

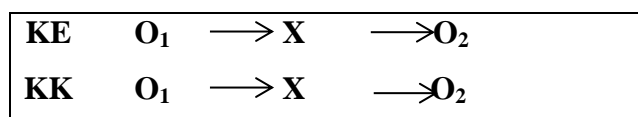
BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, desain yang digunakan adalah eksperimental, yang dimaksud dengan penelitian eksperimental yaitu penelitian yang dilakukan dengan memberikan perlakuan (*treatment*) tertentu terhadap subjek penelitian. Desain eksperimen menggunakan *pretest – posttest nonequivalent control group design*. Desain penelitian ini dipilih karena peneliti tidak mungkin mengontrol atau memanipulasi semua variabel yang relevan kecuali beberapa dari beberapa variabel-variabel yang diteliti. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan teknik permainan dalam bimbingan kelompok dan pada kelompok kontrol diberikan perlakuan konvensional yang diberlakukan di sekolah. Desain ini menguji efektifitas teknik permainan untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik.

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

Gambar 3.1
Desain Kuasi Eksperimen



Keterangan :

KE : Kelompok Eksperimen

KK : Kelompok Kontrol

O₁ : *Pretest*

O₂ : *Posttest*

X : Teknik *Permainan*

3.2 Partisipan dan Lokasi Penelitian

3.2.1 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 yang berjumlah 22 peserta didik

yang terdiri dari 11 peserta didik dalam kelompok eksperimen dan 11 peserta didik dalam kelompok kontrol.

3.2.2 Populasi, Sampel dan Lokasi Penelitian

Populasi penelitian yaitu peserta didik kelas IV yang berjumlah 103 orang peserta didik, yaitu terdiri dari peserta didik kelas IVA, IVB, dan IVC. Berlokasi di SD Taruna Bakti Kota Bandung terletak di Jln. RE. Martadinata No. 52 Kota Bandung. Adapun yang menjadi pertimbangan dalam pemilihan populasi adalah sebagai berikut.

- 1) Latar belakang salah satu sekolah swasta unggulan di Kota Bandung yang mempunyai salah satu visinya yaitu mempersiapkan peserta didik agar siap dan mampu berbaur dan beradaptasi dalam kehidupan bermasyarakat; dan berorientasi kepada peserta didik yang berkarakter.
- 2) Peserta didik kelas IV berada dalam rentang usia masa anak-anak dengan pertimbangan bahwa pada masa ini anak sudah berada dalam tahap konkrit operasional yang ditandai dengan kemampuan penalaran induktif, melakukan tindakan yang lebih logis dan sudah mampu memikirkan sesuatu yang sederhana dan apa adanya. Selain itu anak umur sembilan sampai dengan dua belas tahun sudah bisa berpikir objektif, mampu melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain, tidak lagi egosentris.
- 3) Secara sosial, peserta didik kelas IV telah berinteraksi dengan teman sebaya sehingga pertemanan di antara mereka terjalin secara intensif, bermain dalam kelompok.
- 4) Peserta didik kelas IV Sekolah Dasar Taruna Bakti mendapatkan perlakuan konvensional berupa layanan bimbingan dan konseling secara rutin oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah, sehingga peneliti mencoba membandingkan antara perlakuan konvensional tersebut dengan perlakuan (*treatment*) yang peneliti berikan sesuai dengan rancangan penelitian yang dibuat oleh peneliti untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik.

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *nonprobability sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Secara spesifik teknik yang dilakukan untuk penarikan subjek penelitian secara *purposive*

sampling, artinya “penarikan subjek penelitian yang dilakukan atas dasar tujuan atau pertimbangan tertentu” (Sugiyono, 2012, hlm. 126). Dalam penentuan sampel penelitian, hal yang dilakukan adalah mengidentifikasi peserta didik yang memiliki penyesuaian diri rendah di sekolah melalui instrument penelitian. Berdasarkan hasil penyebaran angket penelitian pada kelas IV A, IVB, dan IVC, diperoleh hasil bahwa kelas IVB sebanyak 22 peserta didik memiliki kategori penyesuaian diri sedang terbanyak. Peserta didik dengan kemampuan kategori penyesuaian diri sedang di ambil sebagai sampel penelitian. Masing-masing kelompok eksperimen beranggotakan 11 peserta didik dan kelompok kontrol beranggotakan 11 peserta didik. Kemudian sampel dalam kelompok eksperimen diberikan perlakuan dengan teknik permainan dalam bimbingan kelompok dan kelompok kontrol diberikan perlakuan konvensional yang diberlakukan di sekolah artinya pemberian perlakuan lain yang tidak terstruktur sesuai penelitian.

3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.3.1 Teknik Permainan

Permainan memberikan kesempatan untuk memperoleh pengetahuan tentang segala sesuatu, melatih imajinasi, memberikan peluang untuk berinteraksi dan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar, serta untuk mengekspresikan agresi dalam cara-cara yang dapat diterima secara sosial. Menurut Serok Blum (Rusmana 2009b, hlm. 14) menyatakan permainan pada intinya bersifat sosial dan melibatkan belajar dalam memperoleh pengalaman serta mematuhi aturan-aturan yang sudah ditentukan, pemecahan masalah (*problem solving*), disiplin dalam diri, kontrol emosional, serta adopsi peran-peran pemimpin dalam pelaksanaan kegiatan permainan dan pegikut yang semuanya itu merupakan komponen-komponen terpenting dari sosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Karena permainan merupakan salah satu teknik yang dipakai dalam bimbingan dan konseling khususnya bimbingan kelompok sebagai jembatan komunikasi memahami kelebihan dan kekurangannya dirinya, mengarahkan dirinya, menghargai dirinya, peka terhadap diri dan orang lain, nyaman dengan diri dan orang lain, sehingga akan terjalin suatu komunikasi dan kontak sosial yang dapat merubah tingkah lakunya.

Dalam penelitian ini teknik permainan yang digunakan adalah permainan yang disesuaikan dengan kondisi lokasi penelitian peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Tahun Ajaran 2014/2015 Kota Bandung, yang dilakukan peneliti dengan melibatkan peserta didik serta permainan yang terpilih disesuaikan dengan aspek dan indikator dari penyesuaian diri peserta didik di sekolah.

3.3.2 Penyesuaian Diri

Dalam istilah psikologi, penyesuaian diri disebut dengan *adjustment* atau *personal adjustment*. Schneiders (1964, hlm. 51) mendefinisikan penyesuaian diri (*adjustment*) sebagai suatu proses individu yang berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan-ketegangan, konflik dan frustrasi yang di alaminya, sehingga tercapai keselarasan dan ke harmonisan antara tuntutan-tuntutan dari lingkungan tempat hidupnya.

Berdasarkan uraian diatas maka dalam penelitian ini yang dimaksud dengan penyesuaian diri merupakan suatu kemampuan peserta didik untuk bereaksi secara efektif dan memadai terhadap realitas, situasi dan relasi sosial di sekolah peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Tahun Ajaran 2014/2015. Adapun aspek dan indikator penyesuaian diri peserta didik meliputi.

- 1) Kemampuan menjalin hubungan persahabatan dengan teman disekolah, yaitu (a) kemampuan menerima teman apa adanya; (b) kemampuan mengendalikan emosi dengan teman; (c) kemampuan berkomunikasi dengan teman; dan (d) kemampuan mempertahankan hubungan persahabatan dengan teman.
- 2) Kemampuan bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya, yaitu (a) kemampuan bertutur kata dengan sopan dan santun; dan (b) kemampuan dalam menjaga sikap ketika bertemu dengan guru, kepala sekolah dan staf sekolah.
- 3) Partisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah, yaitu (a) partisipasi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas; dan (b) partisipasi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.
- 4) Bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah, yaitu (a) memiliki kesadaran akan pentingnya peraturan di sekolah,

- 5) Membantu mewujudkan tujuan sekolah, yaitu (a) berprestasi untuk nama baik sekolah, dan (b) keterlibatan memajukan sekolah.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrument penyesuaian diri, jenis instrument yang digunakan adalah kuesioner atau angket. Instrumen penelitian disusun berdasarkan aspek-aspek dan indikator variabel dengan berpedoman pada acara penyusunan butir angket yang baik. Berdasarkan jenis data yang diperlukan dalam penelitian maka dikembangkan alat pengumpul data, yaitu sebagai berikut.

- 1) Skala penyesuaian diri digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai kemampuan penyesuaian diri peserta didik sebelum dan sesudah diberikan teknik permainan.
- 2) Observasi dan partisipasi serta pencatatan terhadap subjek penelitian.
- 3) Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket dengan skala penilaian yang menggunakan skala *Guttman*.
- 4) Penyebaran instrument dilakukan dua kali, yaitu yang pertama *pretest* untuk mendapatkan gambaran penyesuaian diri peserta didik kelas IV di SD Taruna Bakti Kota Bandung, kemudian hasilnya digunakan untuk menjadi acuan pemberian perlakuan teknik permainan dan yang kedua *posttest* tujuannya untuk mengetahui perbedaan setelah diberikan perlakuan teknik permainan untuk meningkatkan penyesuaian diri.

Adapun proses pengumpulan data dijabarkan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 3.1
Proses Pengumpulan Data

| No | Kegiatan | Waktu |
|----|------------------------------|---------------------------|
| 1. | <i>Pretest</i> | Rabu, 14 Januari 2015 |
| 2. | Pelaksanaan Teknik Permainan | |
| | a. Sesi 1 (Pertemuan ke-2) | a. Rabu, 18 Februari 2015 |
| | b. Sesi 2 (Pertemuan ke-3) | b. Rabu, 25 Februari 2015 |
| | c. Sesi 3 (Pertemuan ke-4) | c. Rabu, 04 Maret 2015 |

| | | |
|----|--|--|
| | d. Sesi 4 (Pertemuan ke-5) e. Sesi 5 (Pertemuan ke-6) | d. Rabu, 11 Maret 2015 e. Rabu, 18 Maret 2015 |
| 3. | <i>Posttest</i> | Rabu, 18 Maret 2015 |

3.4.1 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah instrumen yang disusun berdasarkan pengembangan dan perumusan teori mengenai penyesuaian diri yang di adaptasi oleh Rosidah (2013) berdasarkan teori Schneiders yang terdiri dari 5 aspek penyesuaian diri di lingkungan sekolah, yaitu 1) kemampuan untuk menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah, 2) menghormati guru, kepala sekolah dan staf lainnya, 3) berpartisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan di sekolah, 4) mentaati peraturan sekolah, dan 5) membantu dalam mewujudkan tujuan sekolah.

Butir-butir pernyataan dalam instrumen dilakukan dengan cara memberi seperangkat pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab dengan menggunakan skala Guttman, yang merupakan skala kumulatif. Skala Guttman berupa angket dalam bentuk *forced choice* yang digunakan untuk mengukur kemampuan penyesuaian diri peserta didik. Penggunaan angket dalam bentuk *forced choice* dipilih untuk memperoleh gambaran yang tegas mengenai kemampuan penyesuaian diri peserta didik. Angket ini berbentuk pernyataan yang bersifat positif dan negatif dengan alternative jawaban “Ya” dan “Tidak”, yang dibuat dalam bentuk tanda silang (X).

Butir pernyataan pada alternative jawaban diberi skor 1 dan 0. Jawaban “Ya” untuk pernyataan yang sesuai dengan diri peserta didik dan jawaban “Tidak” untuk pernyataan yang tidak sesuai dengan diri peserta didik. Pemberian skor akan bergantung kepada jawaban yang dipilih dan sifat dari setiap pernyataan pada angket. Bila pernyataan positif, maka skor jawaban “Ya” adalah 1 (satu) dan “Tidak” adalah 0 (nol). Sebaliknya jika pernyataan bersifat negative, maka skor jawaban “Ya” adalah 0 (nol) dan “Tidak” adalah 1 (satu).

3.4.1.1 Kisi-Kisi Instrumen

Pembuatan instrument diawali dengan menyusun kisi-kisi instrument yang kemudian dijabarkan pada pernyataan dalam bentuk angket. Kisi-kisi instrument disajikan dalam tabel berikut ini :

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen Penyesuaian Diri

| ASPEK | INDIKATOR | NOMOR | | JML |
|---|--|-------------------------|---------|-----|
| | | Positif | Negatif | |
| 1. Kemampuan menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah | a. Kemampuan menerima teman | 1 | 2, 3 | 3 |
| | b. Kemampuan mengendalikan emosi | 4 | 5,6,7 | 4 |
| | c. kemampuan berkomunikasi dengan teman | 8, 9 | 10,11 | 4 |
| | d. mempertahankan hubungan persahabatan dengan teman | 12, 13 | 14 | 3 |
| 2. Kemampuan bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya | a. kemampuan bertutur kata dengan sopan dan santun | 15 | 16 | 2 |
| | b. kemampuan menjaga sikap ketika bertemu dengan guru, kepala sekolah dan staf sekolah | 17 | | 1 |
| 3. Partisipasi aktif mengikuti kegiatan sekolah | a. partisipasi mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas | 18,19, 20, 23, 24 | 21, 22 | 7 |
| | b. partisipasi mengikuti kegiatan ekstrakurikuler | 25, 26 | 27 | 3 |
| 4. Bersikap respek dan menerima peraturan di | memiliki kesadaran pentingnya peraturan di sekolah | 28, 29 | 30 | 3 |

| | | | | |
|---------------------------------------|--|----|----|----|
| sekolah | | | | |
| 5. membantu mewujudkan tujuan sekolah | a. berprestasi untuk nama baik sekolah | 31 | 32 | 2 |
| | b. keterlibatan memajukan sekolah | 33 | 34 | 2 |
| T o t a l | | | | 34 |

3.4.1.2 Uji Coba Instrumen

a. Uji Kelayakan Instrumen

Uji kelayakan instrumen bertujuan mengetahui tingkat kelayakan instrumen dari segi bahasa, konstruk dan konten. Penimbang dari dosen ahli untuk mengetahui kelayakan instrumen. Masukan dari dosen ahli dijadikan landasan penyempurnaan alat pengumpul data yang dibuat oleh peneliti.

Instrumen di *judgement* oleh 2 dosen yaitu 1) Prof. Dr. H. Juntika Nurikhsan, M.Pd.; 2) Dr. H. Nandang Rusmana, M.Pd. Hasil judgement menunjukkan 34 item dapat digunakan sebagai instrumen untuk diuji di lapangan.

b. Uji Keterbacaan Item

Instrumen penyesuaian diri terlebih dahulu di uji keterbacaan pada sampel setara yaitu tiga orang peserta didik kelas IV dari sekolah yang berbeda, SD Mutiara Bunda yang beralamatkan di Jalan Arcamanik Endah No.3, Arcamanik Bandung. Kegiatan ini dimaksudkan untuk mengukur sejauh mana keterbacaan instrumen. Setelah uji keterbacaan pernyataan-pernyataan yang tidak dipahami kemudian direvisi sesuai dengan kebutuhan sehingga dapat di mengerti oleh peserta didik kelas IV SD. Berdasarkan hasil uji keterbacaan semua item pernyataan dapat di pahami.

3.4.2 Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat keandalan atau kesahihan alat ukur. Instrumen yang *valid* berarti menunjukkan alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu *valid*, *valid* artinya instrument tersebut dapat mengukur apa yang seharusnya diukur (Riduwan, 2012, hlm. 97).

Uji validitas dilakukan dengan menggunakan teknik *rpbis*, dengan kaidah keputusan valid, jika $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$ pada tingkat kepercayaan 0.05 dengan $dk = n-2$, dimana n adalah banyaknya responden yang menjawab benar pada butir item yang di analisis.

Pengujian validitas butir item yang dilakukan dalam penelitian adalah seluruh item yang terdapat dalam angket penyesuaian diri peserta didik. Pengolahan data dalam penelitian dilakukan dengan bantuan program *Microsoft Office Excel 2010* terhadap 34 item pernyataan dalam instrument dengan jumlah subjek sebanyak 103 peserta didik. Kriteria butir soal dalam kategori *valid* adalah jika nilai $t \text{ hitung} > \text{nilai } t \text{ tabel}$, pada taraf signifikansi 5%. Dan kriteria butir soal kategori tidak *valid* adalah jika nilai $t \text{ hitung} < \text{nilai } t \text{ tabel}$. Dari 34 butir item instrument dinyatakan bahwa seluruh item *valid*. Hasil perhitungan validitas tiap butir item dapat dilihat pada lampiran 6.

Uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui konsistensi instrumen sebagai alat ukur, sehingga hasil suatu pengukuran dapat dipercaya (Suryabrata, 2004, hlm. 28). Teknik perhitungan koefisien reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Koefisien Reliabilitas Kuder-Richardson (KR-20)*.

Berdasarkan hasil dari uji reliabilitas dengan bantuan program *Microsoft Office Excel 2010* pada item soal dengan menggunakan rumus KR-20, maka diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0.99, sehingga termasuk ke dalam reliabilitas kategori tinggi yang dapat digunakan sebagai alat pengumpul data. Hasil perhitungan reliabilitas dapat dilihat pada lampiran 7.

3.5. Teknik Analisis Data

3.5.1 Uji Efektivitas

Dalam melakukan uji efektivitas kaitannya dengan intervensi teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik, yang harus dipenuhi adalah dengan melakukan uji perbandingan *gain score*, yaitu selisih skor antara posttest dan pretest penyesuaian diri peserta didik, sehingga dari hasil analisis tersebut didapat hipotesis penelitian. Adapun

hipotesis penelitian tersebut dijabarkan menjadi hipotesis statistik sebagai berikut.

$$H_0 : \mu_1 - \mu_2 = 0$$

$$H_1 : \mu_1 - \mu_2 > 0$$

μ_1 : Kelompok eksperimen

μ_2 : Kelompok kontrol

Kriteria untuk menentukan uji hipotesis di atas adalah, tolak H_0 jika $p < 0,05$.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji *u mann whitney* melalui bantuan program *SPSS version 17.0*. Uji *U Mann Whitney* merupakan pengujian yang digunakan pada dua sampel independen (*two independent sample test*) non parametrik. Hasil perhitungan *Uji U-Mann Whitney* dapat dilihat pada lampiran 9.

3.6 Rancangan Program Intevensi Teknik Permainan Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Peserta Didik Kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015

Penyesuaian diri merupakan salah satu tugas perkembangan anak dalam bentuk interaksi yang didasari oleh adanya penerimaan baru atau saling mendekatkan diri dengan melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku dalam upaya mengatasi ketegangan, frustasi dan konflik untuk menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan diri dengan norma atau tuntutan lingkungannya (Schneiders, 1964, hlm. 51). Adapun yang menjadi topik penelitian disini yaitu penyesuaian peserta didik yang mencakup aspek: a) kemampuan menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah, b) kemampuan bersikap hormat terhadap guru, c) partisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah, d) bersikap respek dan menerima peraturan di sekolah, e) membantu mewujudkan tujuan sekolah. Adapun rancangan program intervensi teknik permainan untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik adalah sebagai berikut.

3.6.1 Rasional

Penyesuaian diri tidak terlepas dari adanya hubungan dengan orang lain dalam lingkungan sosial. Scheinders (1964, hlm. 454) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai kemampuan untuk mereaksi secara tepat realitas sosial, situasi dan relasi sosial, sehingga mampu berinteraksi secara wajar dan sehat serta dapat memberikan kepuasan bagi dirinya dan lingkungannya.

Di lingkungan sekolah, tuntutan dan realitas kehidupan sosial di sekolah di reaksi secara berbeda-beda oleh masing-masing peserta didik tergantung kemampuan penyesuaian dirinya. Permasalahan yang dihadapi peserta didik dalam usia kelas atas Sekolah Dasar antara lain berkaitan dengan kemampuan dalam menguasai mata pelajaran, penyelesaian tugas dari guru bidang studi, penyesuaian tata tertib, menjalin hubungan interpersonal dengan teman, guru dan personil sekolah lainnya dan partisipasi dalam kegiatan keorganisasian di sekolah.

Pada saat usia kelas atas SD, peserta didik dihadapkan pada situasi dan kondisi yang berbeda dengan situasi sebelumnya yaitu kelas rendah yaitu kelas 1 sampai dengan kelas 3 SD. Peserta didik kelas empat, dan lima berada direntang usia 9 – 10 tahun yang memiliki karakteristik merupakan usia berkelompok, sehingga harus dapat menyesuaikan diri agar dapat diterima oleh teman sebayanya, pada tahapan usia ini pula peserta didik mulai tidak tergantung pada orang tua, senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung (Desmita, 2012, hlm.125). Fakta yang ditemukan berdasarkan studi pendahuluan terhadap peserta didik Kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 melalui observasi dan wawancara terhadap guru dan wali kelas bahwa ada sejumlah peserta didik yang tidak dapat mengikuti dengan kegiatan belajar serta aturan yang ditetapkan oleh sekolah. Diantaranya beberapa peserta didik yang sering terlambat datang ke sekolah, tidak mengenakan atribut yang ditetapkan oleh sekolah, lalai mengerjakan tugas pekerjaan rumah di sekolah, lupa membawa tugas atau buku pelajaran, bahkan ada peserta didik yang berperilaku agresif terhadap teman sebayanya seperti memukul dan suka mengganggu temannya, perilaku peserta didik tersebut bisa diatakan termasuk dalam indikator peserta

didik yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Schneiders, 1964).

Dari data hasil penyebaran analisa kebutuhan peserta didik yang berupa penyebaran angket penyesuaian diri terhadap 103 peserta didik Kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung 2014/2015 menunjukkan gambaran umum kemampuan penyesuaian diri peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 yaitu 10 peserta didik (9,71%) dari jumlah peserta didik kelas IV berada pada kategori rendah dalam penyesuaian diri, pada kategori ini peserta didik ditandai dengan 1) belum mampu untuk menjalin hubungan persahabatan dengan teman disekolah, 2) menghormati guru, kepala sekolah dan staf lainnya, 3) belum sepenuhnya berpartisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan di sekolah, 4) belum mentaati peraturan sekolah, dan 5) membantu dalam mewujudkan tujuan sekolah. Sedangkan sebanyak 34 peserta didik (33,01%) berada pada kategori penyesuaian diri sedang dan 59 peserta didik (57,28%) berada pada kategori penyesuaian diri tinggi. Secara umum peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti Tahun Ajaran 2014/2015 berada dalam kategori tinggi artinya peserta didik sudah mampu untuk menjalin hubungan persahabatan dengan teman disekolah, sudah mampu dalam bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya, sudah mampu untuk aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah, sudah mampu untuk bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah, dan sudah mampu membantu mewujudkan tujuan sekolah.

Pada penelitian ini yang menjadi bidikan adalah kelas yang memiliki komposisi pada kategori penyesuaian diri sedang terbanyak yaitu 22 peserta didik, dengan rincian 19 peserta didik pada kategori sedang dan 3 peserta didik pada kategori penyesuaian diri rendah, dimana terdapat di kelas IVB. Hal ini karena peserta didik kelas IV B yang teridentifikasi memiliki penyesuaian diri sedang terbanyak, harus segera di tanggulangi agar dapat menyesuaikan diri dengan baik, karena memiliki kecenderungan masuk dalam kategori penyesuaian diri tinggi atau dalam kategori penyesuaian diri yang rendah. Schneiders (1964) mengemukakan bahwa penyesuaian diri dikatakan rendah terjadi karena sebagai individu belum cukup berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam diri,

ketegangan-ketegangan, konflik dan frustrasi yang di alaminya sesuai dengan tuntutan dari lingkungan. Untuk itu penyesuaian diri yang rendah harus ditingkatkan agar tidak mengganggu anak dalam mencapai perkembangan yang optimal di sekolah, hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Yusoff & Chelliah (2010, hlm. 275).

Karakteristik peserta didik yang berada dalam kategori ini adalah kemampuan penyesuaian dirinya belum cukup mampu menjalin hubungan persahabatan, belum cukup mampu bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah, dan staf sekolah, belum cukup mampu bersikap aktif dalam kegiatan sekolah, belum cukup mampu dalam bersikap respek dan menerima peraturan sekolah, serta belum cukup memiliki keterampilan dalam membantu mewujudkan tujuan di sekolah.

Upaya intervensi untuk mengembangkan kemampuan untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik sekolah dasar dapat dilakukan menggunakan teknik atau cara yang sesuai dengan tugas perkembangan dan kebutuhan peserta didik sekolah dasar. Kartadinata, dkk (2002, hlm. 46) mengatakan program bimbingan dan konseling di sekolah akan berlangsung secara efektif apabila di dasarkan pada kebutuhan nyata dan kondisi objektif perkembangan peserta didik. Bentuk penyesuaian diri yang baik di lingkungan sekolah menurut Scheineders (1964, hlm. 451) adalah a) kemampuan menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah, b) bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah lainnya, c) partisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah, d) bersikap respek dan mau menerima peraturan di sekolah, e) membantu dalam mewujudkan tujuan sekolah.

Untuk membantu meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik, sebaiknya program bimbingan dan konseling di sekolah dasar dilakukan dengan bimbingan kelompok melalui permainan, karena bermain sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan seorang individu, baik pada masa anak maupun masa dewasa, tanpa bermain, seseorang akan bermasalah di kemudian hari.

Gerald & Gerald (2001, hlm. 156) dalam bukunya *Counseling Children* mengatakan bahwa, *“from a counseling perspective, games can be a useful way of engaging children who a shy, or for other reason, reluctant to enter the*

counseling relationship. Playing a game with a child can create a relationship that may be a precursor to a meaningful counseling".

Pendapat Erickson (1965) menambahkan bahwa permainan sebagai bentuk komunikasi yang sangat signifikan dengan anak.

Menurut Abraham Maslow dan para ahli kepribadian lainnya seperti Adler, Sullivan, Erick Fromm dan Horney menegaskan bahwa fungsi kebersamaan dalam kelompok, khususnya dalam bermain dapat membangun kepribadian yang lebih manusiawi, membentuk konteks sosial melalui minat sosial, membawa pada kebutuhan yang saling melekat (*inherent*) dan mendorong untuk saling memiliki, terhindar dari isolasi, membangun kerjasama dan untuk mengurangi permasalahan hubungan interpersonal (Schaefer, 2003).

Permainan sebagai salah satu teknik dalam bimbingan dan konseling (Geldard & Geldard, 2012) merupakan salah satu jembatan komunikasi konseling dengan anak, karena melalui media permainan dapat berfungsi sebagai berikut.

- a. Mendapatkan penguasaan diri atas permasalahan yang dihadapi.
- b. Mendapatkan kekuatan dalam dirinya.
- c. Mengekspresikan emosinya.
- d. Memberntuk pemecahan masalah dan kemampuan membuat keputusan.
- e. Membangun kemampuan sosial.
- f. Membangun konsep diri dan *self esteem*.

Penelitian dalam Bimbingan dan Konseling yang di dalamnya menggunakan teknik permainan sebagai salah satu teknik yang efektif adalah Faiziah (2008) bahwa peserta didik mengalami peningkatan kompetensi sosial setelah diberi kegiatan layanan dasar dalam bimbingan dan konseling melalui permainan.

Penelitian Randall L. Quayle (Landreth, 2005) pada terapi bermain untuk peserta didik di sekolah dasar yang mengalami permasalahan penyesuaian diri di sekolah menyatakan bahwa, "*children who receiving play therapy can be improving in learning skills, assertive social skills, task orientation, and peer social skills, and the children also aides' responses indicated they improved in interactive participation and self confidence*".

Penelitian Eliasa (2010) menyatakan bahwa program Bimbingan Pribadi Sosial melalui permainan dapat meningkatkan kompetensi interpersonal dan intrapersonal peserta didik.

3.6.2 Tujuan Intervensi

Tujuan umum dari intervensi bimbingan kelompok melalui teknik permainan ialah untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik. Secara spesifik tujuan dari intervensi yang diberikan adalah untuk meningkatkan kemampuan peserta didik yang mencakup aspek kemampuan menjalin hubungan persahabatan dengan teman di sekolah; aspek kemampuan bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah, dan staf sekolah lainnya; aspek partisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan sekolah; aspek bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah; serta aspek membantu mewujudkan tujuan sekolah.

3.6.3 Asumsi Intervensi

- 1) Permainan mampu meningkatkan kemampuan anak-anak akan berbicara dan berinteraksi satu sama lain, dalam proses interaksi ini anak-anak mempraktekkan peran-peran yang akan dilaksanakan dalam kehidupan masa depannya (Santrock, 2002, hlm. 217).
- 2) Di dalam setting kelompok, permainan melibatkan belajar dan mematuhi aturan, pemecahan masalah, disiplin diri, kontrol emosional, dan adopsi peran-peran pemimpin serta pengikut yang semuanya tercakup dalam komponen penting untuk proses penyesuaian diri anak. (Rusmana, 2009).

3.6.4 Program Intervensi

Program intervensi dengan teknik permainan untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik dilakukan selama lima sesi. Sesi intervensi yang dirancang berdasarkan hasil pertimbangan fenomena tingkat penyesuaian diri peserta didik yang rendah. Penentuan jadwal intervensi berdasarkan kesepakatan antara guru bimbingan konseling dengan peserta didik.

Sebelum lima sesi intervensi dilaksanakan, maka dilakukan pretest dengan tujuan mengukur tingkat penyesuaian diri peserta didik sebelum mendapatkan intervensi. Gambaran setiap sesi intervensi sebagai berikut.

Sesi 1

Sesi satu berjudul “*Ini Saya, Ini Gajah...*”. Sesi satu bertujuan bahwa peserta didik mampu mengeksplorasi dengan berkomunikasi melalui tindakan dan perkataan dalam menjalin hubungan persahabatan dengan teman sebaya.

Sesi 2

Sesi kedua berjudul “*Kapal Karam*”. Sesi kedua bertujuan agar peserta didik mampu bersikap hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf sekolah.

Sesi 3

Sesi ketiga berjudul “*Manage The Change*”. Sesi ketiga bertujuan untuk partisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan di sekolah.

Sesi 4

Sesi keempat berjudul “*David Says*”. Sesi keempat bertujuan untuk bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah.

Sesi 5

Sesi lima berjudul “*Pohon Harapan*”. Sesi kelima bertujuan untuk membantu dalam mewujudkan tujuan sekolah.

Setelah sesi kelima, kegiatan selanjutnya adalah *Posttest*, yaitu mengukur tingkat penyesuaian diri peserta didik setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan.

Berikut rencana program intervensi teknik permainan untuk meningkatkan penyesuaian diri peserta didik kelas IV SD Taruna Bakti.

Tabel 3.3

**RENCANA OPERASIONAL INTERVENSI PROGRAM BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL
UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS IV
SD TARUNA BAKTI KOTA BANDUNG TAHUN AJARAN 2014/2015**

| Kegiatan | Tujuan | Kompetensi Dasar | Indikator | Materi | Tahapan Kegiatan | Metode/ Teknik | Waktu |
|--|--|------------------|--|------------------------------------|--|-------------------|-----------------|
| <i>Need Assesment</i> (PRETEST-Analisis Kebutuhan) | <ol style="list-style-type: none"> Mengetahui gambaran penyesuaian diri peserta didik Menyesuaikan intervensi program yang akan dibuat sesuai dengan kebutuhan peserta didik kelas IV Taruna Bakti Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 | | Peserta didik memahami dan mengerjakan angket dengan benar | Instrument Angket Penyesuaian Diri | <ol style="list-style-type: none"> Membagikan angket Penyesuaian Diri kepada Peserta didik Kelas IVA, IVB, IVC Menjelaskan cara pengerjaan, Memeriksa Pengerjaan Peserta didik Peserta didik mengumpulkan angket | | 14 Januari 2015 |

| | | | | | | | | |
|-----------------------|--|--|---|--|-------------------------|--|---------------------------|-----------------------|
| S E S I I | <ol style="list-style-type: none"> 1. Sosialisasi Program 2. Ini Saya, Ini Gajah.. (Tell me about you and your favourite things) | <ol style="list-style-type: none"> 1. Saling mengenal antara pembimbing dan peserta didik 2. Peserta didik mengetahui maksud dan tujuan pelaksanaan kegiatan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengetahui keberadaan dan keadaan diri serta dalam situasi baru 2. Peserta didik mampu mengeksplorasi dengan berkomunikasi Melalui tindakan dan perkataan Peserta didik dapat mendiskusikan cara-cara menuntaskan masalah | <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mampu berhubungan baik dengan teman sebaya. 2. Peserta didik mampu mengendalikan emosi. 3. Peserta didik dapat mempertahankan hubungan persahabatan . | Ini Saya, Ini Gajah.... | <ol style="list-style-type: none"> 1. Langkah Awal <ol style="list-style-type: none"> a. Pernyataan Tujuan b. Pembentukan Kelompok c. Konsolidasi 2. Transisi <ol style="list-style-type: none"> a. Stroming b. Norming 3. Kerja <ol style="list-style-type: none"> a. Eksperientasi b. Identifikasi c. Analisis d. Generalisasi 4. Terminasi <ol style="list-style-type: none"> a. Refleksi b. Tindak lanjut | Menulis Dan Gerakan | Rabu 18 Februari 2015 |
| S E S I 2 | Kapal Karam | Membantu peserta didik agar mampu menghargai dan memiliki sikap respek terhadap | Peserta didik mampu menghubungkan berbagai perasaan sesuai dengan tata karma yang diterima secara sosial | peserta didik mampu menjaga sikap dan bertutur kata sopan ketika bertemu dengan guru, kepala sekolah dan | Kapal Karam | <ol style="list-style-type: none"> 1. Langkah Awal <ol style="list-style-type: none"> a. Pernyataan Tujuan b. Pembentukan Kelompok c. Konsolidasi 2. Transisi <ol style="list-style-type: none"> a. Stroming b. Norming | Simulasi, <i>feedback</i> | Rabu 25 Februari 2015 |

| | | | | | | | | |
|--------|---------------------------|--|--|--|--|--|---------|--------------------|
| | | orang yang lebih tua dan orang sekitarnya | | | | <ol style="list-style-type: none"> 3. Kerja <ol style="list-style-type: none"> a. Eksperientasi b. Identifikasi c. Analisis d. Generalisasi 4. Terminasi <ol style="list-style-type: none"> a. Refleksi b. Tindak lanjut | | |
| SESI 3 | <i>Manage the changes</i> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik berminat untuk mengikuti kegiatan pembelajaran disekolah dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah 2. Peserta didik mampu bereksplorasi dengan berbagai macam minat dengan mata pelajaran di sekolah | Peserta didik mampu mengembangkan rencana tindakan untuk meningkatkan ketrampilan akademik | Mampu menghasilkan suatu produk atau tugas yang diminati | | <ol style="list-style-type: none"> 1. Langkah Awal <ol style="list-style-type: none"> a. Pernyataan Tujuan b. Pembentukan Kelompok c. Konsolidasi 2. Transisi <ol style="list-style-type: none"> a. Stroming b. Norming 3. Kerja <ol style="list-style-type: none"> a. Eksperientasi b. Identifikasi c. Analisis d. Generalisasi 4. Terminasi <ol style="list-style-type: none"> a. Refleksi b. Tindak lanjut | Gerakan | Rabu 04 Maret 2015 |

| | | | | | | | | |
|-----------------------|----------------------|---|--|---|--|--|-----------------|------------------------------|
| S E S I 4 | <i>David Says</i> | Peserta didik mampu belajar untuk konsentrasi dan mentaati dalam pembelajaran di setiap kegiatan di sekolah | Peserta didik memiliki kesadaran pentingnya peraturan dan mentaatinya dalam tindakan | 1. Peserta didik memiliki minat untuk mengikuti kegiatan di sekolah 2. Setiap kegiatan yang di pilih berarti ada konsekwensi yang harus di ambil | | 1. Langkah Awal a. Pernyataan Tujuan b. Pembentukan Kelompok c. Konsolidasi 2. Transisi a. Stroming b. Norming 3. Kerja a. Eksperientas b. Identifikasi c. Analisis d. Generalisasi e. Terminasi 4. Refleksi a. Refleksi b. Tindak lanjut | Gerakan | Rabu, 11 Maret 2015 |
| S E S I 5 | <i>Pohon Harapan</i> | Peserta didik dapat berprestasi sesuai dengan harapan dan cita-citanya | Mampu mengenali relevansi antara tujuan sekolah | Berprestasi dan terlibat untuk menjadi yang terbaik | | 1. Langkah Awal a. Pernyataan Tujuan b. Pembentukan Kelompok c. Konsolidasi 2. Transisi a. Stroming b. Norming 3. Kerja a. Eksperientas b. Identifikasi | Gerakan Menulis | Rabu, 18 Maret 2015 |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------|--|--|--|------------------------------------|--|--|---------------|
| | | | | | | c. Analisis d. Generalisasi 4. Terminasi a. Refleksi b. Tindak lanjut | | |
| | <i>POSTTEST</i> | Mengetahui gambaran penyesuaian diri setelah diberikan intervensi pada 11 kelompok eksperimen dan 11 kelompok kontrol yang mendapatkan perlakuan secara konvensional | | Peserta didik memahami dan mengerjakan angket dengan benar | Instrument Angket Penyesuaian Diri | 1. Membagikan angket Penyesuaian Diri kepada Peserta didik Kelas IV Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol 2. Menjelaskan cara pengerjaan, 3. Memeriksa Pengerjaan Peserta didik 4. Peserta didik mengumpulkan angket | | 18 Maret 2015 |

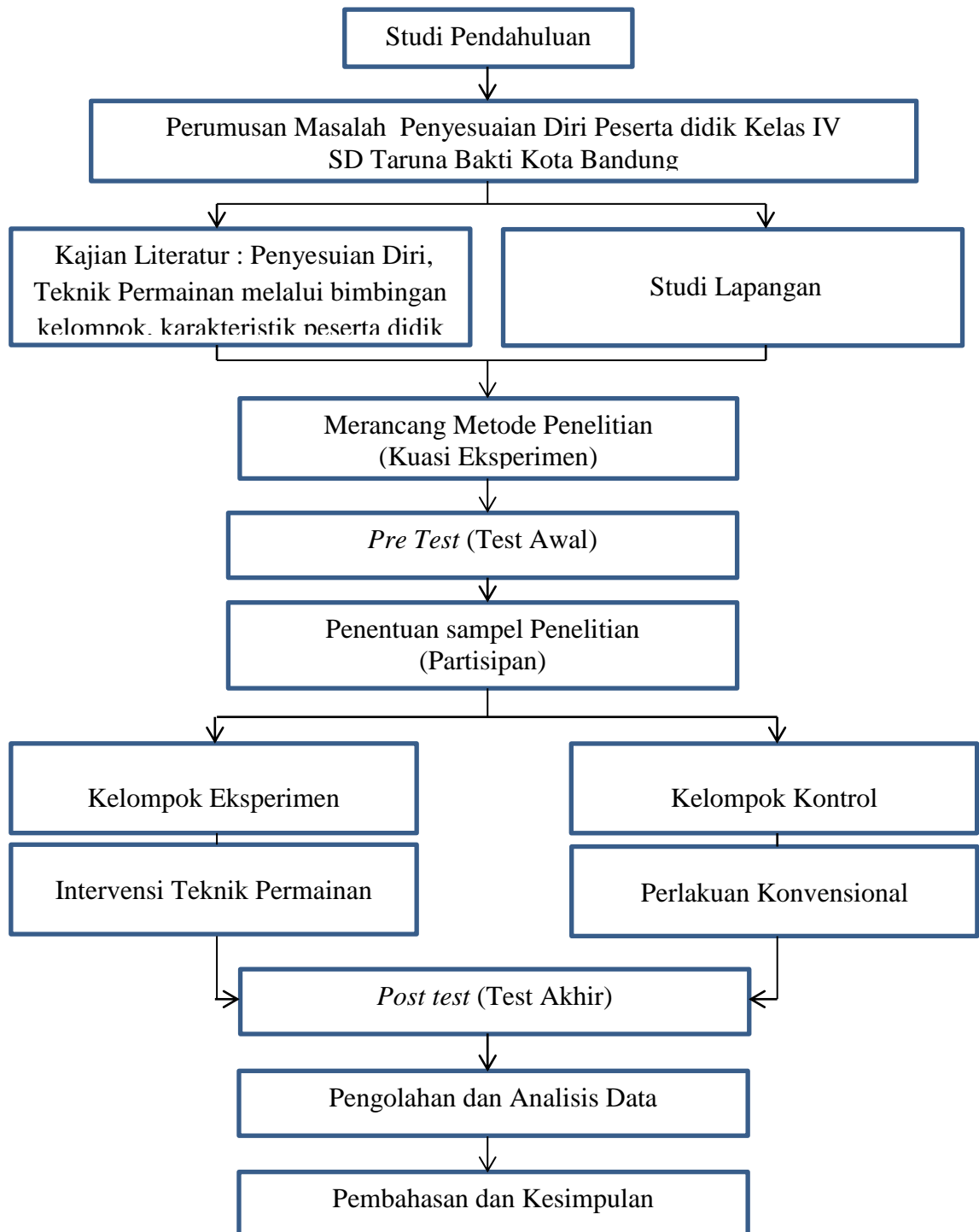
Ria Ambarita, 2015

EFEKTIVITAS TEKNIK PERMAINAN UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR

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

3.7 Tahapan Penelitian

Adapun alur untuk mewujudkan desain kuasi eksperimen dan prosedur penelitian diatas dapat ditunjukkan pada gambar 3.1 sebagai berikut.



Gambar 3.2
Tahapan Penelitian

