

EFEKTIVITAS TEKNIK RELAKSASI DALAM KONSELING KELOMPOK BEHAVIORAL UNTUK MENURUNKAN STRES BELAJAR SISWA SMA

Istiana Nurcahyani, Lutfi Fauzan

Bimbingan dan Konseling-Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Malang-Jl. Semarang No. 5 Malang

E-mail: istiananurcahyani@yahoo.com

Abstract: This research purpose to know the effectiveness of relaxation technique in behavioral group counseling to reducing academic stress at senior high school students. Research use one-group pretest-posttest design. The subject are selected 5 students based on high scores academic stress scale. Instruments used the scale academic stress was developed from various theories stress by Hans Selye (1976), Lazarus and Folkman (1984) with reliability is 0.898 and item validity > 0.3 . Data were analyzed using wilcoxon signed ranks test. The analysis showed the Z count value is -2.032 with significance level of $0.042 < 0.05$ which can be concluded that relaxation techniques effective for reducing academic stress of senior high school students.

Keywords: academic stress; behavioral group counseling; relaxation

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas teknik relaksasi dalam konseling kelompok behavioral untuk menurunkan stres belajar siswa SMA. Penelitian menggunakan *one-group pretest-posttest design*. Subjek sebanyak 5 siswa yang dipilih berdasarkan skor tinggi skala stres belajar. Instrumen yang digunakan adalah skala stres belajar yang dikembangkan dari berbagai teori stres oleh Hans Selye (1976), Lazarus dan Folkman (1984) dengan reliabilitas 0.898 dan validitas per butir > 0.3 . Data dianalisis dengan uji beda *wilcoxon signed ranks test*. Hasil analisis menunjukkan nilai Z hitung -2,032 dengan taraf signifikansi $0.042 < 0.05$ yang dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi efektif untuk menurunkan stres belajar siswa SMA.

Kata kunci: stres belajar; konseling kelompok behavioral; relaksasi

Siswa kelas X di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang merupakan siswa baru atau peralihan dari tingkat sekolah menengah pertama. Dalam mengikuti kegiatan pembelajaran banyak tuntutan-tuntutan baru yang lebih ketat untuk dihadapinya. Tuntutan ini berupa tugas yang diberikan lebih banyak, tugas yang diberikan lebih sulit untuk dikerjakan, tuntutan terhadap materi yang harus dipelajari dari guru setiap mata pelajaran yang harus dipahami dengan cepat agar tidak tertinggal, adanya ulangan harian yang juga berpengaruh pada nilai akhir, mata pelajaran yang lebih sulit dari sebelumnya. Hal ini membuat siswa stres dan dapat memperlihatkan perilaku yang tidak tepat, sehingga dapat menghambat proses belajar dan mengajar. Fenomena tersebut terjadi saat peneliti melakukan kegiatan praktikum bimbingan dan konseling di sekolah.

Fenomena yang terjadi di SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang adalah banyak siswa yang menunjukkan gejala-gejala stres. Ketika peneliti menjalani kegiatan praktikum bimbingan dan konseling di sekolah tersebut beberapa siswa mengalami pingsan saat pembelajaran berlangsung. Saat peneliti masuk

untuk mengadakan bimbingan siswa menampakkan gejala stres berupa tegang, sukar berkonsentrasi, dan suka melamun. Hal ini menunjukkan adanya stres belajar yang dialami siswa.

Stres menurut Lazarus dan Folkman (1984) diartikan sebagai reaksi psikis dan psikologis terhadap tuntutan hidup yang membebani kehidupan seseorang yang akan mengganggu kesejahteraan hidupnya dan menurut Hans Selye (1976) Stres merupakan suatu respons tubuh yang nonspesifik dari berbagai tuntutan. Tuntutan ini berdasarkan fenomena diatas dapat menyebabkan gejala stres yang dapat mengganggu kegiatan belajar siswa. Gejala tersebut dapat dilihat dengan adanya perubahan fisik dan psikis. Perubahan fisik, misalnya individu mengalami gemetar, tidak dapat tidur, berdebar-debar, gugup, keluar keringat, serta ciri-ciri lainnya. Sedangkan perubahan psikis yang berwujud secara emosi, intelektual, dan interpersonal. Gejala emosi antara lain marah-marah, mudah tersinggung, gejala intelektual antara lain mudah lupa, pikiran kacau, daya ingat menurun, sulit untuk berkonsentrasi dan gejala interpersonal antara lain kepercayaan pada orang lain menurun, dan senang mencari kesalahan orang lain.

Dari berbagai macam cara untuk menangani stres, salah satunya adalah mengaplikasikan teknik relaksasi. Teknik relaksasi merupakan salah satu penanganan psikologis yang membantu menurunkan kondisi keterangsangan tubuh yang ditimbulkan oleh stres. Stres menyebabkan respon atau reaksi tubuh yang berlebihan dan dapat menimbulkan masalah yang serius jika tidak ditangani.

Penelitian sebelumnya tentang manfaat relaksasi telah banyak dilakukan oleh para peneliti lain dengan berbagai metode, salah satunya relaksasi *progressive* (Edmund Jacobson, 1938) seorang dokter dari Universitas Chicago dan digunakan oleh (Joseph Wolpe dan Arnold Lazarus, 1996) yang terbukti dapat mengurangi ketegangan yang terjadi karena adanya kontraksi otot pada saat stres.

Pada penelitian ini konseling kelompok behavioral dalam Corey (1999) merupakan proses belajar dalam kelompok yang bertujuan untuk menurunkan perilaku menyimpang yaitu stres belajar dengan menggunakan prosedur sistematis sehingga dapat terjadi perubahan khusus dalam perilaku subjek. Prosedur yang digunakan adalah *assessment*, *goal setting*, implementasi teknik dan evaluasi. Dalam konseling behavioral segala sesuatu yang terjadi pada manusia adalah hasil belajar dari proses interaksi dengan lingkungan dan manusia memiliki tugas untuk berkembang secara optimal. Tujuan konseling kelompok behavioral adalah untuk menurunkan stres belajar siswa dengan cara mengikuti proses belajar dan interaksi dalam kelompok.

Ketercapaian efektivitas teknik relaksasi yang diharapkan tidak lepas dari konsep behavioral yaitu dimana siswa mampu belajar pada proses konseling atau *treatment* yang diberikan untuk memperoleh perilaku yang tepat. Pada setiap pertemuan subjek diharapkan mendapatkan manfaat dari konseling yang dilakukan dengan evaluasi di akhir konseling. Dengan begitu akan diketahui perkembangan yang terjadi pada siswa atau perubahan-perubahan yang mengarah pada penurunan stres belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, teknik relaksasi dapat menjadi salah satu cara untuk menurunkan stres belajar yang dialami oleh siswa dengan membuat rileks ketegangan yang disebabkan oleh gangguan fisik dan psikis yang merupakan reaksi tubuh terhadap *stressor*. Teknik relaksasi semakin populer sebagai metode pengajaran manusia untuk menanggulangi stres yang ditimbulkan oleh tuntutan berlebih dalam kehidupan sehari-hari. Untuk itu peneliti menguji cobakan teknik relaksasi dalam konseling kelompok behavioral guna menurunkan stres belajar siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Design*. Pada penelitian ini *pretest* dilakukan dengan menggunakan skala stres belajar. Kemudian subjek memperoleh *treatment* teknik relaksasi dalam konseling kelompok behavioral selama 6 kali pertemuan. Setelah melaksanakan *treatment* subjek mengisi *posttest* untuk diketahui hasilnya apakah teknik relaksasi efektif dalam menurunkan stres belajar siswa.

Subjek eksperimen (subjek sasaran penelitian) yaitu 5 siswa yang teridentifikasi mempunyai frekuensi tingkat stres belajar yang sangat tinggi. Subjek ini adalah siswa kelas X SMA Laboratorium Universitas Negeri Malang tahun ajaran 2015/2016.

Pengumpulan data dilakukan dengan skala stres belajar. Tujuannya adalah untuk memperoleh gambaran tingkat tinggi rendah stres belajar siswa. Instrumen penelitian ini berupa skala stres belajar dan panduan konseling kelompok behavioral dengan teknik relaksasi autogenik. Proses penyusunan skala ini dikembangkan

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Stres Belajar Siswa

Nama	Skor	Skor
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
NE	148	83
FI	125	64
SB	117	71
SR	114	70
LF	108	64

Tabel 2. Hasil Skor Relaksasi Subjek

Nama	Skor	Skor	Skor
	<i>Relaksasi</i>	<i>Relaksasi</i>	<i>Relaksasi</i>
	1	2	3
NE	15	20	22
FI	15	22	22
SB	14	19	23
SR	12	16	20
LF	16	17	20

berdasarkan teori stres dalam Hans Selye (1976), Lazarus dan Folkman (1984). Sedangkan panduan konseling kelompok behavioral dengan teknik relaksasi diadaptasi dari buku Corey (1999).

Analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dan nonparametrik. Statistik deskriptif digunakan untuk memperoleh gambaran tentang tingkat stres belajar siswa. Teknik statistik nonparametrik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah uji beda *wilcoxon sum-rank test*. Uji wilcoxon digunakan untuk mencari perbedaan *pretest* dan *posttest*. Kaidah pengambilan keputusan adalah membandingkan nilai probabilitas dengan α sebesar 0.05. Jika probabilitas $< \alpha$ maka H_0 ditolak, dan jika probabilitas $> \alpha$ maka H_0 diterima.

HASIL

Pretest dilaksanakan di kelas X MIPA 3 dengan jumlah 5 siswa. Hasil secara rinci dapat dilihat pada tabel 1. Berdasarkan data *pretest* pada tabel 1, terdapat 5 siswa yang memiliki skor stres belajar tinggi. Pada pertemuan pertama dimulai dengan pembinaan hubungan baik. Hasil dari pertemuan pertama adalah subjek mulai terbuka dan berkeinginan memecahkan masalah yang dialami bersama-sama. Pertemuan kedua yaitu tahap *assessment* dan *goal setting*. Pada pertemuan ini peneliti bersama subjek membahas format *Antecedent-Response-Consequence* dan menganalisisnya. Setelah itu peneliti bersama subjek membuat keputusan untuk keluar dari masalah stres belajar. Hasil dari pertemuan kedua adalah subjek mampu memahami lebih dalam perilaku yang menyebabkan stres belajar, respon gejala stres belajar dan konsekuensi dari perilaku stres belajar serta subjek memiliki tujuan yang kuat untuk menurunkan respon gejala stres belajar. Pertemuan ketiga, keempat dan kelima adalah penggunaan teknik relaksasi. Hasil skor penggunaan teknik relaksasi dapat dilihat pada tabel 2.

Pada tabel 2 dapat dilihat bahwa perolehan skor tiap subjek mengalami peningkatan yang menunjukkan bahwa secara perlahan-lahan setiap subjek mampu mengikuti proses relaksasi dengan baik yang artinya subjek telah berhasil mengikuti konseling kelompok behavioral dengan teknik relaksasi untuk menurunkan stres belajar siswa. Pertemuan keenam adalah tahap evaluasi proses konseling. Peneliti bersama subjek *sharing* tentang apa yang dirasakan sebelum, saat, dan sesudah konseling. Hasil dari evaluasi adalah subjek

dianggap sudah melakukan konseling kelompok dengan baik. Di akhir pertemuan peneliti memberikan motivasi kepada subjek untuk tetap melaksanakan relaksasi yang telah diajarkan sesuai dengan kebutuhan.

Setelah peneliti melaksanakan *treatment*, peneliti mengadakan *posttest*. Tujuan diadakannya *posttest* adalah untuk mengetahui penurunan skor stres belajar siswa setelah diberi *treatment*. Hasil penurunan skor stres belajar dapat dilihat pada tabel 1.

Berdasarkan tabel hasil *pretest* dan *posttest* dapat diketahui bahwa subjek mengalami perubahan skor setelah mengikuti konseling dengan menggunakan teknik relaksasi. Penjelasan tabel tersebut sebagai berikut: NE memperoleh skor stres belajar 148 yang tergolong tinggi. NE mengikuti konseling kelompok selama enam kali pertemuan. Pada pertemuan pertama NE adalah salah satu yang paling bersemangat untuk mengikuti konseling kelompok. NE selalu penasaran dan aktif bertanya terhadap proses konseling kelompok. Setiap masalah teman yang dibahas NE selalu ikut menanggapi. Skor *posttest* NE adalah 83, hal ini menunjukkan NE berhasil menurunkan stres yang dialami. FI merupakan subjek yang dari awal sampai akhir mengikuti konseling dengan memperhatikan teman-temannya berbicara mengemukakan masalahnya. Sekali dua kali FI menanyakan hal yang tidak dipahami saat konseling. FI dapat belajar dari pengalaman temannya sehingga skor *posttest* FI menunjukkan penurunan stres belajar dari skor 125 menjadi 64. SB merupakan subjek yang pendiam namun pada saat *treatment* subjek mulai terbuka dengan masalah sehingga subjek dapat perlahan-lahan memahami diri untuk dapat menyelesaikan masalahnya. Subjek yang lain juga turut membantu dalam memahami SB hal ini dapat dilihat dari skor stres belajar SB yang semula 117 menjadi 71. Sedangkan SR merupakan subjek yang keingintahuannya tinggi untuk melakukan konseling. Dari awal konseling SR memiliki motivasi dan selalu mengikuti konseling dengan baik. SR juga berhasil menurunkan stres belajarnya dari skor 114 menjadi 70. Subjek terakhir yang berinisial LF memiliki penurunan skor dari 108 menjadi 64. LF juga ikut berpartisipasi memberikan motivasi kepada teman-temannya. Oleh sebab itu LF juga dapat belajar dari apa yang disampaikan teman-temannya maupun peneliti. Seluruh subjek yang diberi *treatment* mengalami penurunan stres belajar, hal ini dikarenakan subjek mengikuti konseling dari awal sampai akhir dan dapat mengaplikasikan teknik relaksasi dengan baik.

Berdasarkan analisis deskriptif pada data kuantitatif dan kualitatif yang menunjukkan perbedaan skor stres belajar pada siswa yang tinggi menjadi rendah dan perubahan pada setiap pertemuan konseling menunjukkan teknik relaksasi efektif untuk menurunkan stres belajar siswa SMA. Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui keefektifan teknik relaksasi untuk mengurangi stres belajar siswa SMA. Dalam pengujian hipotesis digunakan skor *pretest* dan *posttest* dari subjek penelitian. Penggunaan relaksasi efektif untuk menurunkan stres belajar siswa SMA jika didapatkan skor *posttest* setelah pemberian *treatment* lebih rendah dari *pretest*. Selain itu hasil analisis menggunakan *uji wilcoxon signed rank test* sebagai berikut: Hasil uji wilcoxon menunjukkan nilai beda (z) -2.032 pada derajat signifikansi asymp sig (2 tailed) $= 0.042 < 0.05$, maka (H_0) ditolak dan (H_1) diterima. Dari hasil uji wilcoxon di atas dapat diartikan bahwa penggunaan teknik relaksasi efektif untuk menurunkan stres belajar siswa.

PEMBAHASAN

Stres belajar adalah sebuah tingkah laku yang maladaptif karena apabila dibiarkan tingkah laku tersebut akan berdampak buruk kepada siswa seperti gangguan belajar. Dalam proses *treatment*, subjek diajak untuk menyadari konsekuensi dari stres belajar untuk membuat tujuan-tujuan baru. Selain itu subjek juga diajak untuk mengubah tingkah laku yang mengandung stres belajar menjadi tingkah laku yang lebih tepat. Hasil dari konseling kelompok behavioral adalah subjek perlahan-lahan mampu memahami diri sendiri dan dapat mengubah perilaku menjadi tepat. Hal ini sesuai dengan pandangan hakikat manusia dari teori behavioral bahwa tingkah laku manusia diperoleh dari hasil belajar dan proses terbentuknya kepribadian adalah melalui proses kematangan dalam belajar. Konseling behavioral diarahkan pada tujuan-tujuan memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang maladaptif, serta memperkuat tingkah laku yang diinginkan (Corey, 1988:200). Hal ini menunjukkan bahwa konseling kelompok behavioral efektif digunakan untuk menurunkan stres belajar siswa.

Dalam proses konseling peneliti menemukan bahwa stres yang tergolong tinggi yang dialami siswa berada di tahap perlawanan (*resistance stage*), dimana pertahanan terhadap stres menjadi semakin intensif,

dan semua upaya dilakukan untuk melawan stres. Hal ini sesuai dengan teori Hans Selye (1976) yang disebut Sindrom Adaptasi Umum (General Adaptation Syndrome/GAS) yaitu konsep yang menggambarkan efek umum pada tubuh ketika tuntutan yang ditempatkan pada individu tersebut. GAS terdiri dari tiga tahap: peringatan (*alarm reaction*), perlawanan (*resistance stage*), kelelahan (*exhausted*). Dalam hal ini siswa sering mengalami gejala stres secara fisik, pikiran dan emosi namun upaya untuk menghilangkan sudah dilakukan namun tidak mencapai hasil. Sehingga siswa memerlukan bantuan untuk memecahkan masalah tersebut.

Adapun penyebab dari stres yang muncul adalah berbagai tuntutan yang dirasakan subjek sebagai seorang siswa sekolah menengah atas tingkat pertama. Banyaknya tugas yang diberikan dari guru membuat siswa tertekan secara fisik dan psikologis, dan juga orangtua yang menuntut siswa agar menjadi yang terbaik dalam segala hal serta hubungan teman sebaya yang masih belum begitu akrab. Hal ini juga disampaikan oleh Hardjana (1994:27) hal-hal yang dapat menjadi sumber stres antara lain tuntutan dari diri sendiri, keluarga dan lingkungan.

Menurut Lichstein (1988), manfaat dari relaksasi autogenik adalah membuat individu lebih mampu menghindari reaksi yang berlebihan karena adanya stres. Dari hasil pelaksanaan teknik relaksasi yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa subjek memperoleh manfaat relaksasi yaitu menurunkan ketegangan yang terjadi akibat stres belajar yang dialami.

Didukung pula dengan penelitian terdahulu yang sejenis yang dilakukan oleh Mawar Wilanti (2011) dengan judul penelitian "Kemanjuran Relaksasi Otot dan *Time Management* untuk Menurunkan Stres Belajar Siswa Akselerasi di Asrama MAN Malang 1" menunjukkan bahwa relaksasi otot dan *time management* manjur untuk menurunkan stres belajar siswa kelas XI akselerasi di MAN Malang. Dengan demikian hasil penelitian ini juga cocok dengan hasil penelitian sebelumnya.

Pengujian hipotesis juga dilakukan dengan menggunakan skor *pretest* dan *posttest* dari subjek penelitian. Penerimaan hipotesis dalam penelitian dapat dibuktikan dari hasil analisis dari beda (z) -2.032 pada derajat signifikan 0.042 (<0.05), H_0 ditolak karena dasar pengambilan keputusan adalah jika probabilitas error < 0.05 , maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Penggunaan relaksasi merupakan teknik yang dapat digunakan konselor dalam menurunkan stres belajar siswa dengan memahami perilaku siswa serta mengubah perilaku siswa sesuai dengan tahap perkembangannya. Dari hasil penelitian dan perbandingan dengan penelitian sejenis terbukti bahwa teknik relaksasi dalam konseling kelompok behavioral merupakan sebuah teknik yang efektif untuk membantu siswa dalam menurunkan stres belajar siswa SMA.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh perbedaan skor stres belajar siswa pada saat *pretest* dan *posttest*, sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi efektif untuk menurunkan stres belajar siswa. Relaksasi memberikan keadaan rileks sehingga siswa lebih bersemangat. Kefeektifan relaksasi juga tidak lepas dari tahapan-tahapan konseling kelompok behavioral yang diberikan karena siswa dapat mempelajari perilaku yang lebih tepat untuk mencegah adanya stres belajar serta saling bertukar pikiran untuk memecahkan masalah.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memberikan saran bagi peneliti selanjutnya dan konselor sekolah. Saran berikut diantaranya: (1) Penggunaan relaksasi masih pada subjek terbatas sehingga masih banyak kelemahan dari hasil penelitian. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan subjek dalam skala besar. (2) Stres belajar siswa sangat banyak ditemui pada pelajar pada saat ini. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan variabel teknik relaksasi jenis yang lainnya. (3) Peneliti selanjutnya hendaknya melakukan *follow up* setelah *posttest* untuk mengetahui keajegan hasil penelitian. (4) Teknik

relaksasi hendaknya digunakan konselor untuk menurunkan stres belajar siswa. (5) Konselor tidak terlibat langsung selama peneliti melakukan proses konseling, sehingga konselor hendaknya mendapatkan pelatihan penggunaan teknik relaksasi.

DAFTAR RUJUKAN

- Corey, Gerald. 1988. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Eresco.
- Fauzan, Lutfi. 2009. *Teknik Konseling Individu Relaksasi*, (Online) (<http://lutfifauzan.wordpress.com/2009/12/29/teknik-konseling-individu-relaksasi> diakses April 2014).
- Mangoenprasodjo, A. Setiono. 2005. *Self Improvement For Your Stress, Kendarai Emosi & Stres Menuju Puncak Prestasi Tertinggi*. Yogyakarta: ThinkFresh.
- Rahmawati, Hetti. 2008. *Modifikasi perilaku*. Malang: LP3 Universitas Negeri Malang
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence 6th ed*. Jakarta: Erlangga.
- Selye, Hans. 1976. *The Stress of Life*. New York: McGraw Hill.
- Subagio, Adi. 2013. *Terapi Relaksasi Autogenik*, (Online) (<http://adisubagio92.blogspot.co.id/2013/08/terapi-relaksasi-autogenik.html> diakses September 2015).
- Sudjiwanati. 2008. *Penanganan Stres, Kecemasan dan Depresi Pada Kasus Klinis*. Malang: C.V Citra Malang.
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wilanti, Mawar. 2011. *Kemampuan Relaksasi Otot Dan Time Management Untuk Menurunkan Stres Belajar Siswa Akselerasi di Asrama MAN Malang 1*. Skripsi tidak diterbitkan. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Wiramihardja, Sutardjo A. 2005. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Aditama.

KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK ADLER UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN INTERPERSONAL SISWA SMP

Mega Rahma Fitriani, Nur Hidayah

Bimbingan dan Konseling-Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Malang-Jl. Semarang No. 5 Malang

E-mail: mega.rahma1834@gmail.com

Abstract Interpersonal skills is one of the skills that must be owned by a person in a relationship with other people. A person who failed in developing their interpersonal skills will be found difficulty in many aspects their life, especially on their social aspects. The purpose of this study is to know the effectiveness of Adler group counseling for improving interpersonal skills of junior high school students. This type of study is an quasi experimental method and program of study interrupted time series. From the result of hypotheses which is using wilcoxon signed ranks test, it is concluded if Adler group counseling affective to improving interpersonal skills of junior high school students.

Keywords: Adler group counseling; interpersonal skills; junior high school students

Abstrak: Keterampilan interpersonal adalah salah satu keterampilan yang harus dimiliki seseorang dalam menjalin hubungan antar pribadi. Individu yang gagal dalam mengembangkan keterampilan interpersonalnya akan mengalami hambatan dalam berbagai aspek kehidupannya, terutama pada aspek sosialnya. Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan konseling kelompok Adler untuk meningkatkan keterampilan interpersonal siswa SMP. Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan rancangan *interrupted time series*. Hipotesis yang diuji dengan *wilcoxon signed ranks test* menyimpulkan bahwa konseling kelompok Adler efektif untuk meningkatkan keterampilan interpersonal siswa SMP.

Kata kunci: konseling kelompok Adler; keterampilan interpersonal; siswa SMP

Usia rata-rata siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada pada tahap perkembangan masa puber. Perubahan yang terjadi pada proporsi tubuh berpengaruh pada kondisi psikologis remaja. Perubahan tersebut akan terlihat dari sikap dan perilaku anak dalam berhubungan dengan orang lain. Keterampilan interpersonal adalah kemampuan individu berhubungan dengan orang lain.

Sukmadinata (2007:125) menunjukkan perilaku sosial sesuai harapan masyarakat, serta memiliki rasa tanggung jawab bagi kemajuan dan kesejahteraan bersama. Namun, tidak jarang para remaja sulit menerima perubahan, sehingga mereka mengalami masalah pada penyesuaian sosial. Agar individu dapat diterima di lingkungan sosial, diperlukan sebuah keterampilan. Salah satu keterampilan yang harus dimiliki dalam membina hubungan dengan orang lain adalah keterampilan interpersonal.

Menurut Johnson (2009:8) keterampilan interpersonal adalah kemampuan seseorang berinteraksi dengan orang lain secara efektif. Keterampilan interpersonal merupakan dasar seseorang untuk memulai suatu hubungan sosial yang tepat, yaitu bagaimana memahami reaksi seseorang dan memberikan respon yang tepat.

Menurut Safaria (2005), keterampilan interpersonal menjadi penting karena pada dasarnya manusia tidak bisa hidup sendiri. Banyak kegiatan dalam hidup seseorang yang terkait dengan orang lain. Individu yang gagal mengembangkan kemampuan interpersonalnya, maka ia akan mengalami banyak hambatan terutama di dunia sosialnya. Akibatnya mereka tersisihkan dan tidak mendapat peran penting dalam kehidupan sehingga merasa kesepian, tidak berharga, mengisolasi diri dan lebih parah lagi jika sampai tahap depresi.

Siswa yang memiliki *social interest* yang rendah menunjukkan gejala-gejala seperti jarang bergaul dengan teman-teman di kelas, jarang dikenal teman-teman kelasnya, lebih sering menunjukkan sikap menyendiri, monoton, pasif dan kurang menonjol dalam segala hal, tidak hanya berpengaruh terhadap pergaulan, tetapi juga berpengaruh pada proses belajar dan motivasi belajar siswa rendah.

Layanan konseling di dalam bimbingan dapat digunakan untuk membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan interpersonal. Pemberian konseling kelompok bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri konseli, melatih konseli berpikir positif, melatih komunikasi, dan berlatih mengendalikan perasaan diri. Dengan menggunakan konseling kelompok dan memanfaatkan dinamika kelompok, anggota akan lebih mudah menyampaikan keluhan, saling berbagi, dan membantu sesama anggota kelompok menggunakan dinamika kelompok.

Pendekatan konseling yang sesuai untuk meningkatkan keterampilan interpersonal adalah konseling kelompok Adler. Pendekatan ini menekankan pada peningkatan *social interest* seseorang yang memungkinkan siswa meningkatkan daya juang dan *social interest* dalam mencapai superioritas sesuai dengan kemampuannya. Dengan demikian siswa diharapkan memiliki keterampilan interpersonal yang diperlukan untuk menjalin hubungan antarpribadi. Berdasarkan uraian tersebut keefektifan konseling kelompok Adler untuk meningkatkan keterampilan interpersonal siswa SMP perlu diteliti.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah *time series design*, dengan variasi *interrupted time series design* (Creswell, 2012:315). Peneliti menggunakan rancangan penelitian ini dengan alasan bahwa penelitian yang dilakukan dengan pengukuran yang dilakukan berulang-ulang, hanya menggunakan satu kelompok eksperimen (tanpa kelompok kontrol) dan penentuan sampel tidak dapat dipilih secara random (Sugiyono, 2009:74).

Untuk mengetahui perbedaan tingkat keterampilan interpersonal siswa, digunakan inventori keterampilan interpersonal. Inventori keterampilan interpersonal diuji coba di dua kelas, yaitu kelas VII C dan VII E di SMP Laboratorium UM. Nantinya inventori keterampilan interpersonal ini digunakan peneliti dalam melakukan pengukuran. Untuk mengetahui adanya pengaruh suatu tindakan terhadap suatu variabel, dilakukan pengukuran awal (*pre-test*) dan pengukuran setelah pemberian *treatment* (*post-test*) masing-masing sebanyak tiga kali.

Penelitian ini mengambil subjek penelitian pada siswa SMP kelas VII di SMP Laboratorium UM. Subjek penelitian ditetapkan di kelas VII A, B, D dan F. Peneliti mengambil empat kelas tersebut karena ingin mengetahui populasi siswa yang memiliki keterampilan interpersonal rendah atau sedang di kelas VII SMP Laboratorium UM, kecuali kelas VII C dan E yang sudah digunakan untuk uji coba instrumen.

Sebelum memberikan *treatment* konseling kelompok Adler, terlebih dahulu peneliti melancarkan *pre-test* kepada empat kelas untuk mengetahui kelompok siswa yang memiliki keterampilan interpersonal yang rendah atau sedang. Empat kelas dari kelas VII yaitu kelas VII A, B, D dan F berjumlah 147 siswa menunjukkan bahwa tidak ada siswa yang memiliki keterampilan interpersonal rendah. Diperoleh 82 siswa yang memiliki keterampilan interpersonal sedang.

Setelah mengetahui kelompok siswa yang memiliki keterampilan interpersonal sedang, peneliti melancarkan *pre-test* sebanyak tiga kali kepada kelompok tersebut. Hasil analisis dari data *pre-test* sebanyak tiga kali yang dilakukan oleh peneliti, diperoleh 16 siswa yang memiliki skor tiga kali *pre-test* yang konsisten. Setelah diketahui kekonsistennya, lima subjek penelitian ditentukan dengan menggunakan teknik *sampling purposive* yaitu pengambilan subjek penelitian dari populasi yang dilakukan dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2009:85). Cara ini dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen. Seperti pada penelitian ini,

populasinya homogen yaitu siswa yang memperoleh skor pada kriteria sedang dari inventori keterampilan interpersonal, adalah siswa yang memiliki keterampilan interpersonal sedang.

Setelah memperoleh lima subjek penelitian, peneliti memberikan *treatment* yaitu konseling kelompok Adler sebanyak lima kali pertemuan. Panduan konseling dijadikan pedoman bagi peneliti ketika menjalankan *treatment*. Buku panduan yang digunakan telah melalui uji ahli, bertujuan untuk memperoleh kepastian bahwa panduan pelaksanaan konseling layak dan dapat digunakan sebagai panduan *treatment* dalam mencapai tujuan penelitian.

Setelah melaksanakan *treatment*, peneliti melaksanakan *post-test* yang dilakukan tiga kali. Tujuan dari diadakannya *post-test* untuk mengetahui konsistensi peningkatan skor keterampilan interpersonal siswa setelah diberi *treatment*. Selain itu, *post-test* juga sebagai kegiatan *follow up* dari *treatment* yang telah dilakukan oleh peneliti.

Analisis data menggunakan analisis grafis, analisis data inferensial *nonparametrik* dan analisis data deskriptif. Analisis grafis bertujuan untuk mempermudah pembaca melihat peningkatan skor *pre-test* dan *post-test* dari masing-masing subjek penelitian. Analisis data inferensial *nonparametrik* dalam penelitian ini yakni *wilcoxon signed ranks test*, uji ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan rata-rata kelompok dan digunakan untuk membuktikan hipotesis sehingga diperoleh kesimpulan tentang masalah yang diuji. Uji *wilcoxon signed ranks test* digunakan karena berdistribusi tidak normal, yaitu subjek penelitian kurang dari 30 orang. Sedangkan analisis data deskriptif yaitu data pendukung berupa hasil pengamatan secara langsung dan catatan perkembangan konseli yang dianalisis dengan deskriptif oleh peneliti bertujuan untuk melihat kemajuan keterampilan interpersonal yang dimiliki oleh siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Layanan konseling kelompok Adler digunakan untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri konseli, melatih konseli berpikir positif, melatih komunikasi, dan berlatih mengendalikan perasaan diri. Konseling kelompok Adler merupakan layanan yang bertujuan untuk meningkatkan keberanian, mengurangi perasaan inferior dan mendorong berkembangnya minat sosial (Alwisol, 2006:98).

Konseling kelompok memudahkan anggota dalam menyampaikan keluhan, saling berbagi, dan saling membantu sesama anggota kelompok dengan adanya dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan suasana yang hidup dan bergerak karena keaktifan interaksi antar anggota yang berkembang (Prayitno, 2004:309). Perilaku dapat muncul melalui proses belajar, dan konseling kelompok Adler merupakan salah satu media belajar individu untuk memahami perilakunya yang kurang tepat.

Konseling kelompok Adler yang dilakukan lima kali pertemuan dengan selang waktu satu hari kecuali hari minggu. Panduan konseling dijadikan pedoman bagi peneliti ketika menjalankan *treatment*. Kegiatan dan tahap-tahap yang ada di setiap sesi pertemuan konseling dilaksanakan sesuai dengan panduan konseling kelompok Adler. Dari *pre-test* yang dilakukan tiga kali diketahui terdapat lima orang siswa memiliki skor keterampilan interpersonal dengan kategori sedang dan konsisten. Dikatakan konsisten, jika skor yang dihasilkan siswa bertambah atau berkurang ≤ 4 skor dalam tiga kali *pre-test*. Setelah subjek diberi *treatment* sebanyak lima kali, kemudian dilakukan tiga kali *post-test* kepada lima siswa. Hasilnya terdapat peningkatan skor *post-test* yang dilakukan sebanyak tiga kali, dan berada pada kategori memiliki keterampilan interpersonal tinggi.

Hipotesis dinyatakan diterima jika signifikansinya $< 0,05$. Perhitungan uji *wilcoxon signed ranks test* dalam penelitian ini diperoleh signifikansinya 0,042, kurang dari 0,05 sehingga H_0 ditolak. Dari uji hipotesis, dapat dikatakan bahwa terdapat peningkatan tingkat keterampilan interpersonal sebelum dan sesudah diberi *treatment* berupa konseling kelompok Adler selama lima kali pertemuan, yang ditunjukkan dari skor *post-test* yang lebih tinggi dari pada skor *pre-test*. Berdasarkan skor *pre-test* dan *post-test* masing-masing siswa dari kelompok eksperimen dan hasil uji hipotesis menggunakan *wilcoxon signed ranks test*, dapat dikatakan bahwa konseling kelompok Adler efektif untuk meningkatkan keterampilan interpersonal siswa SMP.

Perubahan keterampilan interpersonal siswa dalam kelompok eksperimen dapat dilihat dari keberanian dan keaktifan siswa yang meningkat. Pada awal pertemuan, konseli cenderung malu, canggung dan ragu mengemukakan pendapat. Namun, dengan permainan sederhana di setiap awal sesi pertemuan dan suasana

yang membuat konseli bisa lebih nyaman, mampu merubah sikap mereka yang dapat ditunjukkan dari mereka yang aktif bertanya dan memberi masukan kepada anggota kelompok yang lain selama mengikuti proses *treatment*. Hal ini menandakan bahwa konseli mengalami peningkatan percaya diri dan keberanian dalam *setting* sosial yaitu kelompok.

Konseli merasakan manfaat konseling Adler ini dalam kehidupannya sehari-hari baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan di rumah. Mereka menyampaikan perasaannya pada lembar tugas dan lembar kemajuan konseli yang ditulis konseli pada setiap pertemuan. Kemajuan lainnya diperoleh dari sikap konseli yang mulai berani berbaur dan lebih terbuka dengan teman yang sebelumnya tidak akrab, menjadi tempat orang lain bercerita dan menjaga rahasia, berani berpendapat di dalam kelompok maupun di dalam kelas, bertanya jika belum jelas dan menghargai teman serta mampu menyelesaikan konflik dengan orang lain. Hal ini sesuai dengan aspek keterampilan interpersonal dari Johnson, dimana aspek satu dengan aspek lainnya saling berhubungan satu sama lain. Ketika konseli memiliki keyakinan dalam diri dan cara pandang sesuatu yang lebih baik, maka konseli akan dengan mudah mengembangkan *interest social* dan keterampilan interpersonal di dalam lingkungan sosialnya.

Kemajuan konseli sangat sesuai dengan tujuan konseling kelompok, yaitu untuk meningkatkan kepercayaan diri konseli, melatih konseli berpikir positif, melatih komunikasi, dan berlatih mengendalikan perasaan diri. Dengan menggunakan konseling kelompok, anggota akan lebih mudah menyampaikan keluhan, saling berbagi, dan membantu sesama optimis, ego pribadi kemandirian. Sedangkan sikap individualistik mengakibatkan emosi seseorang labil, ketidakpercayaan diri, sulit bersosialisasi dan menarik diri dari lingkungan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Maknun (2012) yang menemukan bahwa konseling kelompok Adler dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa. Selain itu, penelitian Ramadani dan Hariastuti (2015:7), menyebutkan bahwa konseling kelompok Adler dapat mengurangi rasa rendah diri siswa. Hal ini lebih menguatkan bahwa konseling kelompok Adler memfokuskan pemahaman konseli terhadap kemampuan yang mereka miliki. Perasaan inferioritas berkurang, muncul rasa percaya diri dan menumbuhkan motivasi dalam diri siswa.

Perubahan yang terjadi pada siswa yang mendapat *treatment* berupa konseling kelompok Adler mengalami perubahan pola pikir pada tahap reedukasi. Siswa mulai memiliki pemahaman baru terhadap diri dan lingkungannya. Melalui pemberian tugas dan pemanfaatan dinamika kelompok dalam konseling dapat mengembangkan rasa percaya diri dan *interest social* siswa. Dengan demikian perasaan inferior siswa berkurang karena mereka menyadari kemampuan yang mereka miliki sehingga mampu memotivasi diri untuk mencapai superioritas. Dengan meningkatnya *interest social* siswa, maka keterampilan interpersonal mereka juga meningkat. Dari hasil temuan penelitian tersebut dan didukung oleh penelitian sebelumnya, dapat menguatkan bahwa konseling kelompok Adler efektif untuk meningkatkan keterampilan interpersonal siswa SMP.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Pada penelitian ekeperimen di SMP Laboratorium UM ini diketahui adanya perbedaan skor keterampilan interpersonal antara sebelum dan sesudah pelaksanaan *treatment*. Skor *post-test* yang mengalami peningkatan dari skor *pre-test*, menunjukkan bahwa siswa yang memiliki keterampilan interpersonal sedang, dapat ditingkatkan dengan pemberian *treatment* berupa konseling kelompok Adler. Akhirnya dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok Adler efektif untuk meningkatkan keterampilan interpersonal siswa SMP.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah dikemukakan, ada saran-saran pada beberapa pihak sebagai tindak lanjut penelitian ini. Para konselor dapat membantu siswa SMP meningkatkan keterampilan interpersonal menggunakan panduan konseling kelompok Adler yang telah disusun

peneliti. Peneliti selanjutnya, yaitu: (1) dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda, (2) menguji keefektifan panduan eksperimen konseling kelompok Adler dan memperbaiki panduan melalui PTB (Penelitian Tindakan Bimbingan), dan (3) meneliti keefektifan konseling kelompok Adler dengan variabel terikat yang lain, misalnya untuk meningkatkan efikasi diri siswa.

DAFTAR RUJUKAN

- Alwisol. 2006. *Psikologi Kepribadian: Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.
- Creswell, John W. 2012. *Educational Research Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research: Fourth Edition*. Boston: Pearson Education.
- Johnson, David W. 2009. *Reaching Out: Interpersonal Effectiveness and Self Actualization: Tenth Edition*. New Jersey: Pearson Education.
- Maknun, Lu'lu'il. 2012. *Penerapan Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Adlerian untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri saat Menghadapi Ujian Akhir Semester pada Siswa Kelas VIII-E SMP Negeri 16 Surabaya*. (Skripsi Online), (<http://luluciwheiwa.blogspot.com/2012/07/penerapan-layanan-konseling-kelompok.html?m=1> diakses 14 Maret 2015).
- Johnson, Frank P. & Johnson, David W. 2012. *Dinamika Kelompok Teori dan Keterampilan*. Jakarta: Indeks.
- Ramadani, M. F. & Hastuti, R. T. 2015. Penerapan Konseling Kelompok Adler untuk Mengurangi Sikap Rendah Diri kelas XI-IA2SMA Negeri Driyorejo Gresik. *Jurnal UNESA*. (Online). (<http://dokumen.tips/documents/penerapan-konseling-kelompok-adlerian-untuk-mengurangi-sikap-rendah-diri-kelas.html>, diakses 15 Januari 2016).
- Safaria, T. 2005. *Interpersonal Intelligence: Metode Pengembangan Kecerdasan Interpersonal Anak*. Yogyakarta: Amara Books.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2007. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

PERSPEKTIF “FAMILY SYSTEM INTERVENCY” UNTUK PROTEKSI KARAKTER KEBAJIKAN SISWA SMA

IM Hambali

Bimbingan dan Konseling-Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Malang-Jl.Semarang No. 5 Malang

E-mail: im.hambali.fip@um.ac.id

Abstrak: Pelajar SMA dewasa ini mendapat sorotan yang tajam dari masyarakat. Hal itu terjadi oleh karena banyak kejadian yang kurang baik melibatkan pelajar SMA diantaranya tawuran antar pelajar SMA. Kajian perspektif system keluarga merupakan argumentasi yang memberikan wawasan bagaimana pelibatan keluarga dalam pendidikan formal dapat dilaksanakan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tipe penelitian pustaka (*library research*). Penelitian ini bertujuan menjelaskan bagaimana perspektif intervensi keluarga dapat memberi kontribusi dalam implementasi pendidikan karakter yang memandirikan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun ide intervensi keluarga berkembang dalam keluarga Amerika Utara, namun untuk kultur Indonesia belum berkembang dengan baik. Sementara perspektif intervensi keluarga ini dapat dipertimbangkan sebagai cara pandang para konselor sekolah yang komprehensif dan dapat menjadi jembatan bagi pemecahan masalah siswa. Sesuai dengan ide dasarnya, yang menjelaskan bahwa individu hidup, berkembang dan berubah tidak lepas dari struktur dan pengaruh keluarga, maka siswa sebagai bagian penting dalam kehidupan keluarga merupakan subyek yang ikut dalam membentuk sebuah struktur keluarga secara keseluruhan. Dalam tulisan ini terdapat deskripsi tentang perspektif intervensi dan kemungkinan penerapannya dalam konteks pendidikan karakter yang komprehensif.

Kata kunci: intervensi keluarga; pendidikan karakter

Mungkin penyesuaian yang paling sulit bagi konselor dan terapis Indonesia dari budaya barat adalah adopsi dari perspektif “sistem”. Pengalaman pribadi dan budaya Barat sering mengatakan bahwa setiap orang adalah individu otonom, yang mampu memilih secara bebas dan independen. Namun siapapun orang dilahirkan dalam keluarga dan kebanyakan orang hidup terbentuk pada satu bentuk keluarga atau yang lain. Dalam keluarga-keluarga ini, orang menemukan siapa dirinya, berkembang dan berubah; dan memberi dan menerima dukungan yang dibutuhkan untuk kelangsungan hidup. Orang membuat, memelihara, dan hidup dengan aturan yang sering berupa ucapan dan rutinitas yang diharapkan dapat menjaga keluarga (dan masing-masing anggotanya) secara fungsional. Sementara di Indonesia, sebagian besar keluarga merupakan kesatuan, saling terkait dan bergantung satu sama lain. Belajar sosial dalam lingkungan keluarga menjadi sumber inspirasi berkembangnya pikiran dan perasaan yang berakhir membentuk sebagai karakter pribadi. Kendatipun dikatakan pribadi, namun proses berkembangnya sangat diwarnai oleh kondisi keluarga.

Satu hal utama disepakati hampir oleh semua praktisi intervensi keluarga, adalah penghargaan rendah terhadap pendekatan ini, dimana klien terhubung ke sistem kehidupan. Upaya pada perubahan diri klien difasilitasi secara baik melalui proses kerja dengan mempertimbangkan keluarga atau hubungan diri individu dengan lingkungan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pendekatan terapiutik yang komprehensif yang

ditujukan pada keluarga dalam relevansinya dengan diri klien adalah diperlukan. Karena keluarga adalah unit interaksional, ia telah menetapkan sendiri karakter yang unik. Hal ini tidak mungkin untuk menilai perhatian individu konseli secara akurat tanpa melihat interaksinya dengan anggota keluarga lainnya, serta konteks yang lebih luas di mana orang dan keluarga hidup. Karena fokusnya adalah pada hubungan antar-pribadi, Becvar dan Becvar (2006) mempertahankan bahwa intervensi keluarga adalah sebuah ironi dan bahwa hubungan intervensi adalah label yang lebih tepat.

Dinamakan “perspektif konseling keluarga” untuk proses perubahan karena keluarga dipandang sebagai unit fungsional yang lebih daripada jumlah peran anggota yang berbeda-bada. Tindakan yang dilakukan oleh setiap individu anggota keluarga akan memengaruhi semua yang lain dalam keluarga, dan reaksi mereka akan memiliki pengaruh timbal-balik di dalam individu. Ilustrasi tersebut menunjukkan perlunya konselor untuk melihat semua perilaku, termasuk semua gejala yang diungkapkan oleh individu, dalam konteks keluarga dan masyarakat. Orientasi terhadap sistem keluarga tidak berarti menghalangi berurusan dengan dinamika individu, melainkan pendekatan ini memperluas penekanan pada dinamika internal individu. Dalam proses intervensi, konselor melihat klien sebagai bagian keluarga, termasuk sumber masalah dan solusi pemecahan yang mungkin diambil. ~Siswa SMA pada dasarnya merupakan individu yang masih bergantung terutama dalam budaya keluarga Indonesia~ kepada keluarga terutama ayah dan ibu.

Dalam bagian berikutnya, penulis memberikan gagasan yang bertujuan untuk menjadikan siswa sebagai bagian keluarga yang tidak terpisahkan. Kehidupan siswa merupakan personifikasi dari kehidupan keluarga, dimana antara anggota keluarga lainnya ikut berpengaruh terhadap kehidupan siswa. Siswa dapat dipengaruhi situasi keluarga, begitu pula sebaliknya. Oleh karena itu, perspektif intervensi keluarga dalam *setting* sekolah sangat berarti jika siswa dipandang sebagai agen keluarga, dan agen perubahan dan perbaikan keluarga terutama dalam kaitannya dengan pendidikan dan karier.

Penelitian ini memiliki tujuan menjelaskan bagaimana proses dan dinamika perspektif intervensi keluarga dapat memberi sumbangan dalam implementasi pendidikan karakter yang memandirikan. Secara khusus, tujuan penelitian ini (1) memberi argumentasi teoritik mengenai alasan mengapa intervensi keluarga dapat diimplementasikan dalam proses perubahan individu siswa, (2) memberi dasar teori prosedural bagaimana intervensi perspektif keluarga diterapkan dalam proses perubahan individu siswa, dan (3) hambatan-hambatan yang dihadapi konselor dalam memberikan layanan intervensi dengan menggunakan perspektif intervensi keluarga dalam *setting* pendidikan formal.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kualitatif tipe *library research*. Langkah yang ditempuh adalah (1) menelusuri bahan berupa data-data dan dokumen-dokumen yang relevan di beberapa sumber dan referensi, (2) mengidentifikasi dan mereduksi data dan sumber referensi yang relevan untuk dilanjut, dan yang tidak relevan untuk diabaikan, (3) membuat kesimpulan dan menyusun implikasi pelaksanaan. Penelitian ini melibatkan sejumlah teori yang masuk dalam kategori intervensi keluarga.

Oleh karena sumber data lebih mengutamakan sumber dari bahan pustaka, maka penelitian ini dapat dikategorikan sebagai penelitian kualitatif deskriptif perpustakaan, penelitian bibliografis atau ada yang mengistilahkan penelitian non reaktif karena sumber data lebih mengutamakan sumber referensi teoritik dari perpustakaan dan sumber dokumentasi. Di samping sumber dari referensi teoritik dan dokumen, penelitian ini juga mengambil sumber dari media cetak, media elektronik dan media online.

Data penelitian adalah “*things know or assumed*” yang berarti bahwa data itu sesuatu yang dianggap atau diketahui. Dianggap diketahui dalam arti bahwa data yang diperoleh merupakan informasi yang telah menjadi data empirik. Beberapa data yang telah didapatkan dari berbagai sumber kemudian dipilah dan diklasifikasikan berdasarkan kesesuaian dengan subtema dan permasalahan penelitian. Data dikelompokkan ke dalam domain, komponensial dan taksonomi serta membangun tema-tema yang akan diurai melalui data penelitian. Berdasarkan pengertiannya sumber data merupakan sumber-sumber yang dibutuhkan untuk mendapatkan data atau informasi dalam sebuah penelitian, baik utama ataupun pendukung.

Secara rinci, langkah penelitian ini meliputi (1) menentukan tema; peneliti lebih banyak melakukan pengamatan terhadap data berupa dokumen, mencari topik yang menarik. Dalam penelitian ini topik yang menarik bagi peneliti adalah menemukan makna tentang bagaimana komunikasi yang dilakukan oleh konselor sekolah dengan pihak keluarga siswa atau sebaliknya, (2) merumuskan masalah; merumuskan jenis penelitian yang berpijak pada kemenarikan topik, tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini, hingga pada rasionalitas mengapa sebuah topik diputuskan untuk diuji. Dalam merumuskan masalah, peneliti menentukan banyak opsi untuk merumuskan masalah. Hal ini peneliti lakukan agar peneliti dapat merumuskan masalah sesuai dengan tema yang dipilih terutama dalam konteks hubungan konselor dengan keluarga siswa, (3) menentukan metode penelitian; yaitu metode penelitian kualitatif tipe *library research*, (4) menentukan metode analisis; yaitu dengan merumuskan kriteria teoritik, membanding praktek di lapangan dan selanjutnya membandingkan keduanya untuk menemukan titik temu antara teori dan praktek di lapangan, (5) melakukan analisis data, yaitu peneliti melakukan perbandingan konsep teoritik dengan praktek di lapangan, serta (6) menarik simpulan; simpulan yang merupakan jawaban dari tujuan penelitian yang berada pada tataran konseptual/teoritis berupa argumentasi teoritik dan tidak mencelebut langsung berupa kalimat-kalimat empiris.

HASIL

Pendekatan Sistemis Vs. Individual

Terdapat perbedaan yang berarti, antara intervensi melalui pendekatan individu dan pendekatan sistemis. Ada sebuah kasus yang dapat membantu pemahaman sebagai ilustrasi perbedaan tersebut. Ana (fiktif), siswi SMA usia 17 tahun, menghadap/menemui konselor sebab ia menderita depresi yang bertahan sejak lebih 2 tahun yang lalu dan kondisi itu mengganggu kemampuannya untuk membina hubungan pertemanan dan belajar secara produktif. Ia menginginkan suatu pikiran yang sehat/baik, namun ia pesimis mengenai perubahan pada dirinya. Apa yang dilakukan konselor untuk menolongnya?

Baik konselor individu dan konselor sistemis tertarik pada situasi kehidupan sesaat dan pengalaman hidup Ana. Keduanya menemukan bahwa dia masih tinggal di rumah dengan orang tuanya, yang berada di usia 60 tahun. Mereka mencatat bahwa dia memiliki kakak yang sangat sukses, yakni seorang pengacara terkemuka di kota kecil di mana mereka berdua hidup. Para terapis terkesan oleh Ana yang kehilangan teman-teman yang telah dan meninggalkan Ana sebagai teman selama beberapa waktu, sementara dia tinggal di belakang rumahnya, sering kesepian dan terisolasi. Akhirnya, kedua konselor mencatat bahwa depresi Ana memengaruhi orang lain serta dirinya sendiri.

Konselor sistemis tidak menyangkal terhadap pentingnya individu dalam sistem keluarga, namun mereka percaya afiliasi sistemis individu dan interaksi memiliki kekuatan lebih dalam kehidupan seseorang. Melalui kerjasama dengan seluruh system keluarga - atau bahkan sistem komunitas, konselor memiliki kesempatan untuk mengamati bagaimana individu bertindak dalam sistem dan berpartisipasi dalam mempertahankan status quo; serta bagaimana pengaruh sistem (dan dipengaruhi oleh) individu; dan apa intervensi dapat mengakibatkan perubahan yang membantu pasangan, keluarga, atau sistem yang lebih besar sama halnya dengan individu mengekspresikan rasa sakitnya.

Dalam kasus Ana, depresinya mungkin memiliki komponen organik, genetik, atau hormonal. Mungkin juga melibatkan pola kognitif, pengalaman atau perilaku yang mengganggu. Bahkan jika depresi dapat dijelaskan dengan cara ini, bagaimanapun, konselor sistemis sangat tertarik pada bagaimana depresi memengaruhi orang lain dalam keluarga dan bagaimana hal itu memengaruhi proses keluarga. Depresinya mungkin dianggap sebagai sinyal adanya sakit diri sendiri maupun sakit terpendam keluarga. Memang, banyak pendekatan sistem keluarga akan menyelidiki bagaimana depresi melayani anggota keluarga lainnya; mengalihkan perhatian dari masalah dalam hubungan intim orang lain, atau mencerminkan dia perlu menyesuaikan aturan keluarga, untuk pengaruh budaya, atau untuk proses yang dipengaruhi oleh kehidupan *gender* atau siklus perkembangan keluarga. Daripada kehilangan melihat individu, terapis keluarga memahami orang secara khusus dalam sistem yang lebih besar. Praktek intervensi oleh konselor sekolah pada umumnya tidak melibatkan keluarga terlalu banyak.

Perkembangan Sistem Intervensi Keluarga

Teori sistem keluarga telah berkembang selama 100 tahun terakhir, dan konselor hari ini kreatif menggunakan berbagai perspektif saat menyesuaikan intervensi untuk keluarga tertentu. Bagian ini menyajikan gambaran sejarah singkat dari beberapa tokoh kunci yang terkait dengan pengembangan intervensi system keluarga.

Intervensi Keluarga “Adlerian”

Alfred Adler adalah psikolog pertama era modern yang melakukan terapi keluarga Pendekatan sistemisnya jauh sebelum teori telah diterapkan untuk tujuan intervensi. Konseptualisasi asli Adler masih dapat ditemukan dalam prinsip-prinsip dan praktek model-model lain.

Adler (1927) adalah orang pertama yang melihat bahwa perkembangan anak-anak dalam konstelasi keluarga (frasa-nya untuk sistem keluarga) sangat dipengaruhi oleh urutan kelahiran. Adler, fenomenolog, urutan kelahiran meskipun tampaknya memiliki beberapa kekuatan untuk masing-masing posisi, ia yakin bahwa kondisi itu dapat diinterpretasikan dengan dasar memperhitungkan posisi kelahiran mereka. Adler juga mencatat bahwa perilaku semua itu tidak kebetulan dan bahwa anak-anak sering bertindak dalam pola yang didorong oleh keinginan untuk memiliki, terutama ketika pola-pola ini tidak berguna atau salah. Siswa yang menghadap konselor dapat menjadi sumber informasi tentang kondisi keluarga, terutama kondisi siswa yang memiliki potensi untuk menghadapi masalah dan menyelesaikannya dengan baik.

Sebuah asumsi dasar dari intervensi keluarga modern Adlerian adalah bahwa kedua orang tua dan anak-anak sering menjadi terganggu oleh interaksi negatif yang didasarkan pada tujuan yang salah yang terjadi berulang-ulang dan memengaruhi semua pihak yang terlibat. Meskipun banyak intervensi keluarga Adlerian dilakukan dalam sesi pribadi, Adlerian juga menggunakan model pendidikan untuk keluarga secara berkelompok dalam bentuk nasihat dalam forum terbuka di sekolah-sekolah, lembaga masyarakat, dan lembaga yang secara khusus ditunjuk sebagai pusat pendidikan keluarga. Pola interaksi dan pilihan akses keluarga yang disalurkan melalui hubungan konselor-siswa dapat menjadi instalasi kerjasama dalam menetapkan hipotesa dan ide-ide kolaboratif. Mengenai hal yang menyangkut perkembangan diri siswa, konselor dapat menjajaki kemungkinan potensi obyektif yang dimiliki oleh keluarga. Misalnya, orang tua siswa seorang guru Sekolah Dasar yang sehari-hari mengajar dan berkomunikasi dengan anak usia sekolah dasar. Tidak menutup kemungkinan kondisi emosional dan pola komunikasi orang tua sebagai guru sekolah dasar akan mewarnai pola komunikasinya dengan siswa (yang berada pada usia SMA). Dalam kasus siswa ini, konselor sebenarnya dapat memberi peluang kepada siswa untuk mengakses kondisi emosi orang tua terutama dalam memelihara rasa kasih sayang, yang pada saatnya siswa memiliki stabilitas emosi dalam rangka perkembangan optimal, baik dalam belajar maupun perencanaan karier yang tepat. Manfaat keluarga dalam rangka membantu siswa terlihat lebih jelas manakala siswa mampu memberikan gambaran penting, perihal dalam kondisi keluarga siswa yang cenderung negatif dan tidak efektif dalam mendorong perkembangan siswa. Oleh karena itu, keterangan dan pelibatan keluarga menjadi sangat penting, terutama terkait dengan tindakan orang tua yang dapat dirancang bersama (secara triangulasi).

Intervensi Keluarga “Multi-generasi”

Murray Bowen (1978) adalah salah satu pengembang intervensi keluarga. Teori intervensi keluarga, yang merupakan model teoretis dan klinis yang berevolusi dari prinsip-prinsip dan praktik psikoanalitik, kadang-kadang disebut sebagai terapi keluarga “multigenerasi”. Bowen dan rekan-rekannya yang berkonsentrasi pada bidang intervensi keluarga menerapkan pendekatan inovatif untuk skizofrenia di Institut Nasional Kesehatan Mental di mana Bowen benar-benar merawat seluruh keluarga di rumah sakit agar intervensi sistem keluarga bisa menjadi fokus.

Pengamatan terhadap subyek dalam praktek intervensinya, Bowen menumbuhkan minat pada pola-pola multi-generasi. Dia berpendapat bahwa masalah yang dimanifestasikan dalam keluarga tidak akan berubah secara signifikan sampai pola hubungan dalam keluarga seseorang telah dapat dipahami secara langsung. Pendekatannya dalam intervensi dilaksanakan pada premis bahwa pola hubungan interpersonal

dapat menghubungkan fungsi anggota keluarga seluruh generasi. Menurut Kerr dan Bowen (1988), penyebab masalah individu dapat dipahami secara baik dengan melihat peran keluarga sebagai unit emosional. Dalam unit keluarga, fusi emosional keluarga seseorang dapat diatasi jika ada satu keinginan untuk mencapai kepribadian yang matang dan unik. Masalah emosional akan ditransmisikan dari generasi ke generasi sampai pengalaman emosional ditangani dengan efektif. Perubahan harus terjadi dengan anggota keluarga yang lain dan tidak dapat dilakukan oleh individu di ruang intervensi.

Salah satu konsep kunci Bowen adalah “*triangulasi*”, proses di mana tiga serangkai menghasilkan pengalaman dua-melawan-satu (*two-against-one experience*). Bowen berasumsi bahwa triangulasi dengan mudah bisa terjadi antara anggota keluarga dan terapis, itulah sebabnya mengapa Bowen menempatkan begitu banyak menekankan pada “*trainees*”-nya menyadari masalah-masalah keluarga mereka sendiri dari mana ia berasal (Kerr & Bowen, 1988).

Kontribusi utama dari teori Bowen adalah gagasan diferensiasi diri. Diferensiasi diri melibatkan kedua pemisahan psikologis yakni intelek dan emosi, dan independensi diri dari orang lain. Dalam proses individuasi, individu memperoleh rasa identitas-diri. Pembedaan dari originalitas keluarga akan memungkinkan mereka untuk menerima tanggung jawab pribadi atas, perasaan pikiran, persepsi, dan tindakan mereka sendiri. Triangulasi yang dikonsepsikan Bowen dalam konteks siswa akan dapat berfungsi efektif jika siswa bersedia melibatkan konselor terhadap struktur budaya keluarga terutama untuk “*membangun kembali*” hubungan antara anggota keluarga, terutama jika siswa kebetulan berada pada posisi anak terakhir, dimana kebiasaan ketergantungan kepada saudara lebih tua sering menghambat kemandirian.

Bersamaan saat Bowen mengembangkan pendekatannya, Virginia Satir (1983) mulai menekankan hubungan keluarga. Intervensinya sudah membawanya untuk percaya pada nilai yang kuat, menjalin hubungan berdasarkan pada minat dan daya tarik dengan mereka. Ia menganggap dirinya sebagai detektif yang mencari dan mendengarkan untuk refleksi harga diri melalui komunikasi dengan kliennya. Itu adalah saat bekerja dengan seorang gadis remaja yang terpikir olehnya untuk bertanya tentang ibunya. Dia terkejut dengan bagaimana komunikasi kliennya dan perilaku berubah ketika ibu hadir. Saat ia bekerja di luar hubungan mereka, terpikir lagi olehnya untuk bertanya tentang ayah. Ketika ia datang, komunikasi dan perilaku dari kedua ibu dan anak berubah. Saat bekerja melalui proses ini, Satir menemukan kekuatan terapi keluarga, pentingnya komunikasi dan metakomunikasi dalam interaksi keluarga, dan nilai terapeutik, validasi dalam proses perubahan (Satir & Bitter, 2000).

Selama hidupnya sebagai konselor keluarga, Satir memperoleh ketenaran internasional dan mengembangkan intervensi inovatif yang banyak. Dia sangat intuitif dan percaya bahwa spontanitas, kreativitas, humor, pengungkapan diri, berani mengambil resiko, dan sentuhan pribadi sangat penting dalam intervensi keluarga. Siswa yang terbuka sangat membantu konselor untuk menciptakan intuisi yang positif sebagai sumber kreativitas perilaku dan program tindakan efektif. Antara kreativitas dan pengungkapan diri secara komprehensif tentang kondisi keluarga dapat mengawal konselor untuk secara kolaboratif bersama klien, membuat solusi-solusi baru yang sebelumnya belum pernah terbayangkan dalam diri siswa.

Dalam pandangannya, teknik yang sekunder ke dalam hubungan intervensi berkembang bersama keluarga. Pendekatan pengalaman dan humanistiknya selanjutnya disebut sebagai model proses validasi manusia, tetapi karya awalnya dengan keluarga paling dikenal sebagai “*Conjoint Family Therapy*” (Satir, 1983). Teknik sekunder, sebagaimana satir telah terapkan dalam intervensi keluarga, selanjutnya dapat memberikan rasa kebebasan yang tinggi kepada siswa, terutama setelah siswa, kasus tertentu, sering merasa dibatasi oleh aturan-aturan ketat dalam keluarga yang sering menjadi sumber perasaan sedih. Suasana “*humanistik*” yang diciptakan konselor dalam hubungan terapeutik, selanjutnya dimaknai oleh siswa sebagai akses jalan keluar, dan pada saat ini siswa mulai merasa bahwa kehadiran konselor dalam konstelasi budaya keluarga sangat dibutuhkan, serta siswa menjadi merasa perlu hadir di ruang intervensi tanpa harus merasa terpaksa.

Intervensi Keluarga “Experiential”

Carl Whitaker (1976) adalah seorang pelopor dalam intervensi keluarga “*experiential*”, kadang-kadang dikenal sebagai pendekatan “*pengalaman-simbolik*”. Dengan aplikasi intervensi eksistensial pada sistem keluarga, Whitaker menekankan pilihan, kebebasan, penentuan nasib sendiri, pertumbuhan, dan aktualisasi

(Whitaker & Bumberry, 1988). Seperti Satir dan pendekatan eksistensial lainnya, Whitaker menekankan pentingnya hubungan antara keluarga dan konselor. Whitaker jelas lebih konfrontatif dalam “realitas” nya dibanding Satir, yang lebih mengasuh. Intervensi Whitaker hampir selalu berlaku dengan co-konselor.

Melalui pendekatan intuitif, Whitaker, berusaha untuk membuka topeng keberpura-puraan dan menciptakan makna baru saat anggota keluarga membebaskan untuk menjadi diri sendiri. Yang membuat berbeda, Whitaker tidak mengusulkan satu set metode, melainkan adalah keterlibatan konselor secara personal dengan keluarga. Ketika teknik diterapkan, mereka muncul dari reaksi intuisi dan reaksi spontanitas konselor untuk situasi sekarang dan dirancang untuk meningkatkan kesadaran pada potensi dalam diri klien dan untuk membuka jalur interaksi keluarga. Siswa, terutama dalam menghadapi tumbuh kembangkan sikap positif “*social interest*” yang akhir-akhir ini dirasa semakin mengawatirkan dapat berkolaborasi dengan konselor dalam situasi hubungan konseling humanistik, dan pada saatnya siswa secara tidak langsung akan menyadari betapa penting sumbangan orang lain, keluarga, teman dan tetangga, terhadap efektifitas perkembangan dirinya.

Untuk Whitaker, intervensi keluarga adalah cara bagi konselor untuk secara aktif ikut serta dalam pengembangan pribadi mereka sendiri. Memang, intervensi secara aktual dapat membantu banyak konselor sebaik peran keluarga. Whitaker melihat peranannya sebagai penciptaan dengan konteks keluarga di mana perubahan dapat terjadi melalui proses reorganisasi dan reintegrasi (Becvar & Becvar, 2006). Pandangan Whitaker secara implisit memberi peluang bagi perlunya pengembangan sebuah strategi intervensi yang secara sistemis dan sistematis melibatkan keluarga secara fungsional. Keluarga memiliki potensi besar, terutama bagi perkembangan anak yang belum berkeluarga sendiri (khususnya siswa SMA).

Intervensi Keluarga “Structural-Strategic”

Asal-usul intervensi keluarga “*Structural-Strategic*” dapat ditelusuri ke awal 1960 an ketika Salvador Minuchin sedang melakukan intervensi, pelatihan, dan penelitian dengan anak laki-laki nakal dari keluarga miskin di Sekolah Wiltwyck di New York (1974). Ide sentral Minuchin adalah bahwa gejala-gejala individu yang terbaik dapat dipahami dari sudut pandang pola interaksi dalam keluarga dan bahwa perubahan struktural harus terjadi dalam keluarga sebelum gejala individu dapat dikurangi atau dihilangkan. Tujuan intervensi keluarga “*Structural-Strategic*” ada dua yaitu (1) mengurangi gejala disfungsi dan (2) membawa perubahan struktural dalam sistem dengan memodifikasi aturan transaksional keluarga dan mengembangkan batas-batas yang lebih tepat. Konselor dapat menjembatani perkembangan karakter siswa melalui peningkatan efektifitas fungsional hubungan dalam keluarga, terutama melalui cara-cara yang klien (siswa) tidak pernah temukan dalam lingkungan keluarga. Perubahan struktural yang dirancang secara egaliter dan penuh kolaboratif dapat menjadi alternatif pola-pola interaksi konselor-klien (siswa) yang berfungsi efektif dalam menumbuhkan sikap-sikap dan tindakan pro-sosial.

Pada akhir 1960 an Jay Haley bergabung dengan Minuchin di “Philadelphia Child Guidance Clinic”. Karya Haley dan Minuchin terbagi begitu banyak kesamaan dalam hal tujuan dan proses intervensi, yang banyak dokter pada tahun 1980 dan 1990 mempertanyakan apakah perbedaan kedua model adalah akibat dari sekolah yang memiliki perbedaan pemikiran? Memang, pada akhir 1970-an, pendekatan “*Structural-Strategic*” adalah model yang paling banyak digunakan dalam intervensi system keluarga. Kedua model berusaha untuk mengatur kembali disfungsi-struktural dan problem struktural dalam keluarga, pengaturan batas, ketidakseimbangan, menahan diri, cobaan, dan aturan-aturan yang semua itu menjadi bagian dari proses intervensi keluarga; baik pendekatan yang berkaitan dengan eksplorasi atau interpretasi masa lalu. Sebaliknya, itu adalah tugas konselor “*Structural-Strategic*” untuk bergabung dengan keluarga, untuk memblokir pola interaksional yang stereotip, untuk menata kembali hierarki atau sub-sistem keluarga, dan untuk memfasilitasi pengembangan transaksi lebih fleksibel atau berguna.

Model “*Structural-Strategic*” agak dalam cara melihat masalah keluarga: Minuchin (1974) cenderung untuk melihat kesulitan individu dan keluarga sebagai gejala, sedangkan Haley (1976) melihat sebagai problem “nyata” yang membutuhkan jawaban nyata. Kedua model ini secara alami *direktif*, dan keduanya berharap konselor untuk memiliki tingkat keahlian tertentu untuk membawa ke proses intervensi keluarga.

Selama lebih dari 15 tahun mereka menulis, mengembangkan praktek intervensi, dan memberikan pelatihan intensif dalam intervensi strategi keluarga. Pendekatan strategis mereka menyajikan pandangan

tentang masalah, baik masalah “nyata” maupun “metafora” untuk memfungsikan sistem. Penekanan yang dapat dipertimbangkan ialah memberikan kekuatan, kontrol, dan hierarki dalam keluarga dan dalam sesi intervensi. Pekerjaan Haley yang lebih baru juga menekankan pentingnya pengakaran budaya (Haley & Richeport-Haley, 2003).

Untuk memperbaiki masalah keluarga, Haley (1984) dan Madanes (1981) lebih tertarik pada aplikasi praktis dari intervensi strategis ketimbang merumuskan teori intervensi yang berbeda dari model struktural. Hal ini jelas, terutama dalam (1990) model Madanes untuk bekerja dengan keluarga, termasuk pelaku seks. Madanes membawa perspektif humanistik terhadap intervensi strategis dengan mengatasi kebutuhan untuk dicintai dan dengan menekankan aspek pemeliharaan dari intervensi.

Dalam dekade terakhir, feminisme, multikulturalisme, dan konstruksionisme sosial *post-modern*, semua memiliki bentuk intervensi keluarga. Model ini lebih kolaboratif, merawat klien - perorangan, pasangan, atau keluarga-sebagai ahli dalam kehidupan mereka sendiri. Percakapan intervensi dimulai dengan konselor dalam “*decentered*” atau posisi “tidak-tahu” dalam arti pasif, di mana klien didekati dengan rasa ingin tahu. Konselor secara sosial aktif dan membantu klien dalam mengambil sikap melawan budaya dominan yang menindas mereka. Intervensi sering memasukkan “tim yang mencerminkan” atau “lengkap” untuk membawa berbagai perspektif untuk bekerja (lihat Barat, Bubenzer, & Bitter, 1998). Dalam arah metode ini, penulis pernah berencana untuk mengembangkan sebuah intervensi “*koneksitas*”, dimana sebuah intervensi dirancang dengan melibatkan banyak pihak yang dapat berperan bagi pengembangan karakter “*social interest*” siswa. Dalam konteks ini, siswa disamping bertindak sebagai pihak yang berada pada tahap perkembangan, sekaligus ia bertindak sebagai sumber inspiratif dan informasi fungsional, terutama dalam pelibatan keluarga yang peduli terhadap peningkatan efektifitas perkembangan siswa. Konselor harus mulai, secara terus menerus, merancang sebuah tindakan intervensi kolaboratif dan koneksitas yang tidak mengganggu masing-masing pihak karena mereka menyadari pentingnya sebuah perkembangan optimal dicapai melalui cara tersebut.

DAFTAR RUJUKAN

- Bowen, M. Haley, J. (Ed.) (1971). *The Use of Family Theory in Clinical Practice. Changing Families*. New York: Grune & Startton.
- Minuchin, S. (1974). *Family & Family Therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Minuchin, S. (1981). *Family Therapy: Concepts and Methods*. Boston: Allyn & Bacon.
- Satir, V., G. D. Erickson, & T. P. Hogan. (Eds.). (1972). *Family System and Approaches. Family Therapy: an Introduction to Theory and Techniques*. Pasivic Grove, C.A.: Brooks/Cole.

EFEKTIFITAS PENGGUNAAN MEDIA FILM UNTUK MENINGKATKAN EMPATI SISWA KELAS VII SMP

Alan Auliyah, Elia Flurentin

Bimbingan dan Konseling-Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Malang-Jl. Semarang No. 5 Malang

E-mail: alan_auliyah@yahoo.co.id

Abstract: This study aims to determine the effectiveness of the use of film to improving empathy sevens grade students junior high school. The study design used a quasi-experimental design using the design of one group pretest-posttest design. Subjects in this study were six students who have the lowest levels of empathy in the classroom. The research instrument used is the scale of empathy and guidance experiment. The hypothesis testing is using the Wilcoxon test. Wilcoxon test results showed that the difference value (z) is -2.201 with a significance value of 0.028. Significance value less than 0.05, which means that H_0 is rejected, so it can be concluded that the use of film is effective to improving empathy among sevens grade student of junior high school.

Key words: movies; empathy; sevens grade junior high school

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan penggunaan media film untuk meningkatkan empati siswa kelas VII SMP. Desain penelitian menggunakan desain eksperimen semu dengan menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Subjek dalam penelitian ini adalah enam siswa yang mempunyai tingkat empati terendah dalam satu kelas. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala empati dan pedoman eksperimen. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai beda (z) adalah -2,201 dengan nilai signifikansi 0,028. Nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 yang artinya H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media film efektif untuk meningkatkan empati siswa kelas VII SMP.

Kata Kunci: media film; empati; siswa kelas VII SMP

Masa remaja merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Menurut WHO (dalam Sarwono, 2011) definisi remaja adalah individu yang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa. Para remaja kebanyakan masih sangat labil dan masih dalam taraf pencarian identitas atau jati diri, sehingga kebanyakan remaja masih sangat labil dan mudah terpengaruh oleh hal-hal baru. Salah satu hal yang dapat berdampak buruk bagi perkembangan seorang remaja adalah perkembangan kemajuan teknologi yang sangat cepat.

Durkheim (dalam Sarwono, 2011) berpendapat bahwa kemajuan teknologi yang canggih sudah membuat remaja menjadi lebih individualis yang menyebabkan remaja bertindak hanya menurut kepentingannya sendiri. Selain membuat individu semakin individualis, kemajuan teknologi juga membuat berkurangnya rasa kepedulian sosial dikalangan remaja. Dengan berkurangnya rasa kepedulian remaja itu bisa berdampak buruk pada

kehidupan sosial para remaja. Dilihat dari keadaan ini, sudah selayaknya mereka mendapatkan perhatian lebih, terutama di dalam bidang pendidikan formal.

Kartono (2003) menyatakan perilaku prososial adalah suatu tindakan yang didalamnya terdapat unsur-unsur kebersamaan, kerjasama, kooperatif, dan altruisme. Indikasi perilaku sosial yang baik adalah seperti sopan santun, saling tolong-menolong, suka bekerjasama, menghormati orang tua, melestarikan lingkungan, tidak memaksakan kehendak kepada orang lain. Byrne & Baron (2003) menyatakan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi perilaku prososial. Pertama adalah faktor situasional yang meliputi: (1) daya tarik, (2) atribusi, dan (3) model-model prososial. Faktor yang kedua adalah faktor personal yang meliputi (1) keadaan emosional, dan (2) empati,

Berdasarkan pengamatan peneliti pada saat melaksanakan Praktikum Bimbingan Konseling (PBK), banyak dijumpai para pelajar yang menunjukkan sikap yang kurang pro-sosial. Misalnya siswa kelas IX merasa lebih berkuasa dan bisa menyuruh adik tingkatnya. Peneliti juga menjumpai siswi kelas IX yang berkelahi dengan siswi kelas VII hanya karena dia jengkel adik kelasnya itu melihat kearahnya. Selain itu, juga masih ada siswa yang membuat kelompok-kelompok tertentu dalam satu kelas, ada juga beberapa siswa yang dikucilkan di dalam kelas. Salah satu faktor penyebab kasus-kasus seperti itu adalah tingkat empati individu yang rendah. Hal ini selaras dengan pendapat Byrne & Baron (2003) yang menyatakan bahwa empati merupakan kemampuan individu untuk dapat merasakan perasaan atau pengalaman orang lain. Oleh karena itu, dengan mempunyai sikap empati seorang individu dapat berbagi perasaan dengan orang lain dalam suasana suka maupun duka, kesediaan memberikan bantuan kepada orang lain baik materiil maupun moril dan juga kesediaan untuk bekerjasama dengan orang lain demi tercapainya suatu tujuan.

Menurut Eisenberg (dalam Taufik, 2012) dalam proses berempati, individu melibatkan aspek afektif dan kognitif. Aspek afektif merupakan kecenderungan seseorang untuk mengalami perasaan emosional orang lain yaitu ikut merasakan ketika orang lain merasa sedih, menangis, terluka, menderita bahkan disakiti sedangkan aspek kognitif dalam empati difokuskan pada proses intelektual untuk memahami perspektif orang lain dengan tepat dan menerima pandangan mereka, misalnya membayangkan perasaan orang lain ketika marah, kecewa, senang, memahami keadaan orang lain dari cara berbicara, dari raut wajah dan cara pandang dalam berpendapat.

Dalam hal ini bimbingan dan konseling (BK) mempunyai peran yang sangat penting untuk mengembalikan rasa peka terhadap sesama. Menurut Hamrin dan Clifford (dalam Prayitno, 2008) tujuan BK di sekolah adalah untuk membantu individu membuat pilihan-pilihan dan penyesuaian-penyesuaian dalam hubungannya dengan situasi-situasi tertentu. Salah satu media BK yang mampu memfasilitasi siswa untuk mengembalikan rasa empatinya adalah media film. Alasan peneliti memilih menggunakan media film adalah karena film mempunyai dampak emosional yang besar/tinggi, film sangat cocok mengajarkan masalah-masalah yang menyangkut domain kognitif maupun afektif. Arsyad, A. (2011), menyatakan bahwa dalam proses pembelajaran, film mempunyai fungsi yang terkait dengan dua hal, yaitu untuk tujuan kognitif dan afektif. Film dapat digunakan dalam BK sama seperti cerita maupun media-media BK yang lain. Hal ini karena film dapat meningkatkan kemungkinan konseli dapat menemukan ide dan pikiran baru. Dari segi kognitif, film mampu membantu individu dalam mempelajari manfaat atau inspirasi yang ada di dalam film. Film mampu mengajarkan sesuatu yang belum pernah dilakukan secara langsung. Dari segi afektif, film dapat mempengaruhi emosi dan sikap. Hal ini membuat individu tersebut mendapatkan semangat dan motivasi untuk meniru apa yang ada dalam film. Sikap individu maupun kelompok dapat dipengaruhi bahkan diubah dengan menggunakan film yang telah dirancang untuk hal tersebut.

Berdasarkan permasalahan di atas, maka media film dianggap mampu untuk meningkatkan empati sosial remaja karena film merupakan salah satu media bimbingan yang mampu menginspirasi siswa yang pada akhirnya mampu meningkatkan empati sosial remaja. Atas dasar pemikiran tersebut maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan empati siswa kelas VII SMP.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Dalam desain ini, efek suatu perlakuan terhadap variabel akan diuji dengan cara membandingkan keadaan variabel pada kelompok eksperimen sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 6 Malang dan subjek penelitian ini sebanyak enam siswa yang mempunyai tingkat empati terendah dalam satu kelas. Penelitian ini menggunakan satu kelompok eksperimen tanpa menggunakan kelompok kontrol. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala empati dan pedoman eksperimen.

Ada tiga tahapan dalam eksperimen ini. Tahap pertama adalah melakukan *pretest*. Dalam *pretest*, siswa diminta mengisi skala empati. *Pretest* ini bertujuan untuk mengetahui tingkat empati siswa sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Tahap kedua adalah *treatment*, yang diberikan dalam bentuk pemberian film pendek yang mempunyai nilai-nilai yang dapat memotivasi siswa untuk meningkatkan rasa empatinya. *Treatment* dilaksanakan sebanyak tujuh kali pertemuan dan setiap pertemuan diberikan satu tayangan film, setelah film selesai ditayangkan siswa diminta untuk merefleksikan nilai-nilai yang terkandung di dalam film tersebut. Tahap ketiga adalah *posttest*. Pada saat *posttest* siswa juga diminta untuk mengisi skala empati yang sama pada saat *pretest*. *Posttest* ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan empati siswa setelah diberikannya perlakuan (*treatment*). Metode non parametrik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon* yang merupakan uji non-parametrik dengan tidak mensyaratkan distribusi data normal yang digunakan untuk mengetahui keefektifan penggunaan media film untuk meningkatkan empati siswa kelas VII SMP.

HASIL

Setelah dilakukan pengumpulan data, maka langkah selanjutnya adalah penyajian data hasil penelitian. Data yang akan disajikan adalah sebagai berikut:

Penyajian Data Hasil *Pretest*.

Pemberian *pretest* berupa skala empati yang dijabarkan dalam empat indikator yang kemudian dideskripsikan menjadi 29 butir pernyataan. Skala empati ini diberikan kepada 31 orang siswa kelas VII SMP Negeri 6 Malang. Jabaran hasil skala empati dapat dilihat pada tabel 1.

Dari tabel 1, dapat diketahui bahwa terdapat dua orang siswa yang masuk dalam kategori rendah, dua belas orang siswa yang masuk dalam kategori sedang dan tujuh belas orang siswa berkategori tinggi. Subjek penelitian dalam penelitian ini sebanyak enam orang siswa yang dipilih berdasarkan hasil skor *pretest* terendah dalam satu kelas. Jabaran hasil analisis skala empati (*pretest*) dapat dilihat pada tabel 2.

Treatment

Pelaksanaan *treatment* dilakukan dalam tujuh kali pertemuan yang dilaksanakan mulai tanggal 9 Mei 2015 sampai tanggal 23 Mei 2015. Berikut jabaran kegiatan yang dilakukan pada setiap pertemuan.

Pertemuan pertama dilakukan pada tanggal 9 Mei 2015. Pertemuan kali ini dilaksanakan di dalam ruang kelas dan berlangsung selama 45 menit. Peneliti mengawali pertemuan pertama dengan mengucapkan salam dan membangun *rapport*. Untuk membina hubungan baik dengan siswa, peneliti memberikan kegiatan *ice breaking* yang berupa "Tulis Cerita Berputar". Setelah melakukan *ice breaking*, diberikan materi awal seputar empati agar siswa mempunyai pengetahuan awal tentang apa yang dimaksud dengan empati. Selanjutnya, diberikan *pretest* dengan cara meminta siswa mengisi lembar skala empati. Setelah semua siswa selesai mengisi lembar skala empati, kemudian siswa diminta membuat komitmen agar dapat bertanggung jawab dalam mengikuti *treatment* yang diberikan sampai selesai sesuai dengan jadwal. Selain itu, siswa juga diberikan gambaran mengenai kegiatan yang akan dilakukan. Peneliti juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang hal-hal yang belum jelas, sehingga siswa dapat mengikuti setiap pertemuan dalam

Tabel 1. Rekapitulasi Data Empati Siswa Kelas VII

Kategori	Rentangan skor	Frekuensi
Tinggi	89 – 116	17
Sedang	59 – 88	12
Rendah	29 – 58	2
Total		31

Tabel 2. Hasil Pretest Tingkat Empati Subjek Penelitian

Subjek	Skor	Kategori tingkat empati siswa
RA	72	Sedang
T	64	Sedang
PD	62	Sedang
AR	61	Sedang
SAZ	58	Rendah
FI	53	Rendah

kegiatan eksperimen dengan jelas. Setelah dirasa siswa sudah paham mengenai setiap kegiatan yang akan dilakukan, pertemuan diakhiri dengan penyampaian rencana kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya.

Pertemuan kedua dilaksanakan pada 11 Mei 2015 di dalam ruang kelas. Pertemuan diawali dengan mengucap salam dan membangun *rapport*, kemudian dilanjutkan dengan menjelaskan tujuan kegiatan pada pertemuan hari itu dan menanyakan kesiapan subjek penelitian untuk melaksanakan kegiatan pada hari itu. Sebelum penayangan film, peneliti terlebih dahulu membacakan sinopsis singkat film. Film yang diputarkan pada pertemuan hari ini adalah “Surat Kecil untuk Tuhan”. Film ini menceritakan Gita Sesa Wanda Cantika atau yang lebih dikenal dengan nama panggilan Keke. Keke mengidap *Rhabdomyosarcoma* (Kanker Jaringan Lunak), akibatnya, semua rambut Keke sedikit demi sedikit mulai rontok, kulitnya mengering, dan sering mual-mual. Meskipun dengan kondisi seperti itu, Keke masih beruntung karena mempunyai enam sahabat karib yang selalu setia menemaninya dan seorang kekasih yang juga begitu menyayanginya, yaitu Andy.

Pertemuan ketiga dilaksanakan pada 13 Mei 2015 di dalam ruang kelas. Kegiatan diawali dengan mengucap salam dan membangun *rapport*, menjelaskan tujuan kegiatan pada pertemuan hari ini dan selanjutnya peneliti membacakan sinopsis singkat tentang film yang akan ditayangkan. Film yang diputarkan pada pertemuan ketiga adalah “Negeri 5 Menara”. Setelah menonton film, subjek penelitian diminta untuk mengisi lembar refleksi isi dan refleksi pengalaman.

Pertemuan keempat dilaksanakan pada 15 Mei 2015 dan dilaksanakan di dalam ruang kelas. Pada pertemuan keempat, peneliti menayangkan film “Ayah Mengapa Aku Berbeda”, yang menceritakan seorang gadis tuna rungu yang mempunyai impian untuk membahagiakan sang ayah. Sebagian siswa mengaku pernah menonton film tersebut. Mereka mengaku terharu ketika menonton film tersebut. Hal ini dibuktikan dengan antusiasnya subjek penelitian yang aktif dalam diskusi refleksi. Pada saat uji komitmen, hampir sebagian besar subjek penelitian berpendapat bahwa usaha keras yang disertai kesungguhan akan menghasilkan kesuksesan.

Pertemuan kelima dilaksanakan pada 18 Mei 2015 di dalam ruang kelas. Film yang ditayangkan pada pertemuan kelima adalah “Sang Pemimpi”. Film ini menceritakan tentang perjuangan tiga orang anak untuk meraih mimpi dan cita-citanya. Hampir semua semua mengaku pernah menonton film tersebut. Walaupun mereka mengaku pernah menonton film tersebut, subjek penelitian tetap antusias untuk menonton film tersebut. Hal itu dikarenakan mereka tertarik dengan bagaimana usaha dan perjuangan ketiga tokoh dalam menggapai impian dan cita-citanya.

Pertemuan keenam dilaksanakan pada 20 Mei 2015 di dalam ruang kelas. Film yang ditayangkan pada pertemuan keenam adalah “Denias”. Film ini menceritakan tentang kehidupan anak-anak di daerah Papua. Di film ini ada dua tokoh utama yang saling bertolak belakang. Pertama ada tokoh Denias, yang digambarkan sebagai anak masyarakat biasa namun mempunyai sikap pantang menyerah dalam belajar. Tokoh kedua

Tabel 3. Hasil *Posttest* Tingkat Empati Subjek Penelitian

Subjek	Skor	Kategori tingkat empati siswa
AR	91	Tinggi
SAZ	81	Sedang
RA	94	Tinggi
PD	93	Tinggi
T	99	Tinggi
FI	101	Tinggi

adalah Noel yang digambarkan sebagai anak ketua suku dan mempunyai sikap yang angkuh dan Noel sangat membenci Denias. Sebagian subjek penelitian mengatakan bahwa mereka belum pernah menonton film ini, sehingga mereka sangat antusias saat melakukan kegiatan refleksi. Hal ini dapat dilihat dari hampir semua subjek penelitian yang ikut berpartisipasi dalam mengungkapkan pendapatnya. Peneliti menguji komitmen yang dibuat dengan menanyakan kembali kepada subjek penelitian. Subjek penelitian berpendapat bahwa kita tidak boleh sekalipun meremehkan orang lain karena belum tentu kita itu lebih baik daripada orang yang kita remehkan. Setelah menguji komitmen subjek penelitian, peneliti menyimpulkan kegiatan yang telah dilakukan dan menyampaikan kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya. Peneliti menjelaskan bahwa pada pertemuan selanjutnya akan dilaksanakan *posttest* yang bertujuan untuk mengukur sikap empati subjek penelitian setelah diberi *treatment*.

Pertemuan ketujuh dilaksanakan pada 23 Mei 2015 di dalam ruang kelas. Pertemuan ketujuh diisi dengan kegiatan kesimpulan dari lima film yang telah ditayangkan. Kegiatan dilakukan dengan cara diskusi dan tanya jawab dengan subjek penelitian mengenai film-film yang telah ditayangkan. Setelah kegiatan kesimpulan selesai, peneliti kemudian memberikan lembar skala empati kepada subjek penelitian. Setelah semua subjek penelitian selesai mengisi lembar skala empati, kegiatan dilanjutkan dengan pengakhiran. Peneliti mengakhiri pertemuan pada hari itu dan berterima kasih telah mengikuti semua kegiatan yang telah ditentukan dengan baik.

Penyajian Data Hasil *Posttest*

Kegiatan *posttest* dilakukan pada akhir pertemuan untuk mengetahui tingkat empati subjek penelitian setelah diberikan *treatment*. Hasil *posttest* subjek penelitian setelah diberikan *treatment* dapat dilihat pada Tabel 3. Dari Tabel 3 dapat dilihat bahwa semua subjek penelitian mengalami peningkatan tingkat empati. Berikut juga dijelaskan deskripsi tingkat perubahan setiap subjek penelitian.

Hasil *treatment* Subjek AR mengalami peningkatan sebanyak 30 poin. Pada saat *pretest*, subjek mendapatkan skor 61 dan pada saat *posttest* mendapatkan skor 91. Dari hasil observasi setiap pertemuan, subjek tampak cukup serius dan sungguh-sungguh, baik itu pada saat penayangan maupun saat refleksi. Pada saat menonton film, subjek juga sambil berdiskusi dengan teman sebelahnya. Pada saat refleksi pun subjek terlihat selalu aktif pada setiap pertemuan.

Subjek SAZ mengalami peningkatan sebanyak 23. Pada saat *pretest*, subjek mendapatkan skor 58 dan pada saat *posttest* mendapatkan skor 81. Dari hasil observasi setiap pertemuan, subjek cukup serius saat menonton penayangan film. Meskipun terkadang sambil melihat film, subjek terlihat mengobrol dengan teman sebelahnya. Pada saat refleksi, subjek cukup aktif meskipun pada pertemuan keempat subjek kurang aktif.

Subjek RA mengalami peningkatan sikap empati, yang awalnya berkategori sedang, naik menjadi tinggi. Pada saat *pretest*, subjek penelitian mendapatkan skor 72 dan pada saat *posttest* mendapatkan skor 94. Subjek mengalami peningkatan sebanyak 22. Dari hasil observasi pada setiap pertemuan, subjek cukup serius dalam melihat penayangan film, namun pada saat refleksi, subjek kurang begitu aktif dalam mengungkapkan pendapatnya.

Tabel 4. Data Perbedaan Skor Tingkat Empati Subjek Penelitian

Subjek	Pretest		Posttest		Peningkatan
	Skor	Kategori	Skor	Kategori	
AR	61	Sedang	91	Tinggi	30
SAZ	58	Rendah	81	Sedang	23
RA	72	Sedang	94	Tinggi	22
PD	62	Sedang	93	Tinggi	31
T	64	Sedang	99	Tinggi	35
FI	53	Rendah	101	Tinggi	48
Rata-rata	61,67		93,16		31,5

Subjek PD cukup serius dalam mengikuti seluruh kegiatan *treatment*. Dari hasil refleksi pada setiap pertemuan menunjukkan semakin membaiknya pemahaman subjek akan pentingnya mempunyai sikap empati. Selain dari hasil refleksi, peningkatan empati subjek juga dapat dilihat dari peningkatan skor yang didapat, yakni sebesar 31. Pada saat *pretest*, subjek mendapatkan skor 62 dan pada saat *posttest* mendapatkan skor 93.

Dari hasil observasi setiap pertemuan, sejak pertemuan pertama subjek T sudah terlihat mengikuti seluruh kegiatan dengan serius dan sungguh-sungguh. Hal itu dapat dilihat dari peningkatan yang dialami subjek yakni sebanyak 35. Pada saat *pretest*, subjek mendapatkan skor 64 dan pada saat *posttest* mendapatkan skor 99.

Pada saat *pretest*, subjek FI mendapatkan skor 53 dan pada saat *posttest* mendapatkan skor 101. Subjek mengalami peningkatan sebanyak 48. Dari hasil observasi setiap pertemuan, subjek menunjukkan sikap yang cukup antusias dalam mengikuti setiap pertemuan. Memang pada pertemuan pertama subjek kurang begitu serius dalam mengikuti *treatment*, namun karena peneliti memberikan perhatian khusus, akhirnya pada pertemuan selanjutnya subjek lebih serius dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti seluruh kegiatan *treatment*.

Dari penjelasan di atas, terdapat perbedaan hasil penelitian pada saat *pretest* dengan *posttest*. Perbedaan hasil penelitian dapat dilihat pada Tabel 4. Dalam tabel 4 dapat dilihat bahwa hasil *pretest* dari enam orang siswa yang memperlihatkan skor minimum 53 dan skor maksimum 72. Setelah diberikan *treatment*, hasil *posttest* menunjukkan skor minimum 81 dan skor maksimum 101. Dari penjabaran tersebut dapat dikatakan bahwa semua subjek penelitian mengalami peningkatan sikap empati. Hal ini disebabkan karena para siswa sudah menyadari pentingnya meningkatkan sikap empati.

PEMBAHASAN

Sikap empati sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Sikap empati membuat seseorang menjadi tahu bagaimana kondisi psikologis orang lain, sehingga seseorang dapat memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain. Pemahaman ini akan menjadi tali perekat dalam hubungan sosial, dan meningkatkan kualitas hubungan. Empati mempunyai hubungan yang sangat erat dengan perilaku pro-sosial. Goleman (dalam Taufik, 2012) menyebutkan bahwa orang-orang yang rendah sikap empatinya, dapat mengalami hambatan dalam perkembangan, membatasi pergaulan dan melemahkan kualitas hubungan dengan sesama.

Konselor sekolah mempunyai peran yang besar dalam membantu meningkatkan sikap empati siswa. Namun sampai saat ini konselor di sekolah belum memperhatikan pemilihan media apa yang sesuai agar empati siswa dapat meningkat dan dapat tersimpan lama di dalam diri siswa. Media film merupakan salah satu media yang dapat digunakan oleh konselor dalam melaksanakan bimbingan kelompok. Film sangat cocok mengajarkan masalah-masalah yang menyangkut domain kognitif maupun afektif. Dari segi kognitif konseli mendapat inspirasi apa yang harus dilakukan. Dari segi afektif konseli mendapat semangat dan motivasi untuk meniru apa yang ada dalam film. Menurut Nursalim, M., & Mustaji (2010:20), salah satu keuntungan dari media film adalah memberikan kesan mendalam, yang dapat mempengaruhi sikap siswa.

Penelitian yang dilakukan kepada enam siswa kelas VII SMP ini terdiri dari dua siswa yang mempunyai tingkat empati rendah dan empat siswa yang mempunyai tingkat empati sedang mendekati rendah. Skor

terendah yang diperoleh subjek penelitian sebelum *treatment* adalah 53 dan skor tertinggi adalah 72. Setelah dilakukan *treatment*, keenam subjek penelitian yang awalnya ada dikategori rendah dan sedang mengalami peningkatan sehingga menjadi ada dikategori sedang dan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat empati siswa kelas VII SMP sebelum dan sesudah *treatment*. Penerimaan hipotesis dalam penelitian ini ditunjukkan dari hasil analisis data yang menunjukkan nilai signifikansinya (2-tailed) adalah 0,028. Nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,05 (nilai $asyimp.sig < 0,05$) menunjukkan bahwa H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media film efektif untuk meningkatkan sikap empati siswa kelas VII SMP.

Peneliti menggunakan media film karena mampu membantu dan memfasilitasi konseli agar mampu memenuhi tugas-tugas perkembangannya yang meliputi aspek belajar, pribadi, sosial dan karier. Menurut Jencius (2011) pada saat menonton film, individu akan dibawa pada kondisi emosional di film tersebut. Hal ini memungkinkan siswa untuk dapat merasakan apa yang ada di dalam film dan jika dikaitkan dengan penelitian ini, siswa belajar meningkatkan sikap empati mereka. Film yang ditayangkan harus mempunyai tokoh yang mempunyai sikap empati yang tinggi sehingga tokoh tersebut mampu menginspirasi siswa agar mampu meniru dan mengaplikasikan ke dalam kehidupan sehari-hari. Ada lima film yang digunakan dalam penelitian ini, yakni film “Surat Kecil untuk Tuhan”, “Negeri 5 Menara”, “Ayah Mengapa Aku Berbeda”, “Sang Pemimpi”, dan “Denias”.

Dalam teori yang dijelaskan oleh Bandura (dalam Slavin, 2008) proses mengamati dan meniru perilaku dan sikap orang lain sebagai model merupakan tindakan belajar. Dalam melakukan pengamatan tersebut, terdapat aspek kognitif yang menjadi dasar timbulnya tingkah laku yang sesuai dengan apa yang telah diamati. Pada *modeling* ini, individu tidak sepenuhnya meniru dan mencontoh perilaku dari orang-orang tersebut, namun individu juga memperhatikan hal-hal apa saja yang baik semestinya untuk ditiru atau dicontoh dengan cara melihat bagaimana *reinforcement* atau *punishment* yang akan ditiru. Menurut Bandura (dalam Slavin, 2008) terdapat empat proses yang terlibat di dalam pembelajaran melalui pendekatan modeling, yaitu perhatian, pengingatan, reproduksi dan motivasi.

Pada saat melakukan *treatment*, ada beberapa tahapan yang harus dilakukan oleh peneliti, yakni penayangan film, refleksi dan diskusi. Pada saat penayangan film, siswa diberikan film-film yang di dalamnya mengandung nilai-nilai empati sehingga setelah melihat film, siswa diharapkan mampu meningkatkan sikap empatinya. Diperlukan keterampilan berkomunikasi dan mengelola kelas dari peneliti agar bisa mengkondisikan subjek penelitian agar mampu mengikuti seluruh kegiatan dengan serius dan sungguh-sungguh. Hal itu dikarenakan pada saat penayangan film, peneliti sedikit mengalami kendala karena lamanya durasi film membuat beberapa subjek penelitian mengalami kebosanan. Hal itu bisa dilihat dari hasil observasi pada setiap pertemuan. Misalnya saja subjek penelitian SAZ dan RA. Subjek penelitian SAZ pada pertemuan pertama, pada pertengahan film kedapatan melihat film sambil membaca novel. Subjek penelitian RA pada pertemuan pertama dan keempat kedapatan melihat film sambil memainkan HP.

Pada saat refleksi, siswa diminta mengisi lembar refleksi yang terdiri dari refleksi isi dan pengalaman. Selanjutnya hasil refleksi yang telah dikerjakan didiskusikan bersama-sama. Pada saat diskusi, siswa diberi kesempatan untuk saling bertukar pendapat seputar film yang telah mereka lihat. Selain itu, pada saat diskusi siswa juga mampu mencari atau membuat solusi jika mereka mengalami peristiwa seperti yang ada di dalam film. Pada tahap refleksi dan diskusi ini, hampir semua subjek penelitian aktif dalam mengutarakan pendapatnya. Hanya subjek penelitian RA yang kurang begitu aktif dalam tahap refleksi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada perbedaan tingkat empati siswa kelas VII SMP sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Hal ini dibuktikan dari hasil analisis dengan menggunakan uji *wilcoxon* yang diperoleh nilai beda (z) sebesar -2,201 dan nilai signifikansinya (2-tailed) adalah 0,028. Nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,05 (nilai $asyimp.sig < 0,05$) menunjukkan bahwa H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media film efektif untuk meningkatkan sikap empati siswa kelas VII SMP.

Saran

Saran diberikan pada konselor untuk: (1) memperhatikan ketersediaan waktu terlebih dahulu sebelum menggunakan media film dalam melakukan kegiatan bimbingan kelompok, (2) mengetahui tokoh, isi cerita dan pesan yang terkandung di dalam film yang akan ditayangkan dan dalam menggunakan media film, (3) memperhatikan proses pengeditan film. Saat pengeditan, isi atau pesan yang ada di dalam film tidak boleh ikut terpotong. Selain itu, durasi film juga sebaiknya disesuaikan dengan jam pelajaran BK di sekolah.

Saran untuk peneliti selanjutnya (1) dalam melaksanakan penelitian, sebaiknya menggunakan kelompok kontrol agar bisa diketahui perbedaan skor antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen, (2) sebaiknya *posttest* diberikan pada setiap akhir pertemuan agar peningkatan dan perkembangan sikap empati siswa dapat diketahui pada setiap pertemuan.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Bina Aksara.
- Arsyad, A. 2002. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Arsyad, A. 2011. *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Byrne, Donn & Baron, Robert A. 2003. *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 1*. Sidoarjo: PT Erlangga
- Kartono, K. 2003. *Kamus Psikologi*. Bandung: Pionir Jaya.
- Nursalim, M., & Mustaji. 2010. *Media Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: Unesa University Press
- Pearce, S. S., Jencius & Studervant. 2011. *What Experts Say about Cinema Therapy*, (online), (<http://www.cinematherapy.com>), diakses 25 Maret 2015.
- Prayitno & Amti, E. 2008. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sarwono, S.W. 2011. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Slavin, R.E. 2008. *Psikologi Pendidikan Teori dan Praktik*. Jakarta: PT Indeks.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taufik. 2012. *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo. Persada.
- Universitas Negeri Malang. 2010. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah: Skripsi, Tesis, Desertasi, Artikel, Makalah, Tugas Akhir, Laporan Penelitian* (edisi kelima). Malang: Penerbit Universitas Negeri Malang.

PENGEMBANGAN MEDIA LETTER SHARING UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN KOMUNIKASI SISWA INTROVERT

Elian Iwi Afifah, Triyono, Yuliati Hotifah

Bimbingan dan Konseling-Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Malang-Jl. Semarang No. 5 Malang
E-mail: elianiwiafifah@yahoo.com

Abstract: Communication skills are the most important things for teenagers. There is a leaning that the teenagers who have low communication skills can be called as someone who is introvert personality. People who are introvert personality tend to be difficult to communicate and express verbally. The purpose of developing letter sharing media is to improve communication skills of introvert student. This research is development research by adopting Borg and Gall research model. The development result showed that this product has the criteria of usefulness, feasibility, accuracy, and attractiveness and appropriate when used to facilitate students to express communication skills in writing.

Keywords: communication skills; letter sharing media; introvert personality

Abstrak: Keterampilan komunikasi merupakan hal yang terpenting bagi remaja. Terdapat kecenderungan bahwa remaja yang memiliki keterampilan komunikasi yang rendah dapat dikatakan sebagai seseorang yang berkepribadian *introvert*. Orang yang berkepribadian *introvert* cenderung sulit berkomunikasi dan sulit mengungkapkan secara lisan. Pengembangan media *letter sharing* ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi siswa introvert. Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan dengan mengadopsi model penelitian Borg and Gall. Hasil pengembangan menunjukkan bahwa produk ini mempunyai kriteria kegunaan, kelayakan, ketepatan, kemenarikan dan sesuai apabila digunakan untuk memfasilitasi siswa dalam mengekspresikan keterampilan komunikasi secara tertulis.

Kata kunci: keterampilan komunikasi; media *letter sharing*; kepribadian *introvert*

Pada usia remaja, kondisi psikis individu masih kurang stabil sehingga pada usia tersebut tepatnya pada jenjang SMP, kebanyakan dari mereka masih belum mengetahui potensi yang dimiliki, apa yang selayaknya dilakukan, dan kapan mereka harus bertindak dalam mengambil keputusan. Santrock (2003) menyatakan bahwa individu mengalami perubahan dalam tiga domain, yaitu proses biologis, proses kognitif, dan proses sosio-emosional. Dalam masa perubahan tersebut diperlukan adanya pendampingan pada diri remaja, baik dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sekolah. Hal tersebut diperlukan karena tiga domain perubahan tersebut sangat berpengaruh besar terhadap keterampilan komunikasi yang ditampakkan oleh remaja.

Keterampilan komunikasi merupakan salah satu cara bagi remaja untuk mengungkapkan sesuatu yang ada di pikirannya. Terdapat kecenderungan bahwa remaja yang memiliki keterampilan komunikasi yang rendah dapat dikatakan sebagai seseorang yang berkepribadian *introvert*. Kepribadian yang seperti itu

cenderung menutup diri dengan orang lain dan lebih memilih untuk memendam apa yang dirasakan. Dengan adanya keterampilan komunikasi pada diri remaja, maka remaja akan benar-benar dapat mengekspresikan apa yang diinginkan dan orang lain juga akan mengetahui apa yang sebenarnya diinginkan oleh remaja tersebut. Ketika hal itu terjadi, maka dia juga dapat mengevaluasi mengenai baik buruknya apa yang telah diungkapkan, sehingga dia akan dapat memperbaiki sikap atau tingkah laku yang kurang baik dan pada akhirnya remaja tersebut akan dapat berkembang secara optimal.

Seperti pada siswa di SMPN 2 Malang, sebagian dari mereka masih berkepribadian *introvert*. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru BK, beliau menjelaskan bahwa masih banyak siswa yang memiliki kepribadian *introvert*. Menurut Ibu Endang selaku salah satu konselor, menjelaskan bahwa remaja yang berkepribadian *introvert*, lebih senang menyendiri, mengalami kesulitan dalam mencari kelompok belajar, tertutup, tidak memiliki teman dekat lebih dari seorang. Selain itu, mereka juga sulit mengungkapkan pendapat secara verbal dan mereka juga memiliki kepercayaan yang rendah terhadap teman.

Penelitian yang dilakukan oleh Tristiana (2012), pada kelas VII F di SMPN 1 Malang, terdapat 50% siswa berkepribadian *introvert* dan 50% berkepribadian *extrovert*. Siswa yang berkepribadian *introvert* tinggi sebesar 21,43%. Persentase ini sangat jauh berbeda dengan siswa yang berkepribadian *extrovert* tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang berkepribadian *extrovert* tinggi hanya 3,57%. Berdasarkan data hasil penelitian itu, dapat diambil kesimpulan bahwa jumlah siswa yang berkepribadian *introvert* dalam klasifikasi tinggi lebih banyak daripada jumlah siswa *extrovert* klasifikasi tinggi.

Pada hakikatnya, seseorang berkecenderungan memiliki masalah baik masalah pribadi, sosial, karier, maupun akademik. Seseorang yang memiliki keterampilan komunikasi yang baik, maka dia akan berusaha untuk mengungkapkan hal tersebut. Dengan adanya keterampilan komunikasi pada diri remaja, maka remaja akan benar-benar dapat mengekspresikan apa yang diinginkan dan orang lain juga akan mengetahui apa yang sebenarnya diinginkan oleh remaja tersebut. Ketika hal itu terjadi, maka dia juga dapat mengevaluasi mengenai baik buruknya apa yang telah diungkapkan, sehingga dia akan dapat memperbaiki sikap atau tingkah laku yang kurang baik dan pada akhirnya remaja tersebut akan dapat berkembang secara optimal.

Media *letter sharing* merupakan produk cetak yang digunakan dalam membantu siswa *introvert* untuk mengembangkan keterampilan berkomunikasinya. Berdasarkan pendekatan konseling naratif, manusia dipandang sebagai makhluk yang menilai dan menginternalisasi diri sendiri dengan menceritakan cerita kehidupannya. Kebanyakan cerita tersebut menyoroti kualitas negatif mengenai individu ataupun situasi kehidupan mereka dan sangat mengganggu atau membuat depresi (Gladding, 2012:286). Worden dalam Gladding (2012:286) menyatakan bahwa konselor naratif menekankan bahwa pengetahuan atau arti dibentuk melalui interaksi sosial.

Sementara itu, Walsh & Keenan dalam (Gladding, 2012:286) berpendapat bahwa pendekatan naratif memandang konselor sebagai kolaborator dan ahli dalam memberikan pertanyaan. Konselor menggunakan alasan negatif, yang dikarakteristikan kisah-kisah, keberartian, dan kehidupan, sebagai upaya untuk membantu konseli mendefinisikan kembali kehidupan dan hubungannya melalui naratif baru. Pendekatan ini menekankan pada pengembangan kisah alternatif dan unik dalam kehidupan seseorang, dengan harapan bahwa konseli akan menemukan pilihan dan strategi baru untuk kehidupannya (Gladding, 2012:287).

Berpedoman pada teori naratif, maka dikembangkan sebuah media *letter sharing*, di mana produk ini merupakan produk cetak yang digunakan dalam membantu siswa *introvert* untuk mengembangkan kemampuan berkomunikasinya. Siswa *introvert* mempunyai kesulitan dalam bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain di sekitarnya, hal ini dikarenakan individu *introvert* mencurahkan fokus lebih ke dalam diri dari pada di luar dirinya, individu *introvert* kurang memberikan perhatian lebih terhadap orang-orang yang ada di sekitarnya dan lebih merasa nyaman dalam kesendirian serta tergolong orang yang mempunyai sifat pemalu.

Merubah siswa yang berkepribadian *introvert* menjadi siswa yang berkepribadian *extrovert* bukanlah cara yang tepat, karena pada dasarnya kita tidak dapat merubah kepribadian seseorang. Sehubungan dengan pernyataan tersebut, siswa yang berkepribadian *introvert* memerlukan sebuah media untuk meningkatkan keterampilan komunikasinya. Media *letter sharing* ini akan membantunya untuk mengekspresikan perasaan dan juga pengalamannya ke dalam bentuk tulisan. Oleh karena itu, penting dilakukan "Pengembangan Media *Letter Sharing* untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Siswa *Introvert*".

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan (*Research and Development*). Pengembangan media *letter sharing* untuk meningkatkan keterampilan komunikasi siswa *introvert* mengadaptasi dari strategi pengembangan Borg dan Gall (2003) yang memiliki tujuh tahap.

Tahap pertama yang ditempuh dalam mengembangkan media adalah identifikasi kebutuhan. Pada tahap ini peneliti melakukan analisis permasalahan utama pada karakteristik siswa di SMP Negeri 2 Malang. Permasalahan yang akan diteliti adalah siswa yang berkepribadian *introvert* di sekolah tersebut. Langkah yang ditempuh dalam analisis awal ini meliputi: (1) melakukan wawancara dengan konselor di sekolah tersebut mengenai jenis-jenis kepribadian siswa di sekolah tersebut, (2) konselor memberikan data tentang identitas siswa yang berkepribadian *introvert*, (3) memberikan kuisisioner kepada siswa *introvert* untuk mengetahui lebih lanjut mengenai karakteristik siswa *introvert*, (4) melakukan tahapan analisis kebutuhan siswa. Tujuan dilakukannya tahap ini adalah menyamakan persepsi antara karakteristik siswa *introvert* dengan pemikiran peneliti agar hasil pengembangan media dapat maksimal.

Tahap yang kedua adalah perumusan tujuan. Tujuan pengembangan media *letter sharing* dimaksudkan agar siswa *introvert* memperoleh gambaran tentang pentingnya keterampilan komunikasi dan agar siswa *introvert* memperoleh gambaran tentang bagaimana cara meningkatkan keterampilan berkomunikasi.

Tahap ketiga adalah pembuatan media. Pada tahap ini, peneliti mengumpulkan sumber-sumber yang akan digunakan dalam pengembangan media, baik dari buku maupun program yang akan digunakan. Format media yang akan dikembangkan adalah meliputi: sampul atau cover, identitas pemilik buku *letter sharing*, pendahuluan, petunjuk penggunaan, lembar catatan harian, lembar umpan balik atau *feedback* konselor, dan lembar kesimpulan.

Tahap keempat adalah pembuatan *prototype*. *Prototype* media *letter sharing* ini dilakukan sebelum menyusun media yang sesungguhnya. Pembuatan *prototype* bertujuan sebagai dasar penyusunan media. Adapun hal-hal yang dikembangkan terlebih dahulu adalah pertanyaan-pertanyaan yang menjadi fokus dalam membimbing siswa *introvert* untuk meningkatkan keterampilan berkomunikasi.

Tahap kelima yaitu validasi produk. Validasi produk dilakukan sebelum digunakan untuk keperluan uji coba. Validasi produk ini bertujuan untuk mengetahui kelayakan media, baik dari segi tampilan, isi, maupun pertanyaan-pertanyaan yang menjadi fokus dalam penelitian. Validator produk meliputi tiga orang dosen bimbingan dan konseling serta tiga orang konselor.

Tahap keenam adalah tahap Revisi. Revisi bertujuan untuk memperbaiki atau menyempurnakan media yang dihasilkan. Apabila produk yang sudah direvisi masih perlu direvisi, maka peneliti melakukan validasi ulang, namun jika produk pengembangan yang berupa media *letter sharing* tersebut dinyatakan layak, maka hanya dilakukan revisi sesuai dengan komentar dan saran yang diberikan validator.

Tahap ketujuh merupakan tahap terakhir dari pengembangan media. Tahap ini adalah tahap pengemasan. *Letter sharing* yang dikembangkan berupa media cetak dan siswa dapat menggunakan media tersebut. Selain siswa, konselor juga dapat menggunakan media *letter sharing* ini untuk mengevaluasi dan menginterpretasi hasil kerja siswa

Uji coba produk dilakukan kepada siswa *introvert* di SMPN 2 Malang. Uji coba ini merupakan uji coba terbatas yang dilakukan kepada kelompok kecil sebagai pengguna media. Uji coba kelompok kecil dilakukan oleh beberapa siswa SMP yang berkepribadian *introvert*. Data yang diperoleh adalah data angka dan verbal. Data angka berupa nilai modus yang diperoleh dari angket keterbacaan uji kelompok kecil, sedangkan data verbal diperoleh dari komentar atau perasaan siswa setelah menggunakan media *letter sharing*. Data angka berupa nilai modus yang diperoleh dari angket keterbacaan disusun dengan skala. Angket yang didapatkan dari skala ini berkisar angka satu sampai angka empat.

Instrumen pengumpulan data dalam pengembangan media *letter sharing* menggunakan instrumen berupa angket. Angket berisi sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari ahli dan pengguna produk mengenai kelayakan media yang dikembangkan. Instrumen pengumpulan data yang digunakan oleh ahli layanan BK dan calon pengguna produk berupa angket tertutup dan tidak langsung, yaitu berbentuk *check list* dan uraian singkat. Angket ini berguna untuk mengetahui tingkat kelayakan media yang dikembangkan. Angket yang digunakan terdiri dari dua bagian, yaitu lembar penilaian yang berupa

skala bertingkat yang terdiri dari pertanyaan yang diikuti kolom-kolom atau pilihan-pilihan yang menunjukkan tingkatan kesesuaian produk yang dikembangkan, jawaban angket menggunakan skala bertingkat dengan kategori pilihan dan lembar kritik dan saran yang diisi oleh ahli sebagai masukan atau saran untuk memperbaiki media.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan oleh uji kelompok kecil berupa angket tertutup, yaitu berbentuk *check list*. Angket ini berguna untuk mengetahui kemenarikan dan kebermanfaatan media yang dikembangkan. Angket yang digunakan berupa lembar penilaian yang berupa skala bertingkat (*rating scale*). Yaitu pertanyaan yang diikuti pilihan-pilihan yang menunjukkan tingkatan kemenarikan dan kebermanfaatan produk yang dikembangkan. Jawaban angket menggunakan skala bertingkat dengan kategori pilihan. Selain itu juga terdapat kolom tanggapan dan saran yang diisi oleh siswa.

Teknik analisa data yang digunakan adalah data angka dan verbal. Data angka dan data verbal diperoleh dari hasil uji ahli layanan BK, uji calon pengguna produk, dan uji kelompok kecil berupa pengisian angket yang sudah disediakan dan masukan, saran, dan komentar yang dianalisis secara deskriptif untuk penyempurnaan produk lembar kerja *letter sharing*.

Data angka dianalisis dengan menggunakan modus (mengambil skor yang paling banyak dipilih dari subjek), sedangkan data verbal dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif yang diperoleh dari hasil saran atau tanggapan dari ahli serta calon pengguna produk.

HASIL

Hasil akhir dari pengembangan ini adalah produk yang berupa lembar kerja *letter sharing* bagi siswa SMP yang terdiri dari panduan konselor dan siswa. Konselor dapat menggunakan produk ini untuk menerapkan layanan konseling dengan menggunakan media *letter sharing* untuk meningkatkan keterampilan komunikasi siswa *introvert*, sedangkan bagi siswa dapat digunakan sebagai media untuk meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya keterampilan komunikasi dan memotivasi siswa untuk berlatih mengungkapkan yang ingin diungkapkan secara verbal.

Data angka merupakan data yang diperoleh dari penilaian ahli berdasarkan isian angket skala penilaian. Skala penilaian ini merupakan alat ukur dengan empat indikator penilaian yaitu, kegunaan, kelayakan, ketepatan, dan kemenarikan. Penilaian data verbal diperoleh melalui tanggapan, saran, maupun kritik dari ahli.

Hasil uji ahli BK terhadap aspek kegunaan dapat diklasifikasikan berguna, layak untuk aspek kelayakan, sangat tepat untuk aspek ketepatan, dan menarik untuk aspek kemenarikan. Berdasarkan penilaian hasil uji calon pengguna produk, terhadap aspek kegunaan dapat diklasifikasikan berguna, layak untuk aspek kelayakan, sangat tepat untuk aspek ketepatan, dan menarik untuk aspek kemenarikan. Selain itu, terdapat juga penilaian dari uji kelompok kecil. Hasil uji kelompok kecil terhadap aspek kegunaan dapat diklasifikasikan sangat berguna, sangat layak untuk aspek kelayakan, sangat tepat untuk aspek ketepatan, dan sangat menarik untuk aspek kemenarikan.

Berdasarkan penilaian yang dilakukan oleh ahli BK, menyebutkan bahwa pada petunjuk penggunaan sebaiknya disertakan penjelasan bahwa inventori untuk mengetahui siswa *introvert* dan *extrovert* terdapat pada lampiran dan perlu dijelaskan pula bahwa pengisian *reinforcement* dilakukan setelah konselor mengevaluasi. *Background* sebaiknya di buat *simple*. Selain itu pada tabel evaluasi, garis pada tabelnya terlalu tebal. Perlu diperhatikan juga logo um pada cover, sebaiknya diperkecil.

Penilaian data verbal yang dilakukan oleh calon pengguna produk, menyebutkan bahwa pada uraian lembar evaluasi dan interpretasi lebih baik diawali dengan petunjuk lebih dahulu. Waktu yang digunakan kurang efektif karena produk ini hanya digunakan untuk siswa *introvert* saja. Sebaiknya juga ditambahi gambar-gambar agar siswa lebih termotivasi. Selain itu, pada uraian pendahuluan hendaknya disampaikan mengenai tujuan dan manfaat *letter sharing*.

Penilaian data verbal dari kelompok kecil menyatakan bahwa produk lembar kerja *letter sharing* ini dapat membantu mereka dalam berkomunikasi secara tertulis mengenai pengalaman yang mereka alami. Selain itu, produk ini menurut mereka merupakan produk yang sangat menarik. Mereka juga mengatakan bahwa produk *letter sharing* ini mudah dipahami. Namun, mereka menginginkan gambar yang terdapat dalam produk ini adalah gambar kartun.

Siswa mengisi lembar kerja *letter sharing* selama 14 hari. Selama kegiatan ini, siswa didampingi oleh konselor. Hasil yang diperoleh berdasarkan penelitian menyebutkan bahwa siswa cukup tertarik dalam mengikuti kegiatan pengisian lembar kerja *letter sharing* ini. Hal ini dapat dibuktikan dengan persentase keterbukaan yang diperoleh siswa. Pada hari ke 1—8 persentase yang diperoleh menunjukkan kenaikan, namun setelah dianalisis terjadi penurunan pada hari ke-9 sampai hari ke-14 secara signifikan. Hal ini diduga bahwa siswa mengalami kejenuhan pada hari tersebut.

PEMBAHASAN

Peneliti mengembangkan sebuah produk berupa lembar kerja *letter sharing* bagi siswa SMP. Produk ini berupa media cetak yang berbentuk *blocknote*, yang berisikan identitas siswa, petunjuk penggunaan, butir pertanyaan, *feedback* dalam bentuk *reinforcement* dari konselor, dan kesimpulan tahap perkembangan siswa selama dua minggu dalam menggunakan *letter sharing*. Media yang berupa *letter sharing* ini divalidasi oleh dosen bimbingan dan konseling, konselor, dan beberapa siswa dalam bentuk uji kelompok kecil. Proses validasi meliputi validasi kegunaan, kelayakan, ketepatan dan kemenarikan.

Produk yang berupa *letter sharing* terdiri atas dua jenis, (1) lembar kerja *letter sharing* untuk konselor, (2) lembar kerja *letter sharing* untuk siswa. Format penulisan lembar kerja pada *letter sharing* untuk konselor, meliputi: (1) daftar isi, (2) pendahuluan, (3) petunjuk penggunaan, (4) alur penggunaan lembar kerja siswa, (5) petunjuk evaluasi, (6) lembar evaluasi, (7) petunjuk skoring dan interpretasi, (8) lembar skoring dan interpretasi, (9) instrumen. Format penulisan lembar kerja pada *letter sharing* untuk siswa, meliputi: (1) identitas siswa, (2) pendahuluan, (3) petunjuk penggunaan, (4) pertanyaan-pertanyaan dan *reinforcement*, (5) kesimpulan.

Setelah produk selesai dibuat, kemudian diuji oleh ahli BK, calon pengguna produk (konselor), dan uji kelompok kecil (siswa). Hal ini untuk mengetahui kevalidan dari aspek kegunaan, kelayakan, ketepatan, dan kemenarikan secara keseluruhan. Hasil uji coba menunjukkan bahwa produk lembar kerja *letter sharing* ini menurut hasil uji ahli BK dan uji calon pengguna produk menyatakan bahwa produk ini termasuk dalam kriteria sangat berguna, layak, sangat tepat, dan menarik. Sedangkan uji kelompok kecil menunjukkan bahwa, produk *letter sharing* termasuk dalam kriteria sangat berguna, sangat layak, sangat tepat, dan sangat menarik.

Ahli BK berpendapat bahwa secara umum bagus dan setelah direvisi maka produk lembar kerja *letter sharing* layak untuk digunakan dalam peningkatan keterampilan komunikasi siswa *introvert*. Calon pengguna produk berpendapat bahwa secara umum bagus dan setelah direvisi maka produk lembar kerja *letter sharing* layak untuk digunakan dalam peningkatan keterampilan komunikasi siswa *introvert*. Dengan demikian, ahli BK dan calon pengguna produk menyatakan perlu dilakukan revisi untuk memperbaiki produk agar lebih sempurna dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

Revisi dilakukan berdasarkan saran dari ahli BK 1, BK 2, BK 3, calon pengguna produk 1, calon pengguna produk 2, dan calon pengguna produk 3. Revisi ahli BK yaitu pada petunjuk penggunaan untuk konselor sebaiknya disertakan penjelasan bahwa inventori untuk mengetahui siswa *introvert* dan *extrovert* terdapat pada lampiran. Perlu disertakan pula penjelasan bahwa pengisian *reinforcement* dilakukan setelah konselor mengevaluasi hasil kerja siswa dalam mengisi lembar kerja *letter sharing*. Sebaiknya pada lembar kerja siswa, perlu dijelaskan pada petunjuk penggunaan bahwa pengisian lembar kerja *letter sharing* ini berlangsung selama 14 hari.

Ada beberapa saran revisi dari calon pengguna produk yaitu pada produk lembar kerja *letter sharing* untuk konselor, lebih baik diawali dengan petunjuk lebih dahulu. Waktu yang digunakan kurang efektif karena produk ini hanya digunakan untuk siswa *introvert* saja. Sebaiknya juga ditambahi gambar-gambar agar siswa lebih termotivasi. Hendaknya disampaikan mengenai tujuan dan manfaat *letter sharing* pada pendahuluan.

Uji kelompok kecil dilakukan oleh siswa dengan menilai produk lembar kerja *letter sharing* dari segi kegunaan, kelayakan, ketepatan, dan kemenarikan. Tetapi ada beberapa saran dari uji kelompok kecil yakni gambar yang disertakan sebaiknya merupakan gambar kartun agar lebih memotivasi siswa untuk mengisi lembar kerja *letter sharing*.

Penilaian dari ahli BK dan calon pengguna produk berupa data angka dan data verbal. Data angka dianalisis menggunakan modus (mengambil skor yang paling banyak dipilih dari subjek), selain data angka, diperoleh juga data verbal yang berupa saran dan masukan, sehingga dapat diketahui bahwa hasil dari penilaian uji ahli layanan BK dan uji calon pengguna produk menunjukkan bahwa lembar kerja *letter sharing* ini dikategorikan berguna, layak, sangat tepat, dan menarik untuk dikembangkan.

Pengisian lembar kerja *letter sharing* dilakukan selama 14 hari. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa setiap harinya selalu mengalami peningkatan keterbukaan. Pada hari ke 1-8 menunjukkan bahwa persentase keterbukaan meningkat, namun setelah dianalisis, terjadi penurunan pada hari ke 9-14 secara signifikan. Penurunan ini diduga karena adanya kejenuhan yang dialami oleh siswa.

Reber (dalam Syah, 2011:162) menyebutkan bahwa kejenuhan belajar ialah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Selain itu, kejenuhan juga dapat terjadi karena proses belajar siswa telah sampai pada batas kemampuan jasmaniahnya karena bosan (*boring*) dan keletihan (*fatigue*) (Syah, 2011:163). Keadaan ini sejalan dengan fakta yang diperoleh dari hasil penelitian bahwa siswa diduga merasa jenuh apabila menceritakan pengalaman dengan topik yang sama selama 14 hari. Berdasarkan analisis dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa efektivitas penggunaan lembar kerja *letter sharing* hanya sampai pada hari ke 8, sehingga terminasi dapat dilakukan pada hari tersebut. Namun tidak menutup kemungkinan apabila digunakan di tempat lain dengan karakteristik siswa yang berbeda, maka penggunaan *letter sharing* bisa dilakukan sampai hari ke 14.

Produk lembar kerja *letter sharing* bagi siswa SMP ini berguna untuk memfasilitasi siswa dalam mengekspresikan keterampilan komunikasi secara tertulis berdasarkan pengalaman yang dialami sehingga siswa *introvert* tidak dapat dipaksa untuk dapat berkomunikasi secara verbal walaupun sudah mengikuti kegiatan pengisian lembar kerja *letter sharing* ini. Namun produk ini juga memiliki kelemahan, yaitu penelitian dilakukan hanya sampai pada tahap uji kelompok kecil dan tidak sampai pada tahap akhir (desiminasi). Selain itu, uji kelompok kecil yang dilakukan hanya sampai pada kegunaan dan proses pengisian lembar kerja *letter sharing*, tidak sampai menguji keefektifan produk ini.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Setelah di uji cobakan, produk ini memenuhi kriteria kegunaan, kelayakan, ketepatan, dan kemenarikan apabila digunakan untuk siswa SMP.

Saran

Saran-saran yang dikembangkan bagi konselor sekolah dan pengembang selanjutnya antara lain: (1) konselor diharapkan menggunakan produk lembar kerja *letter sharing* dalam memberikan layanan BK di bidang pribadi dan sosial. (2) konselor disarankan meminta bantuan konselor pendamping (konselor lain yang ada di sekolah) apabila kegiatan ini dilakukan dalam kelas besar. (3) bagi peneliti selanjutnya perlu dilakukan uji keefektifan dengan penelitian eksperimen dan/ atau penelitian tindakan bimbingan.

DAFTAR RUJUKAN

- Borg, Walter R & Gall, Meredith Damien. 2003. *Educational Research*. New York: Longman.
- Corey, G. 2009. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Belmont, CA : Brooks/Cole.
- Gladding, Samuel T. 2012. *Konseling Profesi yang Menyeluruh*. Jakarta:Indeks.
- Santrock, J. W. 2003. *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Syah, Muhibbin. 2011. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Tristiana, Ita. 2012. *Analisis Kemampuan Siswa Kelas VII SMPN 1 Malang Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert dalam Menyelesaikan Masalah Matematika Berdasarkan Analisis Newman*. Skripsi. Malang: Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Program Studi Pendidikan Matematika.

PENGEMBANGAN PANDUAN PELATIHAN CREATIVE PROBLEM SOLVING UNTUK MENCEGAH BULLYING DI SMP

Triwibowo Probo Sukarno, Dany Moenindyah Handarini

Bimbingan dan Konseling-Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Malang,-Jl. Semarang No. 5 Malang

E-mail: triwibowokonselor@gmail.com

Abstract: This research aims to developing the creative problem solving manual for preventing bullying among junior high school students which acceptable on accuracy, utility, and implementatively. This research method is adapted from procedural research and development Borg & Gall model (1983). Expert and prospective user analyzed by inter-rater agreement (Grinnell, 1988). Agreement result of 3 guidance and counseling experts from accuracy aspect is high, utility is high, and implementatiely is very high. Agreement of 3 prospective users from accuracy is high, utility is high, and implementatively is very high. The conclusion of the test is, this training guide product acceptable.

Keywords: Training guide; creative problem solving; bullying

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan produk berupa panduan pelatihan *creative problem solving* untuk mencegah *bullying* di SMP yang memenuhi kriteria keberterimaan berupa ketepatan, kegunaan, dan keterlaksanaan. Metode penelitian ini diadaptasi dari model *Research and Development* (R&D) prosedural Borg & Gall (1983). Uji ahli dan calon pengguna berupa angket dianalisis menggunakan *inter-rater agreement* (Grinnell, 1988). Hasil kesepakatan oleh 3 ahli bimbingan dan konseling pada aspek ketepatan tinggi, kegunaan tinggi, dan keterlaksanaan sangat tinggi. Kesepakatan oleh 3 calon pengguna pada aspek ketepatan tinggi, kegunaan tinggi, dan keterlaksanaan sangat tinggi. Berdasarkan uji tersebut dapat disimpulkan bahwa produk panduan pelatihan telah memenuhi kriteria keberterimaan.

Kata kunci: Panduan pelatihan; *creative problem solving*; *bullying*.

Bullying adalah perilaku antisosial yang sering terjadi di lingkungan pendidikan. Selama bertahun-tahun, kasus *bullying* selalu menjadi bagian yang tidak terpisahkan antar ikatan manusia dengan konteks sosial dan kultural yang berbeda-beda. Guru, siswa, bahkan orang tua merupakan kelompok manusia yang biasa memunculkan perilaku *bullying* sebagai bagian dari interaksi antar individu.

Ada beberapa definisi *bullying* dari ahli. Besag (1994) mendefinisikan *bullying* adalah penyerangan yang berulang-ulang secara fisik, psikis, sosial, dan verbal oleh individu yang mempunyai kekuatan kepada yang tidak memiliki daya, dengan tujuan menyebabkan *distres* demi kepuasan dirinya. Menurut Tattum (1998), *bullying* adalah keinginan, kesadaran untuk menyakiti orang lain dan menyebabkan korban merasa dibawah tekanan stres. Menurut psikolog Andrew Mellor (dalam Setyawan, 2014), *bullying* adalah

pengalaman yang terjadi ketika seseorang merasa teraniaya oleh tindakan orang lain dan ia takut apabila perilaku buruk tersebut akan terjadi lagi sedangkan korban merasa tidak berdaya untuk mencegahnya.

Berdasarkan definisi beberapa ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa *bullying* adalah bentuk perilaku anti sosial yang dilakukan oleh individu dengan jalan memberikan perlakuan berupa tindakan atau perkataan kepada orang lain (korban) untuk mendapatkan kepuasan diri, serta memberikan dampak negatif pada fisik dan psikis korban.

Salah satu penyebab *bullying* adalah individu kurang memiliki keterampilan pemecahan masalah. Arbor (2002) menyatakan terkadang individu yang menghadapi situasi sulit di rumahnya, seperti perceraian, atau di sekolah akan melakukan *bullying* kepada individu lain agar merasa lebih penting atau mengendalikan peristiwa hidupnya. Umumnya, pelaku *bullying* di sekolah adalah individu yang memiliki penghargaan diri yang rendah dan mencari penghargaan popularitas. Senada dengan pernyataan tersebut, Gross (2014) menyatakan salah satu penyebab individu menjadi pelaku *bullying* adalah individu yang dilupakan. Individu membutuhkan cinta dan perhatian dari orang dewasa yang peduli terhadap mereka, mereka ingin dan membutuhkan hal tersebut terutama dari ibu dan ayahnya. Tidak ada satu orang pun yang lebih penting dari ayah dan ibu, anak akan berusaha mendapatkan perhatian dari ibu dan ayah, sejak dia lahir sampai mati. Kondisi tersebut merupakan masalah bagi individu. Jika mereka tidak mendapatkan cinta dan perhatian di rumah, mereka dapat mengalami ketidakmampuan berbicara dan merasa tidak penting. Perasaan tersebut yang dapat berubah menjadi amarah, dendam, dan kemudian membully temannya di sekolah.

Masalah merupakan suatu kondisi yang senjang antara kenyataan dan harapan. Selain permasalahan kurangnya perhatian dan cinta dari orang tua, remaja juga mengalami masalah berkaitan dengan pribadi, sosial, akademik, dan karir. Kondisi pribadi misalnya kurangnya kepercayaan diri, manajemen emosi, kontrol diri dan sebagainya. Masalah sosial misalnya rendahnya penyesuaian diri, penerimaan sosial, dan perbedaan budaya. Pada bidang akademik misalnya tugas-tugas yang terlalu banyak, rendahnya kemampuan matematika, dan sebagainya. Sementara itu pada bidang karir misalnya kebingungan dalam memilih karir.

Jackson (2015) mengemukakan gagasannya tentang masalah adalah pusat dari apa yang kebanyakan orang lakukan setiap hari. Penyelesaian masalah untuk klien (internal atau eksternal), mendukung siapapun yang ingin menyelesaikan masalah, atau mengumpulkan informasi masalah baru untuk diselesaikan, masalah yang dihadapi dapat berupa masalah besar atau kecil, simpel atau kompleks, dan mudah atau sulit. Menurut Treffinger, dkk (dalam Steiner, 2009) masalah adalah sesuatu yang penting, terbuka, dan situasi yang ambisius untuk menentukan mana yang ingin dan butuh pilihan baru serta rencana untuk membawa solusi dengan berhasil. Sementara itu Hardin (2002) mengategorikan masalah menjadi masalah yang baik, dan masalah yang berpotensi menjadi penyakit, berdasarkan bagaimana masalah dan tujuan digambarkan. Masalah dengan penggambaran yang berlainan dan tidak terbatas tujuan dinamakan masalah yang baik. Perbedaan yang jelas antara masalah yang baik dengan yang tidak adalah satu kesatuan, berdasarkan ragam masalah dan apa menghendaki pelibatan kognitif dalam penyelesaiannya.

Pada tahap remaja yang penuh dengan potensi, pengembangan keterampilan pemecahan masalah perlu dilakukan dalam situasi dan metode yang mampu membangkitkan kreativitas. Siswa seringkali dihadapkan pada masalah yang bersifat kompleks, membutuhkan waktu yang segera untuk menyelesaikannya. Masalah jenis ini tidak hanya bisa diselesaikan dengan cara *problem solving* saja. Isrok'atun (2012) mengemukakan bahwa *problem* ini tidak dapat diselesaikan hanya dengan proses *problem solving* yang sudah kita kenal, tetapi siswa dituntut untuk membuat hubungan baru dari konsep yang ada untuk dapat membuat rencana penyelesaian. Tidak menutup kemungkinan, seandainya tidak membuat keterkaitan baru, *problem* tersebut terasa tertutup dari solusi yang diharapkan. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk memiliki kemampuan *creative problem solving* ini. Prinsip-prinsip dalam *problem solving* dielaborasi dalam langkah kerja yang kreatif, inovatif, dan kekinian, yakni dalam pengembangan keterampilan pemecahan masalah secara kreatif (*creative problem solving*).

Mitchell & Kowalik (1999) mendefinisikan *creative problem solving* sebagai proses, metode, atau sistem pendekatan masalah yang menggunakan jalan imajinatif dan menghasilkan tindakan efektif. Isaken (dalam Isrok'atun, 2012) mengemukakan bahwa *creative problem solving* tidak terbatas penyelesaian masalah. Fokus aspek kreatif yang dimaksud terletak pada menghadapi tantangan baru sebagai kesempatan, berhadapan dengan situasi yang tidak diketahui atau membingungkan, serta mengatur ketegangan yang

disebabkan oleh ketimpangan antara keinginan dengan kenyataan secara produktif. Dalam penelitian ini, keterampilan *problem solving* yang dimaksud adalah sebagai aspek pribadi.

Untuk dapat meningkatkan keterampilan *creative problem solving*, siswa diberikan pelatihan dengan menggunakan langkah-langkah *creative problem solving* secara sistematis. Langkah tersebut adalah: (1) menemukan situasi, (2) menemukan fakta, (3) menemukan masalah, (4) menemukan gagasan, (5) menemukan solusi, dan (5) menemukan penerimaan (Osborn-Parnes dalam Isrok'atun, 2012), langkah tersebut dielaborasi dengan menggunakan metode *mind mapping*, sehingga siswa tercegah dari perilaku *bullying*.

Agar dapat mencapai tujuan peningkatan keterampilan *creative problem solving* sebagai upaya pencegahan *bullying*, dikembangkan panduan pelatihan yang dapat digunakan oleh konselor dalam pelayanan bimbingan dan konseling. Panduan pelatihan yang dikembangkan memenuhi kriteria keberterimaan (Handarini, 2002), yakni: (1) ketepatan, (2) kegunaan, dan (3) keterlaksanaan. Oleh karena itu, peneliti melakukan pengembangan berjudul "Pengembangan Pelatihan *Creative Problem Solving* untuk Mencegah *Bullying* di SMP".

METODE

Penelitian Pengembangan Panduan pelatihan *creative problem solving* untuk siswa SMP ini merupakan jenis penelitian dan pengembangan (*Research and Development* atau R&D), yaitu metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut. Analisis kebutuhan dilakukan untuk dapat menghasilkan produk tertentu dan untuk menguji keefektifan produk tersebut supaya dapat berfungsi di masyarakat luas, maka diperlukan penelitian menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2011).

Borg dan Gall (1983) mengemukakan penggunaan sepuluh langkah dalam penelitian pengembangan, yang telah diterapkan oleh banyak peneliti. Langkah-langkah tersebut diadaptasi menjadi langkah-langkah berikut: (1) Melakukan penelitian dan pengumpulan data. Pada tahap ini dilakukan studi literatur dan pengumpulan data kebutuhan, (2) Mengembangkan produk. Pada tahap ini terdiri atas; (a) Merumuskan tujuan panduan pelatihan, (b) Menyusun prototipe produk berupa tujuan, materi pelatihan, prosedur, serta alat evaluasi, (3) Melakukan uji coba produk. Pada tahap ini diawali dengan menyusun alat penilaian berupa angket berskala untuk menilai ketepatan, kegunaan, dan keterlaksanaan. Kemudian, uji ahli dilakukan oleh tiga orang dosen bimbingan dan konseling yang memenuhi kriteria minimal pendidikan S2 BK, serta telah menjadi dosen minimal 5 tahun. Langkah selanjutnya adalah uji calon pengguna yang dilakukan oleh konselor dengan kriteria berprofesi sebagai konselor di SMP selama minimal 3 tahun, dan pendidikan terakhir minimal S1 BK, (4) Melakukan revisi produk berdasarkan penilaian ahli dan calon pengguna, (5) Menyajikan produk akhir berupa panduan pelatihan *creative problem solving* untuk mencegah *bullying*.

Instrumen yang digunakan untuk menilai produk berupa angket berskala yang memuat kriteria keberterimaan berupa ketepatan, kegunaan, dan keterlaksanaan. Hasil penilaian dianalisis menggunakan analisis kuantitatif dan deskriptif. Data kuantitatif ahli dan calon pengguna dianalisis menggunakan *inter-rater agreement* (Grinnell, 1988), sedangkan data deskriptif dianalisis berdasarkan masukan, saran, dan komentar pada lembar saran.

HASIL

Produk panduan pelatihan *creative problem solving* untuk mencegah *bullying* di SMP ini dikembangkan dalam format pelatihan sebanyak 12 kali pertemuan, yang masing-masing pertemuan memiliki tujuan dan strategi khusus. Peningkatan keterampilan *creative problem solving* yang dilakukan menerapkan langkah-langkah; (1) memahami masalah, (2) mengembangkan ide, (3) mengkaji ide, dan (4) membangun penerimaan. Langkah-langkah *creative problem solving* tersebut diinternalisasikan dengan langkah-langkah dalam pembuatan *mind mapping*. Sehingga produk dari kegiatan pelatihan ini adalah berupa *problem solving mapping*.

Tabel 1. Topik Creative Problem Solving

No.	Pertemuan	Topik
1	Pertemuan 1	Apa pemecahan masalah kreatif?
2	Pertemuan 2	<i>Bullying</i> perkataan
3	Pertemuan 3	<i>Bullying</i> perkataan
4	Pertemuan 4	<i>Bullying</i> fisik
5	Pertemuan 5	<i>Bullying</i> fisik
6	Pertemuan 6	<i>Bullying</i> dengan teknologi
7	Pertemuan 7	<i>Bullying</i> dengan teknologi
8	Pertemuan 8	<i>Bullying</i> hubungan pertemanan
9	Pertemuan 9	<i>Bullying</i> hubungan pertemanan
10	Pertemuan 10	Menjadi bagian berantas <i>bullying</i>
11	Pertemuan 11	Menjadi bagian berantas <i>bullying</i>
12	Pertemuan 12	Terminasi

Tabel 2. Hasil Penilaian Ahli dan Calon Pengguna

Aspek	Penilaian ahli BK	Penilaian calon pengguna
Ketepatan	Dari 8 item penilaian, produk panduan pelatihan ini berkriteria tepat dengan 6 item memiliki persentase kesepakatan sebesar 66,67%, 2 aspek lainnya kesepakatan 100%	Dari 8 item penilaian, produk panduan pelatihan ini berkriteria tepat dengan 7 item memiliki persentase kesepakatan sebesar 66,67% dan 1 aspek memiliki kesepakatan 100%
Kegunaan	Dari 17 item penilaian, produk panduan pelatihan ini memenuhi kriteria kegunaan dengan 13 item memiliki persentase kesepakatan sebesar 66,67% dan 4 item memiliki persentase kesepakatan 100%	Dari 17 item penilaian, produk panduan pelatihan ini memenuhi kriteria kegunaan dengan 16 item memiliki persentase kesepakatan sebesar 66,67 dan 1 item sebesar 100%
Keterlaksanaan	Dari 5 item penilaian, produk panduan pelatihan ini memenuhi kriteria keterlaksanaan dengan 2 item memiliki persentase kesepakatan 66,67% dan 3 item memiliki persentase kesepakatan 100%	Dari 5 item penilaian, produk panduan pelatihan ini memenuhi kriteria keterlaksanaan dengan 2 item memiliki persentase kesepakatan 66,67% dan 3 item memiliki persentase kesepakatan 100%

Produk yang dikembangkan tersebut merupakan panduan untuk konselor sebagai rujukan untuk memberikan pelatihan *creative problem solving*. Adapun isi panduan tersebut adalah:

1. Pendahuluan. Pada bab ini memuat rasional pengembangan panduan, tujuan, prosedur pelaksanaan, serta bentuk evaluasi.
2. Prosedur pelaksanaan pelatihan. Pada bab ini diuraikan strategi pelatihan yang terdiri dari 12 pertemuan. Adapun rincian topik *creative problem solving* dapat dilihat pada tabel 1. Masing-masing pertemuan secara umum terdiri atas tahap pembentukan, peralihan, inti, dan penutup selama maksimal 120 menit. Untuk mengurangi kekakuan dalam sesi pelatihan, di dalam buku panduan juga memuat strategi *ice breaking* yang bisa digunakan di tahap peralihan.
3. Daftar Rujukan. Memuat beberapa sumber baik berupa buku, informasi dalam *website*, dan jurnal yang dapat dijadikan sebagai rujukan peningkatan wawasan konselor tentang *creative problem solving* dan *bullying*.

4. Lampiran. Pada bagian lampiran, diuraikan jabaran materi tentang *creative problem solving* yang disampaikan pada pertemuan pertama, serta langkah-langkah evaluasi secara afektif dan psikomotor. Sedangkan pada aspek kognitif ditelusuri pada pertemuan ke 12.

Untuk dapat mendukung visualisasi panduan pelatihan, buku panduan disertai dengan gambar-gambar tema yang sesuai dengan topik bahasan dengan menggunakan beberapa warna. Misalnya pada topik *bullying* fisik menggunakan gambar tema seorang siswa yang dipukul oleh rekan-rekannya. Panduan ini dicetak di kertas dengan ukuran A5 dan berjumlah halaman 130. Hasil penilaian ahli dan calon pengguna dapat dilihat di tabel 2.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penilaian yang dilakukan oleh ahli dan calon pengguna produk pada aspek ketepatan, tujuan dan rasional pentingnya pelatihan *creative problem solving* untuk mencegah perilaku *bullying* dirumuskan dengan sangat tepat. Merujuk pada pendapat yang dikemukakan oleh Arbor (2002) bahwa individu yang melakukan *bullying* bisa terjadi karena ia mengalami permasalahan di rumah seperti perceraian, atau masalah lain di sekolahnya. Rasional dijabarkan dengan memuat fenomena *bullying* serta kaitannya dengan aspek penyelesaian masalah secara kreatif.

Pelatihan *creative problem solving* yang disusun berdasarkan aktivitas penyelesaian masalah dengan menerapkan langkah-langkah *creative problem solving* yang dielaborasi dengan strategi *mind mapping*. Langkah *creative problem solving* yang digunakan dalam pelatihan ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Osborn dan Parnes (dalam Isrok'atun, 2012), antara lain: (1) menemukan situasi, (2) menemukan fakta, (3) menemukan masalah, (4) menemukan gagasan, (5) menemukan solusi, dan (6) menemukan penerimaan. Tahap ini dinilai sangat tepat karena solusi yang dibuat berdasarkan atas pemahaman individu terhadap kondisi diri, baik situasi yang dihadapi, dukungan, serta hambatan. Selain memuat kriteria sangat tepat, langkah-langkah tersebut juga dinilai praktis (mudah dilaksanakan) jika diterapkan di jenjang SMP dengan persentase kesepakatan 100%.

Penggunaan bahasa dan dukungan gambar-gambar dalam buku panduan pelatihan *creative problem solving* untuk mencegah *bullying* oleh ahli dan calon pengguna dinilai tepat, dengan kriteria kesepakatan tinggi. Begitu juga dengan topik yang menjadi bahasan dalam kegiatan pelatihan. Topik yang dikemukakan dalam panduan pelatihan ini merupakan permasalahan yang umumnya terjadi pada remaja di sekolah menengah pertama (SMP). Storey & Slaby (2013) mengategorikan *bullying* menjadi empat bentuk, yaitu; (1) verbal, (2) fisik, (3) *relational*, dan (4) *cyberbullying*. Senada dengan hal tersebut, berdasarkan hasil analisis angket perilaku *bullying* yang umumnya terjadi di SMP Negeri 20 Malang adalah keempat bentuk *bullying* tersebut dengan persentase yang berbeda-beda. *Bullying* verbal menduduki persentase tertinggi disusul fisik, *relational*, dan *cyberbullying*.

Dalam buku Penataan Profesional Konselor dalam layanan BK di jalur pendidikan formal, *problem solving* merupakan salah satu fokus pengembangan dalam layanan dasar bimbingan dan konseling. Merujuk pada hasil penilaian ahli dan konselor terhadap produk, panduan ini memenuhi kriteria kegunaan serta berdampak pada layanan bimbingan dan konseling. Dampak tersebut bukan hanya untuk konselor sebagai pemberi layanan saja, tetapi juga untuk siswa untuk menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif.

Berdasarkan penilaian ahli dan calon pengguna pada aspek kegunaan, kompetensi konselor turut memengaruhi seberapa berguna panduan pelatihan tersedia. Ahli BK dan calon pengguna (konselor) memberikan kesepakatan tinggi bahwa pelatihan harus dilaksanakan oleh konselor yang memiliki kompetensi. Geldard & Geldard (2011) menyebutkan bahwa dasar perilaku yang harusnya dimiliki oleh konselor ketika bekerja untuk anak muda mencakup; (1) bersikap responsive terhadap kebutuhan perkembangan anak muda, (2) memercayai anak muda, (3) memadukan diri dalam gaya komunikasi remaja, (4) bersikap proaktif, dan (5) menghormati proses anak muda dalam mengungkapkan dirinya. Hal tersebut menjadi perhatian bagi konselor akan pentingnya kompetensi diri dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling.

Penggunaan bahasa dalam perumusan rasional, tujuan, topik, contoh kasus sebagai bahan penyelesaian masalah secara kreatif, dan evaluasi dinilai oleh ahli BK dan calon pengguna (konselor) sudah memenuhi

kriteria keberterimaan. Selain menggunakan bahasa yang sesuai dengan kaidah Ejaan Yang Disempurnakan (EYD), dalam buku panduan menggunakan bahasa yang sesuai dengan karakteristik dan perkembangan siswa SMP.

Berdasarkan penilaian ahli dan calon pengguna pada aspek keterlaksanaan, efisiensi penggunaan tenaga dalam pelaksanaan pelatihan, diperoleh skor 3 dan 4, dengan interpretasi panduan ini efisien dari segi penggunaan tenaga. Aktivitas pelatihan disusun dengan strategi bimbingan kelompok secara umum dengan tahap pembentukan, peralihan, tahap inti (kerja), dan penutup. Peran konselor adalah sebagai fasilitator, yang memberikan instruksi serta membimbing aktivitas siswa. Sedangkan siswa sebagai subjek utama dalam kegiatan pelatihan, yang terlibat secara konstan, baik di tahap pembentukan, peralihan, dan penutup.

Pada aspek efisiensi penggunaan waktu, ahli BK dan calon pengguna (konselor) memberikan penilaian panduan ini efisien. Dalam panduan pelatihan *creative problem solving*, kegiatan pelatihan disusun berdurasi 100—120 menit setiap pertemuannya, dengan total pelatihan sebanyak 12 kali pertemuan. Pelatihan yang dimaksud merupakan salah satu layanan dasar bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa di luar jam klasikal (masuk kelas). Pelatihan ini memang tidak memungkinkan jika diberikan kepada siswa di dalam jam klasikal (1 x 40 menit).

Pada aspek efisiensi penggunaan biaya, pelatihan ini dinilai oleh ahli BK dan calon pengguna efisien dengan persentase kesepakatan 66,67%. Setiap pertemuan, alat yang dibutuhkan adalah spidol warna, kertas HVS, dan jika memungkinkan adanya fasilitas LCD dan Proyektor untuk menampilkan contoh kasus. Tetapi hal tersebut dapat diantisipasi dengan teknik lain, misalnya menggandakan contoh kasus untuk siswa.

Selain penilaian dalam bentuk kuantitatif, penilaian dilakukan berdasarkan kritik, saran, dan masukan ahli dan calon pengguna, tetapi saran tersebut dipertimbangkan dan dianalisis sebelum dilakukan revisi produk. Tata bahasa dan penulisan dalam produk direvisi berdasarkan saran dari ahli, karena produk sebelumnya masih terdapat banyak salah penulisan serta ketidaktepatan istilah yang digunakan dalam produk panduan. Pertemuan akhir dalam pelatihan dilakukan revisi dengan menambahkan aktivitas yang menekankan pada hasil dan kesimpulan pelatihan selama 12 kali pertemuan. Selain itu revisi juga dilakukan pada salah satu aktivitas *ice breaking* yang menggunakan lagu. Dosen uji ahli BK mengemukakan bahwa aktivitas tersebut tidak memenuhi kriteria kemudahan. Pertimbangan lain adalah bahwa tidak semua konselor mengetahui dan memahami lagu tersebut. Aktivitas tersebut juga dinilai memberatkan konselor karena membutuhkan alat pereras suara dalam pelaksanaannya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil uji ahli dan calon pengguna, panduan ini dinilai telah memenuhi kriteria keberterimaan, yaitu ketepatan, kegunaan, dan keterlaksanaan, masing-masing yakni aspek ketepatan (tinggi), kegunaan (tinggi), dan keterlaksanaan (sangat tinggi). Oleh karena itu, panduan pelatihan ini dapat dijadikan sebagai media pelayanan bimbingan dan konseling oleh konselor.

Saran

Konselor dapat menggunakan panduan pelatihan *creative problem solving* ini untuk mencegah terjadinya *bullying* di SMP dengan menerapkan dalam kegiatan penelitian tindakan Bimbingan dan Konseling. Pengembangan panduan ini sampai pada tahap uji ahli dan calon pengguna, sehingga dapat dilanjutkan dengan menggunakan penelitian kuantitatif eksperimen untuk mengetahui efektifitas penerapan panduan pelatihan oleh konselor maupun peneliti lain. Selain itu, berdasarkan saran dari ahli BK, perlu adanya pengembangan panduan pelatihan *creative problem solving* untuk mencegah perilaku-perilaku malasuai lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Arbor, A. 2002. *Why Do Some Kids Become Bullies?* (Online). (med.umich.edu/opm/news-page/bullies.htm, Diakses 1 November 2015).
- Besag, V.E. 1994. *Bullies and Victims in Schools*. Philadelphia: Open University Press.
- Borg, W.R & Gall, D. 1983. *Educational Research*. New York: Longman Inc.
- Geldard, K & Geldard, D. 2011. *Konseling Remaja Pendekatan Proaktif untuk Anak Muda*. Alih Bahasa oleh Eka Adinugraha. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gross. G. 2014. *What Causes Your Child to Become a Bully?*. (huffpost.com/us/entry/5980002, Diakses 1 November).
- Handarini. D.M. 2000. *Pengembangan Model Keterampilan Sosial bagi Siswa Sekolah Menengah Umum Terpadu*. Disertasi tidak diterbitkan. Malang: Pascasarjana UM
- Hardin, L. E. Journal. 2002. Problem Solving Concept and Theory. *Journal of Veterinary Medical Education*, (Online), 30 (3):227-230, (<http://www.utpjournals.com>, diakses 12 September 2015).
- Isrok'atun. 2012. *Creative Problem Solving (CPS) Matematis*. Makalah dipresentasikan dalam Seminar Nasional Matematika dan Pendidikan Matematika dengan tema “Kontribusi Pendidik-an Matematika dan Matematika dalam Mem-bangun Karakter Guru dan Siswa” pada tanggal 10 November 2012 di Jurusan Pendidikan Matematika FMIPA UNY.
- Jackson, K. 2015. *What is Problem Solving?*. (Online). (https://www.mindtools.com/pages/article/newTMC_00.htm, Diakses tanggal 19 Maret 2015).
- Kartadinata, dkk. 2008. *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Bandung: Dirjen DIKTI
- Mitchell, W.E & Kowalik, T.F. 1999. *Creative Problem Solving*. New York: Genigraphics Inc
- Setyawan, D. 2014. *KPAI: Kasus Bullying dan Pendidikan Karakter*. (Online). (<http://www.kpai.go.id/berita/kpai-kasus-bullying-dan-pendidikan-karakter/>, Diakses 26 Februari 2015).
- Steiner, G. Journal. “The Concept of Open Creativity: Collaborative Creative Problem Solving for Innovation Generation-a System Approach”. *Journal of Business and Management*.15,(1), 5—33.
- Storey, Kim & Ron Slaby. 2013. *Eyes on Bullying*. Waltham. Education Development Center, Inc
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tattum, D, et al. 1993. *Understanding and Managing Bullying*. Oxford: Clays Ltd, St. Ives plc.

PENGEMBANGAN MEDIA PERMAINAN SIMULASI ULAR TANGGA UNTUK MENINGKATKAN TANGGUNG JAWAB BELAJAR SISWA SMP

Sekar Ariyanti Prahesthi Putri, M. Ramli

Bimbingan dan Konseling-Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Malang-Jl. Semarang No. 5 Malang

E-mail: sekarprahesthi@gmail.com

Abstract The purpose of this research development is to generating snakes and ladders simulation game media for increasing academic responsibility of junior high school students that meet eligibility criteria. The step development is (1) initial data collection, (2) planning, (3) developing product, (4) validity product, (5) test run product, (6) revision final product. Research result showed that snakes and ladders simulation game for increasing academic responsibility of junior high school students are qualified and worthy of display media used to provide guidance about academic responsibility.

Keywords : information services; simulation game; academic responsibility

Abstrak Tujuan penelitian pengembangan ini adalah untuk menghasilkan media permainan simulasi ular tangga untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa SMP yang memenuhi kriteria kelayakan. Langkah pengembangannya adalah (1) pengumpulan data awal, (2) perencanaan, (3) mengembangkan produk, (4) validasi produk, (5) uji coba produk, (6) revisi produk akhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan simulasi ular tangga untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa SMP telah memenuhi syarat tampilan media dan layak digunakan untuk layanan bimbingan tanggung jawab belajar.

Kata Kunci : layanan Informasi; permainan simulasi; tanggung jawab belajar

Pendidikan adalah hal terpenting dalam kehidupan setiap manusia. Menurut UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 14 jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Pada pasal 17 mengenai pendidikan dasar menyebutkan bahwa pendidikan dasar berbentuk Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidaiyah (MI) atau bentuk lain yang sederajat serta Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Madrasah Tsanawiyah (MTs), atau bentuk lain yang sederajat. Pendidikan SMP berlandaskan dan menunjang tercapainya fungsi pendidikan nasional bagi pengembangan kemampuan dan pembentukan watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa yang bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik. Menurut BSNP (2006:9) tujuan pendidikan SMP mengacu kepada tujuan pendidikan dasar bagi peletakan dasar kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlaq mulia serta ketrampilan untuk hidup mandiri dan mengikuti pendidikan lebih lanjut Dengan demikian pendidikan SMP pada dasarnya mengembangkan keseluruhan aspek kepribadian siswa.

Salah satu aspek pokok kepribadian siswa yang perlu dikembangkan ialah tanggung jawab belajar. Tanggung jawab belajar penting dikembangkan siswa karena dapat mempengaruhi peningkatan keberhasilan siswa dalam kehidupannya. Gunawan (2012:33) menjelaskan bahwa tanggung jawab merupakan sikap dan

perilaku seseorang untuk melaksanakan tugas dan kewajibannya sebagaimana yang seharusnya dia lakukan, terhadap diri sendiri, masyarakat, lingkungan (alam, sosial, dan budaya), negara dan Tuhan YME. Mahbubi (2012:45) menjelaskan tanggung jawab adalah sikap seseorang untuk merealisasikan tugas dan kewajibannya sebagaimana yang seharusnya dilakukan terhadap diri sendiri dan masyarakat. Dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3 menegaskan bahwa pentingnya pendidikan nasional dapat diemban oleh setiap peserta didik yang dapat bertanggung jawab terhadap dirinya dan lingkungannya. Menurut Sardiman (2011:20), belajar adalah perubahan tingkah laku atau penampilan, dengan serangkaian kegiatan misalnya dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniru, dan lain sebagainya. Berdasarkan uraian yang disebutkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tanggung jawab belajar adalah suatu sikap seseorang yang bersifat positif dalam melaksanakan tugas dan kewajibannya yang berkaitan dengan kegiatan belajar meliputi membaca, mengamati, mendengarkan, menulis, dan meniru sehingga dapat memperoleh ilmu pengetahuan dan prestasi yang memuaskan di sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitriyah (2012) pada siswa di Sekolah Menengah Pertama (SMP), menunjukkan 37% (18) siswa memiliki kesadaran tanggung jawab klasifikasi sedang dan 6% (3) siswa memiliki kesadaran tanggung jawab rendah. Peneliti juga melakukan wawancara dengan konselor SMP Laboratorium UM pada hari senin, 21 september 2015. Dari jawaban responden masih ada siswa yang memiliki sikap tanggung jawab belajar yang sedang dan rendah. Adapun gejala siswa yang memiliki tanggung jawab belajar sedang dan rendah adalah siswa datang terlambat ke sekolah, membolos, tidak memakai pakaian atau atribut lengkap saat di sekolah, mengobrol saat guru memberikan materi di kelas, membuat keributan saat proses pembelajaran, dan lain sebagainya. Dari penelitian dan hasil wawancara tersebut dikatakan bahwa masih ada siswa SMP yang memiliki tanggung jawab belajar sedang dan rendah. Oleh karena itu harus ada upaya dan tindakan yang tepat dari pihak sekolah terutama peran bimbingan dan konseling untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa.

Pada dunia pendidikan tanggung jawab belajar ini sangat dibutuhkan. Apabila seorang siswa tidak memiliki sikap tanggung jawab belajar di sekolah maka proses pendidikannya akan terhambat dan berdampak pada proses perkembangan dirinya. Salah satu hambatan yang akan terjadi dalam diri siswa adalah siswa tidak dapat mendapatkan nilai yang memuaskan di sekolah. Maka dari itu tanggung jawab belajar perlu ditingkatkan sehingga siswa mendapatkan nilai yang memuaskan di sekolah dan tidak akan terjadi hambatan dalam proses perkembangan dirinya.

Dalam proses meningkatkan tanggung jawab belajar siswa maka dibutuhkan sebuah media yang dapat digunakan dalam memberikan layanan bimbingan kepada siswa mengenai tanggung jawab belajar. Media yang dibuat harus interaktif dan menyenangkan sehingga dalam memberikan layanan bimbingan mengenai tanggung jawab belajar dapat diterima siswa dengan baik dan melatih keterampilannya. Media yang akan dikembangkan yaitu berupa permainan simulasi ular tangga untuk meningkatkan tanggung jawab belajar serta buku panduan untuk konselor dan siswa.

Penelitian pengembangan ini bertujuan untuk menghasilkan media permainan simulasi ular tangga yang digunakan konselor dalam memberikan layanan kepada siswa untuk meningkatkan tanggung jawab belajar yang sesuai dengan kriteria ketepatan, kemudahan, kegunaan, dan kemenarikan. Serta menghasilkan buku panduan untuk konselor dan siswa yang jelas sehingga dapat digunakan konselor dan siswa untuk memahami permainan dan melaksanakannya secara benar.

METODE

Penelitian pengembangan ini menggunakan rancangan penelitian pengembangan model prosedural yang bersifat deskriptif yaitu model yang menggariskan langkah-langkah yang harus diikuti untuk menghasilkan suatu produk. Model pengembangan yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah model pengembangan yang dikemukakan oleh Borg and Gall (1983) yang telah dimodifikasi menjadi 6 tahap. Berikut gambaran tahapan yang dilaksanakan dalam pengembangan media permainan simulasi ular tangga tanggung jawab belajar adalah (1) pengumpulan data awal yang didalamnya terdiri dari wawancara, observasi dan mengkaji literatur mengenai media permainan simulasi ular tangga tanggung jawab belajar; (2) perencanaan terdiri dari merumuskan tujuan pengembangan dan menentukan langkah-langkah pengembangan permainan simulasi

ular tangga tanggung jawab belajar; (3) mengembangkan bentuk awal produk media permainan simulasi ular tangga tanggung jawab belajar; (4) validitas desain terdiri dari uji ahli materi dan uji ahli media; (5) uji coba produk terdiri dari uji calon pengguna produk dan uji kelompok kecil; (6) revisi produk akhir.

Lokasi penelitian pada penelitian pengembangan ini adalah SMP Laboratorium UM. Subjek penelitian dilakukan oleh 13 orang siswa yang terdiri dari siswa kelas VIII B dan kelas VIII G. Pengambilan subjek penelitian disesuaikan dengan hasil *need assessment* yang dilakukan peneliti ketika pengumpulan data pada kelas VIII B dan VIII G, dimana siswa yang memiliki kriteria tanggung jawab belajar rendah.

Instrumen penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian pengembangan ini berupa: (1) angket kebutuhan siswa digunakan untuk mengidentifikasi masalah siswa dan pemilihan media; (2) instrumen wawancara konselor digunakan untuk mengidentifikasi siswa-siswa yang memiliki tanggung jawab belajar rendah, topik materi yang belum diberikan, dan media yang dibutuhkan sekolah; (3) instrumen tanggung jawab belajar digunakan untuk kartu pesan dalam permainan simulasi ular tangga; (4) instrumen penilaian kelayakan produk untuk uji ahli dan uji calon pengguna produk; (5) evaluasi proses terdiri dari pertanyaan pemahaman baru (pertanyaan mengenai materi tanggung jawab belajar) dan unjuk kerja (pengalaman siswa mengenai tanggung jawab belajar di sekolah); (6) lembar observasi siswa digunakan untuk melihat pandangan siswa dalam menyelesaikan masalah dalam kartu pesan; (7) lembar refleksi siswa digunakan untuk melihat respon siswa setelah selesai melaksanakan permainan simulasi ular tangga.

Proses pengumpulan data dilakukan dengan wawancara kepada konselor sekolah, pemberian angket kebutuhan kepada siswa, observasi saat melakukan Praktikum Bimbingan dan Konseling di SMP Laboratorium UM, dan mengkaji berbagai literatur mengenai tanggung jawab belajar. Hasil pengumpulan data akan dikembangkan menjadi sebuah rumusan masalah dan tujuan dalam pengembangan produk penelitian. Adapun tujuan pengembangan permainan simulasi ular tangga ini adalah menciptakan sebuah media yang dapat digunakan untuk memberikan layanan bimbingan mengenai tanggung jawab belajar serta membuat buku panduan untuk konselor dan siswa yang berguna untuk memberikan penjelasan mengenai pelaksanaan permainan sehingga tidak terjadi hambatan dalam pelaksanaannya. Dengan adanya permainan ini diharapkan proses belajar di kelas menjadi menyenangkan sehingga dapat meningkatkan tanggung jawab belajar.

Analisis deskriptif digunakan untuk menilai kelayakan produk (ketepatan, kemudahan, kegunaan dan kemenarikan). Data kuantitatif berupa skor penilaian digunakan untuk menentukan kelayakan produk. Sugiyono (2008) menyatakan bahwa (1) skala 0 sampai 1,00 berarti tidak layak; (2) skala 1,01 sampai 2,00 berarti kurang layak; (3) skala 2,01 sampai 3,00 berarti layak; (4) skala 3,01 sampai 4,00 berarti sangat layak. Data saran dan komentar ahli digunakan untuk membantu dalam proses revisi produk akhir.

Untuk melihat keberhasilan pengembangan ini digunakan evaluasi proses dan evaluasi hasil. Evaluasi proses menggunakan pertanyaan pemahaman siswa terkait materi tanggung jawab belajar dan unjuk kerja mengenai pengalaman siswa. Evaluasi hasil menggunakan lembar observasi siswa dan lembar refleksi siswa. Lembar observasi siswa tentang pandangan siswa mengenai penyelesaian masalah pada kartu pesan yang siswa dapat ketika permainan simulasi ular tangga. Sedangkan lembar refleksi siswa berupa pertanyaan yang harus dijawab oleh siswa, dimana isi lembar refleksi siswa ini mengenai perasaan, manfaat, pandangan dan perubahan yang terjadi pada diri siswa setelah mengikuti permainan simulasi ular tangga tanggung jawab belajar.

HASIL

Produk yang dikembangkan dalam penelitian pengembangan ini terdiri dari dua komponen. Komponen yang pertama adalah media permainan simulasi ular tangga yang terdiri dari 25 kotak, dimana beberapa permainan yang terbuat dari kertas banner dengan ukuran 250 cm x 250 cm. Pada setiap kotak terdiri dari 12 kartu pesan dan 12 kartu selingan berupa pertanyaan yang harus dijawab oleh siswa. Pion atau bidak sebagai alat untuk menjalankan permainan oleh pemain, serta dadu sebagai alat untuk menentukan langkah dalam permainan. Komponen yang kedua adalah buku panduan untuk konselor dan siswa. Buku panduan untuk konselor berguna sebagai acuan atau panduan untuk menggunakan media permainan, sedangkan buku panduan untuk siswa berguna untuk melaksanakan atau memahami aturan permainan.

Tabel 1. Hasil Penilaian Uji Ahli Bimbingan dan Konseling

No	Bagian yang Perlu Direvisi	Saran Perbaikan
1.	Buku Panduan untuk konselor	Pada evaluasi hasil hendaknya ditulis tugas apa yang harus dikerjakan siswa. Mencantumkan daftar rujukan.
2.	Buku Panduan untuk siswa	Dievaluasi dan dicek kembali tata cara permainan simulasi.

Tabel 2. Hasil Penilaian Uji Ahli Media Secara Deskriptif

No	Bagian yang Perlu Direvisi	Saran Perbaikan
1.	Sampul Buku Panduan	a. Pada logo UM menghilangkan <i>background</i> putih. b. Pengubahan judul buku panduan dari “Buku panduan permainan simulasi ular tangga tanggung jawab belajar untuk siswa” menjadi “Buku panduan untuk siswa dipisah dengan judul permainan simulasi ular tangga untuk meningkatkan tanggung jawab belajar”.
2.	Daftar isi	Meneliti kembali dan mengevaluasi kata yang salah ketik pada daftar pustaka.

Tabel 3. Hasil Penilaian Uji Calon Pengguna Produk

No	Bagian yang Perlu Direvisi	Saran Perbaikan
1.	Logo UM	Pengaturan logo UM yang kurang bulat dan terlalu lonjong.
2.	Judul Buku	Penambahan kata siswa SMP pada judul permainan simulasi ular tangga untuk meningkatkan tanggung jawab belajar.

Uji kelayakan produk diperoleh dari penilaian uji ahli bimbingan dan konseling, uji ahli media, dan uji calon pengguna produk (uji konselor dan uji kelompok kecil). Di bawah ini merupakan hasil dari penilaian uji ahli bimbingan dan konseling, uji ahli media, dan uji calon pengguna produk (uji konselor dan uji kelompok kecil).

Hasil rata-rata penilaian uji ahli bimbingan dan konseling mengenai produk (media permainan simulasi, buku panduan untuk konselor dan siswa) yang telah dibuat oleh peneliti diperoleh skala 3,13 yang berarti sangat layak. Dari hasil skala tersebut dapat dikatakan bahwa produk memenuhi kriteria kelayakan produk yaitu sangat tepat, sangat berguna, sangat mudah, sangat menarik, dan sangat jelas. Sedangkan hasil penilaian uji ahli bimbingan dan konseling secara deskriptif disajikan dalam Tabel 1.

Hasil rata-rata penilaian uji ahli media mengenai kelayakan produk (media permainan simulasi, buku panduan untuk konselor dan siswa) yang telah dibuat oleh peneliti diperoleh skala 3,18 yang artinya sangat layak. Dari hasil skala tersebut dapat dikatakan bahwa produk memenuhi kriteria kelayakan yaitu sangat tepat, sangat berguna, sangat mudah, sangat menarik, dan sangat jelas. Sedangkan hasil penilaian uji ahli media secara deskriptif disajikan dalam Tabel 2.

Hasil rata-rata penilaian uji calon pengguna produk (konselor) mengenai kelayakan produk (media permainan simulasi, buku panduan untuk konselor dan siswa) yang telah dibuat oleh peneliti diperoleh skala

3,8 yang artinya produk sangat layak. Dari hasil skala tersebut dapat dikatakan bahwa produk memenuhi kriteria kelayakan yaitu sangat tepat, sangat berguna, sangat mudah, sangat menarik, dan sangat jelas. Sedangkan hasil penilaian uji calon pengguna produk secara deskriptif disajikan dalam Tabel 3.

Hasil rata-rata penilaian uji kelompok kecil mengenai kelayakan produk (media permainan simulasi, buku panduan untuk konselor dan siswa) yang telah dibuat oleh peneliti diperoleh skala 3,65 yang berarti sangat layak. Dari hasil skala tersebut dapat dikatakan bahwa produk memenuhi kriteria kelayakan yaitu sangat tepat, sangat berguna, sangat mudah, sangat menarik, dan sangat jelas. Sedangkan hasil penilaian uji kelompok secara deskriptif diperoleh sebagai berikut. Tidak ada saran dan masukan dari siswa. Siswa menuliskan pada bagian saran bahwa media yang digunakan pada pemberian layanan mengenai tanggung jawab belajar sudah bagus, sangat menarik, dan menciptakan suasana yang menyenangkan ketika belajar di kelas.

Didapatkan hasil penilaian uji ahli dan calon pengguna produk secara kuantitatif bahwa rata-rata penilaian media, buku panduan untuk konselor dan siswa mengenai permainan simulasi ular tangga untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa SMP adalah 3,4 yang berarti sangat layak. Serta penilaian uji ahli dan uji calon pengguna produk secara deskriptif didapatkan dari saran serta masukan untuk perbaikan media, buku panduan untuk konselor dan siswa mengenai permainan simulasi ular tangga untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa SMP.

Berdasarkan analisis hasil uji coba produk pengembangan permainan simulasi ular tangga untuk meningkatkan tanggung jawab belajar dapat dikatakan sangat layak (sangat tepat, sangat mudah, sangat berguna, dan sangat menarik). Serta diperoleh hasil penilaian sangat jelas pada buku panduan untuk konselor dan siswa. Dapat dikatakan bahwa permainan simulasi ular tangga untuk meningkatkan tanggung jawab belajar efektif diberikan kepada siswa.

PEMBAHASAN

Berdasarkan telaah hasil penelitian yang diuraikan pada bagian sebelumnya, secara umum disimpulkan bahwa *prototype* permainan simulasi ular tangga untuk meningkatkan tanggung jawab belajar dinilai efektif untuk diberikan kepada siswa. Hal ini dapat dilihat dari hasil penilaian kelayakan produk oleh uji ahli dan calon pengguna produk serta keterimaan siswa ketika pelaksanaan uji kelompok kecil. Pengembangan permainan simulasi ular tangga ini memiliki tujuan agar siswa mendapatkan informasi dan melatih keterampilan tanggung jawab belajarnya sehingga siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar di sekolah. Hal ini sesuai dengan fungsi pendidikan nasional menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Pasal 3 menjelaskan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Tanggung jawab belajar adalah suatu sikap seseorang yang bersifat positif dalam melaksanakan tugas dan kewajibannya yang berkaitan dengan kegiatan belajar meliputi membaca, mengamati, mendengarkan, menulis, dan meniru sehingga dapat memperoleh ilmu pengetahuan dan prestasi yang memuaskan di sekolah. Tanggung jawab belajar dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu, (1) memahami cara belajar, (2) memahami pentingnya mengerjakan tugas dan ujian, (3) memahami akan pentingnya mematuhi tata tertib sekolah, (4) memahami pentingnya akan penerimaan guru di kelas, (5) mengatur kebiasaan belajar, (6) mengorganisasikan pengerjaan tugas sekolah, (7) menanggapi pentingnya datang dan pulang sekolah tepat waktu, (8) mengatur kehadiran di sekolah, (9) menerima aturan-aturan sekolah yang berlaku, (10) menghargai guru yang sedang menjelaskan materi di kelas, (11) menghargai pemberian materi dari guru di kelas, (12) belajar setiap hari, (13) mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah, (14) datang dan pulang sekolah tepat waktu, (15) tetap masuk sekolah jika tidak berhalangan, (16) mentaati peraturan sekolah, (17) memperhatikan guru saat menerangkan di kelas, (18) aktif saat proses diskusi ketika pemberian materi dari guru di kelas.

Pengembangan permainan ini didasarkan pada kebutuhan siswa akan pemberian pelayanan bimbingan yang interaktif, menyenangkan, dan tidak monoton memakai cara yang sama sehingga dapat menumbuhkan

keaktifan siswa. Melalui pengembangan permainan simulasi ular tangga ini siswa mendapatkan informasi dan melatih keterampilan tanggung jawab belajarnya sehingga siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar di sekolah. Tidak dipungkiri pemberian informasi bisa dilakukan dengan menggunakan media selain permainan simulasi, tetapi dengan teknik dan cara pemberian informasi yang monoton membuat siswa tidak tertarik.

Permainan simulasi ular tangga ini dikembangkan untuk memberikan informasi dan melatih keterampilan tanggung jawab belajar. Tahap pelaksanaan pemberian layanan bimbingan melalui permainan simulasi ular tangga tanggung jawab belajar ini dibagi menjadi dua pertemuan. Pertemuan pertama adalah pemberian materi mengenai tanggung jawab belajar menggunakan teknik ekspositori dan diskusi, sedangkan pertemuan kedua yaitu pelaksanaan permainan simulasi tanggung jawab belajar. Materi bimbingan mengenai tanggung jawab belajar ini didasarkan pada teori pembentukan menurut Secord & Beckham dalam Azwar (1988:5) yang mencakup 3 aspek yaitu, (1) aspek kognitif merupakan pemahaman siswa mengenai tanggung jawab belajar, (2) aspek afeksi merupakan perasaan siswa mengenai tanggung jawab belajar, (3) aspek konatif merupakan bentuk perilaku tanggung jawab belajar siswa di sekolah.

Terdapat dua komponen dalam pengembangan permainan simulasi ular tangga tanggung jawab belajar. Komponen yang pertama adalah media permainan yang berbentuk bebaran, terbuat dari kertas banner dengan ukuran 250 cm x 250 cm yang terdiri dari 25 kotak. Di setiap kotak terdapat 12 kartu pesan dan 12 kartu selingan dengan ukuran 10,5 cm x 14,5 cm. Terdapat dadu sebagai alat untuk penentu langkah dan pion atau bidak sebagai alat untuk menjalankan permainan oleh pemain. Media permainan simulasi ular tangga didesain secara menarik dengan menggunakan tokoh kartun karakter dalam film doraemon dan dengan pemilihan warna yang beragam. Komponen yang kedua adalah buku panduan untuk konselor dan siswa yang berbentuk media cetak buku yang didesain secara menarik dan berwarna disesuaikan dengan desain media serta diberi judul "Buku Panduan untuk Konselor dan Buku Panduan untuk Siswa mengenai Permainan Simulasi Ular Tangga untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa SMP".

Pengembangan permainan simulasi harus memperhatikan beberapa hal yang harus diperhatikan konselor menurut Romlah (2013:117—118) yaitu, (1) terdapat suatu situasi yang akan disimulasikan di dalamnya, (2) situasi yang dibuat hendaknya tidak terlalu kompleks dan tidak terlalu sederhana, (3) memberikan kesempatan siswa untuk memerankan suatu peran seperti di kehidupan nyata dan menyelesaikan suatu permasalahan yang ada, (4) suatu permainan yang mengandung gabungan dari bermain peran dan diskusi, (5) terdapat aturan-aturan yang dibuat di dalamnya, (6) terdapat unsur kompetisi dalam permainan, (7) terdapat tujuan tertentu yang ingin dicapai.

Beberapa manfaat menggunakan permainan simulasi menurut Sadjana (dalam Realis, 2013:13) yaitu, (1) melatih keterampilan (simulasi dan memecahkan masalah), (2) memperoleh pemahaman tentang suatu konsep atau prinsip, (3) meningkatkan keaktifan dan memotivasi belajar dengan melibatkan siswa dalam mempelajari situasi yang hampir serupa dengan kejadian yang sebenarnya, (4) melatih siswa untuk mengadakan kerjasama dalam situasi kelompok, (5) melatih siswa untuk mengembangkan daya kreatif dan sikap toleransi.

Melakukan evaluasi proses dan evaluasi hasil setelah diberikan layanan bimbingan mengenai tanggung jawab belajar kepada siswa dapat melihat seberapa besar pemahaman siswa mengenai materi yang telah disampaikan, melihat respon siswa dalam menyelesaikan atau menjawab pertanyaan dalam kartu pesan permainan, serta melihat perubahan sikap yang ditunjukkan siswa mengenai tanggung jawab belajar di sekolah. Apabila setelah diberikan layanan bimbingan mengenai tanggung jawab belajar ini terlihat bahwa respon siswa positif dan terjadi perubahan dalam diri siswa, maka dapat dikatakan bahwa tanggung jawab belajar siswa meningkat dan permainan simulasi ular tangga ini efektif dalam pemberian layanan bimbingan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari hasil analisis data dapat dikatakan bahwa produk dalam penelitian pengembangan ini telah layak digunakan dengan kriteria ketepatan, kemudahan, kegunaan, dan kemenarikan. Disamping itu diperoleh

penilaian kejelasan mengenai buku panduan untuk konselor dan siswa. Dengan adanya permainan ini kegiatan belajar di kelas menjadi lebih menyenangkan dan dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa, sehingga siswa tidak mengalami hambatan atau masalah serta mendapatkan nilai yang memuaskan di sekolah.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan terdapat beberapa saran untuk dijadikan bahan pertimbangan dan perhatian oleh semua pihak, yaitu sebagai berikut: (1) konselor hendaknya menggunakan media permainan simulasi ular tangga untuk memberikan layanan bimbingan mengenai tanggung jawab belajar kepada siswa, (2) diharapkan konselor lebih memahami prosedur permainan agar proses pemberian layanan dapat berjalan secara efektif dan maksimal sehingga siswa mampu menerapkan apa yang telah dipelajarinya dalam kehidupan sehari-hari, (3) bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan permainan simulasi ular tangga dengan pendekatan atau fokus penelitian yang berbeda sehingga dapat mengembangkan.

DAFTAR RUJUKAN

- Azwar, S. 1988. *Sikap Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Borg, W.R & Gall, M.D. 1983. *Educational Research An Introduction*. New York: Longman Inc.
- BNSP. 2006. *Standar isi: Standar Kompetensi dan Komponen Dasar SMP/MTs*. Jakarta: BNSP.
- Gunawan, H. 2012. *Pendidikan Karakter (Konsep dan Implementasi)*. Bandung: Alfabeta.
- Fitriyah, A.D. 2012. *Keefektifan Permainan Simulasi untuk Meningkatkan Kesadaran Tanggung Jawab Siswa SMP*. Skripsi tidak diterbitkan: Malang: FIP UM.
- Mahbubi, M. 2012. *Pendidikan Karakter: Implementasi Aswaja Sebagai Nilai Pendidikan Karakter*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu Yogyakarta.
- Realis, V.A. 2013. *Penerapan Teknik Permainan Simulasi untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Siswa Kelas X-C di SMA Negeri 1 Ngunut*. Skripsi tidak diterbitkan: Malang: FIP UM.
- Romlah, T. 2013. *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sardiman, A.M. 2011. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Diskriptif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Sistem Pendidikan Nasional.