

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Metode, Pendekatan Penelitian, Teknik Pengumpulan Data**

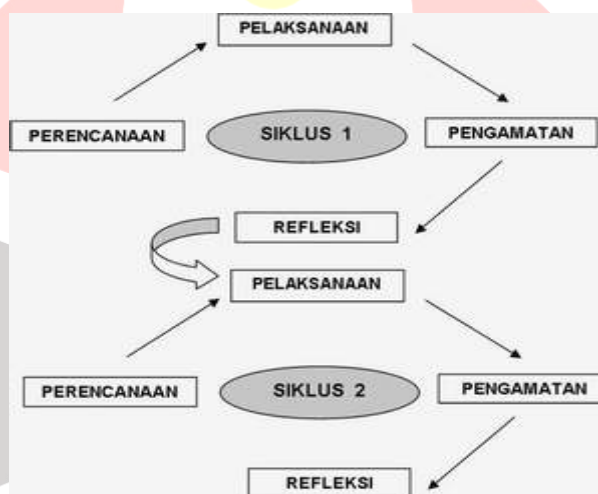
#### **1. Metode**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan (*action research*). Penelitian tindakan merupakan penetapan penemuan fakta pada pemecahan masalah dalam situasi sosial dengan pandangan untuk meningkatkan kualitas tindakan yang dilakukan di dalamnya, yang melibatkan kolaborasi dan kerjasama para peneliti, praktikan dan orang awam. (Burns, 1994. Dikutip oleh Suwarsih Madya 2009:9).

Penelitian tindakan atau *action research* didefinisikan sebagai suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan. Penelitian tindakan dilakukan untuk memperbaiki atau meningkatkan kualitas pembelajaran yang saat ini sedang dihadapi dan menuntut segera mendapatkan pemecahannya. Penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai peningkatan kualitas pembelajaran dengan mengembangkan kreatifitas siswa yang dilakukan oleh guru. Penelitian tindakan didefinisikan sebagai suatu proses yang memberikan kepercayaan pada pengembangan kekuatan berfikir efektif, diskusi, penentuan keputusan dan tindakan oleh orang-orang biasa yang berpartisipasi dalam penelitian kolektif dalam mengatasi kesulitan-kesulitan yang mereka hadapi dalam kegiatannya (Adelman, 1993). Penelitian tindakan dipilih atas dasar pertimbangan mencari solusi dari permasalahan.

Cara untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dengan pengoptimalan teknik berdiskusi, karena pada metode penelitian tindakan terdapat proses evaluasi dan perbaikan di setiap siklus.

Untuk mewujudkan tujuan-tujuan tersebut, penelitian tindakan dilaksanakan dalam proses berdaur (*cyclical*) yang terdiri dari empat tahapan, *planing, action, observation/evaluation, dan reflection*. Berikut model penelitian tindakan (dan pengulangannya) menurut Kemmis dan Mc Taggart (Suharsimi Arikunto, 2006 : 97) yang disajikan dalam bagan berikut ini.



## 2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini, digunakan untuk mendapatkan gambaran umum tentang tingkat traumatik yang dialami siswa, komunikasi interpersonal siswa dan efektivitas pelaksanaan treatment. Di samping menggunakan pendekatan kuantitatif, penelitian ini juga menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif yaitu menekankan pada makna, penalaran, definisi suatu situasi tertentu (dalam konteks tertentu), lebih banyak

meneliti hal-hal yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Pendekatan kualitatif, lebih lanjut mementingkan pada proses dibandingkan dengan hasil akhir, oleh karena itu urutan kegiatan dapat berubah-ubah tergantung pada kondisi dan banyaknya gejala-gejala yang ditemukan. Tujuan penelitian biasanya berkaitan dengan hal-hal yang bersifat praktis. Pendekatan kualitatif digunakan untuk mendapatkan gambaran saat terjadinya proses treatment.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Sementara itu teknik pengumpulan data dalam penelitian ini akan dilakukan melalui:

- 1) Instrument Angket, angket mengungkap gangguan kecemasan pasca trauma dan angket mengungkap komunikasi interpersonal siswa. Angket mengungkap gangguan kecemasan pasca trauma bertujuan untuk memisahkan atau menyaring siswa yang menunjukkan indikator trauma yang sedang dan tinggi yang dibuat oleh Nandang Rusmana yang kemudian diberikan izin kepada peneliti untuk menggunakannya dalam mengungkap siswa yang memiliki indikator trauma.

Angket mengungkap komunikasi interpersonal siswa memiliki tujuan untuk memisahkan atau menyaring kembali siswa yang menunjukkan gejala indikator komunikasi interpersonalnya rendah yang dibuat oleh Ina Noviyanti yang kemudian diberikan izin kepada peneliti untuk menggunakannya dalam mengungkap komunikasi interpersonal siswa.

- 2) Wawancara, untuk mendapatkan informasi secara akurat, dan terpercaya di lapangan dilakukan pada siswa yang berada di pengungsian dengan

menanyakan beberapa pertanyaan mengenai pengalaman mereka saat terjadinya bencana Gunung Merapi terjadi.

### 3) Observasi

Observasi dilakukan pada bulan Desember 2010 bertujuan untuk mengetahui keadaan setelah terjadinya bencana serta mencari informasi guna bahan acuan untuk dilakukannya penelitian. Selain itu observasi juga bertujuan untuk mengamati perilaku siswa sebagai tahapan dalam *action research*. Observasi dilakukan oleh observer, yaitu salah satu Guru BK SMP Sunan Kalijogo Yogyakarta dan juga dilakukan oleh peneliti sebagai praktikan selama proses tindakan. Observasi dilakukan dengan cara deskriptif. Melalui observasi yang dilakukan pada saat intervensi diharapkan dapat mengungkap gejala traumatik siswa dan proses komunikasi, proses kegiatan yang dilakukan, tingkat partisipasi, dan hasil yang diperoleh dari kegiatan.

### 4) Studi dokumentasi

#### a. Gambar

Dokumentasi berupa gambar diambil pada saat proses tindakan.

#### b. Video

Dokumentasi berupa rekaman diambil pada saat proses tindakan.

## B. Definisi Operasional

### 1. Komunikasi Interpersonal

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan komunikasi interpersonal adalah suatu pengiriman pesan-pesan dari siswa dan diterima oleh siswa lain atau

sekelompok siswa yang didalamnya ada umpan balik yang langsung atau respons terhadap lawan bicara, kehangatan, dan fokus terhadap pembahasan yang disampaikan yang disertai adanya keterbukaan dan empati, saling mendukung dan sikap positif, keseimbangan, kepercayaan, kesegaran, manajemen interaksi, pengungkapan dan kepedulian terhadap orang lain, yang ditunjukkan oleh skor yang didapat dari hasil penyebaran angket.

## **2. Diskusi Kelompok**

Diskusi kelompok dalam penelitian ini didefinisikan sebagai suatu proses percakapan mengenai topik ilmiah yang bertujuan mendorong berfikir kritis, mengekspresikan pendapatnya secara bebas, mengembangkan pikirannya untuk memecahkan masalah bersama, membiasakan untuk saling menghargai sekalipun saling berbeda pendapat, membiasakan bersikap terbuka.

Kemampuan siswa korban bencana letusan Gunung Merapi membahas suatu topik ilmiah yang ditandai dengan adanya proses interaksi antar anggota selama proses diskusi kelompok berlangsung.

Teknik diskusi kelompok diharapkan dapat membantu siswa korban bencana letusan gunung merapi untuk mengungkapkan kecemasan yang dihadapi dimana kecemasan tersebut menimbulkan trauma dalam dirinya sehingga siswa untuk dapat mengatasi kecemasannya tersebut sendiri dengan bantuan peneliti, serta melatih proses komunikasi yang menjadi terhambat akibat tekanan yang siswa korban letusan Gunung Merapi rasakan.

## C. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi

Penelitian ini menggunakan data populasi terbatas yaitu siswa yang menunjukkan mengalami gangguan kecemasan pascatrauma dan mengalami gangguan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo Cangkringan korban bencana letusan Gunung Merapi yang terjadi bulan November 2010.

### 2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Arikunto, 1993:104). Pada penelitian ini teknik pengambilan sampelnya yaitu dengan cara *purposive sampling*. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya.

Pelaksanaan pengambilan sampel yang menggunakan teknik ini, mula-mula peneliti harus mengidentifikasi semua karakteristik populasi, baik dengan mengadakan studi pendahuluan terlebih dahulu, maupun dengan cara lain dalam mempelajari berbagai hal yang berhubungan dengan populasi. Setelah itu barulah peneliti menetapkan berdasarkan pertimbangannya, sebagian dari anggota populasi menjadi sampel penelitian. Jadi, teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* didasarkan pada pertimbangan pribadi peneliti sendiri.

Mohamad Ali (1982 : 66) mengungkapkan bahwa teknik *purposive sampling* ini mempunyai kelemahan, terutama bila peneliti tidak benar-benar ahli

dalam bidang yang ditelitinya banyak kemungkinan akan menghasilkan sampel bias. Meskipun demikian, *purposive sampling* sangat cocok untuk mengadakan studi kasus (*case study*), di mana banyak aspek dari kasus tunggal yang representatif untuk diamati dan dianalisis. Untuk mengurangi kelemahan yang ada pada teknik ini, selayaknya peneliti benar-benar ahli dalam bidang yang ditelitinya, atau berkonsultasi terlebih dahulu dengan orang ahli pada bidang tersebut.

Langkah-langkah dalam pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu sebagai berikut.

Sampel dilakukan dengan mengambil sampel satu kelompok (satu kelas). Sementara itu, karakteristik siswa yang dijadikan sampel adalah sebagai berikut.

- 1) Siswa yang mengalami kejadian bencana letusan Gunung Merapi.
- 2) Siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo; dan
- 3) Siswa berada pada tahap yang memiliki tingkat Kecemasan pascatraumatik yang tinggi dan sedang dengan dilakukannya penyebaran angket mengungkap gangguan kecemasan pasca trauma.
- 4) Siswa pada tahap yang memiliki tingkat kecemasan pascatraumatik yang tinggi dan sedang dilakukan tindakan lanjut dengan penyebaran angket komunikasi interpersonal.
- 5) Siswa pada tahap yang memiliki komunikasi interpersonalnya rendah dilakukannya proses treatment secara berlanjut guna untuk meningkatkan komunikasi interpersonal tersebut.

## D. Prosedur dan Langkah Penelitian

### 1. Prosedur Penelitian

Penelitian tindakan didefinisikan sebagai suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan. Tindakan tersebut dilakukan untuk meningkatkan kemantapan rasional dari tindakan-tindakan mereka dalam melaksanakan tugas sehari-hari, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan, serta memperbaiki kondisi di mana praktik-praktik pembelajaran tersebut dilakukan. Untuk mewujudkan tujuan-tujuan tersebut, penelitian tindakan dilaksanakan dalam proses berdaur (*cyclical*) yang terdiri dari empat tahapan, *planning* (perencanaan), *action* (pelaksanaan), *observation/evaluation* (pengamatan), dan *reflection* (refleksi).

### 2. Tahap Penelitian

Tahap dalam penelitian ini menggunakan keempat tahapan tersebut, selanjutnya akan dijelaskan keempat tahap penelitian tersebut.

#### 1. Tahap I : Studi pendahuluan

Dalam tahap awal peneliti melakukan pengamatan pendahuluan dengan melakukan observasi awal yang bertujuan untuk mengetahui kondisi awal lokasi penelitian yaitu SMP Sunan Kalijogo Desa Argomulyo Kecamatan Cangkringan, dimana hal tersebut akan dijadikan bahan untuk merencanakan tindakan. Studi pendahuluan dilakukan untuk dapat melihat sejauh mana siswa mengalami gangguan dengan cara mengobservasi perilaku siswa sesuai dengan daftar masalah yang berfungsi sebagai evaluasi awal. Sedangkan observasi



awal dilakukan untuk mengetahui tindakan yang tepat yang diberikan untuk menyusun rancangan treatment bagi siswa yang mengalami gangguan.

Langkah selanjutnya setelah melakukan observasi adalah merancang layanan bimbingan kelompok yang digunakan sebagai *treatment*/perlakuan. Berikut struktur layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal remaja korban bencana alam letusan Gunung Merapi.

a. Rasional

Dasar pemikiran tentang meningkatkan komunikasi interpersonal. Rumusan ini menyangkut konsep dasar gangguan pascatrauma, kemampuan komunikasi interpersonal pada siswa korban bencana alam Letusan Gunung Merapi, dan temuan-temuan penelitian sehingga dibutuhkan layanan bimbingan kelompok.

b. Deskripsi Kebutuhan

Deskripsi kebutuhan merupakan layanan-layanan yang dibutuhkan oleh siswa berdasarkan hasil analisis angket pengungkap stress dan angket komunikasi interpersonal yang telah di sebar. Dalam deskripsi kebutuhan ini dipilih tiga indikator dari aspek gangguan kecemasan pascatrauma dan tiga indikator dari aspek komunikasi interpersonal yang terendah untuk dijadikan fokus layanan yang diberikan.

### c. Tujuan

Secara umum tujuan program adalah membantu siswa korban bencana alam letusan gunung merapi untuk memulihkan diri dari trauma yang dialaminya sehingga mampu menghilangkan kecemasan yang menyebabkan komunikasi interpersonal terhambat. Adapun tujuan khususnya adalah sebagai berikut.

1. Membantu siswa mengungkapkan perasaan yang dialaminya pasca bencana letusan Gunung Merapi.
2. Membantu siswa mengelola emosi dan mampu berperilaku dengan baik pasca bencana / kejadian traumatis.
3. Membantu siswa untuk selalu berpikir positif dan memanfaatkan potensi dengan baik.
4. Membantu siswa agar mampu menyelesaikan setiap permasalahan dan belajar ikhlas dalam menghadapi cobaan terutama trauma pasca bencana letusan gunung merapi yang telah mereka alami
5. Membantu siswa agar mampu berinteraksi dengan baik antar individu dengan proses komunikasi pasca bencana letusan Gunung Merapi.
6. Membantu siswa agar memiliki kepercayaan diri kembali bahwa bencana yang mereka alami bukanlah akhir dari segalanya.

### d. Komponen program

Program layanan bimbingan merupakan layanan responsif tematik yaitu layanan konseling traumatis yang diperuntukan bagi siswa korban bencana

alam letusan Gunung Merapi yang mengalami komunikasi interpersonalnya rendah.

e. Penyelenggara Program

Penyelenggara kegiatan layanan konseling traumatis pada program ini adalah konselor sebagai tenaga ahli untuk membantu siswa yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal rendah.

f. Evaluasi

Rencana evaluasi dirumuskan atas dasar tujuan yang ingin dicapai. Layanan bimbingan kelompok yang telah diujicobakan di evaluasi untuk melihat hambatan dan keberhasilan yang telah dicapai.

2. Tahap II : Pelaksanaan Penelitian

Kegiatan pelaksanaan penelitian dilakukan secara berdaur (siklus) menggunakan prosedur sesuai dengan tahap yang dikemukakan oleh Kemmis dan Mc Taggart (dalam Hermawan et al, 2008 : 128). Adapun tahap-tahap ini meliputi perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi.

SIKLUS 1 :

*Planning* (perencanaan) → *Action* (pelaksanaan) → *Observation/evaluation* (pengamatan) → *Reflection* (refleksi)

SIKLUS 2 :

*Planning* (perencanaan) → *Action* (pelaksanaan) → *Observation/evaluation* (pengamatan) → *Reflection* (refleksi)

### SIKLUS 3 :

*Planning* (perencanaan) → *Action* (pelaksanaan) → *Observation/evaluation* (pengamatan) → *Rreflection* (refleksi)

#### a. Perencanaan kegiatan (*planning*)

Berdasarkan pada hasil pendahuluan maka pada tahap pertama ini, studi pendahuluan ini peneliti menetapkan dan menyusun rancangan tindakan untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dengan menggunakan diskusi kelompok. rancangan kegiatan ini ditempuh dengan langkah-langkah sebagai berikut.

1. Mengidentifikasi masalah dalam penelitian
2. Perencanaan *treatmen* yang bertujuan untuk menanggulangi gangguan kecemasan pada siswa dan meningkatkan komunikasi interpersonal siswa melalui teknik diskusi kelompok.
3. Mempersiapkan sumber, alat peraga dan media yang diperlukan sesuai dengan bahan dan materi dalam *treatmen* yang akan diberikan.
4. Menyusun instrumen penelitian.
5. Melaksanakan *treatmen* pada siswa.

#### b. Pelaksanaan tindakan (*action*)

Setelah disepakati oleh tim observer tentang persiapan mengajar, maka tindakan selanjutnya adalah pelaksanaan kegiatan *treatmen*. Perencanaan *treatmen* yang telah disepakati bersama tim observer kemudian dilakssiswaan dalam tahap ini.

Setelah dilakukannya perencanaan kegiatan, selanjutnya yaitu pelaksanaan kegiatan. Pada tahap pelaksanaan dilakukannya kegiatan *treatmen* berupa

pelaksanaan diskusi kelompok pada siswa korban letusan Gunung Merapi. Adapun proses pelaksanaan kegiatan dalam program ini yaitu dengan materi sebagai berikut.

1. Membicarakan Perasaan
2. Pengendalian Emosi
3. Lampiaskan Perasaan Negatif Lewat Cara yang Sehat
4. Pemecahan Masalah dan Mengatasi Konflik
5. Cara Membina Hubungan yang Menyenangkan & Positif
6. Percaya Dirikah Kamu?

Tahapan-tahapan yang dilakukan dalam proses pelaksanaan kegiatan dalam program ini yaitu sebagai berikut.



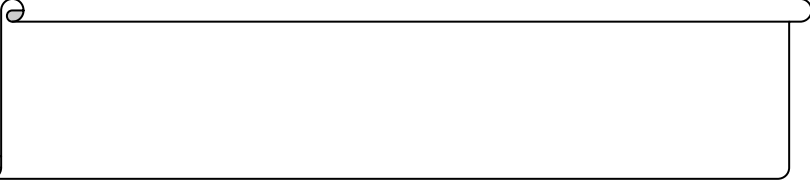

## **SIKLUS 1**

### **Sesi 1**

1. Siswa korban letusan Gunung Merapi diminta untuk membentuk kelompok berdasarkan urutan tempat duduk dengan cara membagi satu baris dibagi menjadi empat kelompok.
2. Siswa korban letusan Gunung Merapi diminta untuk menceritakan kembali proses terjadinya bencana alam letusan Gunung Merapi secara bergantian tiap kelompok, dan siswa yang lainnya memperhatikannya
3. Peneliti memberikan materi mengenai “Membicarakan Perasaan” kepada siswa korban letusan Gunung Merapi
4. Setiap kelompok diminta untuk menuliskan perasaan rasa sedih mereka setelah kejadian bencana alam Gunung Merapi tersebut terjadi, dan menuliskan

perasaan kehilangan apa yang dirasakan oleh mereka setelah terjadi bencana alam tersebut, kemudian di bacakan hasil yang telah didiskusikan oleh perwakilan dari tiap kelompoknya. Dengan format diskusi seperti dalam Gambar 3.1.

**Tabel 3.1**  
**Format Diskusi**  
**UNGKAPAN PERASAAN**

<p>1) <i>Ungkapkan perasaan sedih kamu setelah kejadian bencana alam Letusan Gunung Merapi, tulislah satu persatu pada kolom dibawah ini!</i></p>  
<p>2) <i>Perasaan kehilangan apa yang kamu rasakan setelah terjadi bencana alam tersebut? uraikanlah pada kolom dibawah ini!</i></p>  

5. Siswa diminta untuk melakukan proses tanya jawab dari kegiatan dan materi yang telah disampaikan oleh peneliti

### Sesi 2

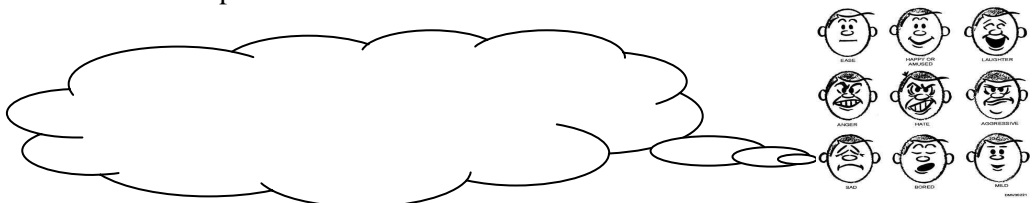
1. Siswa korban letusan Gunung Merapi diminta untuk membentuk kelompok berdasarkan urutan tempat duduk dengan cara membagi satu baris dibagi menjadi empat kelompok.
2. Peneliti memberikan materi mengenai “Pengendalian Emosi” kepada siswa siswa korban letusan Gunung Merapi

3. Setiap kelompoknya diminta untuk menuliskan emosi apa saja yang mereka rasakan pasca terjadinya bencana alam letusan Gunung Merapi
4. Setiap jawaban harus disertai perencanaan rentang waktu yang harus mereka targetkan seberapa lama mereka mampu mengendalikan emosi yang mereka tukiskan tersebut. Dengan format diskusi seperti dalam Gambar 3.2.

**Tabel 3.2**  
**Format Diskusi**

☺EMOSI☺

Emosi apa saja yang kalian rasakan pasca terjadinya bencana alam letusan Gunung Merapi? Serta berapa lama waktu yang kalian targetkan untuk kembali seperti semula?Uraikanlah pada kolom dibawah ini!





5. Peneliti memberikan waktu untuk siswa berdiskusi 5-10 menit
6. Peneliti meminta untuk setiap kelompok memberikan gambaran yang telah mereka diskusikan sesuai dengan materi dengan cara memilih salah satu siswa yang teridentifikasi memiliki komunikasi interpersonal rendah untuk maju ke depan kelas menyampaikan mengenai materi yang telah didiskusikan dengan kelompoknya tersebut
7. Peneliti meminta siswa untuk mengisi jurnal harian pada akhir siklus sebagai acuan perkembangan siswa dalam melakukan treatment.
8. Bersama dengan observer menganalisis dan merefleksi pelaksanaan tindakan pada sesi 1 dan 2 di siklus 1. pelaksanaan tindakan dan observasi, kemudian dijadikan perencanaan untuk siklus selanjutnya

## SIKLUS 2

### Sesi 1

1. Peneliti meminta siswa untuk membentuk kelompok dengan cara memilih kertas yang didalam kertas tersebut bertuliskan “Belajar”, “Bermain”, “Tidur” dan “Melamun” yang setiap kelompoknya terdiri dari 3 orang
2. Peneliti memberikan materi mengenai “Lampiaskan Perasaan Negatif Lewat Cara yang Sehat” kepada siswa korban letusan Gunung Merapi
3. Setiap kelompoknya diminta untuk menuliskan kegiatan apa saja yang menurut mereka tepat untuk menghilangkan perasaan negatif tersebut, serta apa manfaat dari kegiatan yang mereka pilih tersebut. Dengan format diskusi seperti dalam Gambar 3.3.

**Tabel 3.3**  
**Format Diskusi**

BERFIKIR POSITIF	
<i>Kegiatan apa saja yang menurut kalian tepat untuk menghilangkan perasaan negatif ? dan jelaskan apa manfaat dari kegiatan yang kalian pilih tersebut? Jawablah pada kolom dibawah ini!</i>	
KEGIATAN	
MANFAAT	

4. Peneliti memberikan waktu untuk siswa berdiskusi 5-10 menit
5. Peneliti meminta untuk setiap kelompok memberikan gambaran yang telah mereka diskusikan sesuai dengan materi dengan cara memilih salah satu siswa yang teridentifikasi memiliki komunikasi interpersonal rendah untuk maju ke

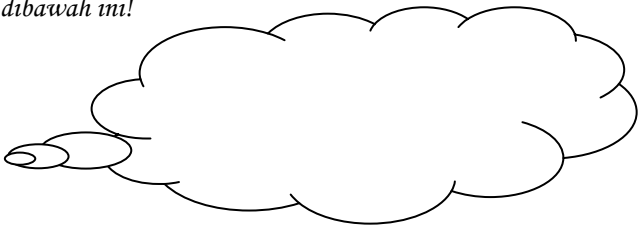


depan kelas menyampaikan mengenai materi yang telah didiskusikan dengan kelompoknya tersebut.

## Sesi 2

1. Siswa korban letusan Gunung Merapi diminta untuk membentuk kelompok berdasarkan urutan tempat duduk dengan cara membagi satu baris dibagi menjadi empat kelompok.
2. Peneliti memberikan materi mengenai “Pemecahan masalah“ kepada siswa korban letusan Gunung Merapi
3. Setiap kelompoknya diminta untuk menuliskan masalah apa yang sekarang mereka alami, dan bagaimana cara memecahkan masalahnya. Dengan format diskusi seperti dalam Gambar 3.4.

**Tabel 3.4**  
**Format Diskusi**

<b>? PEMECAHAN MASALAH ?</b>	
<p><i>Masalah apa yang sekarang kalian alami, dan bagaimana cara memecahkan masalahnya? Tulislah pada Kolom yang sudah disediakan dibawah ini!</i></p>	
 <p><b>The Problem Solving Loop</b></p>	

4. Peneliti memberikan waktu untuk siswa berdiskusi 5-10 menit
5. Peneliti meminta untuk setiap kelompok memberikan gambaran yang telah mereka diskusikan sesuai dengan materi dengan cara memilih salah satu siswa yang teridentifikasi memiliki komunikasi interpersonal rendah untuk maju ke depan kelas menyampaikan mengenai materi yang telah didiskusikan dengan kelompoknya tersebut


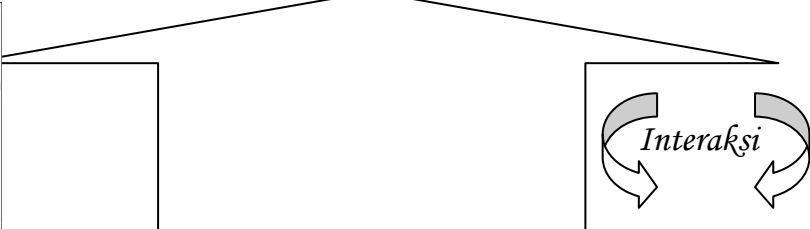
6. Peneliti meminta siswa untuk mengisi jurnal harian pada akhir siklus sebagai acuan perkembangan siswa dalam melakukan treatment.
7. Bersama dengan observer menganalisis dan merefleksi pelaksanaan hasil tindakan pada sesi 1 dan 2 di siklus 2. Pelaksanaan analisis siklus 2 dilakukan untuk memperoleh gambaran secara kualitatif dan kuantitatif.

### SIKLUS 3

#### Sesi 1

1. Siswa korban letusan Gunung Merapi diminta untuk membentuk kelompok berdasarkan urutan tempat duduk dengan cara membagi satu baris dibagi menjadi empat kelompok.
2. Peneliti memberikan materi mengenai “Cara Membina Hubungan yang Menyenangkan & Positif” kepada siswa korban letusan Gunung Merapi
3. Peneliti meminta untuk setiap kelompok untuk mendiskusikan bagaimana cara membina hubungan yang positif dan menyenangkan dengan orang lain. Dengan format diskusi seperti dalam Gambar 3.5.

**Tabel 3.5**  
**Format Diskusi**

☺ <b>CARA MEMBINA HUBUNGAN YANG MENYENANGKAN</b> ☺	
<p><i>Manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa berinteraksi melalui hubungan baik antar individu, individu dengan kelompok atau kelompok dengan kelompok. Tulislah cara membina hubungan interaksi yang menyenangkan dengan orang lain!</i></p>	
	



4. Peneliti memberikan waktu untuk siswa berdiskusi 5-10 menit
5. Peneliti meminta untuk setiap kelompok memberikan gambaran yang telah mereka diskusikan sesuai dengan materi dengan cara memilih salah satu siswa yang teridentifikasi memiliki komunikasi interpersonal rendah untuk maju ke depan kelas menyampaikan mengenai materi yang telah didiskusikan dengan kelompoknya tersebut

### **Sesi 2**

1. Siswa korban letusan Gunung Merapi diminta untuk membentuk kelompok berdasarkan urutan tempat duduk dengan cara membagi satu baris dibagi menjadi empat kelompok.
2. Peneliti memberikan materi mengenai “Percaya Dirikah Kamu?” kepada siswa korban letusan Gunung Merapi.
3. Siswa diminta untuk mendiskusikan materi yang telah peneliti sampaikan mengenai “Percaya Dirikah Kamu?” dengan cara mendiskusikan hal-hal apa saja yang membuat mereka jadi kehilangan kepercayaan dirinya setelah mengalami bencana letusan Gunung Merapi, serta bagaimana caranya membangun kepercayaan diri mereka kembali.
4. Peneliti memberikan waktu untuk siswa berdiskusi 5-10 menit.
5. Peneliti meminta untuk setiap kelompok memberikan gambaran yang telah mereka diskusikan sesuai dengan materi dengan cara memilih salah satu siswa yang teridentifikasi memiliki komunikasi interpersonal rendah untuk maju ke depan kelas menyampaikan mengenai materi yang telah didiskusikan

dengan kelompoknya tersebut. Dengan format diskusi seperti dalam Gambar 3.6. sebagai berikut.

**Tabel 3.6**  
**Format Diskusi**

<b>PERCAYA DIRI</b>	
	<p>Hal-hal apa saja yang membuat kalian jadi kehilangan kepercayaan diri setelah mengalami bencana letusan gunung merapi? Uraikan pada kolom yang telah tersedia dibawah ini!</p> <div style="border: 1px solid black; height: 40px; width: 100%;"></div>
	<p>Bagaimana caranya kalian membangun kepercayaan diri kembali tuliskan pada kolom dibawah ini?</p> <div style="border: 1px solid black; height: 60px; width: 100%;"></div>

6. Peneliti meminta siswa untuk mengisi jurnal harian pada akhir siklus sebagai acuan perkembangan siswa dalam melakukan treatment.
7. Bersama dengan observer menganalisis dan merefleksi pelaksanaan hasil tindakan pada sesi 1 dan 2 di siklus 3. Pelaksanaan analisis siklus 3 dilakukan untuk memperoleh gambaran secara kualitatif dan kuantitatif dari proses pelaksanaan tindakan dan observasi, kemudian dijadikan perencanaan tindakan dalam siklus selanjutnya.
8. Menyebarkan angket komunikasi interpersonal untuk mengetahui perkembangan anak setelah seluruh kegiatan tindakan dilaksanakan.

c. Pengamatan tindakan (*observing*)

Peran peneliti dalam penelitian adalah sebagai guru bk, sedangkan pengamatan dilakukan oleh rekan peneliti sendiri yang bertugas sebagai observer.

Pengamatan dilakukan dengan menggunakan instrumen observasi yang telah disusun, untuk memperoleh seperangkat data tentang pelaksanaan tindakan, kendala-kendala yang dihadapi, serta data tentang pelaksanaan treatment.

Pengamatan dilakukan dari siklus 1 hingga siklus 3 secara terus menerus. Hasil pengamatan ini kemudian didiskusikan antara peneliti dan observer, sehingga menghasilkan refleksi yang berpengaruh pada perencanaan siklus berikutnya.

d. Refleksi tindakan (*reflecting*)

Refleksi merupakan bagian yang penting untuk memahami proses dan hasil perubahan yang terjadi dari pelaksanaan tindakan yang telah dilakukan selama penelitian berlangsung. Sehingga pada siklus berikutnya merupakan revisi dan daur ulang dari siklus sebelumnya yang dapat dijadikan sebagai perenungan untuk melakukan treatment yang lebih baik lagi.

## **E. Pengembangan Alat Pengumpul Data**

Data yang diperlukan dalam penelitian ini berupa data untuk mengungkap traumatik siswa pasca bencana letusan Gunung Merapi serta siswa yang mengalami gangguan komunikasi interpersonal pada siswa korban bencana letusan Gunung Merapi.

### **1. Jenis Instrumen**

a. Instrumen Treatment

Adapun instrument treatment berupa satuan layanan kegiatan yang telah disusun oleh peneliti.

b. Instrumen pengumpulan data

- a) Daftar cek masalah yang telah di adaptasi menjadi angket mengungkap gangguan kecemasan pasca trauma

Daftar cek masalah atau angket mengungkap gangguan kecemasan pasca trauma adalah instrumen yang digunakan untuk mengidentifikasi siswa yang akan ditetapkan sebagai kasus dalam konseling. Instrumen ini disusun berdasarkan gejala masalah yang ditunjukkan oleh seseorang yang mengalami gangguan pascatrauma. Daftar cek masalah yang digunakan dalam penelitian ini adalah hasil Nandang Rusmana. Menurut Bisbey & Bisbey (2000) seseorang yang mengalami gangguan pasca trauma ditandai dengan adanya gangguan khas pada lima aspek kepribadian, yakni aspek fisik, emosi, kognisi, tingkah laku dan spiritual. Siswa akan ditetapkan berdasarkan besarnya jumlah gejala masalah yang ditampakan.

- b) Instrumen Komunikasi Interpersonal

Data yang diungkap selanjutnya dalam penelitian adalah komunikasi interpersonal, Komunikasi Interpersonal yang digunakan dalam penelitian ini adalah hasil Ina Noviyanti (2010). Instrumen yang dikembangkan berbentuk kuesioner yang merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memberi seperangkat pernyataan tertulis untuk dijawab oleh responden (Sugiyono, 2007: 142). Tipe kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Self-Administrated Questionnaire*, yaitu kuesioner yang diisi sendiri oleh responden.

- c) Jurnal kegiatan harian

Jurnal kegiatan harian adalah instrumen yang digunakan untuk mengungkap apresiasi siswa terhadap proses konseling pasca bencana yang

diberikan pada setiap sesi konseling. Instrumen ini dikembangkan berdasarkan *group session goals chart* dari Gladding (1995). Instrumen ini juga digunakan untuk mengukur daya *resiliensi* siswa dalam menghadapi gangguan pascatrauma. Karena instrumen ini akan diisi oleh siswa setiap selesai latihan, maka bentuk instrument disederhanakan. Instrumen ini berupa daftar isian empat quadran. Setiap quadran merefresikan pandangan siswa dalam memaknai proses latihan, yakni: (1) aku adalah, (2) aku punya, (3) aku dapat, dan (4) aku akan.

Quadran aku adalah berisi gambaran apresiasi siswa terhadap proses pembelajaran; aku punya berisi gambaran kekuatan dan kelemahan diri siswa setelah memaknai proses pembelajaran; aku mampu, berisi gambaran siswa tentang dukungan dari dalam dan luar kelompok dalam rangka memperbaiki kelemahan; aku akan berisi gambaran rencana tindakan yang akan dilakukan oleh siswa dalam rangka memperbaiki diri. Dalam mengisi instrumen ini siswa dibimbing secara kelompok oleh pendamping.

## **2. Pengembangan Kisi-kisi Instrumen**

Daftar cek masalah adalah instrumen yang digunakan untuk mengidentifikasi anak yang akan ditetapkan sebagai kasus dalam konseling. Instrumen ini disusun berdasarkan gejala masalah yang ditunjukkan oleh seseorang yang mengalami gangguan pascatrauma. Menurut Bisbey & Bisbey (2000) seseorang yang mengalami gangguan pascatrauma ditandai dengan adanya gangguan khas pada lima aspek kepribadian klien, yakni aspek fisik, emosi, kognisi, tingkah laku dan spiritual. Klien akan ditetapkan berdasarkan besarnya jumlah gejala masalah yang ditampakkan. Bentuk instrumen ini adalah daftar cek.

**TABEL 3.7**  
**MATRIKS KISI-KISI INSTRUMEN DAFTAR CEK MASALAH**

NO.	ASPEK	INDIKATOR	No. Item
1.	<b>Fisiologis</b>	Pening, tenggorokan kering, perut serasa tertekan, dada sesak / nyeri , jantung berdebar , sakit kepala, nyeri lambung, diare/mencret, alergi/gatal-gatal, otot tegang, kejang, tidak bertenaga, rahang terkatup erat , duduk tidak tenang , banyak berkeringat , denyut nadi cepat, menggemeretakkan gigi, rasa lelah.	1 s.d 18
2.	<b>Afeksi</b>	Rasa takut, mati rasa , terguncang, mengingkari, marah, putus asa, menyerah, pasrah, menyalahkan, sinis, menyesal, merasa tidak berdaya, hilang kepercayaan, khawatir, bosan , merasa terasing, murung.	19 s.d 35
3.	<b>Kognisi</b>	Tidak percaya, tidak konsentrasi, mudah lupa, banyak pikiran, sulit mengambil keputusan, curiga, lelah berpikir, merasa terbebani, merasa banyak melayani orang.	36 s.d 44
4.	<b>Behavioral</b>	Sulit tidur, kehilangan selera, makan berlebihan, banyak merokok, minum alkohol dan narkoba, menghindar, menangis, tidak mampu berbicara, tidak bergerak, gelisah, terlalu banyak gerak, mudah marah, ingin bunuh diri , menggerakkan anggota tubuh, berulang-ulang, malu, mengurung diri, menyalahkan orang	45 s.d 62



5.	<b>Spiritual</b>	Menyalahkan Tuhan, berhenti ibadah, tidak berdaya, marah kepada Tuhan, meragukan keyakinan, tidak tulus, merasa terancam, merasa jadi korban orang, bersibuk dengan diri sendiri, merasa kecewa, menyesali diri, menggerutu.	63 s.d 74
----	------------------	--	-----------

Kisi-kisi untuk mengungkap komunikasi interpersonal siswa dikembangkan dari definisi operasional variabel penelitian. Berdasarkan konstruk tersebut, kisi-kisi alat pengumpul data untuk selanjutnya dijabarkan dalam bentuk item-item pernyataan. Adapun kisi-kisi instrumen untuk mengungkap komunikasi interpersonal dijabarkan dalam tabel berikut.

**Tabel 3.8**  
**Kisi-kisi Instrumen Pengungkap Komunikasi Interpersonal**  
**(Sesudah Validasi)**

Aspek	Indikator	Item Pertanyaan		Jumlah
		+	-	
Respons terhadap lawan bicara	Keterbukaan dan empati	1,2, 4,7, 8,9,10,11	5,6	10
	Pengungkapan	14,15, 16,17,18	13	6
	Kesegaran	19,21,22, 23,24	20	6
Kehangatan	Kepedulian Terhadap Orang lain	25,27, 28,29	-	4
	Kepercayaan	31,32, 35		3
	Keseimbangan	36,37,38, 39,40,41, 42, 44	-	8
Fokus terhadap pembahasan yang disampaikan	Manajemen Interaksi	45,,47, 48,49,50, 51	-	6
	Saling Mendukung dan Sikap Positif	-	-	-

## **F. Teknik Pengolahan Data**

### **1. Penyeleksian Data**

Penyeleksian data memiliki tujuan untuk menyeleksi data yang dianggap layak untuk diolah. Tahapan verifikasi data yang dilakukan adalah sebagai berikut.

- a. Melaksanakan pengecekan jumlah angket yang telah terkumpul harus sama dengan jumlah angket yang disebarkan sesuai jumlah sampel
- b. Memberikan nomor urut pada setiap angket untuk menghindari kesalahan pada saat melakukan rekapitulasi data.

### **2. Tabulasi Data**

Tabulasi data yaitu perekapan data yang diperoleh dari siswa/sampel dengan melakukan penyekoran sesuai dengan tahapan penyekoran yang telah ditetapkan. Setelah dilakukan tabulasi data maka dilanjutkan dengan perhitungan statistik sesuai dengan analisis yang dibutuhkan.

### **3. Penyekoran Data**

Instrumen disusun berdasarkan kisi-kisi yang telah dibuat sehingga menghasilkan item-item pernyataan dan kemungkinan jawabannya. Instrumen digunakan untuk mengukur kecemasan pascatraumatik dan komunikasi interpersonal siswa. Item pernyataan mengukur kecemasan pascatraumatik siswa menggunakan bentuk *force choice* yaitu pilihan ya dan tidak. Adapun kriteria penyekoran untuk mendapat skor angket mengukur kecemasan pascatraumatik dapat dilihat pada table 3.9.

**Tabel 3.9.**  
**Ketentuan Pemberian Skor Angket Mengukur Kecemasan**  
**Pasca-traumatik Siswa**

Pernyataan	Skor	
	Ya	Tidak
Positif	1	0
Negatif	0	1

Jenis instrument pengungkap komunikasi interpersonal adalah skala psikologi yang diaplikasikan dengan format *rating scales* (skala-penilaian) dalam skala penilaian antara efektivitas diskusi kelompok dengan komunikasi interpersonal remaja korban bencana alam letusan Gunung Merapi. Penyekoran ini menggunakan pernyataan *favorable* (positif) berdasarkan pertimbangan kesesuaian dengan indikator. Penyekoran dilakukan secara sederhana dengan mengacu pada pedoman penyekoran sebagai berikut. Keempat alternatif respons tersebut diurutkan dari kemungkinan kesesuaian tertinggi sampai dengan kemungkinan kesesuaian terendah, yaitu: 1) Sangat Sesuai (SS); 2) Sesuai (S); 3) Kurang Sesuai (KS); dan 4) Tidak Sesuai (TS); tiap opsi alternatif respons mengandung arti dan nilai skor seperti tertera pada table berikut.

**Tabel 3.10.**  
**Pola skor angket Komunikasi Interpersonal**

Pernyataan	Pola Skor			
	Sangat Sesuai	Sesuai	Kurang Sesuai	Tidak Sesuai
Positif (+)	4	3	2	1
Negatif (-)	1	2	3	4

#### 4. Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menjawab pertanyaan penelitian yang telah disusun pada bab sebelumnya, yaitu sebagai berikut.

1. Bagaimana gambaran umum kecemasan pascatraumatik siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo Tahun Ajaran 2010/2011 dijawab dengan mengkategorikan siswa dalam tiga tingkatan skala, yaitu Rendah (R), Sedang (S), dan Tinggi (T) dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi. Adanya tiga tingkatan skala kecemasan ini, menunjukkan bahwa terdapat 3 kelas (bk). Untuk menentukan panjang kelas, sebelumnya terlebih dahulu perlu diketahui besar rentang (R) antara skor terbesar dengan skor terkecil, berikut rumus yang digunakan:

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

(Furqon, 2004: 24)

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

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

(Furqon, 2004: 25)

Pada instrumen kecemasan yang telah disebarkan, diketahui bahwa skor terbesar ideal adalah 73 dan skor terkecil ideal adalah 0, sehingga dapat diketahui bahwa skor rentang, yaitu 73

Dengan menggunakan rumus di atas, didapat nilai panjang kelas, yaitu 24,3. Jadi untuk mengelompokkan data dengan rentang sebesar 73 dan banyak kelas sebanyak 3, diperlukan panjang kelas 24 atau 25.

2. Bagaimana gambaran umum komunikasi interpersonal siswa berpengalaman traumatik dengan dijawab mengkategorikan siswa dalam tiga tingkatan skala, yaitu Rendah (R), Sedang (S), dan Tinggi (T) dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi. Adanya tiga tingkatan skala kecemasan ini, menunjukkan bahwa terdapat 3 kelas (bk).

Pada instrumen komunikasi interpersonal yang telah disebarkan, diketahui bahwa skor terbesar ideal adalah 172 dan skor terkecil ideal adalah 43, sehingga dapat diketahui bahwa skor rentang, yaitu 43

Dengan menggunakan rumus di atas, didapat nilai panjang kelas, yaitu 43 Jadi untuk mengelompokkan data dengan rentang sebesar 129 dan banyak kelas sebanyak 3, diperlukan panjang kelas 43 atau 44.

3. Bagaimana efektivitas bimbingan kelompok melalui teknik diskusi bagi siswa berpengalaman traumatik untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa pascatraumatik dilakukan dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

- a. Persentase perbedaan dua skor aspek-aspek komunikasi interpersonal, sebelum dan setelah tindakan, diperoleh dengan rumus:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Skor sebelum tindakan} - \text{skor setelah tindakan}}{\text{Skor sebelum tindakan}} \times 100\%$$

Nilai positif (+) menunjukkan adanya penurunan skor, sedangkan nilai negatif (-) menunjukkan adanya peningkatan skor.

- b. Uji efektivitas dengan menganalisis hasil treatment, yaitu membandingkan skor kemampuan komunikasi interpersonal sebelum tindakan (*pre-test*) dan setelah tindakan (*post-test*).

Adapun rumus yang digunakan dari Arikunto (1998:300), rumus yaitu:

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

Keterangan:

t = t hitung

Md = mean dari perbedaan pre tes dengan post test (*posttest-pretest*).

Xd = deviasi masing-masing subjek (d - Md)

$\sum x^2 d$  = jumlah kuadrat deviasi

N = subjek pada sampel

d.b. = ditentukan dengan N - 1

Dengan ketentuan, jika  $t_{hitung}$  lebih besar daripada  $t_{tabel}$  maka, treatment yang diberikan efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal.