

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian yang di gunakan yaitu *quasi experimental* atau eksperimen semu merupakan pengembangan dari *true experimental design*. *Quasi experiment design* ini mempunyai kelas kontrol tetapi tidak berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. *Quasi experiment* digunakan karena pada kenyataannya sulit mendapatkan kelompok kontrol yang digunakan untuk penelitian.¹ Pola penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonequivalent control group design*. Design ini melibatkan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*, Bandung: Alfabeta, (2016).

B. Variabel dan Desain Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variable penelitian yakni variable bebas dan variable terkait. Teknik WDEP sebagai variable bebas atau yang memberi pengaruh (*independent variable*) dan *self Efficacy* sebagai variable terikat atau yang memberi pengaruh (*dependent variable*).²

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental design* dan menggunakan model *nonequivalent control group design*. Sebelum diberi *treatment*, baik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberi *test* yaitu *pretest*, dengan maksud untuk mengetahui keadaan kelompok sebelum *treatment*.³ Kemudian setelah diberikan *treatment*, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan *test* yaitu *posttest*, untuk mengetahui keadaan kelompok setelah *treatment*. Penelitian ini dilaksanakan dalam 4 kali pertemuan di setiap kelompok.

² Napitupulu, L. R. L. A., Manalu, D., & Tobing, A. L., “Pengaruh Self-Efficacy Dan Occupational Information Terhadap Work Readiness Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas HKBP Nommensen Medan,” *KALBISOCIO Jurnal Bisnis Dan Komunikasi*, 12, No. 1, (2025), H. 19–28.

³ Nashiroh Dini Amaliya And Nirwana Anas, ‘Pengaruh Metode Eksperimen Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Peserta Didik Usia Madrasah Ibtidaiyah’, *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13.2 (2024), H.37–48.

Berikut merupakan gambar *quasiexperimental design* model *nonequivalent control group design*.⁴

Kelompok Eksperimen : $O_1 \times O_2$
Kelompok Kontrol : $O_3 \quad O_4$

Gambar 3.1. Desain Penelitian

Keterangan :

O_1 = Kelompok eksperimen sebelum diberi treatment

O_2 = Kelompok eksperimen setelah diberi treatment

O_3 = Kelompok kontrol sebelum ada treatment

O_4 = Kelompok kontrol yang tidak diberi treatment

X= Treatment (penggunaan Teknik WDEP).

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan batasan-batasan yang digunakan peneliti untuk menghindari perbedaan interpretasi terhadap variabel yang dikaji. Berikut definisi operasional variabel yang diteliti pada penelitian ini :

⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*, Bandung: Alfabeta, (2016).

1. Teknik WDEP

Teknik WDEP yang merupakan akronim dari W = *wants or needs*; D = *doing and direction*; E = *evaluation or self-evaluation*; dan P = *planning*.⁵ Proses konseling dengan teknik WDEP untuk meningkatkan *Self Efficacy* dimulai dengan mengeksplorasi Keinginan, Kebutuhan dan Persepsi (*wants and needs*) dari mahasiswa terkait karir yang akan ia ambil kedepannya. Pada sesi ini mahasiswa diberi kesempatan yang luas untuk menuliskan “*wants and needs*”. Sesi ini berjalan selama satu hari, peneliti pada sesi ini mencoba menggali sebanyak banyaknya apa yang peserta persepsikan tentang keinginan-keinginan yang ia harapkan. Sesi kedua yaitu *direction and doing*. Pada sesi ini dilakukan untuk mengetahui apa saja yang telah dilakukan mahasiswa guna mencapai kebutuhannya sesuai sesi pertama.

Eksplorasi terhadap tindakan yang sudah dilakukan mahasiswa untuk memenuhi kebutuhannya dikaitkan dengan

⁵ Dewi Melianasari, “Teknik Konseling *Wants, Doing, Evaluation, Planning* (WDEP) Untuk Mengembangkan Pemilihan Karir Pada Siswa,” *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, No. 1 (2022): 20–28

perilaku menyeluruhnya (pikiran, tindakan, perasaan dan fisiologis). Tindakan yang dilakukan oleh mahasiswa yang dieksplorasi berkaitan dengan masa sekarang bukan masa lalu atau hal yang sudah terjadi. Sesi selanjutnya self evaluation. Sesi ini merupakan tahapan sentral dari pelaksanaan konseling realita. Peneliti pada tahap ini membantu konseli untuk mengevaluasi perilaku, kebutuhan, persepsi, tingkat komitmen, rencananya. Evaluasi diri diarahkan untuk menciptakan landasan bagi perubahan perilaku (pilihan) bagi mahasiswa guna memenuhi kebutuhannya yang lebih efektif. Sesi terakhir planning, yaitu tahap terakhir dalam konseling realitas. Di tahap ini peneliti bersama mahasiswa membuat rencana tindakan guna membantu klien memenuhi keinginan dan kebutuhannya. Rencana disusun harus berdasarkan hasil evaluasi diri. Setelah semua sesi WDEP selesai mahasiswa melakukan postes.

2. Self Efficacy

Self Efficacy adalah keyakinan diri seseorang mengenai sesuatu kemampuan yang dimilikinya. *Self Efficacy* atau efikasi diri adalah sebuah kemampuan interpersonal yang membuat individu untuk berkontribusi dalam aktivitas dan pencapaian tujuan tertentu. Keyakinan diri mempengaruhi semangat motivasi dan kegigihan individu dalam menangani suatu permasalahan. *Self Efficacy* yaitu memberikan sebuah gambaran mengenai penilaian keyakinan diri.⁶

D. Waktu dan Lokasi Penelitian

Waktu yang digunakan pada penelitian ini selama 1 bulan mulai tanggal 05 Mei sampai 05 Juni 2026, Berdasarkan lokasi penelitian adalah Mahasiswa KKN Masjid Al-Masyitho dan Masjid Al-Iman. Pemilihan lokasi ini dikarenakan terdapat fenomena dan masalah yang akan di teliti sesuai yang akan peneliti teliti.

⁶ Minarni, "Efikasi Diri Guru (Studi Di Kabupaten Sidenreng Rappang – Sulawesi Selatan)," Jurnal Sosial Keagamaan, No. 2 (2020): 123.

E. Sumber Data Penelitian

1. Data Primer

Data primer merupakan data yang diambil oleh peneliti secara langsung dari sumbernya. Pada penelitian ini data primer berasal dari mahasiswa KKN Masjid Al-Masyitho dan Masjid Al-Iman dan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Fatmawati Soekarno Bengkulu Angkatan 2023.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber kedua melalui pengumpulan data yang bersifat dokumentasi seperti laporan, dokumen pribadi, tulisan dan lain-lain.

F. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki

karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian.⁷ Dalam penelitian, populasi yang akan digunakan adalah KKN Masjid Al-Masyitho dan Masjid Al-Iman dan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Semester 6 Universitas Islam Negeri Fatmawati Soekarno Bengkulu yang berjumlah 74 Mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik pengambilan sampling. Penarikan sampel sampling purposive dengan mempertimbangkan jenis penelitian yang digunakan dimana dalam penelitian ini membutuhkan kelas kontrol dan kelas eksperimen.⁸ Pemilihan sampel berdasarkan pada beberapa kategori yaitu jumlah mahasiswa. Kelas yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa KKN Masjid Al-Masyitho dan Masjid Al-Iman sebagai kelas

⁷ Renggo, Y. R., & Kom, S., "Populasi Dan Sampel Kuantitatif," *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Kombinasi*, (2022), H. 43.

⁸ STIE Pasim Sukabumi, "Teknik Pengambilan Sampel Umum Dalam Metodologi Penelitian: Literature Review," *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1, No. 2, (2022), H. 85–114.

eksperimen dan kelas BKI 6B 20 mahasiswa sebagai kelas kontrol.

G. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu hal yang penting dalam penelitian karena merupakan suatu cara atau strategi yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitiannya. Pengumpulan data dalam penelitian bertujuan agar memperoleh bahan-bahan, keterangan, kenyataan-kenyataan, dan informasi yang dapat dipercaya.⁹ Berdasarkan uraian tersebut, maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan cara-cara sebagai berikut dalam pengumpulan data:

1. Skala

Skala merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan tertulis pada responden untuk dijawab. Pertanyaan atau pernyataan yang dimaksudkan di sini dapat berupa

⁹ Widoyoko, E. P., *Teknik Pengumpulan Instrumen Penelitian*, Cet. V, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, (2016), H. 52.

pertanyaan atau pernyataan terbuka dan tertutup.¹⁰

Adapun, skala pengukuran yang digunakan penulis dalam penelitian ini, yaitu skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur tingkat *self efficacy* karier. Skala diberikan kepada subjek kelompok eksperimen untuk memperoleh gambaran tentang *self efficacy* sebelum (*pretest*) maupun sesudah (*postests*) diberikan teknik WDEP.

Jenis skala yang digunakan adalah skala likert, dengan pernyataan yang dilengkapi empat pilihan jawaban yang sangat sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS). Masing-masing pilihan jawaban yang diberikan bobot mulai dari 1 hingga 4. Lebih jelasnya ada pada tabel sebagai berikut :

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*, Bandung: Alfabeta, (2012), H. 118.

Tabel. 3.1. Skala Penilaian *Self Efficacy* Karir

Pilihan Jawaban	Kategori	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Kurang Sesuai (KS)	2	3
Tidak Sesuai (TS)	1	4

H. Instrumen Penelitian

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur efikasi diri dalam penelitian ini peneliti menggunakan pengukuran tingkat *career decision making self-efficacy* pada subjek dalam penelitian ini diimplementasikan dengan alat ukur *career decision making self-efficacy*. Skala CDMSE yang peneliti gunakan adalah hasil adaptasi dari skala yang diadaptasi oleh Purnama & Ernawati (2021) dari skala milik Betz et al. (1983). yang meliputi lima proses yaitu *Accurate self appraisal*, *Gathering occupational information*, *Goal selectio*, *Making plans for the future* dan *Problem Solving*¹¹ Masing-masing menggunakan 5 aspek dengan total 25 item. Pengukuran menggunakan skala

¹¹ Lasmini, H. M., & Abidin, Z., “Career Decision Making Self-Efficacy: Confidence Of Indonesian Professional Psychology Masters Students In Making Career Decisions,” *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 13, No. 4, (2024), H. 582–593.

Likert dengan empat rentang penilaian, yaitu (1) sangat tidak setuju, (2) tidak setuju, (3) setuju, (4) sangat setuju. Alternatif jawaban ini dipilih dengan alasan untuk menghindari subjek menjawab pernyataan dengan pilihan netral.¹²

Tabel. 3.2. Blue print skala *self efficacy* keputusan karir

No	Variabel	Aspek	Indikator	No. Item
1	Self Self Efficacy Karir	Penilaian diri (Accurate self appraisal)	Kemampuan menilai minat, kemampuan melihat tujuan karier, kemampuan menilai kemampuan diri	5, 9, 14, 18, 22
2		Pengumpulan informasi tentang pekerjaan (Gathering Occupational Information)	Kemampuan menilai ilmu pengetahuannya dalam dunia pekerjaan, mampu menilai kemampuannya dalam menyesuaikan keadaan dirinya dari berbagai karakteristik	1, 10, 15, 19, 23
3		Penentuan Tujuan (Goal Selection)	Kemampuan melakukan perencanaan yang baik, kemampuan memilih tujuan yang sesuai dengan kebutuhannya	2, 6, 11, 16, 20
4		Perencanaan (Planning)	Mampu melakukan perencanaan yang baik dalam membuat keputusan karier ke depannya	3, 7, 12, 21, 24
5		Pemecahan Masalah (Problem Solving)	Mampu mengatasi masalah dalam pengambilan keputusan	4, 8, 13, 17, 25

¹² Purnama, C. Y., & Ernawati, L., "A Psychometric Evaluation Of The Career Decision Making Self-Efficacy Scale," *Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 25, No. 1, (2021), H. 77–87.

Namun dalam penelitian ini, skala Career Decision Making *Self-Efficacy* (CDMSE) menggunakan platform Google Forms. Google Forms bertujuan untuk memudahkan proses penyebaran instrumen, mempercepat pengumpulan data, serta meningkatkan efisiensi dalam pengolahan hasil penelitian.

Skala ini menggunakan model skala Likert dengan beberapa alternatif jawaban, mulai dari tingkat keyakinan yang rendah hingga tinggi. Setiap item pernyataan dirancang untuk mengukur aspek-aspek *self-efficacy* dalam pengambilan keputusan karir.

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas instrumen dalam konteks penelitian kuantitatif dikemukakan para pakar metode penelitian sebagai *“the degree to which it measures what it is supposed to measure”* Artinya bahwa validitas suatu penelitian berkaitan dengan sejauh mana seorang

peneliti mengukur apa yang seharusnya diukur.¹³ Secara khusus, validitas penelitian kuantitatif berakar pada pandangan empirisme yang menekankan pada bukti, objektivitas, kebenaran, deduksi, nalar, fakta dan data numerik. Alat pengukuran yang umum dipakai ialah kuesioner dan tes. Dalam konteks ini, alat ukur kuesioner tersebut perlu disusun sedemikian rupa agar dapat dijadikan instrumen yang tepat untuk mendapatkan, menemukan, mendeskripsikan, mengeksplorasi, dan/atau membandingkan berbagai informasi, topik, dan variabel penelitian.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas sebagai konsistensi sebuah hasil penelitian dengan menggunakan berbagai metode penelitian dalam kondisi (tempat dan waktu) yang berbeda. Secara khusus, konsep reliabilitas mengacu pada konsistensi hasil score pada item-item yang terdapat pada

¹³ Maharani, V. R., “Studi Komparasi Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika Menggunakan Metode Drill Dengan Metode Diskusi Kelompok Pada Siswa Kelas V MI Ma’arif Polorejo,” IAIN Ponorogo, (2022).

kuesioner sehingga uji reliabilitas sesungguhnya menguji ketepatan skala-skala pengukuran instrumen penelitian.¹⁴ Dengan demikian tujuan utama uji reliabilitas instrumen penelitian ialah untuk mengukur konsistensi alat ukur yang digunakan peneliti kuantitatif. Dalam konteks ini, peneliti hendak mengetahui apakah terdapat ketepatan hasil pengukuran pada sampel yang sama dalam waktu yang berbeda. Dengan kata lain, sebuah instrumen penelitian, misalnya kuesioner dinyatakan reliabel jika instrumen tersebut dapat menyediakan hasil skor yang konsisten pada setiap pengukuran. Dengan demikian, alat pengukuran tersebut (butir-butir pernyataan/pertanyaan) tetap menyediakan hasil pengukuran yang konsisten dalam waktu yang berbeda.¹⁵

¹⁴ Janna, N. M., & Herianto, H., “Konsep Uji Validitas Dan Reliabilitas Dengan Menggunakan SPSS,” (2021).

¹⁵ Janna, N. M., & Herianto, H., “Konsep Uji Validitas Dan Reliabilitas Dengan Menggunakan SPSS,” (2021).

I. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi Klasik

Sebelum dilakukan pengujian terhadap hipotesis penelitian, maka terlebih dahulu perlu dilakukan suatu pengujian untuk mengetahui ada tidaknya pelanggaran terhadap asumsi-asumsi klasik. Hasil pengujian hipotesis yang terbaik adalah pengujian yang tidak melanggar asumsi-asumsi klasik. Asumsi-asumsi klasik dalam penelitian ini meliputi uji normalitas, uji homogenitas.¹⁶

a. Uji Normalitas

Uji normalitas berguna menilai kebenaran data sehingga datanya juga harus normal dan dapat digunakan. Uji ini menggunakan teknik Kolmogorov Smirnov. pengukuran untuk melihat data layak digunakan dan data berkontribusi normal pada taraf signifikansi data yaitu $> 0,05$ dan ketika taraf signifikannya $< 0,05$ sehingga data

¹⁶ Sholihah, S. M. A., Aditiya, N. Y., Evani, E. S., & Maghfiroh, S., "Konsep Uji Asumsi Klasik Pada Regresi Linier Berganda," *Jurnal Riset Akuntansi Soedirman (JRAS)*, 2, No. 2, (2023), H. 102–110

tersebut tidak dapat digunakan atau data tidak berdistribusi normal.

Uji ini menggunakan teknik Kolmogorov Smirnov dengan kaidah yang digunakan bahwa apabila signifikan > 0.05 maka dikatakan berdistribusi normal, begitu pula sebaliknya jika signifikan $< 0,05$ maka dikatakan berdistribusi tidak normal.

Untuk melakukan uji Kolmogorov-Smirnov hal yang harus dilakukan antara lain adalah menentukan taraf signifikansi (α) misal $\alpha=0,05$. Hipotesis yang akan diuji yaitu:

H_0 = Data berdistribusi normal

H_1 = Data tidak berdistribusi normal

Kriteria yang digunakan yaitu tolak H_0 apabila sig $<$ tingkatan α yang telah ditentukan yaitu 0,05.¹⁷

¹⁷ Irianto, A., *Statistik: Konsep Dasar, Aplikasi, Dan Pengembangannya*, Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, (2014).

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan suatu prosedur uji statistik yang bertujuan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok sampel berasal dari populasi yang memiliki variansi yang sama. Uji homogenitas akan menunjukkan apakah data yang diteliti memiliki karakteristik yang sama atau berbeda. Untuk menguji homogenitas data dilakukan pada uji Homogeneity of Variance. Pengujian homogenitas sebelumnya diajukan hipotesis sebagai berikut :

H_0 : Data varian homogen

H_1 : Data tidak varian homogen

Kriteria yang digunakan yaitu tolak H_0 apabila $\text{sig} < \text{tingkatan } \alpha$ yang telah ditentukan yaitu 0,05.¹⁸

2. Uji Hipotesis

Pada desain yang melibatkan pretest-posttest dengan kelompok control yang dibandingkan adalah perbedaan nilai

¹⁸ Pandang, A., & Anas, M., *Penelitian Eksperimen Dalam Bimbingan Konseling*, Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar, (2019).

atau gainscore, yaitu selisih nilai skor posttest-pretest setiap subjek pada kelompok eksperimen dan subjek pada kelompok control. Ada dua uji hipotesis yang digunakan, yaitu Uji paired sample t test dan Uji independent sample t test.

a. Uji *Paired sample t test*

Uji paired sample t-test adalah uji yang digunakan untuk mengetahui perbedaan rata-rata dua sample yang berpasangan. Syarat dalam menggunakan uji paired sample t-test adalah data harus berdistribusi normal.¹⁹ Uji paired sample t-test dilakukan untuk mengetahui Bagaimana Penerapan Konseling Realita WDEP Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Karir Mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu. Adapun langkah-langkah uji paired sample t-test dengan SPSS 22.

b. Uji *Independent sample t-test*

Uji Independent Sample t-test adalah uji yang digunakan untuk mengetahui perbedaan rata-rata dua

¹⁹ Rahmani, D. A., Risnawati, R., & Hamdani, M. F., “Uji T-Student Dua Sampel Saling Berpasangan/Dependent (Paired Sample T-Test),” *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 4, No. 2, (2025), H. 568–576.

sampel yang tidak berpasangan. Sebelum diuji Independent Sample t-test, data harus berdistribusi normal.²⁰

3. Anova

Uji anova merupakan analisis statistika untuk menguji hipotesis yang berguna untuk meningkatkan derajat ketelitian dalam penelitian karena didalamnya peneliti melakukan pengaturan terhadap pengaruh variabel lain, seperti nilai pre-test, nilai IQ dll. *Analisis of Covariance* (ANCOVA) ini adalah variasi dari ANOVA yang digunakan ketika nilai rata-rata pada pre-test dari kedua grup ditemukan berbeda yang seharusnya sama. ANCOVA memungkinkan peneliti untuk menyesuaikan skor rata-rata post-test sebagai variabel dependen pada masing-masing grup untuk mengkompensasi perbedaan awal pada nilai pretest diantara kedua grup. Tujuan Ancova adalah untuk mengetahui/ melihat pengaruh

²⁰ Damlia, L. F., Yusuf, A., & Alam, A. A. F., "Penerapan Konseling Realitas Dengan Teknik WDEP Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa," *Jurnal Penelitian Pendidikan Bimbingan Dan Konseling (JPPBK)*, 2, No. 1, (2026), H.1–8.

treatment/perlakuan/factor terhadap variabel dependen dengan mengontrol variabel lain.

4. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan *self Efficacy* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UINFAS Bengkulu terhadap kelompok eksperimen yaitu sebelum dan sesudah pemberian teknik WDEP atau hasil Pretest dan Posttest dan juga kelompok kontrol.

