

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Metode Penelitian

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui implementasi teknik menulis kreatif dalam memulihkan kondisi psikologis siswa kelas V SDN Bronggang korban bencana alam letusan Gunung Merapi yang mengalami stres pascatrauma untuk kembali pada kondisi semula. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Hal ini dikarenakan setiap data yang didapatkan dalam penelitian merupakan sumber rujukan untuk mengetahui seberapa jauh proses menulis kreatif terimplementasi dan seberapa berhasil teknik menulis kreatif ini membawa perubahan keadaan anak korban bencana alam yang mengalami stres pascatrauma menjadi tidak stres.

Metode yang digunakan adalah metode penelitian tindakan atau *action research* dengan alasan peneliti tidak dapat mengambil subjek secara random pada kelompok eksperimen ataupun kelompok kontrol dan peneliti juga tidak dapat mengenakan variabel bebas kapan dan kepada siapa saja yang dikehendakinya (Rakhmat, 1995:1). Penelitian tindakan dilaksanakan dalam proses berdaur (*cyclical*) yang terdiri dari empat tahapan, *planning, action, observation/evaluation, dan reflection*.

B. Definisi Operasional Variabel

1. Stres Pascatrauma

Schiraldi (Nandang Rusmana, 2010 : 5), mengacu pada Diagnostic and statistical Manual of Mental Disorder (DSM-IV) yang dikeluarkan oleh American Psychiatric Association (1994) ada enam indikator yang menunjukkan bahwa seseorang mengidap stres pascatrauma, yakni : (a) pemunculan stresor (*exposure to stresor*); (b) Peristiwa yang dialami lagi (*event re-experienced*); penghindaran (*avoidance*), (d) pemunculan (*arousal*); (e) durasi gejala dalam kriteria B (mengalami gejala lebih dari satu bulan); (f) gangguan kehidupan (*life distrupted*).

Gejala dari pemunculan stresor (*exposure to stresor*) terjadi pada (1) orang yang mengalami, menyaksikan, atau memperhatikan/mempelajari peristiwa yang melibatkan kematian yang tragis, kecelakaan serius atau kekejaman pada diri sendiri dan orang lain. (2) orang yang mengalami ketakutan, ketidak berdayaan atau ketakutan yang hebat (pada anak-anak, respon tersebut dapat mengakibatkan perilaku yang kacau atau memprovokasi).

Gejala dari peristiwa yang dialami lagi (*event re-experienced*) ditunjukkan oleh (1) perilaku mengungkit-ungkit kembali peristiwa yang mengganggu (image, pikiran atau persepsi); (2) mengingat-ingat kembali mimpi buruk dari suatu peristiwa; (3) berperilaku atau merasa seolah-olah trauma tersebut muncul kembali (perasaan muncul kembali, ilusi, halusinasi, dan kembali ke masa lalu yang bersifat disosiatif); (4) distres psikologis yang hebat atas munculnya tanda-

tanda internal atau eksternal yang mensimbolkan/mirip dengan suatu aspek dari trauma tersebut; (5) reaksi psikologis yang muncul berulang-ulang seperti pada gejala diatas.

Gejala lain yang muncul dari indikator penghindaran (*avoidance*) diantaranya adalah (1) upaya-upaya untuk menghindari peristiwa traumatis; (2) upaya-upaya untuk menghindarkan diri dari aktivitas, tempat, atau orang yang terkait dengan peristiwa traumatis; (3) ketidak mampuan mengingat aspek-aspek penting dari peristiwa traumatis; (4) berkurangnya minat atau partisipasi secara nyata pada aktivitas yang dulunya merupakan aktivitas yang menyenangkan, (5) perasaan terasing; (6) rentang afeksi terbatas (misalnya tidak dapat merasakan kelembutan hati atau seksualitas); (7) merasa masa depan suram (berkenaan dengan karir, pernikahan, anak-anak dan sebagainya) gejala yang muncul dari gangguan kehidupan (*life disrupted*) adalah gangguan yang menyebabkan distress dalam fungsi sosial atau bidang penting lainnya.

2. Menulis kreatif

Menulis merupakan suatu kegiatan menuangkan ide sebagai ungkapan kreatifitas dalam bentuk tulisan. Salah satu keterampilan berbahasa yang sangat penting dimiliki oleh anak adalah keterampilan menulis. Menulis merupakan salah satu media komunikasi secara tidak langsung. Kegiatan menulis berkaitan dengan penuangan gagasan dan penungan pikiran serta berhubungan dengan kognitif anak yaitu perkembangan bahasa. Dalam kegiatan menulis anak akan memanfaatkan pemikiran, menuangkan ide dan gagasan serta pengalamannya dan

mengaitkan hal tersebut ke dalam suatu skema sehingga Ia mampu menuangkannya ke dalam tulisan.

Menulis kreatif merupakan suatu bentuk pelaksanaan terapi menulis yang dimaksudkan untuk mengatasi kesulitan hidup atau kejadian traumatis yang dihadapi oleh seseorang. Sesuai dengan pernyataan tersebut maka menulis kreatif ini dilakukan untuk mengekspresikan dan merfleksikan klien dimana kegiatan menulis ini dipandu oleh terapis atau peneliti.

Menulis kreatif bisa diartikan sebagai kemampuan untuk mengendalikan pikiran-pikiran kreatif yang bergumul dalam pikiran seseorang dan untuk menyusunnya ke dalam sebuah kalimat dengan struktur yang baik. Penulis disini mengungkapkan idenya dalam bentuk penulisan yang tidak biasa, sesuai dengan ide-ide yang mereka miliki.

Teknik menulis kreatif merupakan salah satu bagian penting dalam metode permainan kreatif. Kegiatan dalam layanan ini berupa kegiatan menulis yang bersifat kreatif sehingga menarik anak terlibat aktif dalam melaksanakan teknik menulis. Teknik menulis kreatif ini biasanya diperuntukan bagi orang yang memiliki kesulitan dalam mengungkapkan masalah yang dihadapi secara lisan.

Adapun dalam praktiknya teknik ini menggunakan berbagai media yang mampu mengeksplorasi perasaan, gambaran, dan pemikiran individu untuk membantu individu memahami pengalaman dan dunia dalam dirinya. Teknik menulis kreatif ini juga menyediakan berbagai cara baru dalam melihat

pengalaman masa kini dan masa lalu untuk memungkinkan individu membuat perubahan positif dalam kehidupannya.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini merupakan siswa kelas V SDN Bronggang yang mengalami bencana alam letusan Gunung Merapi bulan November 2010. Pada penelitian ini teknik pengambilan subjek penelitian yaitu dengan cara *purposive sampling*. Teknik pengambilan subjek dengan *purposive sampling* didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti yaitu, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya yaitu siswa-siswi kelas V SDN Bronggang yang terdeteksi mengalami stres pascatrauma.

Untuk mendapatkan subjek penelitian yang dilakukan adalah dengan cara menyebarkan angket mengungkap stres pascatrauma kepada seluruh siswa kelas V SDN Bronggang. Karena sampel kurang dari 100 orang maka:

$$S = 100\% n$$

Dimana : S = jumlah subjek yang diambil

n = jumlah anggota populasi

(Sudjana, 2005 : 169)

Maka dapat diperoleh subjek penelitian sebanyak 15 siswa SDN Bronggang korban bencana alam letusan Gunung Merapi.

D. Pengembangan Instrumen Pengumpul Data

Terdapat dua macam instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu instrumen tes dan non-tes. Instrumen tes merupakan instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data yang *countable* atau dapat dinilai dengan angka, yaitu berupa angket mengungkap stres pascatrauma dan Instrumen kriteria Diagnostik PTSD yang dikembangkan oleh Dr. Nandang Rusmana M.Pd. Instrumen yang kedua adalah instrumen non-tes yaitu jurnal kegiatan, jurnal harian dan pedoman observasi.

1. Instrumen tes

a. Angket mengungkap stres pascatrauma

Angket mengungkap stres pascatrauma ini merupakan adaptasi dari daftar cek masalah (DCM) milik Dr. Nandang Rusmana M.Pd yang digunakan pada disertasinya. Pengadaptasian daftar cek masalah menjadi angket dilakukan setelah melaksanakan konsultasi dengan pemilik instrumen, bahwasanya DCM digunakan dengan cara mewawancara langsung satu persatu anak yang disinyalir mengalami stres pascatrauma, sedangkan dalam penelitian yang dilakukan penulis, instrumen diberikan langsung kepada siswa untuk lebih mengefektifkan waktu dengan pertimbangan bahwa penelitian dilakukan pada jam sekolah dengan waktu yang terbatas. Adapun validasi instrumen di lakukan oleh pemilik instrumen sendiri yaitu Dr. Nandang Rusmana M.Pd.

Setiap pernyataan yang terdapat dalam angket mengungkap stres pascatrauma ini dikembangkan berdasarkan pernyataan yang sudah ada dalam daftar cek masalah tersebut. Alternatif jawaban mengacu pada ketentuan berikut:

Tabel 3.1
Ketentuan Alternatif Jawaban
Angket Mengungkap Stres Pasatrauma

Alternatif Jawaban	Skor
Ya	1
Tidak	0

b. Instrumen kriteria diagnostik PTSD

Instrumen kriteria diagnostik PTSD juga merupakan instrumen yang digunakan dalam disertasi Dr. Nandang Rusmana M.Pd, Instrumen ini digunakan untuk mendeteksi masalah yang dihadapi oleh anak yang mengalami stres pascatrauma, dalam penelitian ini instrumen digunakan sebagai instrumen pengumpulan data kebutuhan siswa.

Adapun pedoman penggunaan instrumen sudah terlampir dalam instrumen itu sendiri sedangkan Alternatif jawaban mengacu pada ketentuan berikut:

Tabel 3.2
Ketentuan Alternatif Jawaban
Instrumen kriteria PTSD

Alternatif Jawaban	Skor untuk Pernyataan Positif
Merasakan	1
Tidak Merasakan	0

2. Instrumen non tes

a. Jurnal kegiatan

Jurnal kegiatan harian adalah instrumen yang digunakan untuk mengungkap seberapa jauh proses konseling berpengaruh terhadap tingkah laku yang

ditunjukkan anak berkaitan dengan stres pascatrauma yang dialaminya. Instrumen ini dikembangkan berdasarkan indikator keberhasilan yang harus dicapai dalam setiap sesi kegiatan.

b. Jurnal harian

Jurnal harian merupakan instrumen yang digunakan untuk mengungkapkan apresiasi anak terhadap proses konseling pascaperlakuan. Instrumen ini juga digunakan untuk mengukur daya resiliensi klien dalam menghadapi gangguan pasca trauma. Karena instrumen ini akan diisi oleh anak setiap selesai kegiatan setiap harinya. Instrumen ini berupa daftar isian empat quadran. Setiap quadran merefreshkan pandangan klien dalam memaknai proses latihan, yakni: (1) aku adalah, (2) aku punya, (3) aku dapat, dan (4) aku akan.

c. Pedoman observasi

Pedoman observasi merupakan panduan yang diberikan kepada observer berkaitan dengan tindakan yang dilakukan oleh penulis selama pemberian tindakan (*treatment*) berlangsung. Yang diukur adalah perubahan dan dinamika psikologi yang terjadi pada anak serta sumberdaya yang dilibatkan selama kegiatan konseling berlangsung.

d. Wawancara

Wawancara dilakukan secara acak kepada 3 siswa kelas V SDN Bronggang yang kehilangan harta benda dan keluarga.

E. Teknik analisis data

1. Prosedur Pengolahan Data

Pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 20-30 Desember 2010 dan 21-26 Maret 2011 terhadap siswa-siswi kelas V SDN Bronggang Sleman tahun ajaran 2010-2011. Adapun kegiatan yang dilakukan dalam pengumpulan data tersebut adalah:

- a. Pemberian pre-tes berupa angket mengungkap stres pascatrauma
- b. Pemberian Instrumen kriteria PTSD sebagai assessmen kebutuhan
- c. Pemberian treatment berupa teknik menulis kreatif melalui 3 siklus dan memberikan jurnal kegiatan dan harian
- d. Wawancara dan observasi selama kegiatan berlangsung
- e. Pemberian pos-tes berupa angket mengungkap stres pascatrauma.

2. Pengolahan Data

Teknik analisis data melalui teknik analisis kuantitatif dan kualitatif. Analisis data dilakukan dengan menjawab pertanyaan penelitian yang telah disusun pada bab sebelumnya, yaitu:

1. **Gambaran umum stres pascatrauma yang dialami oleh siswa SDN Bronggang korban bencana letusan Gunung Merapi.** Pengolahan data dilakukan dengan cara mengelompokkan siswa yang mengalami stres pascatrauma kedalam 3 kategori yaitu tinggi (T), sedang (S), rendah (R). Hal ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mengenai stres pascatrauma yang dialami oleh anak korban bencana. Selanjutnya adalah uji perbedaan dua rata-rata atau uji t (t - test), teknik uji t (t -test) digunakan untuk menguji hipotesis tentang

keefektifan teknik yang digunakan dalam penelitian. Untuk menentukan panjang kelas, sebelumnya terlebih dahulu perlu diketahui besar rentang (R) antara skor terbesar dengan skor terkecil, berikut rumus yang digunakan:

$$R = \text{skor terbesar} - \text{skor terkecil}$$

(Furqon, 2004: 24)

Setelah diketahui nilai rentang (R), maka panjang kelas (p), dapat diketahui dengan rumus:

$$bk = \frac{R}{p}$$

(Furqon, 2004: 25)

Pada instrumen mengungkap stres pascatrauma yang telah disebarkan, diketahui bahwa skor terbesar ideal adalah 73 dan skor terkecil ideal adalah 0, sehingga dapat diketahui bahwa skor rentang, yaitu 73. Dengan menggunakan rumus di atas, didapat nilai panjang kelas, yaitu 24,3. Jadi untuk mengelompokkan data dengan rentang sebesar 73 dan banyak kelas sebanyak 3, diperlukan panjang kelas 24 atau 25.

2. **Gejala Masalah stres pascatrauma yang ditunjukkan anak korban bencana alam letusan Gunung Merapi.** Untuk mengetahui perilaku dan permasalahan yang dihadapi oleh siswa kelas V SDN Bronggang korban bencana alam letusan merapi digunakan perhitungan sebagai berikut:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Skor yang diperoleh anak tiap aspek}}{\text{Jumlah indikator tiap aspek}} \times 100\%$$

Keterangan

Jumlah indikator tiap aspek = 5

3. **Penerapan teknik menulis kreatif dalam mengurangi stres pascatrauma yang dialami siswa kelas V SDN Bronggang korban bencana alam letusan Gunung Merapi**, dilakukan dengan menggunakan perhitungan sebagai berikut sebagai berikut:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{jumlah siswa mencapai indikator keberhasilan}}{\text{Jumlah keseluruhan siswa}} \times 100\%$$

Jika pencapaian indikator keberhasilan pada masing-masing aspek telah mencapai lebih dari 50% maka indikator dapat dikatakan berhasil dicapai.

4. **Efektifitas penggunaan teknik menulis dalam mengurangi stres pascatrauma siswa kelas V SDN Bronggang korban bencana alam letusan Gunung Merapi**, yaitu membandingkan skor stres pascatrauma anak sebelum tindakan (*pre-test*) dan setelah tindakan (*post-test*). diperoleh melalui perhitungan sebagai berikut:

$$t = \frac{D}{\sqrt{\frac{\sum D^2 - \frac{(\sum D)^2}{N}}{N(N-1)}}$$

Keterangan

t = harga t untuk sampel berkolerasi

D = (difference), perbedaan antara skor tes awal dengan skor tes akhir untuk setiap individu.

D = rerata dari nilai perbedaan (rerata dari D)

D² = kuadrat D

N = banyaknya subjek penelitian

Dengan ketentuan, jika t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} maka, treatment yang diberikan efektif untuk mengurangi stres pascatrauma yang dialami anak korban bencana.

