

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan pada dasarnya merupakan proses pemikiran dan menentukan matang-matang tentang hal-hal yang akan dilakukan. Ia merupakan landasan berpijak, serta dapat pula dijadikan dasar penilaian baik oleh peneliti itu sendiri maupun orang lain terhadap kegiatan penelitian itu. Dengan demikian rancangan penelitian bertujuan untuk memberi pertanggung jawaban terhadap semua langkah yang akan diambil. Agar rancangan dapat diperkirakan hal-hal apa yang dilakukan dan dipegang selama penelitian, perumusannya harus memperhatikan kriteria berikut:

1. Mencakup semua kegiatan yang akan dilakukan, seperti masalah, tujuan, sumber data, sarana prasarana dan sebagainya.
2. Disusun secara sistematis logis sehingga memberi kemungkinan bagi peneliti dalam melaksanakan dan bagi orang lain dalam melakukan penilaian.
3. Harus dapat memperkirakan sejauh mana hasil yang akan diperoleh, serta usaha-usaha yang mungkin dilakukan untuk memperoleh hasil secara efisien.¹

¹ Margono. *Metode Penelitian Pendidikan*. (Jakarta: PT. Rineka Cipta. 2006) hlm. 100

Dalam penelitian ini desain yang digunakan adalah pra-eksperimen (*one group pre-post test design*) yaitu kelompok subyek yang memenuhi kriteria inklusi dari peneliti, sebelum menerima perlakuan terlebih dahulu dilakukan observasi, kemudian setelah menerima perlakuan dilakukan observasi ulang untuk mengetahui akibat dari perlakuan tersebut.

Non R	O1	X	O2
-------	----	---	----

Gambar 1. *One group pre-post test design*

Keterangan:

- Non R : *Non Random* (pemilihan secara tidak acak)
 O1 : tes awal (*Pre-test*) sebelum perlakuan diberikan
 O2 : tes akhir (*post-test*) setelah perlakuan diberikan
 X : Perlakuan

B. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.²

² Prof Dr Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta. PT Rineka Cipta. Hlm. 42

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian.³ Variabel juga mempunyai bermacam-macam nilai.⁴ Suatu dinamai variabel dikarenakan secara kuantitatif ia dapat bervariasi. Apabila sesuatu tidak dapat bervariasi maka ia bukan variabel melainkan konstanta.⁵ Variabel-variabel yang ingin digunakan perlu ditetapkan, diidentifikasi, dan diklasifikasikan. Jumlah variabel yang digunakan bergantung dari luas serta sempitnya penelitian yang akan dilakukan.⁶

Dalam penelitian dan psikologi, satu variabel tidak mungkin hanya berkaitan dengan satu variabel lain saja melainkan selalu saling pengaruhi dengan banyak variabel lain. Dalam setiap penelitian peneliti dapat memilih salah satu atau beberapa diantara banyak variabel bebas yang mempengaruhi variabel tergantung (terikat), yang menjadi fokus penelitian.⁷ Dalam desain eksperimen ini peneliti menggunakan dua variabel yaitu:

1. Variabel bebas (*independent variable*), yaitu variabel yang dimanipulasi untuk dipelajari pengaruhnya pada variabel-variabel lain⁸. Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebasnya adalah kegiatan menghafal Al-Qur'an.
2. Variabel terikat (*dependent variable*), yaitu variabel yang berubah jika berhubungan dengan variabel bebas⁹. Pada penelitian ini yang menjadi

³ *Ibid.* hal, 118

⁴ Moh.Nazir, Ph.D. *Metode Penelitian*. (Bogor: Ghalia Indonesia, 2011) Cet. 7 hlm, 123

⁵ Saifuddin Azwar, MA. *Metode penelitian*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007) hlm. 59

⁶ Moh. Nazir, Ph.D. Op. Cit. hlm, 122

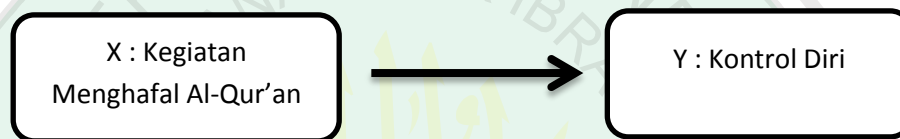
⁷ *Ibid.* hal 62

⁸ Latipun. *Psikologi eksperimen*. (Malang : UMM Press. 2006) hlm. 60

⁹ *Ibid.* hlm. 62

variabel terikatnya adalah kontrol diri siswa kelas 3 MTs Miftahul Ihsan Sentol Daya.

Hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas dalam penelitian ini adalah asimetris, yaitu pengaruh variabel X (kegiatan menghafal Al-Qur'an) terhadap variabel Y (kontrol diri). Skema hubungan tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Identifikasi Variabel

Variabel bebas (X) : Kegiatan Menghafal Al-Qur'an

Variabel terikat (Y) : Kontrol Diri

C. Definisi operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Suatu konsep mengenai variabel yang sama dapat saja memiliki definisi operasional yang lebih dari satu dan berbeda-beda antara penelitian yang satu dan yang lainnya. Jadi definisi operasional haruslah memiliki keunikan.¹⁰

Definisi operasional dibuat berdasarkan bagaimana cara kerja variabel yang bersangkutan, yaitu apa yang menjadi sifat dinamikinya. Sifat dinamik manusia

¹⁰ Saifuddin Azwar, MA. 2007. *Metode penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar. Hal 74

diperlihatkan dalam bentuk perilaku, oleh karena itu operasionalisasi dengan cara ini menggambarkan tipe manusia berdasarkan perilaku yang nyata dan dapat diamati yang berkaitan dengan tipe atau keadaan orang yang bersangkutan.¹¹

Adapun definisi operasional untuk variabel-variabel dalam penelitian ini adalah:

Kontrol diri ialah kemampuan individu untuk membimbing, mengatur dan mengarahkan perilaku, emosi, serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya sehingga dapat membawa kearah yang positif. Indikator atau aspek dari kontrol diri adalah:

1. Kontrol perilaku meliputi kemampuan untuk mengatur pelaksanaan, dan kemampuan untuk mengatur stimulus.
2. Kontrol kognisi meliputi kemampuan untuk informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan.
3. Kontrol keputusan meliputi kemampuan untuk mengambil tindakan yang diyakini/disetujui.

Kontrol diri diukur dengan menggunakan skala kontrol diri, semakin tinggi skor kontrol diri maka semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh subyek.

Menghafal Al-Qur'an adalah suatu proses mengingat dan melafalkan Al-Qur'an tanpa melihat. Menghafal Al-Qur'an juga sebagai proses mengulang-ulang

¹¹ Ibid. hal, 75

bacaan Al-Qur'an, baik dengan membaca atau mendengar hingga dia bisa membacanya tanpa melihat.

Menghafal Al Qur'an memiliki dimensi yang jauh lebih besar dari sekedar membaca, juga sebagai bentuk penghambaan diri kepada Allah, proses membina diri menuju keimanan yang lebih baik. Menghafal Al-Qur'an disini, difungsikan sebagai *treatment* yang bertujuan untuk meningkatkan kontrol diri para siswa, dan diprogramkan selama kurang lebih 30 hari. Para siswa dikondisikan untuk menghafalkan Al-Qur'an dan menyetorkan hafalannya kepada *musammi'* (ustadh penerima setoran hafalan). Sebelum *tasmi'* (menyetor hafalan kepada ustadh) menyetorkan kepada *musammi'* mereka dianjurkan *sima'an* (menyetor hafalan kepada teman) terlebih dahulu, supaya kualitas hafalan lebih baik dan tidak cepat hilang.

D. Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini berjumlah 10 siswa laki-laki di MTs Miftahul Ihsan Sentol Daya Pragaan Sumenep Madura. Subjek yang berjumlah 10 siswa laki-laki dijadikan kelompok eksperimen. Mereka akan diberi perlakuan dengan menghafalkan Al-Qur'an selama kurang lebih 30 hari.

Peneliti mengambil metode *non-random*, yaitu *sampel purposive*. Sampel *purposive* adalah dikenakan pada sampel yang karakteristiknya sudah ditentukan dan diketahui lebih dahulu berdasarkan ciri dan sifat populasinya. *sampel purposive* mempunyai syarat-syarat yang harus dipenuhi diantaranya:

1. Pengambilan subjek harus didasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri populasi. Dalam penelitian ini yang mempunyai kontrol kognisi yang lemah adalah karena mereka menggunakan HP (*Hand phone*) untuk mencicipi dunia pacaran ataupun keberadaan video-video yang kurang sopan.
2. Subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi (*key subjects*). Dalam penelitian ini peneliti mengambil subjek yang mempunyai kontrol keputusan yang lemah karena kebanyakan dari mereka membentuk geng-geng dan menindas yang lemah dan ini sangat mengganggu dalam proses pembelajaran.
3. Penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat didalam studi pendahuluan.¹² Dalam penelitian ini telah disebutkan pada bab pendahuluan terkait lemahnya kontrol diri pada MTs Miftahul Ihsan Pragaan Sumenep Madura. Mereka juga kita kategorikan anak yang mempunyai kontrol perilaku yang lemah, karena kebanyakan dari mereka melanggar peraturan seperti bolos sekolah, merokok disekolah dan berbicara kasar.

Subjek pada penelitian ini yang diambil adalah siswa MTs dimana karakteristik yang dipilih berjumlah 10 orang yang terdiri dari laki-laki semua dan

¹² Prof Dr Suharsimi Arikunto. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. (Jakarta: PT Rineka Cipta. 2006) hlm, 140

bersedia menghafal Al-Qur'an. Kesepuluh anak tersebut kita jadikan kelompok eksperimen semuanya.

Subjek terdiri dari laki-laki semua karena jika mengambil subjek perempuan, peneliti akan kesulitan dalam memberi perlakuan, mengingat waktu yang kurang lama dan hanya 30 hari, maka peneliti memutuskan untuk mengambil sampel laki-laki semua karena kalau peneliti mengambil subjek perempuan dikhawatirkan pemberian perlakuan tidak maksimal, mengingat perempuan dalam sebulan tidak sepenuhnya bisa mengikuti program ini, karena adanya halangan yang pasti datang menghampiri.

E. Metode pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan.¹³ Data (tunggal datum) adalah bahan keterangan tentang suatu objek penelitian yang diperoleh dilokasi penelitian. Definisi data sebenarnya mirip dengan definisi informasi, hanya saja informasi lebih ditonjolkan segi pelayanannya, sedangkan data lebih menonjolkan aspek materi.¹⁴

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian.¹⁵ Untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian dilakukan dengan metode tertentu sesuai dengan tujuannya.¹⁶ Adapun metode yang digunakan adalah skala sejumlah pernyataan yang tertulis yang

¹³ Moh. Nazir, Ph.D. *Metode penelitian*. (Bogor: Ghalia Indonesia, 2011) Cet. 7 hlm, 174

¹⁴ Prof. Dr. H. Burhan Bungin, S.Sos., M.Si. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. (Jakarta: Jakarta Putra Grafika, 2006) Cet. 2 hlm, 119

¹⁵ W. Gulo. *Metodologi Penelitian*. (Jakarta: PT. Grasindo, 2007) hlm 111

¹⁶ *Ibid.*, hlm 115

digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.¹⁷

Penskalaan menggunakan skala model *Likert*. Pada model *Likert* tersebut perangsangnya adalah pernyataan, di mana indikator variabel dijadikan titik tolak untuk menyusun daftar yang berisi serangkaian pernyataan tertulis (item-item), yang akan dijawab dan diisi oleh tiap subjek. Respon yang diharapkan diberikan oleh subjek nantinya adalah kesetujuan atau ketidaksetujuan.¹⁸

Pada skala tersebut variasi respon yang diberikan dalam empat pilihan yaitu: S (setuju), SS (sangat setuju), TS (tidak setuju), STS (sangat tidak setuju).

Tabel 1. Skor Penskalaan

No	Favourable	Uunfavourable
1	SS = 4	SS = 1
2	S = 3	S = 2
3	TS = 2	TS = 3
4	STS = 1	STS = 4

Tehnik pengumpulan data untuk mengukur variabel terikat dengan menggunakan tehnik tes yang berupa *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dengan menggunakan skala kontrol diri. Indikator atau aspek dari kontrol diri adalah:

¹⁷ Prof Dr Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta: PT Rineka Cipta. 2006) hlm,128

¹⁸ Suryabrata, S. *Pengembangan Alat Ukur Psikologi*. (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2005) hlm, 186.

1. Kontrol perilaku meliputi kemampuan untuk mengatur pelaksanaan, dan kemampuan untuk mengatur stimulus.
2. Kontrol kognisi meliputi kemampuan untuk mengelola informasi.
3. Kontrol keputusan meliputi kemampuan untuk mengambil tindakan yang diyakini/disetujui. Dalam memutuskan suatu tindakan

F. Analisis Data

Data mentah yang telah dikumpulkan oleh peneliti tidak akan ada gunanya jika tidak dianalisis. Analisis data merupakan bagian yang amat penting dalam metode ilmiah, karena dengan analisis data tersebut dapat diberi arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian.¹⁹

Data yang diperoleh dalam penelitian ini diolah dengan metode analisa nonparametrik. Sebuah prosedur pengujian hipotesis dengan beberapa pengecualian, yang didasarkan pada asumsi bahwa sampel acaknya berasal dari populasi berdistribusi normal yang dikenal dengan metode parametrik. Sedangkan pengujian hipotesis sebagai normalitas distribusi tersebut yang tidak terpenuhi. Prosedur statistika tersebut dikenal dengan metode nonparametrik atau metode bebas distribusi.²⁰

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model aplikasi statistik yaitu menggunakan tehnik komparasi/anava dengan uji t.²¹

¹⁹ Moh.Nazir, Ph.D. *Metode penelitian*. (Bogor: Ghalia Indonesia. 2011) Cet. 7 hlm, 346

²⁰ Furqon. *Statistika Terapan Untuk Penelitian*. (Bandung: Alfabeta.2004) hlm, 235

²¹ Latipun. *Op Cit*. hlm, 51

Jadi, dengan melakukan uji t (*t-test*) peneliti membandingkan tingkat kontrol diri antara santri MTs Miftahul Ikhsan Pragaan Sumenep Madurayang diberikan program menghafal Al-Qur'an, cara pengukurannya yaitu dengan *pretest* dan *posttest*-nya. *Pretest* yaitu pengukuran ketika sebelum diberikan perlakuan sedangkan *posttest* yaitu setelah subjek diberikan perlakuan program menghafal Al-Qur'an.

G. Treatment (Perlakuan)

Perlakuan yang akan diberikan pada kelompok eksperimen adalah program menghafal Al-Qur'an, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variabel bebas yaitu menghafal Al-Qur'an terhadap variabel terikat yaitu kontrol diri. Membandingkan tingkat kontrol diri antara santri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan program menghafal Al-Qur'an.

H. Waktu

Waktu pelaksanaan penelitian ini adalah selama 1 bulan (30 hari). Karena 1 bulan (30 hari) menghafal dirasa sudah berpengaruh untuk peningkatan kontrol diri pada subjek, karena sudah terjadi internalisasi. Maka dari itu peneliti ingin menggunakan 1 bulan (30 hari) dalam program menghafal Al-Qur'an.

Sebelum diberi perlakuan, subjek diberikan *pre-test* dengan menggunakan skala kontrol diri. Subjek di sini tidak ditarget untuk menghafal 30 juz, tetapi dalam waktu 1 bulan (30 hari) tersebut subjek setiap hari dilatih dan dibimbing untuk menghafalkan Al-Qur'an dengan menggunakan metode seluruhnya, yaitu membaca satu halaman dari baris pertama sampai terakhir secara berulang-ulang sampai hafal

akan tetapi dalam proses penghafalannya tidak ada paksaan, minimal yang harus mereka hafal dalam sehari berjumlah 1 ayat. Setiap hari juga dilakukan monitoring, jadi subjek yang sudah mempunyai hafalan meskipun hanya satu ayat, mereka diperbolehkan langsung menyetorkan hafalannya kepada pembimbing. Jadi setelah waktu 1 bulan (30 hari) itu, subjek diberikan *post-test* dengan menggunakan skala kontrol diri.

Perlakuan (*treatment*) dalam penelitian ini 27 November 2013 sampai 27 Desember 2013 adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Sestematika Pelaksanaan Eskperimen

NO	Materi Perlakuan	Waktu Pelaksanaan	Tujuan Perlakuan	Cara Perlakuan
1	Menghafal Al-Quran minimal 1 hari 1 ayat (one day one ayat)	Eksperimen ini dilakukan selama 1 bulan (30 hari). Dengan memberikan pre-test dan post-test dengan skala KD	Untuk meningkatkan kontrol diri siswa	Subjek dikondisikan pada suatu majelis penghafal Al-Quran yang mana bertempat di Moshollah sekolah. Seluruh aktifitas <i>Tasmi'</i> (setoran) dilakukan di mushollah.
2	Menghafal yaitu, membaca dengan lancar terlebih dahulu.	Setiap hari/ setiap memulai menghafal Al-Quran	Meningkatkan kontrol diri siswa	Membaca Al-Quran dengan lancar kemudian dilanjutkan dengan menghafal Al-Quran
3	Memperdengarkan Bacaan Masyaikh dari arab menggunakan media hp/notebook	Dua kali dalam satu bulan dalam kelompok. Subjek juga boleh sendiri diluar forum menggunakan media sendiri.	Meningkatkan kemampuan makhoriul huruf dan memperbaiki kesalahan dalam bacaan.	Memperdengarkan Bacaan masyaikh melalui HP/Notebok dengan cara kelompok. Subjek merenungkan bacaan yang sedang dikumandangkan.

Ket :

Waktu Menghafal

- a. Pagi dari habis subuh (05:30-06:00)
- b. Sore dari habis ashar (03:30-05:00)
- c. Untuk hari jum'at mengulang hafalan dari awal sampai batas hafalan yang telah dihafal (mengulang bebas).

I. Uji Instrumen Eksperimen

1. Uji validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keshahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau shahih mempunyai validitas tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah.²²

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid itu berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.

Koefisien validitas yang begitu tinggi, misalnya berada disekitar angka 0,50 akan lebih dapat diterima dan dianggap memuaskan daripada koefisien reliabilitas dengan angka yang sama. Namun apabila koefisien validitas itu kurang daipada 0,30 biasanya dianggap sebagai tidak memuaskan.

²² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), cet. 12, hlm. 154

Mengenai beberapa koefisien yang dianggap memuaskan, Cronbach mengatakan bahwa koefisien yang berkisar antara 0,30 sampai dengan 0,50 telah dapat memberikan kontribusi yang baik terhadap efisiensi suatu lembaga pelatihan.

Untuk mengetahui sejauh mana suatu aitem dapat dianggap memiliki konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala, maka disini digunakan kriteria yang diberika Ebel.

Tabel 3. Kriteria Validitas

Nilai Koefisien Validitas	Daya Beda
$\dots \geq 0.40$	Dapat berfungsi membedakan secara baik
$0.30 \leq \dots \leq 0.39$	Dapat diterima dan tidak perlu direvisi
$0.20 \leq \dots \leq 0.29$	Perlu direvisi
$\dots \leq 0.19$	Harus dibuang atau direvisi secara keseluruhan.

Pada skala ini menggunakan koefisien validitas 0,30. Jadi aitem-aitem yang memiliki daya beda dibawah 0,30 akan gugur. Berdasarkan hasil uji coba yang telah dilakukan oleh penulis,

Tabel 4. Blue Print Skala Kontrol Diri (*pre-test*)

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favourabel	Unfavourabel	
1	Kontrol perilaku	Kemampuan mengatur perilaku	2, 10, 16	6, 15	5
		Kemampuan mengatur stimulus			
2	Kontrol kognitif	Kemampuan mengolah informasi			

		Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian	4,5, 7, 12, 13	14	6
3	Kontrol keputusan	Kemampuan mengambil tindakan yang diyakini/disetujui	1,3,9	8,11	5
Total					16

Tabel 5. Blue Print Skala Kontrol Diri (*post-test*)

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favourabel	Unfavourabel	
1	Kontrol perilaku	Kemampuan mengatur perilaku	1,2,7,14	16	5
		Kemampuan mengatur stimulus			
2	Kontrol kognitif	Kemampuan mengolah informasi	6,10,12	4,5	5
		Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian			
3	Kontrol keputusan	Kemampuan mengambil tindakan yang diyakini/disetujui	9,11,13	3,8,15	6
Total					16

2. Uji Reliabilitas

Sedangkan reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu intrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat untuk pengumpul data,

karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga.²³

Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.²⁴

Koefisien reliabilitas skala sikap haruslah setinggi mungkin. Biasanya suatu koefisien yang besarnya di sekitar 0,900 barulah dianggap memuaskan.

Tabel 6. Kaidah Reliabilitas (Gulford & Frucker)

Nilai Koefisien Reliabilitas	Reliabilitas
$0,90 \leq \dots$	Sangat Reliabel
0,71 – 0,89	Reliabel
0,41 – 0,70	Cukup Reliabel
0,21 – 0,40	Kurang Reliabel
$\dots \leq 0,20$	Tidak Reliabel

Berdasarkan hasil perhitungan komputasi SPSS 16.0 for windows pada 32 item kontrol diri masing-masing 16 item untuk *pre-test* dan 16 item untuk *post-test* didapat koefisien reliabilitas sebesar 0,835 untuk *pre-test* (reliabel) dan 0,853 untuk *post-test* (reliabel).

Tabel 7. *Reliability Statistic Scale pre-test* (Kontrol Diri)

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.835	.836	16

²³ *Ibid.*, hlm. 154

²⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfa Beta, 2008) hlm, 121

Tabel 8. *Reliability Statistic Scale post-test (Kontrol Diri)*

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.853	.854	16

Dengan penjelasan tabel diatas maka aitem dinilai reliabel untuk mengukur tingkat kontrol diri baik itu pada pre-test dan post-test pada subjek ini terlihat pada Cronbach's Alpha *pre-tes* yang menunjukkan angka 0,835 dan *post-test* yang mempunyai nilai reliabilitas 0,853.