

### BAB III METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Lokasi dan Subyek Penelitian

Penelitian dilakukan di SMP Negeri 2 Taman yang terletak di Jalan Raya Sawunggaling No. 3, Kecamatan Taman, Kabupaten Sidoarjo, Provinsi Jawa Timur. Subyek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Taman yang memiliki kohesivitas keluarga pada kategori sangat rendah (*disconnected*). Jumlah subyek penelitian tersebut adalah enam siswa. Peneliti memilih siswa kelas VIII sebagai subyek penelitian karena tergolong dalam usia remaja yang merupakan masa perkembangan (Yusuf, 2014: 184) sikap tergantung (*dependence*) terhadap orang tua kearah kemandirian (*independence*). Masa perkembangan tersebut merupakan salah satu unsur yang dapat mempengaruhi terbentuknya kohesivitas pada keluarga.

Subyek penelitian dipilih dengan menggunakan teknik purposif (*purposive sampling*). Creswell (2008, hlm. 123) mengemukakan bahwa dalam *purposive sampling*, para peneliti dengan sengaja memilih individu-individu untuk mempelajari atau memahami suatu fenomena. Standar yang dapat digunakan memilih partisipan adalah tentang peran partisipan yang dapat memperkaya informasi.

Pada penelitian ini, karakteristik yang ingin diteliti adalah siswa yang memiliki tingkat kehesivitas keluarga sangat rendah (*disconnected*). Subyek penelitian disajikan dalam tabel berikut.

**Tabel 3.1**  
**Daftar Subyek Penelitian**

Nama Subyek (Inisial)	Kelas	Jenis Kelamin
STA	VIII-C	Perempuan
WHY	VIII-C	Laki-laki
GST	VIII-K	Perempuan
MCL	VIII-F	Perempuan
DKY	VIII-J	Laki-laki
MRF	VIII-B	Laki-laki

Pemilihan enam siswa subyek penelitian tersebut dilakukan dengan menggunakan angket kohesivitas keluarga yang dikembangkan oleh Rusdiana (2012). Angket tersebut disebarakan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Taman tahun akademik 2014/ 2015 dari kelas VIII-A hingga kelas VIII-K yang berjumlah 396 siswa. Subyek penelitian dipilih berdasarkan skor terendah kohesivitas keluarga yaitu yang berada pada kategori skor sangat rendah (*disconnected*).

Selanjutnya dilakukan tiga proses penelitian terhadap enam siswa subyek penelitian yang meliputi pengukuran kondisi baseline, pemberian intervensi kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing*, serta analisis data untuk mengetahui keefektifan penggunaan intervensi dalam meningkatkan kohesivitas keluarga. Selama pengukuran kondisi baseline dan kondisi intervensi, enam siswa subyek penelitian diberikan angket yang dikembangkan sendiri oleh peneliti.

Alasan penggunaan angket yang berbeda dalam studi pendahuluan dan proses penelitian terhadap enam siswa subyek penelitian adalah didasarkan pada pertimbangan kesesuaian dan kepentingan yang diperlukan oleh peneliti. Angket yang dikembangkan oleh Rusdiana (2012) dan angket yang dikembangkan peneliti memiliki kesamaan konsep yaitu dikembangkan atas dasar perspektif kajian kohesivitas keluarga dari Olson (2003). Namun untuk kepentingan studi pendahuluan yang memerlukan gambaran kategori tingkat kohesivitas keluarga secara umum siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Taman dan untuk menentukan enam subyek penelitian maka digunakan angket yang dikembangkan oleh Rusdiana (2012). Lebih lanjut, untuk proses pengukuran kondisi baseline dan kondisi intervensi terhadap enam siswa subyek penelitian maka digunakan angket yang dikembangkan sendiri oleh peneliti. Penggunaan angket tersebut didasarkan pada kepentingan peneliti untuk mengukur secara lebih spesifik mengenai aspek-aspek kohesivitas keluarga terhadap enam siswa subyek penelitian.

Pemilihan subyek penelitian sebanyak enam orang dilakukan dengan pertimbangan waktu dan optimalisaisi dalam melakukan observasi dan penerapan intervensi, serta untuk mendapatkan perspektif yang mendalam. Sesuai dengan pendapat Creswell (2013, hlm. 238) bahwa rancangan *single-subject*, yang memungkinkan laporan secara rinci mengenai partisipan. Keharusan untuk

melaporkan secara rinci masing-masing individu atau kasus, maka jumlah kasus yang makin besar akan makin sulit dan bisa menghasilkan perspektif yang dangkal. Di samping itu, pengumpulan data-data dan kemudian menganalisisnya memakan waktu yang cukup lama, dan setiap tambahan individu atau kasus hanya akan memperpanjang waktu.

## **B. Pendekatan Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif untuk mendapatkan data numerikal tentang kohesivitas keluarga pada enam siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Taman tahun ajaran 2014/2015. Creswell (2008, hlm. 46), menjelaskan pendekatan kuantitatif dipilih sebagai pendekatan penelitian ketika tujuan penelitian yaitu menguji teori, mengungkapkan fakta-fakta, menunjukkan hubungan antar variabel dan memberikan deskripsi.

## **C. Metode Penelitian**

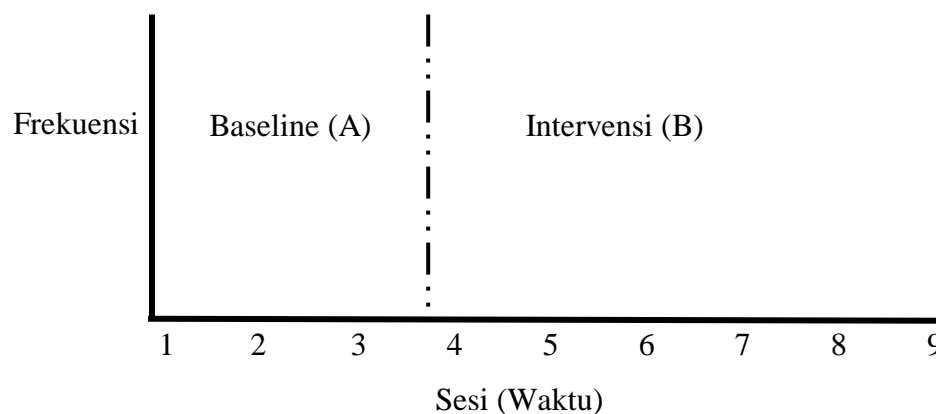
Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuasi-eksperimen. Metode ini memungkinkan untuk mengetahui adanya hubungan sebab dan akibat antara variabel bebas yaitu kombinasi *empty chair* dan *reframing* dan variabel terikat yaitu kehevisitas keluarga. Tujuannya adalah untuk mengetahui efek penggunaan kombinasi *empty chair* dan *reframing* dalam meningkatkan kehevisitas keluarga pada siswa remaja.

Tujuan tersebut sesuai dengan pendapat NTCI (2014) yang mengungkapkan bahwa studi kuasi-eksperimental adalah jenis evaluasi yang bertujuan untuk menentukan apakah suatu program atau intervensi memiliki efek yang diinginkan pada peserta penelitian.

## **D. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan adalah *single-subject* yaitu berupa Subjek-Tunggal A-B. Pemilihan desain ini bermaksud untuk mengetahui adanya peningkatan skor kehesivitas keluarga secara ketat terkait aspek-aspeknya pada setiap sesi dan setiap subyek penelitian. Penelitian ini juga bertujuan untuk menguji efek penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* dalam

meningkatkan kohevisitas keluarga pada beberapa individu. Tujuan tersebut sesuai dengan tujuan penelitian subyek tunggal (NCTI, 2014) yaitu untuk menguji apakah intervensi memiliki efek yang diinginkan pada individu atau beberapa orang. Kategori desain yang digunakan adalah tipe A-B. Pemilihan tipe tersebut dimaksudkan untuk mengukur kondisi baseline dan intervensi (eksperimen) masing masing sekali tanpa pengulangan. Secara umum prosedur desain A-B mempunyai prosedur seperti berikut.



Bagan 3.1  
Prosedur Desain A-B (Sunanto., dkk, 2005, hlm. 42)

Pada penelitian ini, pengukuran pada kondisi baseline dilakukan selama tiga minggu dengan konsep seminggu sekali. Pengukuran pada kondisi intervensi dilakukan selama enam minggu. Skor kohevisitas keluarga dibandingkan antara kondisi baseline dan kondisi intervensi pada subyek yang sama, yakni sebelum dan selama diberi perlakuan. Baseline adalah kondisi pengukuran target perilaku yang dilakukan pada keadaan natural sebelum diberikan intervensi apapun. Intervensi adalah kondisi yang mana suatu intervensi telah diberikan dan target perilaku dan target diukur di bawah kondisi tersebut.

Pemilihan desain subyek tunggal daripada desain kelompok memiliki beberapa alasan. Desain kelompok (Sunanato, dkk, 2005, hlm. 41) memfokuskan pada data yang berasal dari kelompok individu, sedangkan desain subyek tunggal memfokuskan pada data individu sebagai sampel penelitian. Desain kelompok digunakan untuk membandingkan kinerja (*performance*) antar kelompok individu. Pada perbandingan antar kelompok tersebut sering digunakan skor rata-rata (*mean*) dari variabel terikat yang sedang diteliti.

Pada desain subyek tunggal (Sunanto, dkk, 2005: 41) pengukuran variabel terikat atau perilaku sasaran (*target behavior*) dilakukan berulang-ulang dengan periode waktu tertentu misalnya perminggu. Perbandingan tidak dilakukan antar individu atau kelompok tetapi perbandingan dilakukan pada subyek yang sama dalam kondisi baseline dan kondisi intervensi.

Desain ini memiliki dua komponen utama yaitu fokus pada individu dan menggunakan individu sebagai pengamatan kontrol sendiri. Fokus pada individu berbeda dengan desain penelitian lain yang berkonsep kelompok misalnya *pretest-posttest control group design* dan *nonequivalent control group design*. Pada penelitian subyek tunggal, peneliti menggunakan lebih satu orang, namun hasil diperiksa dengan menggunakan masing-masing individu sebagai kontrol sendiri, daripada rata-rata hasil kelompok yang berbeda.

Pada penelitian subyek tunggal masing-masing individu adalah sebagai kontrol sendiri, maka peneliti bisa mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang perbedaan individu daripada perbedaan rata-rata antara kelompok. Untuk alasan ini, penelitian subyek tunggal sering dianggap desain penelitian terbaik ketika mengukur perubahan perilaku. Ketika dilakukan dengan benar dan hati-hati, penelitian subyek tunggal dapat menunjukkan efek kausal antara intervensi dan hasilnya (NCTI, 2014). Goldman (1978, hlm. 135) menambahkan tentang keuntungan utama desain A-B pada penelitian subyek tunggal yaitu memiliki kompatibel dengan “*real life*” pekerjaan konselor. Tujuan konseling adalah untuk menghasilkan perubahan yang diinginkan. Desain ini mampu mendokumentasikan tentang proses terjadinya perubahan.

Desain *single-subject* (Creswell, 2008, hlm. 321) juga mengendalikan banyak ancaman untuk validitas internal, karena hanya satu orang atau sejumlah kecil individu yang dipelajari pada satu waktu, kelompok tidak dilibatkan dan ancaman pada pemilihan, kematangan, regresi (penurunan), serta interaksi antar subjek adalah tidak relevan. Dengan asumsi bahwa peneliti menggunakan prosedur standar yang sama, penggunaan instrumen tidak akan menjadi ancaman validitas. Namun, yang menjadi ancaman pada desain *single-subject* adalah faktor sejarah karena pada desain ini penelitian yang dilakukan menghabiskan waktu yang cukup lama. Pada faktor sejarah, seiring berjalannya waktu selama

penelitian, ada banyak peristiwa yang bermunculan yang sering kali mempengaruhi *out-come* yang tidak diharapkan.

### **E. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Variabel yang diteliti dalam penelitian terdiri atas dua variabel yaitu kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* sebagai variabel bebas dan kohevisitas keluarga sebagai variabel terikat.

#### **1. Kombinasi Strategi *Empty Chair* dan *Reframing***

Secara operasional, kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu teknik konseling yang diberikan oleh konselor kepada konseli secara individu untuk menumbuhkan kesadaran dan mengubah kerangka pandang konseli dengan menggunakan enam tahapan yaitu: 1) pengungkapan kondisi keluarga konseli melalui gambar “*my family story*” dan penulisan surat kepada keluarga serta pemberian rasionalisasi strategi, 2) pengungkapan pengalaman konseli dan identifikasi persepsi serta perasaan konseli dalam situasi masalah, 3) pengungkapan pengalaman yang paling menimbulkan perasaan sakit hati dan kecewa serta memerankan persepsi negatif melalui permainan “kartu warna”, 4) pengungkapan argumen terbalik dan pemilihan persepsi alternatif baru, 5) penumbuhan kesadaran konseli pada dua sisi polaritas dan modifikasi persepsi dalam situasi masalah, 6) pemberian tugas rumah. Tujuannya agar siswa mampu memahami konsep “di sini dan sekarang” pada permasalahannya dan mampu mengembangkan pemikiran baru yang lebih sehat terkait dengan kohesivitas keluarga. Konseling ini dinyatakan efektif jika skor kehesivitas keluarga meningkat dari kondisi sebelum intervensi ke kondisi setelah intervensi.

Penjelasan lebih lanjut tentang tahapan pada kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* yaitu sebagai berikut.

- a. Pengungkapan kondisi keluarga konseli melalui gambar “*my family story*” dan penulisan surat kepada keluarga serta pemberian rasionalisasi strategi.

Konselor meminta konseli untuk menggambarkan kondisi keluarganya dengan tema “*my family story*” dan meminta konseli menuliskan surat kepada keluarga yang akan dimasukkan pada kotak “*my messages*”. Selanjutnya konselor

menjelaskan alasan penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* dalam konseling.

- b. Pengungkapan pengalaman konseli dan identifikasi persepsi serta perasaan konseli dalam situasi masalah.

Konselor mendorong konseli untuk mengungkapkan pengalaman negatifnya mengenai permasalahan yang dialami sehubungan dengan kohesivitas keluarga melalui permainan “kursi kosong” (bagian *empty chair*) dan melakukan identifikasi persepsi & perasaan yang muncul dalam situasi masalah (bagian *reframing*).

- c. Pengungkapan pengalaman yang paling menimbulkan perasaan sakit hati dan kecewa serta memerankan persepsi negatif melalui permainan “kartu warna”.

Konselor meminta konseli mengungkapkan pengalaman yang paling menimbulkan perasaan sakit hati dan kecewa (sisi polaritas yang paling kuat) dan selanjutnya konselor menumbuhkan kesadaran konseli tentang konsep “di sini dan sekarang” (bagian *empty chair*). Kemudian konselor meminta konseli memerankan persepsi negatif yang muncul dalam situasi masalah melalui permainan “kartu warna” (bagian *reframing*).

**Keterangan :** Permainan “kartu warna” merupakan permainan yang menggunakan dadu dan kubus yang terbuat dari kertas lipat dan masing-masing sisinya memiliki enam warna yang berbeda. Konselor membuat kartu sebanyak enam dan bagian luarnya dilapisi dengan warna yang sesuai dengan warna pada sisi kubus. Pada setiap kartu terdapat pernyataan yang menggambarkan situasi pada keluarga yang dapat membangkitkan perasaan dan persepsi negatif.

- d. Pengungkapan argumen terbalik dan pemilihan persepsi alternatif baru.

Konselor meminta konseli untuk mengungkapkan argumen terbalik pada permainan peran “kursi kosong” yaitu argumen yang diungkapkan berdasarkan sudut pandang sosok keluarga yang membuat konseli sakit hati dan kecewa (bagian *empty chair*) dan pemilihan persepsi alternatif yang baru sebagai pengganti persepsi negatif (bagian *reframing*).

- e. Penumbuhan kesadaran konseli pada dua sisi polaritas dan modifikasi persepsi dalam situasi masalah.

Konselor mengarahkan konseli untuk menyadari dua sisi polaritas yaitu perbedaan sudut pandang yang dimiliki konseli dan sosok keluarga yang membuatnya sakit hati dan kecewa (bagian *empty chair*), selanjutnya konseli diarahkan untuk melakukan modifikasi persepsi dalam situasi masalah yaitu pengubahan secara cepat persepsi negatif menjadi persepsi baru yang lebih positif (bagian *reframing*).

- f. Pemberian tugas rumah.

Konselor memberikan tugas rumah dengan meminta konseli untuk berlatih dalam melakukan pengubahan secara cepat dari persepsi lama ke persepsi atau sudut pandang baru dan menerapkannya dalam kondisi nyata. Konselor juga meminta konseli untuk menuliskan setiap situasi dan persepsi yang muncul dalam lembar "*about my self*".

## 2. Kohesivitas keluarga

Kohesivitas keluarga yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keeratan hubungan emosional yang dimiliki antar anggota keluarga. Kohesivitas digambarkan sebagai kebersamaan. Pada penelitian ini, kohesivitas keluarga dibatasi pada perspektif siswa remaja dalam memandang keeratan hubungan emosional yang terjalin antara dirinya dan keluarga (orangtua, kakak/adik) sebagaimana dinyatakan dalam respon siswa terhadap pernyataan tentang aspek berikut.

- a. Ikatan emosional (*emotional bonding*) yang menunjukkan kedekatan emosional antar tiap anggota keluarga.
- b. Keterbatasan (*boundaries*), yakni keterbatasan yang memisahkan apa yang "di dalam" dan apa yang "di luar" keluarga baik berupa sikap, aturan, maupun pola komunikasi antar anggota keluarga (adanya keterbukaan dalam keluarga).
- c. Koalisi (*coalitions*), yang menunjukkan kerjasama antar anggota keluarga dalam memecahkan masalah.
- d. Waktu (*time*), yaitu berkenaan dengan waktu yang diluangkan tiap anggota keluarga dalam melakukan kegiatan bersama. Waktu yang dimaksud adalah waktu yang berkualitas atau optimal dalam penggunaannya (*quality time*).



- e. Ruang (*space*), menunjukkan ruang privasi yang dimiliki tiap anggota keluarga.
- f. Teman (*friends*), yang menunjukkan teman-teman pribadi atau teman-teman keluarga. Anggota keluarga juga dapat menerima keberadaan teman dari anggota keluarga lain.
- g. Pengambilan keputusan (*decision making*), yaitu tentang proses dalam keluarga saat membuat pilihan, menentukan penilaian, hingga sampai pada keputusan yang diambil dan dijadikan pedoman dalam bertindak laku.
- h. Minat dan rekreasi (*interest and recreation*), yakni kegiatan yang dilakukan setiap anggota keluarga secara bersama-sama.

## **F. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah angket kohesivitas keluarga yang dikembangkan sendiri oleh peneliti dikembangkan atas dasar perspektif kajian kohesivitas keluarga dari Olson (2003). Angket yang dibuat yaitu angket tertutup (angket berstruktur) artinya angket yang disajikan dalam bentuk pernyataan yang telah tersedia alternatif pilihan jawabannya, sehingga responden diminta untuk memilih satu jawaban yang sesuai dengan karakteristik dirinya dengan cara memberikan tanda silang (x) atau *checkboxlist* (√). Jumlah item pernyataan yang harus dijawab oleh responden yaitu 67 butir item.

## **G. Pengembangan Instrumen Penelitian**

### **1. Kisi-kisi Instrumen**

Pembuatan kisi instrumen dikembangkan berdasarkan definisi operasional variabel penelitian yaitu kohesivitas keluarga. Konsep kohesivitas keluarga didasarkan pada aspek kohesivitas keluarga yang dikemukakan oleh Olson (2003). Aspek kohesivitas keluarga menurut Olson (2003) meliputi ikatan emosional, keterbatasan, koalisi, waktu, ruang, teman, pembuatan keputusan, minat dan rekreasi.

Tabel 3.2  
Kisi-Kisi Instrumen Kohesivitas Keluarga

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Item	
			Favourable	Unfavourable
Kohesivitas keluarga	Ikatan emosional ( <i>emotional bonding</i> )	Memiliki keinginan untuk menjalin keakraban dengan anggota keluarga	1, 45	2
		Memiliki panggilan khusus untuk menyebut nama anggota keluarga	3	46
		Mengingat waktu/ momen spesial yang dimiliki anggota keluarga	4, 47	5
	Keterbatasan ( <i>boundaries</i> )	Bersikap terbuka saat berkomunikasi dengan anggota keluarga	6, 48	7
		Menjaga nama baik keluarga saat bergaul di lingkungan luar keluarga	49	8
		Memahami dan menaati aturan yang berlaku dalam keluarga	9, 50	10
	Koalisi ( <i>coalitions</i> )	Membantu anggota keluarga yang sedang menghadapi masalah	51	11
		Meminta bantuan kepada anggota keluarga untuk membantu menyelesaikan masalah pribadi	12, 52	13
		Adanya upaya saling membantu antar anggota keluarga dalam memenuhi kebutuhan	14	15

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Item	
			Favourable	Unfavourable
Kohesivitas keluarga	Waktu ( <i>time</i> )	Mengutamakan waktu untuk keluarga daripada waktu untuk pribadi	16, 53	17
		Menjadikan waktu berkumpul bersama keluarga sebagai waktu yang berkualitas ( <i>quality time</i> )	18, 54	19
		Meluangkan waktu untuk melakukan kegiatan bersama keluarga	20, 55	21
	Ruang ( <i>space</i> )	Memiliki ruangan khusus keluarga sebagai tempat berkumpul di rumah	22, 56	23
		Mengoptimalkan penggunaan ruang untuk anggota keluarga dan meminimalkan ruang untuk privasi	24, 57	25
		Ikut serta menjaga dan merawat ruangan yang dimiliki anggota keluarga	26, 58	27
	Teman ( <i>friends</i> )	Memperkenalkan teman-teman kepada keluarga	28, 59	29
		Mengenali teman-teman dari anggota keluarga	60	30
		Mengikuti kegiatan bersama teman-teman dari anggota keluarga	31, 61	32

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Item	
			Favourable	Unfavourable
Kohektivitas keluarga	Pengambilan keputusan/ <i>decision making</i>	Meminta pendapat keluarga sebelum mengambil suatu keputusan yang berkaitan dengan kepentingan pribadi	33, 62	34
		Berpendapat saat mengikuti diskusi bersama anggota keluarga	35, 63	36
		Berkomitmen melaksanakan keputusan keluarga	37, 64	38
	Minat dan rekreasi/ <i>Interest and recreation</i>	Para anggota keluarga saling mengetahui minat yang dimiliki	39, 65	40
		Melakukan kegiatan yang diminati bersama anggota keluarga	41, 66	42
		Merasakan manfaat dari kegiatan rekreasi bersama keluarga	43, 67	44

## 2. Pedoman Skoring

Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala Likert yang menggunakan lima gradasi penilaian. Pilihan jawaban terdapat lima pilihan yaitu sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), kurang sesuai (KS), sesuai (S) dan sangat sesuai (SS). Pernyataan-pernyataan yang terdapat pada angket bersifat *favourable* dan *unfavourable*. Jawaban yang telah diberikan responden kemudian diberikan skor sesuai dengan skor item yang telah ditentukan yaitu sebagai berikut.

Tabel 3.3  
Skor *Item* Pernyataan Angket Berdasarkan Jenis Pernyataan

Pilihan jawaban	Skor	
	Favourable	Unfavourable
Sangat Tidak Sesuai (STS)	5	1
Tidak Sesuai (TS)	4	2
Kurang Sesuai (KS)	3	3
Sesuai (S)	2	4
Sangat Sesuai (SS)	1	5

### 3. Pengujian Validitas Instrumen

Validitas (Arikunto, 2006, hlm. 173) merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid (Sugiyono, 2013, hlm.173) berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Uji validitas pada penelitian ini terdiri dari uji kelayakan instrumen, uji keterbacaan instrumen, dan uji coba butir instrumen.

#### a. Uji Kelayakan Instrumen

Instrumen yang telah disusun diuji untuk mengetahui kelayakan dari segi isi, bahasa, dan kesesuaian butir pernyataan dengan aspek-aspek yang diungkap. Penimbangan uji kelayakan instrumen dilakukan oleh tiga dosen ahli. Ketiga dosen penimbang tersebut adalah (1) Prof. Syamsu Yusuf L.N, M.Pd (2) Prof. Juntika Nurihsan, M.Pd dan (3) Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd. Ketiga penimbang tersebut merupakan pakar dalam bidang bimbingan dan konseling. Instrumen yang telah memperoleh penilaian dari ketiga pakar kemudian direvisi sesuai dengan saran dan masukan dari penimbang. Hasil uji kelayakan instrumen dapat dilihat pada lampiran 6.

#### b. Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan dilakukan pada lima siswa SMP Negeri 2 Krian yang memiliki karakteristik hampir sama dengan siswa SMP Negeri 2 Taman yang menjadi sampel penelitian. Uji keterbacaan dimaksudkan untuk mengetahui

tentang sejauh mana keterbacaan instrumen oleh responden siswa kelas VIII sebelum digunakan untuk kebutuhan penelitian.

### c. Uji Coba Butir Instrumen

Pengujian validitas dilakukan terhadap seluruh butir item pada instrumen yang mengungkap kohesivitas keluarga. Pengujian validitas butir item dilakukan kepada 66 siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Krian Kabupaten Sidoarjo. Uji validitas dilakukan dengan bantuan *SPSS version 16.0 for Windows* menggunakan teknik statistik Spearman's rho. Hasil uji validitas menunjukkan 67 item angket kohesivitas keluarga valid dari 72 item yang di uji. Hasil uji validitas dapat dilihat pada lampiran 5.

## 4. Pengujian Realiabilitas Instrumen

Pengujian reliabilitas bertujuan untuk melihat kemantapan sebuah instrumen atau mengukur sejauh mana instrumen tersebut menghasilkan skor-skor secara konsisten. Uji reliabilitas instrumen kohesivitas keluarga menggunakan bantuan *SPSS version 16.0 for Windows*. Dengan menggunakan koefisien reabilitas *Alpha Cronbach*, diperoleh koefisien reliabilitasnya sebesar 0.938.

Tolak ukur koefisien reliabilitas dengan menggunakan kriteria pedoman koefisien sebagai berikut.

Tabel 3.4  
Interpretasi Reliabilitas

Koefisien Korelasi	Kriteria Reliabilitas
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Cukup
0,60 – 0,799	Tinggi
0,80 – 1,00	Sangat Tinggi

(Jones & Drummond, 2010)

Berdasarkan hasil koefisien *Alpha Cronbach* yang diperoleh ( $\alpha = 0.938$ ) berarti instrumen memiliki reliabilitas sangat tinggi.

## 5. Kategorisasi Tingkat Kohesivitas Keluarga

Kategori tingkat kohesivitas keluarga menggunakan skor dengan rentang kategori sebagai berikut.

Tabel 3.5  
Klasifikasi Kategori Skor dan Tingkat Kohesivitas

<b>Rentang</b>	<b>Kategori</b>	<b>Tingkat Kohesivitas</b>
$Z < -1,5$	Sangat Rendah	<i>Disconnected</i>
$-1,5 \leq Z < -0,5$	Rendah	<i>Somewhat Connected</i>
$-0,5 \leq Z < 0,5$	Sedang	<i>Connected</i>
$0,5 < Z \leq 1,5$	Tinggi	<i>Very Connected</i>
$Z > 1,5$	Sangat Tinggi	<i>Overly Connected</i>

(Jones & Drummond, 2010)

Pada setiap tingkatan kohesivitas keluarga terdapat penafsiran (Olson, 2003) yang akan dijelaskan sebagai berikut.

### a. Tidak Terhubung (*Disconnected*)

Pada tingkatan ini, keterpisahan emosional dapat terjadi dengan ekstrim. Keterpisahan emosional tersebut diwujudkan dengan tingginya tingkat perasaan independen yang dimiliki anggota keluarga dalam melakukan kegiatannya sendiri. Para anggota keluarga jarang terlibat untuk melakukan kegiatan bersama dan melakukan pemecahan masalah. Selain itu, para anggota keluarga juga jarang untuk menggunakan ruang keluarga sebagai tempat berkumpul. Masing-masing anggota keluarga didominasi oleh waktu yang dimiliki diri sendiri daripada waktu bersama keluarga. Anggota keluarga satu dengan yang lain tidak dapat saling mempengaruhi dan memberi dukungan terhadap pemecahan masalah.

### b. Agak Terhubung (*Somewhat Connected*)

Pada tingkatan “agak terhubung” ini terdapat adanya keterpisahan emosional, tetapi tidak terlalu ekstrim jika dibandingkan dengan tingkatan “tidak terhubung”. Para anggota keluarga memandang waktu untuk dirinya sendiri adalah hal terpenting, namun tetap tidak melupakan waktu untuk berkumpul bersama keluarga. Jadi terdapat beberapa kegiatan yang dilakukan secara bersama-sama dengan anggota keluarga lain. Selain itu, beberapa pengambilan keputusan juga ada yang dilakukan bersama. Meskipun para anggota keluarga

memiliki kegiatan dan kepentingan yang berbeda, mereka tetap membuat jadwal untuk dapat berkumpul bersama.

**c. Terhubung (*Connected*)**

Hubungan “terhubung” ditandai dengan adanya keseimbangan yang sangat baik antara kebersamaan dan keterpisahan. Kebersamaan dan keterpisahan yang dimaksud adalah para anggota keluarga dapat membedakan waktu saat berkumpul bersama keluarga dan waktu untuk dirinya sendiri. Para anggota keluarga dapat menempatkan diri dan membedakan situasi yang terjadi dalam keluarga. Pemecahan masalah dan pengambilan keputusan dilakukan secara bersama. Selain itu, pemanfaatan ruang keluarga juga dapat dilakukan secara optimal.

**d. Sangat Terhubung (*Very Connected*)**

Pada hubungan yang “sangat terhubung” para anggota keluarga memiliki kedekatan emosional dan loyalitas yang tinggi. Terdapat penekanan bahwa waktu kebersamaan dengan keluarga lebih penting dari pada waktu sendirian. Para anggota keluarga selain melakukan kegiatan dengan teman mereka sendiri juga melakukan kegiatan dengan teman para anggota keluarga yang lain. Meskipun terdapat penekanan pada waktu bersama, namun beberapa minat yang dimiliki para anggota keluarga dapat dilakukan dalam kegiatan yang terpisah dengan anggota keluarga yang lain.

**e. Terhubung Berlebihan (*Overly Connected*)**

Pada tingkatan “terhubung berlebihan” terdapat kedekatan emosional yang ekstrim dan penuntutan terhadap loyalitas pada setiap anggota keluarga. Para anggota keluarga sangat bergantung dan reaktif terhadap satu sama yang lain. Selain itu, juga terdapat kurangnya waktu untuk sendiri dan adanya pembatasan dari para anggota keluarga tentang waktu pribadi. Energi pada individu / anggota keluarga hampir secara eksklusif difokuskan di dalam keluarga daripada bersama teman dan kepentingan yang lainnya.

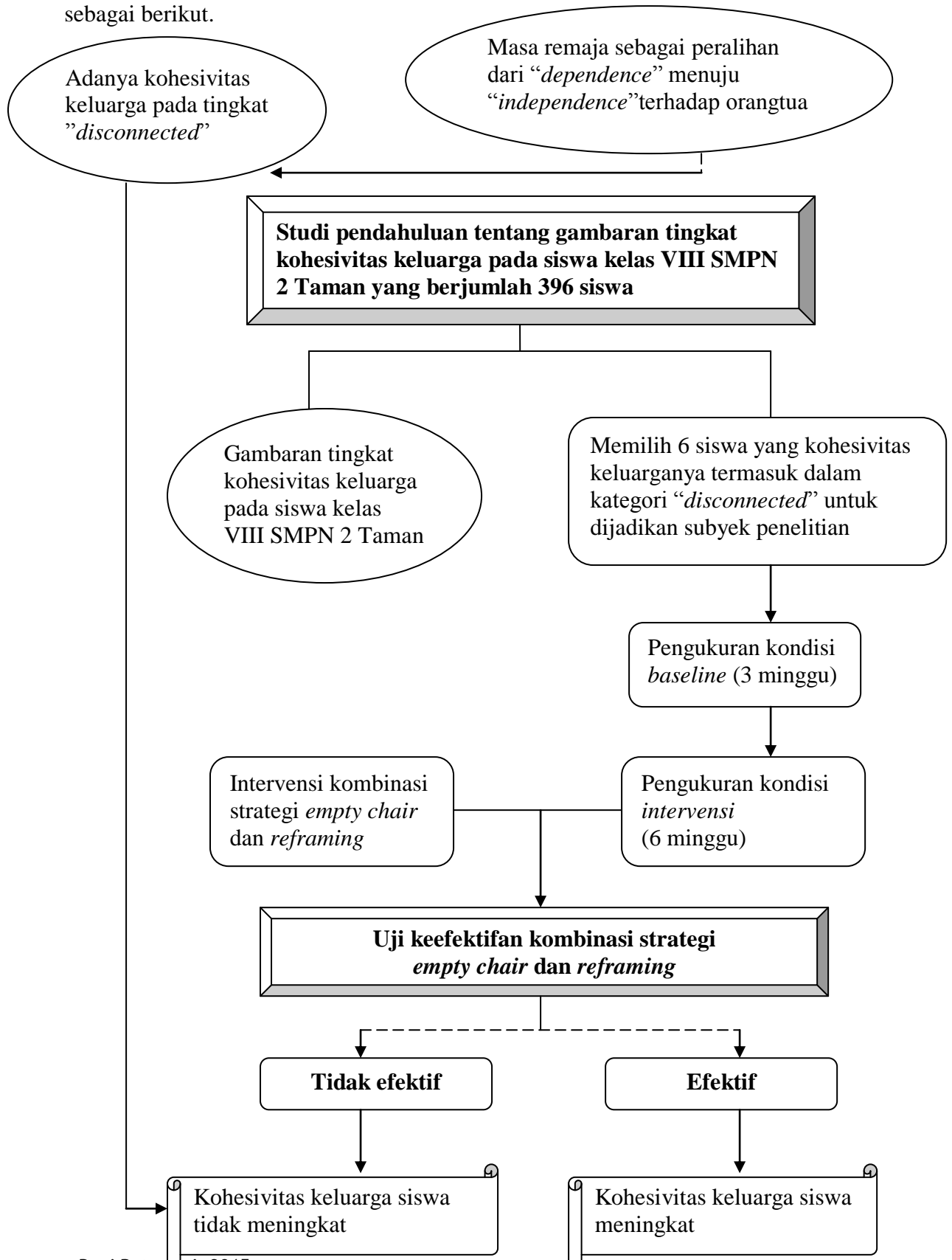


Pada tingkatan *disconnected* dan *overly connected* pada kohesivitas keluarga (Olson, 2003) cenderung dapat menjadi masalah bagi individu dan pengembangan hubungan keluarga dalam jangka panjang. Pada sisi lain, hubungan dapat diseimbangkan menjadi keterpisahan dan kebersamaan dengan cara yang lebih fungsional. Meskipun tidak ada tingkatan yang terbaik yang mutlak dalam setiap hubungan, banyak individu yang akan mengalami masalah jika hubungan yang dimiliki dalam keluarga termasuk dalam kategori ekstrim “*disconnected*” dan “*overly connected*” yang terjalin dalam waktu lama. Jadi diharapkan para anggota keluarga dapat mengubah tingkatan hubungan tersebut.

Oleh karena itu, pada penelitian ini upaya penangan difokuskan pada siswa yang termasuk dalam tingkatan tidak terhubung (*disconnected*) dengan menerapkan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* untuk meningkatkan kohesivitas keluarga. Kohesivitas keluarga yang dimaksud adalah perspektif hubungan dari sudut pandang siswa mengenai keluarganya. Melalui perubahan yang terjadi pada diri siswa, selanjutnya akan dapat ditularkan kepada para anggota keluarga yang lain.

## H. Tahap-tahap penelitian

Tahap-tahap yang dilakukan dalam penelitian meliputi langkah-langkah sebagai berikut.



Devi Ratnasari, 2015

Penggunaan Kombinasi Strategi Empty Chair Dan Reframing Untuk Meningkatkan Kohesivitas Keluarga Siswa

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## 1. Studi Pendahuluan

Pada tahap studi pendahuluan, peneliti menyebarkan angket kohesivitas kepada seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Taman yang berjumlah 396 siswa untuk mengetahui gambaran tingkat kohesivitas keluarga yang dimaksudkan dalam penelitian. Setelah dilakukan analisis terhadap hasil angket, maka dapat diketahui siswa-siswa yang termasuk dalam kategori sangat rendah (*disconnected*), rendah (*somewhat connected*), rata-rata (*connected*), tinggi (*very connected*), dan sangat tinggi (*overly connected*). Peneliti kemudian memilih enam siswa yang termasuk dalam kategori sangat rendah (*disconnected*) tingkat kohesivitas keluarga untuk dijadikan sebagai subyek penelitian.

## 2. Pengukuran Kondisi *Baseline*

Pengukuran kondisi *baseline* dilakukan seminggu sekali selama tiga minggu berturut-turut sampai didapatkan kecenderungan data yang stabil pada aspek-aspek kohesivitas keluarga. Pengukuran kondisi *baseline* dilakukan kepada enam siswa yang subyek penelitian menggunakan angket kohesivitas keluarga.

## 3. Perancangan Intervensi Kombinasi Strategi *Empty Chair* dan *Reframing*

Konseling dengan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* dirancang untuk meningkatkan kohesivitas keluarga siswa dengan berfokus pada aspek-aspeknya yang terkait. Rancangan intervensi konseling ditimbang oleh dua ahli yakni Prof. Syamsu Yusuf, L.N, M.Pd dan Dr. Anne Hafina, M.Pd yang merupakan ahli konseling.

### **Rancangan Intervensi dengan Kombinasi Strategi *Empty Chair* dan *Reframing* untuk Meningkatkan Kohesivitas Keluarga**

#### a. Rasional

Perubahan yang terjadi dalam keluarga merupakan salah satu faktor terbentuknya kohesivitas pada keluarga. Kohesivitas keluarga (Olson dkk., 2003) adalah keeratan hubungan yang dimiliki anggota keluarga satu terhadap yang lain. Kohesivitas keluarga digambarkan sebagai *emotional togetherness or separateness* dari tiap anggota keluarga. Keluarga dengan tingkat kohesivitas

yang tinggi akan mengeluarkan banyak waktu untuk bersama, membuat keputusan sebagai keluarga, dan sangat terikat satu sama lain secara emosional. Keluarga dengan tingkat kohesivitas keluarga yang rendah akan cenderung memiliki anggota keluarga yang sering melakukan tindakan mereka sendiri, memiliki teman-teman sendiri, mengeluarkan sedikit waktu bersama, dan mempertahankan ruang pribadi dibandingkan ruang bersama keluarga.

Kohesivitas keluarga sangat diperlukan untuk membentuk keluarga yang berkualitas. Adanya keluarga yang berkualitas sangat mempengaruhi perkembangan diri yang dialami remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Kenneth & Powell (2010), menunjukkan bahwa tingkat kohesivitas keluarga yang tinggi berpengaruh terhadap tahap perkembangan psikososial pada remaja, khususnya mengenai kepercayaan dan keintiman. Selain itu, tingginya tingkat kohesivitas keluarga juga dapat berfungsi sebagai pengendali perilaku merokok (Law & Kelly, 2010), dan berpengaruh pada sikap kedewasaan yang lebih baik dalam pemilihan karir (Lee & Yi, 2010).

Sebaliknya, kohesivitas keluarga yang rendah dapat menimbulkan beberapa dampak negatif bagi remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Wayne & Jacob (2012) menyimpulkan bahwa kohesivitas keluarga yang rendah dapat menyebabkan gangguan kecemasan. Selain itu juga penelitian yang dilakukan oleh Woertman (2012) menyebutkan bahwa kohesivitas keluarga yang rendah dapat menimbulkan inisiasi seksual sejak dini pada remaja yang memperbesar peluang adanya kehamilan diluar nikah. Dampak lain yang juga ditimbulkan yaitu memicu adanya kenakalan pada remaja (Hanson & Begle, 2012) dan memperbesar peluang penggunaan narkoba (Mariana & Dillon, 2012).

Beberapa penelitian tentang kohesivitas keluarga juga dilakukan di Indonesia. Salah satu penelitian tersebut dilakukan oleh Rusdiana (2012) yang melakukan penelitian hubungan antara kohesivitas keluarga dengan *self esteem* pada remaja. Sampel penelitian adalah siswa kelas VII C dan VIII D di SMP Kemala Bhayangkari I Surabaya yang berjumlah 53 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi kohesivitas keluarga maka semakin tinggi *self esteem* dan begitu pula sebaliknya. Kohesivitas keluarga yang tinggi akan mengakibatkan remaja merasa diterima dan dihargai di dalam keluarga. Hal

tersebut akan menimbulkan penilaian diri yang positif pada diri remaja dan berdampak positif pada *self esteem* remaja.

Pada upaya untuk mendapatkan data mengenai kohesivitas keluarga pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Taman maka dilakukan studi pendahuluan melalui penyebaran angket. Data yang diperoleh sesuai hasil angket skala kohesivitas keluarga, yang disebarkan pada tanggal 07 Januari dan 10 Februari 2015 pada siswa kelas VIII-A sampai VIII-K SMP Negeri 2 Taman-Sidoarjo yang berjumlah 396 siswa, diperoleh sebanyak 40% atau 159 siswa memiliki tingkat kohesivitas keluarga pada kategori sedang, 30% atau 119 siswa memiliki tingkat kohesivitas keluarga pada kategori tinggi, 16% atau 62 siswa memiliki tingkat kohesivitas keluarga pada kategori rendah, dan 7% atau 28 siswa masing-masing berada pada kategori sangat rendah dan sangat tinggi.

Oleh karena itu, diperlukan suatu penanganan dalam membantu siswa mengatasi permasalahan kohesivitas keluarga yang rendah. Salah satu penanganan yang dapat diterapkan adalah konseling keluarga dengan pendekatan individual. Pendekatan individual yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing*.

Strategi *empty chair* atau kursi kosong berasal dari teori Gestalt yang dikemukakan oleh Fritz Perls. Pada pandangan Gestalt, individu mengalami gangguan kepribadian/ perilaku disebabkan adanya penolakan salah satu aspek kepribadiannya. Banyak orang senang menunda atau menimbun tugas dan pekerjaan, membiarkan masalah mengambang dan tak terpecahkan, atau menganggap segala urusan adalah masalah yang remeh dan tidak ditangani secara serius yang akhirnya menumpuk dan tidak terselesaikan. Masalah yang tidak terselesaikan yang potensial menghambat perkembangan adalah emosi-emosi yang dipendam dan atau tidak diekspresikan (Darminto, 2007, hlm. 89).

Strategi *reframing* merupakan pendekatan yang mengubah atau menyusun kembali persepsi konseli atau cara pandang terhadap masalah atau tingkah laku Cormier (1985, hlm. 417). Dengan menggunakan perubahan kerangka pandang, konselor akan dapat membantu konseli beralih pada pandangan yang lebih luas dan positif, dan hasilnya akan ada perubahan terhadap cara berfikir mereka tentang kondisi mereka (Geldard & Geldard, 2011, hlm. 223).

Sesuai uraian tersebut, penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* merupakan salah satu cara untuk membantu siswa dalam meningkatkan tingkat kohesivitas keluarga. Cara membuktikan adanya pengaruh tersebut maka dilakukan penelitian ini. Penggunaan kombinasi strategi *empty chair* membantu siswa dari segi afeksi dan *reframing* membantu siswa dari segi kognisi. Penggunaan kombinasi strategi tersebut dipilih agar dapat meningkatkan tingkat kohesivitas keluarga pada siswa remaja, sehingga remaja mampu memfokuskan diri untuk mengembangkan potensinya secara optimal sebagai siswa di sekolah dan sebagai individu dalam masyarakat.

### **b. Tujuan Intervensi**

Intervensi ini secara umum bertujuan untuk meningkatkan kohesivitas keluarga yang termasuk kategori sangat rendah (*disconnected*) pada siswa dalam aspek: 1) Ikatan emosional (*emotional bonding*), 2) Keterbatasan (*boundaries*), 3) Koalisi (*coalitions*), 4) Waktu (*time*), 5) Ruang (*space*), 6) Teman (*friends*), 7) Pembuatan keputusan (*decision making*), 8) Minat dan rekreasi (*interest and recreation*) melalui kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing*. Secara khusus intervensi ini bertujuan :

1. Siswa mampu mengungkapkan masalah-masalah pribadi yang tak terselesaikan, yang berkaitan dengan keluarga.
2. Siswa mampu mencapai kesadaran diri dan integritas pribadi.
3. Siswa mampu menghayati hidup pada tataran “di sini” dan “sekarang”.
4. Siswa mampu mencapai dan memanfaatkan sumber-sumber potensi pribadinya.
5. Siswa mampu melakukan perubahan kerangka pikir yang lebih positif.
6. Siswa mampu memiliki hubungan yang lebih dekat dengan para anggota keluarga dengan saling berinteraksi satu sama lain dan membuat keseimbangan antara waktu bersama keluarga dan waktu untuk pribadi.

### **c. Sasaran Intervensi**

Subyek penelitian yang dipilih dalam penelitian ini yaitu sebanyak enam siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Taman tahun akademik 2014/ 2015. Keenam

siswa tersebut memiliki skor terendah dalam kohesivitas keluarga yang termasuk dalam kategori sangat rendah (*disconnected*). Subyek penelitian terdiri dari tiga siswa laki-laki dan tiga siswa perempuan.

Sasaran intervensi adalah peserta didik yang memiliki skor terendah pada aspek kohesivitas keluarga seperti dikemukakan Olson (2003) yang meliputi aspek; 1) ikatan emosional, 2) keterbatasan, 3) koalisi, 4) waktu, 5) ruang, 6) teman, 7) pengambilan keputusan, 8) minat dan rekreasi. Berikut ini gambaran tingkat kohesivitas keluarga subjek penelitian yang disajikan dalam tabel 3.6.

Tabel 3.6  
Tingkat Kohesivitas Keluarga Siswa yang Menjadi Subyek Penelitian

<b>Nama</b>	<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Usia</b>	<b>Aspek yang Rendah</b>
STA	Perempuan	14 Tahun	Aspek 2 dan 4
WHY	Laki-laki	14 Tahun	Aspek 2 dan 3
GST	Perempuan	13 Tahun	Aspek 1 dan 4
MCL	Perempuan	14 Tahun	Aspek 2 dan 7
DKY	Laki-laki	13 Tahun	Aspek 1 dan 2
MRF	Laki-laki	14 Tahun	Aspek 5 dan 6

#### d. Asumsi-Asumsi Intervensi

Penelitian tentang penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* untuk meningkatkan kohesivitas keluarga pada siswa remaja ini dilandasi asumsi-asumsi sebagai berikut.

1. Konseli merupakan individu yang sangat kompleks (Papalia & Old, dalam Darminto, 2007, hlm. 7) yaitu meliputi cara merasa, berpikir, dan bertindak terbentuk sebagai hasil interaksi antara kekuatan-kekuatan yang ada pada dirinya, kekuatan lingkungan, dan hasil-hasil belajarnya. Penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* dipilih untuk membantu siswa dari segi perasaan (afeksi) dan pikiran (kognisi).
2. Prinsip-prinsip yang mendasari penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* sesuai dengan tujuan pendekatan individual pada konseling keluarga (Willis, 2013, hlm. 21) yaitu: (a) konseli dapat mengekspresikan perasaan-perasaan yang mengganjal, menyakitkan, menyedihkan, dan melukai

hatinya sehingga dapat memunculkan perasaan lega (terdapat dalam *empty chair*), (b) konselor berusaha memunculkan pikiran-pikiran sehat konseli agar tercipta suatu keluarga bahagia dan utuh (terdapat dalam *reframing*).

3. Strategi *empty chair* dan *reframing* memiliki kesamaan dalam konsep pentingnya masa “sekarang” dan “keutuhan”, seperti yang diungkapkan Beck (1995) bahwa *reframing* merupakan bagian dari teknik kognitif yang memusatkan perhatian pada saat sekarang dan memandang manusia secara holistik. Begitu juga dalam *empty chair* yang termasuk dalam teknik Gestalt (Corey, 2005, hlm. 117) yang memandang bahwa manusia memiliki unsur keasadaran dan dapat berfokus pada tingkah laku dan pengalaman di “sini” dan “sekarang” dengan memadukan (mengintegrasikan) bagian-bagian kepribadian yang terpolarisasi.
4. Strategi *empty chair* merupakan bagian dari teknik Gestalt. Asumsi dasar teknik Gestalt (Corey, 2005, hlm. 117) adalah bahwa individu mampu menangani sendiri masalah-masalah hidupnya secara efektif, sedangkan *reframing* termasuk dalam konseling kognitif (Beck, 1995) yang didasarkan pada temuan bahwa perubahan pikiran akan menghasilkan perubahan perasaan dan tindakan.

#### **e. Peran dan Fungsi Konselor**

Peran konselor dalam penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* adalah membangun iklim hubungan yang dapat mendorong konseli mengembangkan kepercayaan, kesadaran, dan kesediaan dalam mencoba cara-cara baru dalam merasa, berpikir, dan bertindak. Fungsi konselor dalam penerapan intervensi kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* yaitu sebagai berikut.

1. Konselor mengarahkan konseli untuk mencapai kesadaran. Kesadaran (Darminto, 2007, hlm. 91) akan menjadi wahana bagi terjadinya perubahan. Dengan kata lain, perubahan perilaku tidak akan terjadi sebelum konseli mencapai kesadaran.
2. Konselor membantu individu (Darminto, 2007, hlm. 90) untuk menyadari *backlog* dari masalah yang tak terselesaikan yang dialaminya dan kemudian



- mengungkapkannya, khususnya emosi yang terpendam sehingga konseli mampu untuk mengalaminya secara penuh dalam keadaan disini dan sekarang.
3. Konselor harus dapat memahami bahasa tubuh atau isyarat non-verbal konseli. Isyarat-syarat non-verbal konseli (Corey, 2005, hlm. 128) menghasilkan informasi yang kaya bagi konselor.
  4. Konselor membantu konseli untuk mengidentifikasi pikiran negatif kemudian konselor juga membantu dalam memodifikasi pikiran negatif tersebut. Selama proses konseling (Darminto, 2007, hlm. 179) konseli diarahkan dalam mengembangkan sikap dan keterampilan untuk berpikir lebih realistis dan membawa pada kehidupan yang lebih menyenangkan.
  5. Konselor juga membantu konseli memperoleh keterampilan untuk menimbang perilakunya sendiri dan membuat pilihan yang tepat (Darminto, 2007, hlm. 181)

#### **f. Prosedur Pelaksanaan Intervensi**

Kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* dilakukan dengan enam tahapan sebagai berikut.

1. **Tahap pertama** : Pengungkapan kondisi keluarga konseli dan rasionalisasi penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing*
  - a. **Tujuan** : Mengungkap kondisi keluarga konseli melalui kegiatan menggambar kondisi keluarga yang bertema “*my family story*” dan menulis sebuah surat untuk keluarga yang akan dimasukkan dalam kotak “*my messages*”, dan menjelaskan rasionalisasi penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* kepada konseli.
  - b. **Kegiatan** :
    - 1) Konselor membuka pertemuan dan menanyakan kabar dari konseli
    - 2) Konselor menjelaskan maksud dari kegiatan konseling yang dilakukan
    - 3) Konselor melakukan structuring waktu dan menjelaskan kepada konseli tentang batasan waktu dalam pelaksanaan kegiatan konseling.
    - 4) Konselor menanyakan kesediaan konseli untuk mengikuti kegiatan konseling sampai selesai.

- 5) Konselor meminta menggambar pada sebuah kertas dengan tema gambar “*my family story*”
- 6) Konselor meminta konseli menuliskan sebuah surat untuk keluarga yang akan dimasukkan pada kotak “*my messages*”
- 7) Konselor menanyakan maksud dari gambar dan surat yang telah dibuat
- 8) Konseli memberikan rasionalisasi penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* dalam upaya pemberian bantuan kepada konseli

**2. Tahap kedua :** Pengungkapan pengalaman konseli (bagian dari *empty chair*) dan identifikasi persepsi negatif dalam situasi masalah (bagian dari *reframing*)

**a. Tujuan :** Mendorong konseli untuk mengungkapkan pengalaman negatifnya secara tuntas dan melakukan identifikasi terhadap persepsi dan perasaan konseli saat berada dalam situasi yang menimbulkan masalah.

**b. Kegiatan :**

- 1) Konselor menyiapkan dua kursi yang saling berhadapan sebagai media permainan peran “kursi kosong” dan meminta konseli untuk duduk di salah satu kursi (bagian dari *empty chair*)
- 2) Konselor menjelaskan fungsi kursi yang telah disiapkan yaitu sebagai media untuk bermain peran dalam pengungkapan perasaan (bagian dari *empty chair*)
- 3) Konselor menggali pengalaman konseli yang berkaitan dengan kohesivitas keluarga sambil meminta konseli untuk membayangkan sosok keluarga yang duduk di kursi hadapannya lalu mengungkapkan pengalaman dan perasaan negatif yang dirasakan terhadap sosok keluarga tersebut (bagian dari *empty chair*)
- 4) Konselor meminta konseli untuk menceritakan situasi dalam keluarga yang dapat menimbulkan tekanan bagi dirinya. Selanjutnya konselor mengidentifikasi persepsi atau pikiran-pikiran negatif dan perasaan konseli yang muncul dalam situasi yang menimbulkan tekanan (bagian dari *reframing*)
- 5) Konselor memberikan umpan balik dan tanggapan terhadap penyampaian konseli dan memberi penjelasan mengenai pikiran-pikiran konseli yang muncul (bagian dari *reframing*)

6) Konselor menjalin kesepakatan dengan konseli untuk pertemuan yang selanjutnya.

**3. Tahap ketiga :** Pengungkapan pengalaman yang paling menimbulkan sakit hati dan kecewa (bagian dari *empty chair*) serta memerankan persepsi negatif melalui permainan “kartu warna” (bagian dari *reframing*)

**a. Tujuan :** Meminta konseli untuk mengungkapkan pengalaman yang paling menimbulkan perasaan sakit hati dan kecewa (sisi polaritas paling kuat) dan menumbuhkan kesadaran konseli tentang konsep “di sini dan sekarang” serta meminta konseli untuk memerankan persepsi negatif yang muncul dalam situasi masalah melalui permainan “kartu warna”.

**b. Kegiatan :**

1) Konselor memulai dengan membantu konseli memilih sisi polaritas yang memiliki perasaan paling kuat atau pengalaman yang paling menimbulkan perasaan sakit dan kecewa (bagian dari *empty chair*)

2) Konselor bersikap tidak menghakimi selama konseli berekspresi. Konselor juga mengarahkan konseli untuk dapat menyadari konsep “di sini dan sekarang” dari pengalaman yang dialami (bagian dari *empty chair*)

3) Konselor meminta konseli mengungkapkan persepsi negatif yang muncul dalam situasi masalah, dan selanjutnya konseli diminta untuk memerankan persepsi negatif yang muncul melalui permainan “kartu warna” yang bertujuan untuk membangkitkan perasaan dan pikiran negatif yang dirasakan konseli dalam lingkungan keluarga. Pada permainan tersebut, diharapkan konseli dapat mengenali pikiran-pikirannya dalam situasi yang bermasalah. Konseli akan bermain peran sesuai dengan instruksi yang terdapat pada kartu warna yang ia pilih berdasarkan dadu yang telah dilempar (bagian dari *reframing*)

**Keterangan :** permainan “kartu warna” merupakan permainan yang menggunakan dadu dan kubus yang terbuat dari kertas lipat dan masing-masing sisinya memiliki enam warna yang berbeda. Konselor membuat kartu sebanyak enam dan bagian luarnya dilapisi dengan warna yang sesuai dengan warna pada sisi kubus. Pada setiap kartu terdapat pernyataan yang

menggambarkan situasi pada keluarga yang dapat membangkitkan perasaan dan persepsi negatif.

- 4) Konselor menanyakan tentang perasaan dan pikiran konseli yang muncul saat melakukan permainan (bagian dari *reframing*)
- 5) Konselor menjalin kesepakatan dengan konseli untuk pertemuan yang selanjutnya.

**4. Tahap keempat :** Pengungkapan argumen terbalik (bagian dari *empty chair*) dan pemilihan persepsi alternatif atau sudut pandang baru (bagian dari *reframing*)

**a. Tujuan :** Meminta konseli untuk mengungkapkan argumen terbalik pada sisi yang berbeda dan mengarahkan konseli agar dapat memilih persepsi alternatif yang baru yang lebih sehat untuk menggantikan persepsi yang lama.

**b. Kegiatan :**

- 1) Konselor menyiapkan dua kursi yang berhadapan sebagai media dalam konseling. Selanjutnya konselor menjelaskan bahwa dua kursi tersebut memiliki dua sisi yang berbeda, sisi pertama menggambarkan karakter dan kondisi dirinya, sisi yang kedua atau kursi yang berhadapan adalah karakter atau kondisi dari orang lain/ anggota keluarga (bagian dari *empty chair*).
- 2) Konselor meminta konseli untuk membayangkan sosok keluarga yang paling menimbulkan sakit hati dan kecewa (bagian dari *empty chair*).
- 3) Konselor meminta konseli duduk pada sisi kursi “sosok keluarga” dan berperan menjadi sosok keluarga tersebut dengan mengungkapkan argumen terbalik yaitu perasaan dan pikiran yang muncul dari sudut pandang sosok keluarga tersebut sambil membayangkan bahwa yang ada di hadapannya adalah dirinya sendiri (bagian dari *empty chair*).
- 4) Selanjutnya konselor mengajak konseli untuk melakukan identifikasi persepsi alternatif yang lebih sehat, namun sebelumnya konselor memberikan contoh terlebih dahulu contoh tentang pencarian alternatif persepsi atau cara pandang baru untuk mengganti persepsi atau cara pandang yang lama (bagian dari *reframing*)

- 5) Konselor meminta konseli untuk memilih persepsi alternatif atau sudut pandang baru sebagai pengganti dari persepsi sebelumnya yang dilakukan pada tahap dua dan tiga (bagian dari *reframing*)
- 6) Konselor menjalin kesepakatan dengan konseli untuk pertemuan yang selanjutnya.

**5. Tahapan kelima :** Penumbuhan kesadaran konseli pada dua sisi polaritas (bagian dari *empty chair*) dan modifikasi persepsi dalam situasi masalah (bagian dari *reframing*)

**a. Tujuan :** Mengarahkan konseli untuk menyadari dua sisi polaritas yaitu perbedaan sudut pandang yang dimiliki konseli dan sosok keluarga yang membuatnya sakit hati dan kecewa dan mengarahkan konseli untuk melakukan modifikasi persepsi dalam situasi masalah yaitu perubahan secara cepat persepsi lama (negatif) menjadi persepsi baru yang lebih sehat (positif).

**b. Kegiatan :**

- 1) Konselor melakukan *review* terhadap permainan peran yang dilakukan konseli pada tahap sebelumnya. Selanjutnya konselor mengarahkan konseli untuk memiliki kesadaran tentang dua sisi polaritas yang diperankan (bagian dari *empty chair*)
- 2) Konselor meminta konseli untuk menceritakan pendapatnya terkait perbedaan dua sisi polaritas yang terdapat dalam permainan peran (bagian dari *empty chair*)
- 3) Konselor mengajak konseli untuk berlatih dalam memodifikasi dan mengalihkan persepsi lama ke persepsi baru melalui permainan kartu warna. Permainan “kartu warna” dilakukan seperti pada tahap ketiga, namun pada permainan kali ini, konseli diminta untuk menerapkan alternatif cara pandang baru yang telah dipilihnya dalam menghadapi situasi masalah (bagian dari *reframing*)
- 4) Konselor menanyakan tentang perasaan konseli ketika menerapkan cara pandang baru dari permasalahannya dan kesan setelah melakukan permainan “kartu warna” (bagian dari *reframing*)

5) Konselor menjalin kesepakatan dengan konseli untuk pertemuan yang selanjutnya.

**6. Tahap keenam :** Pembuatan rencana aksi dan pemberian tugas rumah (bagian dari *empty chair* dan *reframing*)

**a. Tujuan :** Memberikan rencana aksi dan tugas rumah dengan meminta konseli untuk berlatih dalam melakukan perubahan secara cepat dari persepsi lama ke persepsi atau sudut pandang baru dan menerapkannya dalam kondisi nyata dan meminta konseli untuk menuliskan setiap situasi dan persepsi yang muncul dalam lembaran "*about my self*".

**b. Kegiatan :**

- 1) Konselor menanyakan kepada konseli tentang kemajuan yang dirasakan setelah mengikuti konseling dengan intervensi kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing*.
- 2) Konselor mengarahkan konseli untuk membuat rencana aksi tentang perubahan kerangka pandang yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan nyata.
- 3) Konselor memberikan tugas rumah yaitu konseli diminta untuk berlatih dalam melakukan perubahan secara cepat dari persepsi lama ke persepsi baru atau sudut pandang yang baru dan menerapkannya dalam kondisi yang nyata.
- 4) Konselor memberikan lembar "*about my self*" dan meminta konseli untuk menuliskan setiap situasi dan persepsi yang muncul
- 5) Konselor membuat kesepakatan dengan konseli untuk membahas hasil tugas rumah pada satu minggu berikutnya dan melakukan sesi terminasi.

**g. Evaluasi dan Indikator Keberhasilan**

Evaluasi keberhasilan secara umum dilakukan menggunakan angket kohesivitas keluarga yang diberikan pada setiap sesi. Selain evaluasi keberhasilan secara umum, evaluasi proses juga dilakukan dengan melihat pencapaian tujuan pada setiap sesi dengan menggunakan jurnal mingguan, lembar monitor diri, dan lembar observasi.

Indikator keberhasilan pada masing-masing tahapan adalah sebagai berikut.

**1. Tahap pertama** : Pengungkapan kondisi keluarga konseli dan rasionalisasi penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing*

Indikator keberhasilan pada tahap pertama yaitu konseli dapat bersikap terbuka dan memahami maksud dari kegiatan konseling yang dilakukan. Kemudian konseli dapat menggambarkan kondisi keluarganya dengan tema “*my family story*” dan menuliskan sebuah surat untuk keluarga yang akan dimasukkan pada kotak “*my messages*”. Selanjutnya konseli dapat menjelaskan maksud dari gambar dan surat yang telah dibuat. Selain itu konseli juga dapat memahami rasionalisasi penggunaan kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing* dalam upaya memberikan bantuan untuk dirinya serta bersedia mengikuti proses kegiatan konseling sampai selesai yaitu dari tahapan pertama sampai tahapan keenam. Terakhir konseli dapat menuliskan perkembangan yang dialami berdasarkan angket kohesivitas keluarga, jurnal 1, dan lembar monitor diri yang dijadikan sebagai bahan evaluasi. (Keterangan: angket kohesivitas keluarga, jurnal 1, dan lembar monitor diri terdapat dalam lampiran 3)

**2. Tahap kedua** : Pengungkapan pengalaman konseli (bagian dari *empty chair*) dan identifikasi persepsi negatif dalam situasi masalah (bagian dari *reframing*)

Indikator keberhasilan pada tahap kedua yaitu konseli dapat memahami permainan peran dengan menggunakan media kursi yang telah dijelaskan oleh konselor. Selanjutnya konseli dapat terbuka dalam mengungkapkan pengalaman yang berkaitan dengan kohesivitas keluarga dan dapat membayangkan sosok keluarga pada permainan peran “kursi kosong” yang dilakukan. Kemudian konseli dapat menceritakan situasi dalam keluarga yang dapat menimbulkan tekanan bagi dirinya dan melakukan identifikasi persepsi atau pikiran-pikiran serta perasaan konseli yang muncul dalam situasi yang menimbulkan tekanan. Selain itu konseli juga dapat memahami umpan balik dan tanggapan konselor terhadap penyampaian penjelasan mengenai pikiran-pikiran konseli yang muncul. Terakhir konseli dapat menuliskan perkembangan yang dialami berdasarkan angket kohesivitas keluarga, jurnal 2, dan lembar monitor diri yang dijadikan sebagai

bahan evaluasi. (Keterangan: angket kohesivitas keluarga, jurnal 2, dan lembar monitor diri terdapat dalam lampiran 3)

**3. Tahap ketiga** : Pengungkapan pengalaman yang paling menimbulkan sakit hati dan kecewa (bagian dari *empty chair*) serta memerankan persepsi negatif melalui permainan “kartu warna” (bagian dari *reframing*).

Indikator keberhasilan pada tahap ketiga yaitu konseli dapat memilih sisi polaritas yang memiliki perasaan paling kuat atau pengalaman yang paling menimbulkan perasaan sakit hati dan kecewa. Kemudian konseli dapat memiliki kesadaran tentang konsep “di sini dan sekarang” dari pengalaman yang dialami serta dapat mengungkapkan persepsi negatif yang muncul dalam situasi masalah dan selanjutnya dapat memerankan persepsi negatif yang muncul melalui permainan “kartu warna” yang bertujuan untuk membangkitkan perasaan dan pikiran negatif yang dirasakan konseli dalam lingkungan keluarga. Pada permainan “kartu warna”, konseli dapat mengenali pikiran-pikirannya dalam situasi yang bermasalah. Konseli dapat bermain peran sesuai dengan instruksi yang terdapat pada kartu warna yang ia pilih berdasarkan dadu yang telah dilempar. Selanjutnya konseli dapat menjelaskan tentang perasaan dan pikiran yang muncul saat melakukan permainan. Terakhir konseli dapat menuliskan perkembangan yang dialami berdasarkan angket kohesivitas keluarga, jurnal 3, dan lembar monitor diri yang dijadikan sebagai bahan evaluasi. (Keterangan: angket kohesivitas keluarga, jurnal 3, dan lembar monitor diri terdapat dalam lampiran 3)

**4. Tahap keempat** : Pengungkapan argumen terbalik (bagian dari *empty chair*) dan pemilihan persepsi alternatif atau sudut pandang baru (bagian dari *reframing*)

Indikator keberhasilan pada tahap keempat yaitu konseli dapat memahami permainan peran “kursi kosong” yang akan dilakukan. Selanjutnya konseli dapat membayangkan sosok keluarga yang paling menimbulkan sakit hati dan kecewa serta dapat berperan menjadi sosok keluarga tersebut dengan mengungkapkan argumen terbalik yaitu perasaan dan pikiran yang muncul dari sudut pandang



sosok keluarga tersebut sambil membayangkan bahwa yang ada di hadapannya adalah dirinya sendiri. Kemudian konseli dapat memahami contoh dari konselor tentang pencarian alternatif persepsi atau cara pandang baru untuk mengganti persepsi atau cara pandang yang lama dan selanjutnya dapat melakukan identifikasi persepsi alternatif atau cara pandang baru secara mandiri untuk mengganti cara pandang yang lama. Terakhir konseli dapat menuliskan perkembangan yang dialami berdasarkan angket kohesivitas keluarga, jurnal 4, dan lembar monitor diri yang dijadikan sebagai bahan evaluasi. (Keterangan: angket kohesivitas keluarga, jurnal 4, dan lembar monitor diri terdapat dalam lampiran 3)

**5. Tahap kelima :** Penumbuhan kesadaran konseli pada dua sisi polaritas (bagian dari *empty chair*) dan modifikasi persepsi dalam situasi masalah (bagian dari *reframing*)

Indikator keberhasilan pada tahap kelima yaitu konseli dapat memahami *review* yang dijelaskan oleh konselor tentang permainan peran “kursi kosong” yang telah dilakukan pada tahap sebelumnya. Selanjutnya konseli dapat memiliki kesadaran tentang dua sisi polaritas yang diperankan. Selain itu konseli juga dapat menceritakan pendapatnya terkait perbedaan dua sisi polaritas yang terdapat dalam permainan peran. Kemudian konseli dapat berlatih dalam memodifikasi dan mengalihkan persepsi lama ke persepsi baru melalui permainan kartu warna. Permainan “kartu warna” dilakukan seperti pada tahap ketiga, namun pada permainan kali ini, konseli diminta untuk menerapkan alternatif cara pandang baru yang telah dipilihnya dalam menghadapi situasi masalah. Konseli dapat menceritakan perasaannya tentang penerapan cara pandang baru dari permasalahannya dan mengungkapkan kesan setelah melakukan permainan “kartu warna”. Terakhir konseli dapat menuliskan perkembangan yang dialami berdasarkan angket kohesivitas keluarga, jurnal 5, dan lembar monitor diri yang dijadikan sebagai bahan evaluasi. (Keterangan: angket kohesivitas keluarga, jurnal 5, dan lembar monitor diri terdapat dalam lampiran 3)

**6. Tahap keenam :** Pembuatan rencana aksi dan pemberian tugas rumah (bagian dari *empty chair* dan *reframing*)

Indikator keberhasilan pada tahap keenam yaitu konseli dapat mengungkapkan kemajuan yang dialami setelah mengikuti konseling dengan intervensi kombinasi strategi *empty chair* dan *reframing*. Selanjutnya konseli dapat membuat rencana aksi tentang perubahan kerangka pandang yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan nyata. Selain itu konseli juga dapat mengerjakan tugas rumah yaitu berlatih dalam melakukan perubahan secara cepat dari persepsi lama ke persepsi baru atau sudut pandang yang baru dan menerapkannya dalam kondisi yang nyata serta mampu menuliskan setiap situasi dan persepsi yang muncul dalam lembar “*about my self*”. Terakhir konseli dapat menuliskan perkembangan yang dialami berdasarkan angket kohesivitas keluarga, jurnal 6, dan lembar monitor diri yang dijadikan sebagai bahan evaluasi. (Keterangan: angket kohesivitas keluarga, jurnal 6, dan lembar monitor diri terdapat dalam lampiran 3)

**I. Analisis data**

Analisis data merupakan tahap yang dilakukan sebelum menarik simpulan. Pada penelitian *single subject* (Sunanto, dkk., 2005, hlm. 93) penggunaan statistik yang kompleks tidak dilakukan tetapi lebih banyak menggunakan statistik deskriptif yang sederhana. Oleh karena itu, pada penelitian ini menggunakan dua jenis analisis data yaitu analisis visual dan analisis statistik. Analisis visual yang digunakan adalah melalui pembuatan grafik (*split-middle technique*).

Komponen dalam analisis visual meliputi panjang kondisi dan kecenderungan arah grafik (trend). Panjang kondisi merupakan banyaknya data atau skor pada setiap kondisi. Panjang kondisi baseline pada penelitian ini menggunakan tiga data poin dan pada kondisi intervensi menggunakan enam data poin. Panjang kondisi ditentukan bukan berdasarkan banyaknya data melainkan tingkat kestabilan data. Kecenderungan arah grafik menunjukkan perubahan setiap data dari sesi ke sesi (waktu ke waktu). Dengan menggunakan kombinasi antara panjang kondisi dan kecenderungan arah grafik (Sunanto, dkk., 2005, hlm. 95), peneliti secara reliabel dapat menentukan pengaruh kondisi (intervensi) yang

dikontrol. Kecenderungan arah grafik (trend) menunjukkan perubahan setiap data dari sesi ke sesi. Ada tiga macam kecenderungan arah grafik yaitu meningkat, mendatar, dan menurun. Pada penelitian ini, tujuan intervensi adalah meningkatkan kohesivitas keluarga siswa, maka efek perubahan intervensi dapat dikatakan efektif apabila kecenderungan arah grafik meningkat.

Selanjutnya, analisis statistik yang digunakan adalah dua standar deviasi dan *Percentage Non Overlapping Data* (PND). Dua standar deviasi (Nourbakhsh & Ottenbacher, 1994) digunakan untuk mengetahui keefektifan penggunaan intervensi dan juga untuk mengetahui perbedaan hasil pada kondisi baseline dan intervensi. Metode dua standar deviasi didasarkan pada perhitungan standar deviasi dalam kondisi baseline. Prosedur ini memiliki keuntungan yaitu peka terhadap perubahan variabilitas seluruh tahapan pada *single subject*. Asumsi yang digunakan dalam metode dua standar deviasi yaitu setidaknya terdapat dua titik data berturut-turut dalam fase intervensi yang jatuh di luar rentang dua standar deviasi, maka perubahan yang signifikan dalam intervensi terjadi pada dua fase. Signifikansi statistik ini didasarkan pada asumsi bahwa kemungkinan peristiwa tersebut terjadi pada 5 kasus dari 100 kasus. Inferensi ini juga didasarkan pada asumsi bahwa data bersifat independen dan terdistribusi normal. Cara yang dilakukan untuk menghitung dua standar deviasi adalah meliputi 1) menghitung rata-rata skor baseline, 2) menghitung standar deviasi pada kondisi baseline lalu hasil tersebut dikalikan dua sehingga diperoleh dua standar deviasi, 3) menjumlahkan rata-rata skor baseline dengan dua standar deviasi, 4) menarik garis berdasarkan hasil penjumlahan rata-rata skor baseline dan dua standar deviasi, 5) melihat jumlah titik yang ada di atas garis dua standar deviasi. Untuk dapat dikatakan efektif, minimal harus terdapat dua garis di atas garis dua standar deviasi.

Lebih lanjut, untuk menguatkan bukti tentang keefektifan penggunaan intervensi maka digunakan *Percentage Non Overlapping Data* (PND). PND (Morgan & Morgan., 2009) merupakan analisis data yang memang dikhususkan pada desain *single subject*. PND didasarkan pada asumsi bahwa keefektifan intervensi dapat diamati melalui titik data yang tidak bertumpang tindih antara titik data kondisi baseline dan titik data kondisi intervensi. Pada penelitian ini,

tujuan intervensi adalah meningkatkan kohesivitas keluarga siswa, maka data yang digunakan adalah mencari skor baseline yang terbesar. Cara selengkapnya yang dilakukan untuk menggunakan PND yaitu menentukan skor baseline yang terbesar, lalu menarik garis horizontal berdasarkan skor tersebut, dan terakhir melakukan penghitungan presentase melalui pembagian jumlah titik data yang tidak bertumpang tindih (titik data yang ada di atas garis dengan titik data kondisi intervensi seluruhnya) selanjutnya dikalikan 100%. Hasil yang diperoleh melalui penghitungan tersebut dapat digunakan untuk mengetahui keefektifan intervensi dengan melihat panduan interpretasi pada tabel dibawah ini.

Tabel 3.7  
Panduan Interpretasi Skor *Percentage Non-Overlapping Data* (PND)  
(Morgan & Morgan., 2009).

<b>Nilai PND</b>	<b>Interpretasi</b>
>90 %	Sangat Efektif
70% - 90%	Efektif
50% - 70%	Kurang Efektif
< 50%	Tidak Efektif