **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi (Sugiyono, 2010: 81). Teknik pengelompokan subjek sebagai sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *random assigment* sederhana yakni dengan terlebih dahulu membuat daftar nama/nomor subjek yang memenuhi karakteristik sebagai populasi, lalu nama dan nomor subjek diundi untuk mengambil sampel sebanyak yang diperlukan (Azwar, 2009: 81).

Kriteria yang digunakan untuk memasukkan sampel ke dalam kelompok eksperimen adalah sebagai berikut:

- a. Siswa laki-laki maupun perempuan yang sedang menempuh pendidikan di bangku kelas X, XI, XII Madrasah Aliyah. Pada usia ini siswa sedang berada pada masa remaja tengah, dengan perkembangan kognisi yang mulai berkembang (operasional formal), dan sedang dalam proses menuntaskan tugas perkembangan untuk mengembangkan skala nilai secara sadar, serta mengembangkan gambaran dunia secara adekuat di mana pada masa ini konsep diri sangat penting perannya dalam mengarahkan orientasi seorang remaja.
- b. Belum pernah mengikuti pelatihan konsep diri sebelumnya.



**Gambar 3.2**  
**Skema Proses Penemuan Subjek Penelitian**

## F. Tipe dan Desain Eksperimen

Desain penelitian ini menggunakan desain eksperimen *one group pretest-posttest*. Pada desain ini, pengukuran terhadap motivasi berprestasi dan konsep diri dilakukan sesaat sebelum pelatihan dimulai (*Pre-test*). Ini untuk mengetahui skor konsep diri dan motivasi berprestasi sebelum pelatihan. lalu setelah pemberian pelatihan, dilakukan lagi pengukuran (*Post-test*) sebanyak 1 kali. Gambaran desain ini adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.1. Tabel Desain Eksperimen**

Kelompok	Pra	Perlakuan	Pasca
Eksperimen	O1	X	O2

### Keterangan:

- O1 = pengukuran sebelum diberi perlakuan
- O2 = pengukuran setelah diberi perlakuan
- X = pelatihan *Self-Concept Building*

Kelompok eksperimen adalah kelompok subjek yang mendapatkan perlakuan berupa pelatihan *Self-Concept Building* selama tiga hari. Sebelum pelatihan di mulai, kelompok eksperimen diminta mengisi skala konsep diri dan motivasi berprestasi.

## G. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian dilakukan melalui beberapa metode:

### 1. Skala

Metode pengumpulan data primer pada penelitian ini adalah dengan menggunakan skala. Skala pengukuran adalah seperangkat aturan yang diperlukan untuk mengkuantitatifkan data pengukuran dari suatu variabel (Djali & Muljono, 2008: 25). Skala yang digunakan sebagai instrumen untuk *pretest* dan *posttest*, yakni skala motivasi berprestasi. Angket ini disusun berdasarkan teori ciri individu yang memiliki motivasi berprestasi dari McClelland, yang aitemnya disusun dengan menyentuh pada tiga komponen konsep diri, yaitu Citra Diri, Diri Ideal, dan Harga Diri. Ini dimaksudkan agar instrumen dapat sesuai untuk mengukur efektifitas pelatihan *Self-Concept Building*.

**Tabel 3.2. Tabel blueprint angket motivasi berprestasi I**

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		
			CD	DI	HD
Motivasi berprestasi	<i>Moderate challenge</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengambil tantangan resiko sedang</li> <li>Berkeinginan menjadi yang terbaik dari orang lain</li> <li>Mengetahui kapasitas diri</li> </ul>	15,28, 2	23,16, 1,18	14,3,6
	<i>Personal responsibility</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengusahakan keberhasilan atas usaha sendiri</li> <li>Melakukan tugas dengan cara yang tidak biasa</li> <li>Menerima konsekuensi dari setiap tugas yang dilakukan</li> </ul>	30, 25, 5, 20	9, 21,11	8, 27, 10
	<i>Feedback</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menyukai adanya umpan balik terhadap pekerjaannya</li> <li>Mengevaluasi hasil dari</li> </ul>	4, 17	7,19, 13, 24	12, 22, 26, 29

		tugas yang telah dikerjakan			
<b>Jumlah Aitem</b>			<b>9</b>	<b>11</b>	<b>10</b>

**Tabel 3.3. Tabel blueprint angket motivasi berprestasi II**

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		
			F	U	T
Motivasi berprestasi	<i>Moderate challenge</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengambil tantangan resiko sedang</li> <li>• Berkeinginan menjadi yang terbaik dari orang lain</li> <li>• Mengetahui kapasitas diri</li> </ul>	28, 23, 15, 14, 3, 1	2,16, 18,6	10
	<i>Personal responsibility</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengusahakan keberhasilan atas usaha sendiri</li> <li>• Melakukan tugas dengan cara yang tidak biasa</li> <li>• Menerima konsekuensi dari setiap tugas yang dilakukan</li> </ul>	30, 5, 21, 20, 8, 10	25, 9, 11, 27	10
	<i>Feedback</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyukai adanya umpan balik terhadap pekerjaannya</li> <li>• Mengevaluasi hasil dari tugas yang telah dikerjakan</li> </ul>	4, 17, 7, 13, 12, 26, 29	19, 24, 22	10
<b>Jumlah Aitem</b>			<b>19</b>	<b>11</b>	<b>30</b>

a. Validitas

Validitas menerangkan bagaimana suatu alat ukur yang digunakan memang telah mengukur apa yang ingin diukur. Validitas tes berbicara mengenai sejauh mana derajat kecermatan pengukuran dengan alat tes, apakah alat tes telah mengukur sasaran yang hendak diukur (Nisfiannoor, 2009: 211).

Uji validitas tes dalam penelitian ini dilakukan melalui *scale reliability* dan perlakuan terhadap butir gugur menggunakan *SPSS for Windows* versi 16.

## b. Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur yang berarti adanya kecermatan pengukuran. Maka jika pengukuran tersebut tidak reliabel, ia akan menghasilkan skor yang tidak dapat dipercaya karena perbedaan skor yang terjadi di antara individu lebih ditentukan oleh faktor eror dari pada faktor perbedaan yang sesungguhnya. Pengukuran yang reliabel akan konsisten dari waktu ke waktu (Azwar, 2009: 83).

Pengujian reliabilitas instrumen menggunakan teknik alpha *Cronbach* melalui *scale reliability* dan perlakuan terhadap butir gugur menggunakan *SPSS for Windows* versi 16.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi validitas internal. Faktor-faktor yang berkaitan dengan penelitian ini antara lain (Latipun, 2010: 46):

1. Maturasi, yaitu proses yang terjadi pada diri subjek sehingga menimbulkan perubahan. Maturasi ini menyangkut berbagai perubahan sistematis dalam suatu waktu yang meliputi perubahan fisik maupun kejiwaan. Dalam penelitian ini, maturasi yang mungkin terjadi adalah kejenuhan dalam mengikuti pelatihan, ini dapat dikontrol dengan waktu pelatihan pada setiap sesi yang dirancang singkat (hanya 2-3 jam), serta pemberian *ice breaking* kepada subjek di sela-sela pelatihan.
2. Faktor pengujian (*testing*), ini terjadi jika peneliti mengadakan *pretest* dan *posttest* kepada subjek untuk melihat perbedaan skor sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Faktor ini berupa kenaikan skor *posttest* karena subjek pernah mengerjakan soal *pretest* yang sama terlebih jika jarak waktu

keduanya terbilang dekat. Cara mengontrol faktor ini dengan memberikan *layout* atau tampilan yang berbeda pada lembar *pretest* dan *posttest*.

3. *Instrumentation Effect*. Faktor ini berupa instrumentasi yang tidak memenuhi syarat. Sumber invaliditasnya dapat berupa tingkat kesulitan yang berbeda antara *pretest* dan *posttest*, orang yang bertugas mengukur (observer/tester) tidak sama keterampilannya, dan harapan pribadi peneliti. Pada penelitian ini, *instrumentation effect* yang dapat terjadi berupa skala dan kompetensi *Coach*. Kompetensi *Coach* dapat ditingkatkan dengan memberikan penjelasan serta simulasi mengenai metode dan teknik penyempamaan materi. Hal ini untuk meminimalisir kesalahan selama pelatihan.
4. Subyek keluar (*drop out*), merupakan kehilangan subjek dari satu atau beberapa kelompok yang terjadi selama penelitian berlangsung. Ini akan merugikan peneliti jika subjek keluar di akhir penelitian. Cara pengontrolan dilakukan dengan meminta subjek mengisi lembar persetujuan sebagai bukti komitmen subjek untuk mengikuti pelatihan hingga akhir, meminta bantuan kepada pihak guru untuk menekankan urgensi pelatihan ini, serta memberikan motivasi dan pemahaman kepada subjek mengenai manfaat yang dapat mereka terima jika mengikuti pelatihan hingga akhir. Jika ada subjek yang tidak hadir pada salah satu sesi saja, maka subjek tersebut telah dianggap gugur.

## **2. Angket Evaluasi Program**

Angket evaluasi program akan diberikan setelah pelatihan *Self-Concept Building* berakhir. Pengadaan angket evaluasi bertujuan untuk mengetahui

kelebihan serta kekurangan rangkaian pelatihan yang diikuti subjek selama tiga hari serta kualitas dari setiap materi dan prasarana yang ada menurut peserta. Angket evaluasi program yang disusun oleh peneliti adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.4. Angket Evaluasi Program**

**Angket Evaluasi**

Nama :  
 Umur :  
 Kelas :

**Petunjuk**

Berilah tanda *check list* (√) pada pilihan jawaban yang paling sesuai dengan pendapat anda. Jawaban anda sangat berharga untuk perbaikan program pengembangan diri kami. Terima kasih atas kerja sama anda.

Aspek yang diukur	Pernyataan				
	SB	B	C	K	SK
Materi pelatihan sesi I					
Materi pelatihan sesi II					
Materi pelatihan sesi III					
Kejelasan materi yang disampaikan oleh fasilitator					
Kemenarikan materi yang disampaikan oleh fasilitator					
Penguasaan fasilitator dalam menyampaikan materi					
Penguasaan fasilitator dalam menjawab masalah					
Keterampilan fasilitator dalam memandu diskusi					
Penggunaan media sebagai alat pendukung					
Kebermanfaatan materi bagi peserta					
Modul pendukung					
Games					
Sarana dan prasarana					
Kenyamanan					
Pencapaian tujuan sasaran					
Tuliskan kritik dan saran mengenai pelatihan yang anda peroleh:					

**Keterangan:**

SB : sangat baik  
B : baik  
C : cukup  
K : kurang  
TK : sangat kurang

### **3. Lembar kerja**

Lembar kerja (lembar kerja ) ini berfungsi sebagai media latihan dari tiga sesi materi yang diberikan oleh fasilitator. Lembar kerja ini terdiri dari dua bagian, yaitu bagian “*My Activity*” dan “lembar umpan balik”, serta ada beberapa poin penjas yang dinilai penting dari setiap materi. Lembar kerja juga merupakan strategi pemantauan diri yang berfungsi mengubah perilaku kearah positif.

*My activity* berisi beberapa latihan dari materi pengenalan diri, *role model*, dan *life mapping*. Ini bertujuan untuk membantu subjek membentuk pemahaman dan pengarahan diri demi mencapai konsep diri positif. Sedangkan lembar umpan balik berisi beberapa pertanyaan menyangkut kegiatan *My Activity* yang subjek lakukan; apakah subjek telah memahami dan mampu mengerjakannya, dan bagaimana umpan balik dari orang lain atas pekerjaan subjek.

Melalui catatan yang dimiliki, subjek akan mendapatkan umpan balik untuk memperbaiki perilakunya atau setidaknya mampu mengidentifikasi keadaan dirinya (Rohmah, 2004: 57). Di sini lembar kerja juga digunakan sebagai metode pengumpulan data secara kualitatif.

### **4. Modul Pelatihan**

Modul pelatihan disusun berdasarkan materi yang telah disesuaikan dengantujuan pelatihan *Self-Concept Building* dalam meningkatkan motivasi berprestasi siswa,

yaitu melalui tiga aspek konsep diri; citra diri, diri ideal, dan harga diri. Metode penyampaian materi menggunakan ceramah, praktek atau latihan melalui lembar kerja, *focus group discussion* dan *small group discussion*, serta *games*. Program pelatihan ini akan dilakukan selama tiga kali pertemuan. Adapun rincian materi pelatihan *Self-Concept Building* secara singkat diuraikan dalam tabel berikut:

**Tabel 3.4. Rincian Materi Pelatihan *Self-Concept Building* Berdasarkan Sumber-Sumber Efikasi Diri**

Sumber konsep diri	Session	Tujuan	Metode	Waktu
Citra diri	<p><b>SESI I: Pengenalan Diri</b></p> <p><b>a. Siapa Aku?</b></p> <p>➤ Pengetahuan tentang proses penciptaan manusia</p> <p><b>b. Konsep Diri</b></p> <p>➤ Penjelasan tentang konsep diri, perkembangan konsep diri, faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri</p> <p>➤ Penjelasan tentang konsep diri positif dan negatif</p> <p><b>c. <i>Burn negative thoughts</i></b></p> <p>➤ Bagaimana cara memandang diri sendiri secara positif?</p> <p><b>d. Pengenalan Diri</b></p>	<p><b>Siapa Aku</b></p> <p>Membantu peserta untuk memahami potensi dasarnya sebagai manusia</p> <p><b>Konsep Diri</b></p> <p>1. Membantu peserta dalam memahami bagaimana konsep dirinya terbentuk dan mempengaruhi perilakunya</p> <p><b><i>Burn negative thoughts</i></b></p> <p>2. Menyadarkan remaja pentingnya berpikir positif mengenai diri sendiri dan kerugian memandang diri negatif</p> <p><b>Pengenalan Diri</b></p> <p>3. Meningkatkan pemahaman akan pentingnya mengenali</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ceramah</li> <li>• FGD (<i>focus group discussion</i>)</li> </ul>	±180 menit

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Manfaat pengenalan diri</li> <li>➤ Cara-cara melakukan pengenalan diri</li> <li>➤ Memandang diri dengan positif</li> </ul>	<p>potensi diri</p> <p>4. Membantu peserta dalam melakukan <i>look in</i> (melihat ke dalam diri) melalui aktivitas pengenalan diri</p> <p>5. Membantu peserta dalam menggali kelebihan diri dan cara mengolah keduanya.</p> <p>6. Membantu peserta mengurangi pikiran negatif dan menghargai dirinya.</p>		
	<p><b>Ice breaking:</b> Membentuk Kelompok</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menciptakan dinamika kelompok</li> <li>- Mengarahkan peserta untuk mendapatkan umpan balik yang merata melalui aktivitas sharing di dalam kelompok</li> </ul>	<i>Games</i>	
	<p><b>Lembar kerja : <i>Valuing your self</i></b></p>	<p>Melatih remaja untuk mengenal potensi dan kecenderungan dirinya</p>	SGD ( <i>small group discussion</i> )	
Diri ideal	<p><b>SESI IV: <i>Finding role model</i></b></p> <p>1. Penjelasan tentang jenis <i>modeling</i> dan pentingnya memiliki <i>role model</i> yang baik.</p> <p>2. Penjelasan tentang cara-cara menemukan <i>role model</i></p>	<p>1. Meningkatkan pengetahuan remaja mengenai fenomena sosial dan tantangan yang dihadapi remaja masa kini.</p> <p>2. Memberikan kesadaran kepada remaja akan</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ceramah</li> <li>• FGD (<i>focus group discussion</i>)</li> </ul>	±180 menit

		<p>pentingnya konsep diri positif dalam mencegah perilaku</p> <p>3. Memberikan pemahaman mengenai pentingnya <i>role model</i> sebagai unsur keteladanan dalam hidupnya.</p> <p>4. Mendorong peserta untuk meniru perilaku modelnya</p>		
	<p>1. Lembar kerja :Siapa <i>Role modelmu?</i></p>	<p>1. Mengarahkan peserta untuk memilih <i>role modelnya</i></p> <p>2. Mendorong peserta untuk memfungsikan <i>role modelnya</i> untuk peningkatan diri</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SGD (<i>small group discussion</i>)</li> </ul>	
Harga diri	<p><b>SESI V: LIFE MAPPING</b></p> <p>1. Apa itu <i>life mapping</i>, tujuan dan manfaat pembuatannya.</p> <p>2. Cara-cara membuat <i>life mapping</i>.</p>	<p>1. Memberikan pemahaman mengenai manfaat merancang tujuan terhadap peningkatan harga diri</p> <p>2. Mendorong peserta agar lebih mengarahkan cita-cita atau keinginannya.</p> <p>3. Membantu peserta agar dapat mengarahkan tujuannya sesuai dengan kemampuan yang ia miliki.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ceramah</li> <li>• FGD (<i>Focus group discussion</i>)</li> </ul>	±180 menit
	<i>Make a life map</i>	Melatih remaja untuk	FGD ( <i>small</i>	

		membuat perencanaan bagaimana mencapai target yang diinginkan	<i>group discussion</i>	
	Lembar kerja : <b><i>Hand in hand</i></b>	Mengetahui pandangan remaja mengenai dirinya setelah mengikuti pelatihan selama 3 hari.	FGD ( <i>Focus group discussion</i> )	

## H. Analisa Data

Perhitungan analisa data pada penelitian ini menggunakan media aplikasi SPSS dengan teknik Analisis statistik *correlated data t-test/paired-samples t-test*. Di mana akan dilihat pengaruh pemberian pelatihan *Self-Concept Building* dengan cara membandingkan hasil pengisian skala konsep diri motivasi berprestasi sebelum pelatihan *self concept-building*.

## I. Rincian Kegiatan

Metode yang digunakan pada pelatihan ini adalah ceramah, *games*, penugasan, dan FGD (*Focus Group Discussion*). Dari sini peneliti mencoba memberikan rincian kegiatan sebagai berikut:

### 1. Pertemuan I

#### 1. Uraian Kegiatan

- a. Pembukaan dari *Coach*
- b. *Pretest* : memberikan skala konsep diri dan motivasi berprestasi
- c. Pemutaran video untuk apersepsi
- d. Materi tentang “Pengenalan Diri”
- e. *Ice breaking* (membagi kelompok)

f. Lembar kerja “*Valuing your self*”

g. SGD (*small Group Discussion*)

h. Pemberian penugasan

i. Penutup

2. Tujuan

a. Mengetahui kecenderungan konsep diri dan tingkat motivasi berprestasi subjek

b. Video apersepsi bertujuan untuk memunculkan emosi positif subjek dan sebagai pengantar materi

c. Subjek memahami pentingnya pengenalan diri dan cara melakukan pengenalan diri. Subjek mampu memahami tentang konsep diri, potensi dasarnya dan mengenali potensi lain yang ia miliki.

d. SGD bertujuan untuk melatih subjek dalam memberi dan menerima *feedback* dengan baik khususnya mengenai materi pengenalan diri.

3. Waktu

± 3 Jam setiap pertemuan

4. Tempat

Aula sekolah MAN 2 Model

5. Alat dan Bahan

a. Skala konsep diri

b. Skala motivasi berprestasi

c. Modul

d. Lembar kerja

e. Kontrak eksperimen

- f. Laptop & LCD

## 2. Pertemuan II

### 1. Uraian Kegiatan

- a. Pemutaran video untuk apersepsi
- b. Materi tentang *role model*
- c. Lembar kerja “Siapa *Role modelmu?*”
- d. Ice breaking
- e. SGD (*Small Group Discussion*)
- f. Pemberian penugasan
- g. Penutup

### 2. Tujuan

- a. Video apersepsi bertujuan untuk memunculkan emosi positif subjek dan sebagai pengantar materi
- b. Memberikan pemahaman kepada subjek mengenai pentingnya *role model* sebagai unsur keteladanan dalam hidup. Mendorong peserta untuk meniru perilaku modelnya.
- c. SGD bertujuan untuk melatih subjek dalam memberi dan menerima *feedback* dengan baik khususnya mengenai materi *finding role model*.

### 3. Waktu

± 3 Jam setiap pertemuan

### 4. Tempat

Aula sekolah MAN 2 Model

### 5. Alat dan Bahan

- a. Modul
- b. Lembar kerja
- c. Laptop & LCD

### **Pertemuan III**

#### 1. Uraian Kegiatan

- a. Pemutaran video untuk apersepsi
- b. Materi tentang *Life mapping*
- c. Lembar kerja “*Make a life map*”
- d. SGD (*Small Group Discussion*)
- e. *Hand in hand*
- f. Pemberian skala konsep diri & motivasi berprestasi
- g. Pemberian angket evaluasi program
- h. Penutup

#### 2. Tujuan

- a. Video apersepsi bertujuan untuk memunculkan emosi positif subjek dan sebagai pengantar materi
- b. Melatih remaja untuk membuat perencanaan bagaimana mencapai target yang diinginkan
- c. Mengetahui pandangan remaja mengenai dirinya setelah mengikuti pelatihan selama 3 hari.
- d. Mengetahui kecenderungan konsep diri dan tingkat motivasi berprestasi subjek setelah mengikuti pelatihan.
- e. Mengetahui pandangan peserta mengenai pelatihan *Self-Concept Building* yang telah dijalani selama tiga hari.

#### 3. Waktu

± 3 Jam setiap pertemuan

4. Tempat

Aula sekolah MAN 2 Model

5. Alat dan Bahan

- a. Modul
- b. Lembar kerja
- c. Laptop & LCD
- d. Skala konsep diri dan motivasi berprestasi
- e. Angket evaluasi program

