

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu suatu pendekatan yang memungkinkan dilakukannya pencatatan dan analisis data hasil penelitian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi-Eksperimen* untuk mengembangkan *self-control* siswa kelas IV SD Laboratorium Percontohan UPI. Metode *Quasi-Eksperimen* pada penelitian ini menetapkan individu sebagai subjek penelitian tidak dipilih secara acak melainkan peneliti menerima subjek seadanya karena peneliti kurang memungkinkan untuk membentuk kelas yang baru dan karena intervensi yang diberikan bersifat bimbingan untuk semua.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonequivalent control groups design* (desain kelompok kontrol nonekuivalen), sebuah kelompok *treatment* dan sebuah kelompok pembanding (kontrol) diperbandingkan dengan menggunakan ukuran-ukuran pra-uji (*prates*) dan pasca uji (*pascates*). Adapun rancangan penelitian yang digunakan disajikan dalam table 3.1 berikut:

Tabel 3.1
Rancangan Penelitian

Kelompok (<i>group</i>)	Tes awal (<i>pre-test</i>)	Perlakuan (<i>treatment</i>)	Tes akhir (<i>post-test</i>)
Eksperimen	Y ₀	X	Y ₁
Kontrol	Y ₀	-	Y ₁

(Broug, W.R & Gall, M.D., 1989, hlm. 663)

Keterangan:

Eksperimen = kelompok eksperimen

Kontrol = kelompok kontrol

X = perlakuan (strategi permainan)

- = Layanan bimbingan yang biasa disekolah (konvensional)

Y₀ = *pre-test* (tes awal)
 Y₁ = *post-test* (tes akhir)

B. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

1. Lokasi penelitian adalah SD Laboratorium Percontohan UPI Tahun Ajaran 2015/2016, karena terdapat fenomena rendahnya *self-control* dan di sekolah tersebut belum pernah dilakukan penelitian sejenis.
2. Populasi penelitian adalah siswa kelas IV SD Laboratorium Percontohan UPI.
3. Sampel penelitian

Langkah penentuan sampel adalah dengan memilih kelas yang mempunyai karakteristik yang sama seperti usia, tingkat, jumlah siswa dan waktu belajar. Dalam hal ini kelas yang dipilih adalah kelas IV. Langkah berikutnya penentuan kelompok yang diberi perlakuan (kelompok eksperimen) yaitu dengan teknik *random sampling*. Pada teknik ini pemilihan kelompok intervensi dan kelompok kontrol dilakukan secara acak karena intervensi yang dilakukan bersifat bimbingan yang menggunakan prinsip “*guidance for all*” sehingga tiap kelompok terdapat siswa yang memiliki tingkat *self-control* yang beragam, baik tinggi, sedang maupun rendah. Setelah memilih kelompok intervensi, kemudian diberikan strategi permainan dan satu kelompok lagi dipilih sebagai kelompok yang tidak diberi perlakuan permainan tetapi diberi bimbingan secara konvensional.

C. Defenisi Operasional Variabel

1. *Self-control*

Self-control yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa kelas IV SD Laboratorium Percontohan UPI dalam memonitor dirinya sendiri, mengontrol pikiran, mengambil keputusan dan mengontrol perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi sehingga tahu apa kekurangan yang ada pada individu, serta senantiasa berusaha untuk menguatkan dirinya secara positif.

Kemampuan siswa SD kelas IV Laboratorium Percontohan UPI dalam mengontrol diri ditandai dengan aspek kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decisional control*).

- a. Kontrol perilaku (*behavior control*) merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi tiga komponen, yaitu kemampuan siswa dalam mengendalikan situasi/keadaan berdasarkan faktor dari dalam diri, mampu mengendalikan situasi/keadaan berdasarkan faktor dari lingkungan, dan mampu menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki. Individu yang kemampuan mengontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung. Menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.
- b. Kontrol kognitif (*cognitive control*) merupakan kemampuan siswa dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu mampu menggunakan informasi untuk mengantisipasi suatu peristiwa dan mampu melakukan penilaian dalam menafsirkan suatu peristiwa.
- c. Kontrol keputusan (*decisional control*) merupakan kemampuan siswa untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu mampu memilih tindakan berdasarkan apa yang disetujui individu tersebut, dan mampu memilih hasil dari tindakan. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

2. Strategi permainan dalam mengembangkan *self-control* siswa

Strategi permainan adalah perencanaan yang berisi rangkaian kegiatan yang didesain untuk mengembangkan *self-control* siswa kelas IV SD Laboratorium Percontohan UPI Tahun Ajaran 2015/2016.

Menurut Serok dan Blum (dalam Rusmana, 2009b, hlm. 13) *game* pada intinya bersifat sosial, melibatkan belajar dan memenuhi peraturan, pemecahan masalah, disiplin diri, kontrol emosional dan adopsi peran-peran pemimpin serta pengikut yang semuanya itu merupakan komponen-komponen penting dari sosialisasi anak. Dalam pelaksanaannya *game* memerlukan kemampuan kognitif yang lebih besar dibandingkan dengan bermain (*play*).

Strategi permainan yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu suatu teknik bimbingan dan konseling yang dilakukan secara berkelompok dimana peneliti menggunakan permainan-permainan yang dapat mengembangkan *self-control* anggota kelompok. Dalam pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan oleh semua anggota dengan aturan dan ketentuan yang berlaku, dengan suasana yang rileks dan menyenangkan.

C. Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

1. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian dilaksanakan dengan menggunakan angket, jurnal harian yang diisi oleh siswa dan dengan observasi.

2. Instrumen Penelitian

a. Penyusunan Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian dikembangkan berdasarkan pengembangan dan perumusan teori mengenai *self-control*. Pada penelitian ini dikembangkan atas dasar perspektif teori *self-control* dari Averill (1973). Instrumen yang digunakan berupa skala kontrol diri, 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). *Scoring* atau penilaian yang digunakan yaitu model skala likert pada variabel *self-control* yang telah dimodifikasi dan dikembangkan sesuai dengan kebutuhan penelitian dan terdiri atas sangat baik, baik, kurang baik dan sangat kurang baik.

b. Kisi-Kisi Instrumen

Berdasarkan definisi operasional variabel di atas, maka dikembangkan kisi-kisi instrumen *self-control* siswa sekolah dasar

Tabel 3.2
Kisi kisi instrumen *self-control* siswa

Aspek	Indikator	Jumlah Item	
		Nomor soal	Jumlah
<i>Behavioral control</i>	1. Mengendalikan situasi/keadaan berdasarkan faktor dari dalam diri	12, 21, 22	3
	2. Mengendalikan situasi/keadaan berdasarkan faktor dari lingkungan	1, 25, 27, 28	4
	3. Mampu menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki	14, 23, 30	3
<i>Cognitive control</i>	1. Menggunakan informasi untuk mengantisipasi suatu peristiwa	3, 31, 32, 34	4
	2. Melakukan penilaian dalam menafsirkan suatu peristiwa	2, 7, 10, 33	4
<i>Decisional control</i>	1. Memilih tindakan berdasarkan apa yang disetujui individu tersebut	5, 8, 29	3
	2. Memilih hasil dari tindakan	6, 11, 15	3

c. Pedoman skoring

Scoring atau penilaian yang digunakan yaitu model skala likert pada variabel *self-control* yang telah dimodifikasi dan dikembangkan sesuai dengan kebutuhan penelitian dan terdiri atas sangat baik, baik, kurang baik dan sangat kurang baik. Pada instrumen ini, setiap item memiliki nilai yang bobotnya adalah sebagai berikut :

Skor 4 jawaban yang menunjukkan *self-control* pada kategori tinggi

Skor 3 jawaban yang menunjukkan *self-control* pada kategori sedang

Skor 2 jawaban yang menunjukkan *self-control* pada kategori rendah

Skor 1 jawaban yang menunjukkan *self-control* pada kategori rendah

d. Uji Coba Instrumen

1. Uji Kelayakan

Instrumen yang telah disusun diuji untuk mengetahui kelayakannya dari segi bahasa, konstruk dan isi. Penimbangan uji kelayakan instrumen dilakukan

oleh dua dosen ahli, yaitu Dr. Nurhudaya, M. Pd dan Dr. Ipah Saripah, M.Pd yaitu dengan meminta pendapat dosen ahli untuk memberikan penilaian pada setiap item dengan kualifikasi Memadai (M) dan Tidak Memadai (TM). Item yang diberi nilai M berarti item tersebut bisa digunakan dan item yang diberi nilai TM memiliki dua kemungkinan yaitu item tersebut tidak bisa digunakan atau masih bisa digunakan dengan revisi.

Berdasarkan hasil *judgment*, terdapat beberapa pernyataan yang termasuk dalam kelompok kurang memadai (perlu direvisi) dikarenakan kalimat pernyataan kurang jelas, isi pernyataan kurang spesifik, dan pernyataan yang memiliki makna sama. Hasil penimbangan dari dua dosen ahli dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya item-item pernyataan dapat digunakan dengan beberapa perbaikan redaksi agar mudah dipahami siswa. Selain itu, penimbangan lain adalah mengenai beberapa alternatif jawaban yang diubah menjadi lebih singkat dan jelas.

2. Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan instrumen dilakukan 3 orang siswa SD kelas IV yang bukan merupakan sampel penelitian. Setelah dilakukan uji keterbacaan, butir pernyataan instrumen yang kurang jelas diperbaiki sesuai kebutuhan sehingga dapat dimengerti oleh responden usia sekolah dasar baru kemudian dilakukan uji validitas butir pernyataan dan uji reliabilitas instrumen. Uji keterbacaan dimaksudkan untuk melihat sejauh mana keterbacaan instrumen oleh responden siswa sebelum digunakan untuk kebutuhan penelitian.

3. Uji Validitas Butir Instrumen

Penghitungan validitas butir pernyataan dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS 18.0 for windows* (hasil terlampir). Berdasarkan hasil penghitungan, terdapat butir item pernyataan yang tidak valid. Ditemukan bahwa dari 35 item pernyataan, yang tidak valid sebanyak 11 item disebabkan nilai r yang diperoleh < (lebih kecil atau kurang) dari r tabel Sehingga jumlah item setelah uji validitas sebanyak 24 item pernyataan.

4. Uji Reliabilitas Instrumen

Untuk mengetahui tingkat reliabilitas instrumen dilakukan pengujian dengan menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* (α). Proses pengujian reliabilitas instrumen ini dilakukan secara statistik memakai bantuan perangkat lunak *SPSS 18.0 for windows*. Dalam penentuan tingkat realibilitas suatu instrumen penelitian dapat diterima apabila memiliki koefisien alpha lebih besar dari 0,60, sesuai yang dikemukakan oleh Nugroho dan Suyuthi (dalam Sugiono, 2009). Sehingga instrumen penelitian ini dikatakan reliabel karena memiliki koefisien alpha $> 0,60$ yaitu 0,911.

e. Penimbangan (*judgement*) Rancangan Intervensi (Teknik Permainan)

Setelah dilaksanakan uji coba instrumen dan pelaksanaan *pretest*, dilanjutkan dengan merancang layanan strategi permainan dan ditimbang oleh tiga dosen ahli, yaitu, Dr. Mubiar Agustin, Dr. Nandang Rusmana, M.Pd dan Dr. Ipah Saripah, M.Pd. Berdasarkan hasil penimbangan (*judgement*), layanan berupa strategi permainan yang telah dirancang dan diperkuat kembali rasional dan tujuan pemberian teknik intervensi berupa strategi permainan, serta memperjelas langkah-langkah pelaksanaan strategi permainan selama proses pelaksanaan intervensi, serta beberapa perbaikan dari segi teknik penulisan.

A. Analisis Data

Dalam melakukan uji efektivitas kaitannya dengan intervensi strategi permainan dalam mengembangkan *self-control* siswa, yang harus dipenuhi adalah dengan melakukan uji perbandingan, yaitu selisih skor antara *pretest* dan *posttest* kontrol diri siswa, sehingga dari hasil analisis tersebut didapat hipotesis penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji *U Mann-Whitney* melalui bantuan program *SPSS version 18.0*. uji *U Mann-Whitney* merupakan pengujian yang digunakan pada dua sampel independen non parametrik.

E. Prosedur Penelitian

Langkah awal dari penelitian ini adalah observasi ke sekolah yang akan dijadikan sasaran penelitian. Observasi bertujuan untuk memperoleh gambaran langsung mengenai siswa, guru, sarana dan prasarana sekolah dan lingkungan

sekolah serta permasalahan-permasalahan yang ada. Setelah menemukan permasalahan yang akan diteliti, kemudian dilanjutkan dengan mencari literature yang mendukung dalam penyusunan proposal penelitian dan instrument.

Pretest dilaksanakan dengan menyebarkan angket *self-control* pada siswa kelas IV SD Laboratorium Percontohan UPI. *Pretest* dilakukan sebagai tes awal untuk mendapatkan data mengenai gambaran umum kontrol diri siswa kelas IV.

Pemilihan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilakukan secara *simple random sampling*. Adapun kelas yang terpilih menjadi kelompok eksperimen adalah kelas IV A dan kelas kontrol adalah kelas IV B.

Pemberian perlakuan / *treatmen* dilakukan sebanyak lima kali dan setiap selesai pemberian *treatmen* siswa diberikan jurnal harian untuk melihat hasil dari *treatmen* yang diberikan.

Pada akhir pertemuan siswa diberikan *posttest*. *Posttest* diberikan setelah dilaksanakannya *treatmen* sebanyak lima kali. Hasil tes tersebut selanjutnya diolah dan dianalisis oleh peneliti.

Rancangan Intervensi

Adapun rancangan intervensi yang dilaksanakan adalah sebagai berikut:

A. Rasional

Fenomena kekerasan yang terjadi di kalangan remaja sepanjang tahun 2014 cukup memprihatinkan, kekerasan yang dilakukan oleh mahasiswa dalam kegiatan OSPEK sampai mengakibatkan kematian, remaja yang membunuh mantan pacarnya, serta banyaknya tawuran-tawuran yang mengakibatkan kematian. Hasil pemantauan KPAI dari 2011 sampai 2014, terjadi peningkatan yang signifikan. “tahun 2011 terjadi 2178 kasus kekerasan, 2012 ada 3512 kasus, 2013 ada 4311 kasus, 2014 ada 5066 kasus” . 5 kasus tertinggi dengan jumlah kasus per bidang dari 2011 hingga april 2015. Selain itu anak bisa menjadi korban ataupun pelaku kekerasan dengan lokus kekerasan pada anak. 78 persen anak menjadi pelaku kekerasan dan sebagian besar karena mereka pernah menjadi korban kekerasan sebelumnya atau pernah melihat kekerasan yang dilakukan kepada anak lain dan menirunya. Fenomena-fenomena tersebut merupakan beberapa bentuk dari kenakalan.

Tidak hanya fenomena-fenomena yang sering dikabarkan di setiap media. Dari hasil observasi dan wawancara kepada guru-guru di SD Laboratorium Percontohan UPI tahun ajaran 2015/2016 bahwa beberapa siswa juga memperlihatkan perilaku kenakalan. Ada beberapa siswa yang sering berkata kasar, membentak, agresif, tidak disiplin, suka mengganggu teman, tidak mengerjakan tugas dan ribut di kelas.

Dari hasil data *pretest* dan fenomena-fenomena tersebut harus segera diatasi dengan mereduksi kenakalan. Apabila individu mampu menghindari situasi-situasi yang dapat memicu sifat-sifat negatif berarti individu tidak membiarkan dirinya ikut pada kecenderungan untuk bereaksi negatif. Kenakalan remaja yang semakin meningkat dewasa ini disebabkan karena individu belum memiliki kontrol diri yang baik. Apabila keterampilan *self-control* dikembangkan sejak dini, maka remaja akan mampu mengendalikan diri dari perilaku-perilaku nakal yang dapat merusak kehidupannya di masa depan. Untuk itu dibutuhkan *self-control* yang baik agar individu dapat mengarahkan, membimbing dan mengatur segi-segi perilakunya.

Kondisi rendahnya *self-control* siswa ini tentu perlu solusi yang tepat, salah satunya dengan memberikan layanan bimbingan kelompok berupa strategi permainan, karena aspek *self-control* yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori dari Averill yaitu terdiri dari *behavior control*, *cognitive control* dan *decisional control*, sehingga strategi bermain dipandang efektif untuk mengembangkan kontrol diri siswa. Teknik permainan merupakan salah satu teknik dalam bimbingan kelompok. Setiono (2009, hlm. 88) berpendapat bahwa dengan bermain, anak dapat menempatkan diri pada posisi orang lain dan mengadakan percakapan internal sehingga anak bisa belajar memahami diri dan menerima kekurangan dan kelebihan diri secara positif. Ada beberapa kelebihan dalam menggunakan teknik permainan dalam kelompok, antara lain: (1) mengembangkan diskusi dan partisipasi; (2) memfokuskan kelompok pada suatu topik yang umum; (3) memberi kesempatan untuk pembelajaran eksperimental, yaitu mengeksplorasi persoalan dengan cara sederhana; (4) memberikan kesenangan dan relaksasi melalui canda dan tawa.

B. Deskripsi Kebutuhan

Penyusunan rancangan strategi permainan dibuat berdasarkan analisis kebutuhan siswa menggunakan Instrumen *self-control*. Kategori tingkat *self-control* siswa dilihat dari penilaian diri siswa terhadap *behavioral control*, *cognitive control* dan *decisional control* di sekolah maupun di rumah.

Gambaran tingkat *self-control* siswa kelas IV SD Laboratorium Percontohan UPI berdasarkan perbandingan kelas. Berdasarkan uji homogenitas tidak ada perbedaan antara kelas IVa dan IVb yang artinya kelas IVa ataupun kelas IVb bebas untuk dijadikan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Pemberian permainan didasarkan atas indikator terendah dalam setiap aspek. Indikator paling rendah yaitu indikator 2 (mengendalikan situasi/keadaan berdasarkan faktor dari lingkungan) dengan persentase 50%. Indikator 5 (melakukan penilaian dalam menafsirkan suatu peristiwa) dengan persentase 35%. Indikator 1 (mengendalikan situasi/keadaan berdasarkan factor dari dalam diri) dan indikator 4 (menggunakan informasi untuk mengantisipasi suatu peristiwa) dengan persentase 31%. Indikator 7 (memilih hasil dari tindakan) dan indikator 3 (Mampu menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki) dengan persentase 25%. Dari indikator terendah tersebut dikembangkan ke dalam beberapa satuan layanan yang bertujuan untuk mengembangkan *self-control* kelas IV SD Laboratorium Percontohan UPI. Adapun indikator yang menjadi kompetensi dalam pemberian strategi permainan dan disesuaikan dengan apa yang menjadi prioritas kebutuhan siswa dalam mengembangkan *self control*.

C. Tujuan

Tujuan yang hendak dicapai melalui strategi permainan adalah untuk mengajarkan siswa agar dapat memiliki *behavioral control* yaitu mengendalikan situasi/keadaan berdasarkan faktor dari dalam diri, mengendalikan situasi/keadaan berdasarkan berdasarkan faktor lingkungan, mampu menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki. *Cognitive control* yaitu menggunakan informasi untuk mengantisipasi suatu peristiwa dan melakukan penilaian dalam menafsirkan suatu peristiwa. *Decision control* yaitu memilih tindakan berdasarkan apa yang disetujui individu tersebut dan memilih hasil dari tindakan.

D. Sasaran Layanan

Sasaran intervensi strategi permainan adalah siswa kelas IV A sebagai kelompok eksperimen dan siswa kelas IV B sebagai kelompok kontrol. Hal ini didasarkan pada uji homogenitas, tidak ada perbedaan antara kelas IV A dan IV B yang artinya kelas IV A ataupun kelas IV B bebas untuk dijadikan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Rancangan strategi permainan ini tidak hanya diperuntukkan kepada anggota kelompok kelas VI A yang mengalami skor *self-control* rendah, melainkan juga kepada anggota kelompok yang memiliki tingkat *self-control* yang sedang dan tinggi dengan tujuan dapat melihat efektivitas strategi permainan tersebut secara menyeluruh baik oleh yang rendah maupun anggota yang memiliki tingkat *self-control* yang tinggi.

E. Prosedur Pelaksanaan

Prosedur pelaksanaan permainan kelompok dalam mengembangkan *self-control* dilaksanakan dalam beberapa tahap. Sebagai berikut.

Tahap awal, yaitu orientasi peserta (pembinaan hubungan baik) adalah proses pembentukan kelompok dan pembinaan hubungan yang baik dalam sebuah kelompok. Pada tahap ini peserta diberikan permainan yang bersifat pengakraban dan penjajagan peserta

Tahap transisi, yaitu orientasi permainan kelompok. Tahap ini merupakan tahap pengembangan arah dan tujuan kelompok sehingga akan tercapai kesepakatan dalam diri anggota kelompok untuk melakukan apa dan bagaimana. Pada tahap ini konselor memberikan penjelasan tentang tujuan permainan, tata cara permainan dan peran peserta dalam permainan.

Tahap kerja, yaitu pelaksanaan permainan. Pada tahap ini seluruh peserta diajak untuk terlibat aktif dalam permainan yang dilaksanakan. Selain itu peneliti memberikan dorongan empatik dan penguatan kepada peserta pada saat permainan kelompok berlangsung.

Tahap terminasi, yaitu tahap refleksi dan pengakhiran permainan. Pada tahap ini peneliti membantu peserta dalam menyerap pengalaman, wawasan dan himah yang diperoleh setelah mengikuti kegiatan permainan. Pada tahap pengakhiran peneliti mengakhiri kegiatan permainan disertai dengan mengemukakan

keseepakatan tindakan yang akan dilakukan peserta dan kesimpulan hasil permainan serta memberikan penguatan atas kesepakatan tindakan peserta untuk mengembangkan penerimaan dirinya.

F. Rencana Operasional (*Action Plan*)

Rencana kegiatan (*action plan*) diperlukan untuk menjamin program bimbingan konseling khususnya strategi permainan dapat dilaksanakan dengan efektif dan efisien. Pelaksanaan layanan dilakukan selama enam sesi. Pada setiap sesinya memiliki fokus yang berbeda dan mengacu pada *self-control* yang akan dikembangkan, meliputi pengembangan kontrol kognitif, kontrol perilaku dan kontrol keputusan.

Setiap sesi berdurasi \pm 35 menit. Pada setiap sesi, intruksi yang diberikan berbeda sesuai dengan aturan main dan tujuan dari strategi permainan.

Tabel 3.3
Sesi intervensi strategi permainan

Sesi	Aspek intervensi	Jenis intervensi	Tujuan	Waktu pelaksanaan	Pendukung teknis
Sesi 1		Pengenalan (<i>attending</i>)	Membangun hubungan positif dengan siswa	Minggu ke-1	Spidol, <i>white board</i>
Sesi dua	<i>Cognitive control</i>	Games “kotak-kotak emosi”	1. Membantu siswa agar mampu menggunakan informasi untuk mengantisipasi suatu peristiwa 2. Melakukan penilaian terhadap pengendalian emosi	Minggu ke-2	Kertas karton/ kertas HVS, spidol, <i>white board</i>
Sesi 3		Games “lipat kertas”	1. Siswa mampu mengolah menerima dan informasi dengan baik	Minggu ke-3	kertas HVS, spidol, <i>white board</i>
Sesi 4	<i>Decision control</i>	Games “perahu terakhir”	1. Memilih tindakan berdasarkan apa yang disetujui individu tersebut	Minggu ke-4	Kertas karton

			2. Memilih hasil dari tindakan		
Sesi 5	<i>Behavioral control</i>	“balon zig-zag”	1. Melatih siswa untuk mengendalikan situasi/keadaan menurut diri sendiri 2. Melatih siswa untuk mengendalikan keadaan menurut keadaan sekitar	Minggu ke-5	Balon yang sudah ditiup
Sesi 6	<i>Behavioral control</i>	“bom atom”	1. Melatih siswa mengantisipasi keadaan yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan 2. Mengajarkan siswa untuk bisa mengendalikan keadaan sekitar.	Minggu ke-6	Bola pingpong, tali, tripleks yang sudah dibentuk bulat
Sesi 7	Evaluasi kegiatan	<i>Posttest</i>		Minggu ke-7	Angket <i>self-control</i>

F. Evaluasi

Evaluasi diperlukan untuk memperoleh umpan balik terhadap keefektifan layanan yang dilaksanakan. Penilaian strategi permainan dalam mengembangkan *self-control* siswa kelas IV SD Laboratorium Percontohan UPI yang akan dilakukan mencakup aspek-aspek sebagai berikut:

1. Kesesuaian antara layanan dengan pelaksanaan.
2. Keterlaksanaan layanan.
3. Masalah dan hambatan yang dijumpai.
4. Respon peserta didik terhadap strategi permainan yang dilaksanakan.

Strategi permainan dinyatakan efektif ketika adanya peningkatan *self-control* siswa. Hal tersebut dilihat dari perbandingan hasil pretes dan postes dengan menggunakan instrumen *self-control* yang dikembangkan oleh peneliti.

Adapun instrumen atau alat ukur yang digunakannya adalah dengan menggunakan instrumen *self-control* yang dikembangkan oleh peneliti.