

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

Bab ini membahas pendekatan, metode dan desain penelitian, lokasi penelitian dan subyek penelitian, definisi operasional variabel, pengembangan instrumen penelitian, rancangan program bimbingan resolusi konflik untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

#### **A. Pendekatan, Metode dan Desain Penelitian**

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian adalah kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengkaji profil kemampuan penyesuaian diri peserta didik dan keefektifan program bimbingan resolusi konflik untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik.

Metode penelitian yang digunakan untuk mengetahui efektifitas program bimbingan resolusi konflik adalah metode kuasi eksperimen dengan desain *nonequivalent control group*. Dalam *Nonequivalent control group design* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dipilih tidak secara random kemudian diberi *pre-test* untuk mengetahui keadaan awal dan *post-test* untuk mengetahui pengaruh perlakuan (Sugiyono, 2011). Alasan peneliti menggunakan metode penelitian kuasi eksperimen, yaitu karena peneliti tidak mungkin menempatkan subjek penelitian

dalam situasi laboratorik murni yang bebas dari pengaruh lingkungan sosial selama diberikan perlakuan eksperimen.

Dalam penelitian ini yang diukur adalah kemampuan penyesuaian diri sebelum dan sesudah mendapatkan program bimbingan resolusi konflik. Berikut ini desain penelitian *non-equivalent pretest-posttest control group design*.

E	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
K	O <sub>3</sub>	—	O <sub>4</sub>

(Sugiyono, 2011)

**Gambar 3.1**  
**Desain Penelitian**

Keterangan :

- O<sub>1</sub> dan O<sub>3</sub> :Pengukuran awal tentang kemampuan penyesuaian diri untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.
- O<sub>2</sub> :Pengukuran kemampuan penyesuaian diri sesudah mendapatkan perlakuan melalui program bimbingan resolusi konflik.
- O<sub>4</sub> :Pengukuran kemampuan penyesuaian diri untuk kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan
- X :Perlakuan melalui program bimbingan resolusi konflik

## B. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SMP Negeri 13 Jl. Laksadya Leo Wattimena Negeri Lama Ambon, dengan alasan sekolah ini merupakan sekolah yang secara persentase jumlah peserta didik maupun tenaga pendidik hampir sebanding antara Islam dan Kristen dibandingkan sekolah-sekolah lain di kota Ambon.

Populasi penelitian adalah peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Ambon Tahun Ajaran 2013/2014 yang berjumlah 165 orang. Asumsi pemilihan peserta

didik Kelas VIII adalah: 1) peserta didik Kelas VIII adalah peserta didik yang sudah mengalami proses interaksi dengan teman sebayanya selama satu tahun lebih; 2) belum adanya Program Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 13 Ambon yang secara khusus untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik; 3) pembimbingan dapat dilakukan lebih lama karena masih memiliki masa studi satu tahun ke depan.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling*. *Non probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Secara spesifik teknik yang dilakukan dalam pengambilan sampel ini adalah *purposive sampling*, dimana pengambilan sampel dilakukan atas dasar pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2011).

Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Ambon yang teridentifikasi memiliki kemampuan penyesuaian diri rendah dan sedang. Dari data hasil pengukur kemampuan penyesuaian diri pada populasi, teridentifikasi 101 peserta didik yang termasuk dalam kategori rendah dan sedang. Dalam menentukan jumlah sampel penelitian mengacu pada pendapat Creswell (2008), dimana pada penelitian eksperimen, estimasi jumlah sampel yang dibutuhkan untuk prosedur pengolahan statistik sehingga dapat mewakili populasi secara tepat adalah sekitar 15 orang. Dari 101 orang peserta didik ini kemudian di pilih 30 orang yang memiliki total skor terendah, sehingga jumlah sampel yang diambil berjumlah 15 orang pada kelompok eksperimen dan 15 orang pada kelompok kontrol.

### **C. Definisi Operasional Variabel**

Penelitian ini memuat dua variabel, yaitu variabel terikat dan variabel bebas. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah program bimbingan resolusi konflik, sedangkan variabel terikatnya adalah kemampuan penyesuaian diri. Untuk menghindari kesalahpahaman dalam memahami masalah penelitian, maka istilah-istilah dalam penelitian ini dijelaskan secara operasional dalam uraian berikut.

#### **1. Program Bimbingan Resolusi Konflik**

Crawford & Bodine (1996) menyatakan pendidikan resolusi konflik adalah salah satu komponen kunci dari strategi sekolah yang membantu orang-orang muda dalam mencari alternatif terhadap kekerasan, tetapi juga mendukung mereka dalam mengembangkan kompetensi sosial dalam hal kerjasama, empati, pemecahan masalah secara kreatif, dan keterampilan dalam menjalin hubungan.

Jones (2001) mendefinisikan pendidikan resolusi konflik sebagai suatu spektrum dari proses yang memanfaatkan kemampuan komunikasi dan berpikir kreatif dan analitik untuk mencegah, mengelola, dan menyelesaikan konflik secara damai.

Secara operasional program bimbingan resolusi konflik dalam penelitian ini adalah serangkaian kegiatan bantuan yang dirancang oleh peneliti secara terencana dan sistematis dalam suasana kelompok, dengan membekali peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Ambon kemampuan dasar resolusi konflik untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri, yang meliputi: 1) kemampuan orientasi; 2) kemampuan

persepsi; 3) kemampuan emosional; 4) kemampuan komunikasi; 5) kemampuan berpikir kreatif; dan 6) kemampuan berpikir kritis.

## 2. Kemampuan Penyesuaian Diri

Schneiders (1960) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan perbuatan individu dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan, dan mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik secara sukses serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan tempat dia hidup.

Merujuk pada pendapat Schneiders secara operasional kemampuan penyesuaian diri dalam penelitian ini adalah proses yang melibatkan respon mental dan perilaku sebagai upaya peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Ambon tahun ajaran 2013/2014 untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik secara sukses, serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan tempat dia hidup, yang ditandai dengan:

- a. peserta didik memiliki kemampuan tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yaitu tidak menunjukkan ekspresi emosi yang berlebihan, tidak menunjukkan emosi yang merugikan, mampu mengontrol diri;
- b. peserta didik memiliki kemampuan untuk tidak menunjukkan adanya mekanisme psikologis yaitu tidak menunjukkan sikap rasionalisasi, tidak

- menunjukkan sikap agresi, tidak menunjukkan sikap kompensasi, tidak menunjukkan sikap proyeksi;
- c. peserta didik memiliki kemampuan untuk tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi yaitu tidak menunjukkan perasaan kecewa karena tidak terpenuhinya kebutuhan;
  - d. peserta didik memiliki pertimbangan rasional yaitu memecahkan masalah berdasarkan pertimbangan yang matang, mampu mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang diambil;
  - e. peserta didik mampu dalam belajar yaitu mampu mengembangkan kualitas pribadi, mampu mengatasi masalah;
  - f. peserta didik mampu menghargai pengalaman yaitu mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu, mampu bercermin pada masa lalu yang terkait dengan keberhasilan atau kegagalan;
  - g. peserta didik mampu bersikap realistis, objektif yaitu mampu menerima kenyataan hidup secara wajar, mampu merespon situasi/masalah secara rasional (tidak didasari oleh prasangka buruk).

Alasan peneliti menggunakan defenisi penyesuaian diri dari Schneiders sebagai defenisi operasional dalam penelitian ini adalah: (1) dari riwayatnya Schneiders merupakan pelopor dari konsep penyesuaian diri; (2) secara konstruk sesuai dengan konteks lapangan yang diteliti.

## D. Pengembangan Instrumen Penelitian

Berdasarkan jenis data yang diperlukan dalam penelitian ini maka dikembangkan instrumen penelitian berupa instrumen kemampuan penyesuaian diri yang digunakan untuk memperoleh gambaran tentang tingkat kemampuan penyesuaian diri peserta didik.

### 1. Kisi-kisi Instrumen Kemampuan Penyesuaian Diri

Jenis instrumen kemampuan penyesuaian diri disusun dengan menggunakan *rating scales* (skala penilaian) dengan alternatif respon pernyataan berkisar dari 1 sampai dengan 5 yaitu: Sangat Tidak Mampu (STM) = 1 ; Tidak Mampu (TM) = 2; Cukup Mampu (CM) = 3 ; Mampu (M) = 4 ; Sangat Mampu (SM) = 5.

Adapun kisi-kisi instrumen penelitian kemampuan penyesuaian diri peserta didik disajikan dalam Tabel 3.1 berikut ini.

**Tabel 3.1**  
**Kisi-kisi Instrumen Kemampuan Penyesuaian Diri**  
**Peserta Didik Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama**

Variabel	Aspek	Indikator	No Item	Jumlah
Penyesuaian Diri	1. Kemampuan untuk tidak menunjukkan ketegangan emosional	a. Tidak menunjukkan ekspresi yang berlebihan	1,5,8,12, 16	5
		b. Tidak menunjukkan emosi yang merugikan	10,19,29,	3
		c. Mampu mengontrol diri	31,32,50	3
	2. Kemampuan untuk tidak menunjukkan mekanisme psikologis	a. Tidak menunjukkan sikap rasionalisasi	2,3,28	3
		b. Tidak menunjukkan sikap agresi	9,38,43,48	4
		c. Tidak menunjukkan sikap kompensasi	4,30,45	3

Variabel	Aspek	Indikator	No Item	Jumlah
		d. Tidak menunjukkan sikap proyeksi	24,37,49	3
	3. Kemampuan untuk tidak menunjukkan frustrasi pribadi	a. Tidak menunjukkan perasaan frustrasi	39,41,46	3
	4. Memiliki pertimbangan rasional	a. Mampu memecahkan masalah berdasarkan pertimbangan yang matang.	44,47,51	3
		b. Mampu mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang diambil.	6,15,36	3
	5. Kemampuan dalam belajar	a. Mampu mengembangkan kualitas diri untuk memenuhi kebutuhan atau mengatasi masalah	11,23,25,	3
	6. Kemampuan dalam menghargai pengalaman	a. Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu	17,22,33,42	4
		b. Mampu bercermin pada masa lalu yang terkait dengan keberhasilan atau kegagalan.	14,26,34	3
	7. Kemampuan untuk bersikap realistis, objektif	a. Mampu menerima kenyataan hidup secara wajar	13,21,40	3
		b. Mampu merespon situasi / masalah secara rasional (tidak didasari oleh prasangka buruk)	7,18,20,27,35	5
<b>Jumlah</b>				51

## 2. Penimbangan (*Judgement*) Instrumen

Instrumen penelitian yang digunakan adalah instrumen kemampuan penyesuaian diri yang disusun dan kemudian dilakukan *expert judgement* oleh tiga pakar yang memiliki kapasitas dan kapabilitas pemahaman tentang instrumen penelitian dimaksud. Penimbangan instrumen dilakukan untuk memperoleh item-item valid yang dapat mengukur permasalahan kemampuan penyesuaian diri peserta didik.



Instrumen penelitian ditimbang oleh tiga orang pakar untuk dikaji dan ditelaah dari segi konstruk, isi, dan redaksi kalimat. Para ahli penimbang instrumen adalah Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd, Dr. Mubiar Agustin, M.Pd, dan Dr. Soestenes Mailoy, M.Pd.

Instrumen kemampuan penyesuaian diri yang diajukan oleh peneliti disempurnakan dengan pertimbangan para ahli yaitu: (1) ahli pertama memberi pertimbangan pada konstruk (kerangka dari konsep penyesuaian diri), isi (keterkaitan antara aspek-indikator kemampuan penyesuaian diri dengan setiap item pernyataan) serta redaksi kalimat; (2) ahli kedua memberi pertimbangan pada isi (keterkaitan antara aspek-indikator kemampuan penyesuaian diri dengan setiap item pernyataan); dan (3) ahli ketiga pada redaksi kalimat, disesuaikan dengan sampel penelitian.

Instrumen kemampuan penyesuaian diri yang telah ditimbang oleh para ahli kemudian direvisi sesuai dengan saran dan masukan dari para penimbang tersebut. Setelah itu instrumen yang telah direvisi di uji keterbacaan item oleh 6 orang peserta didik SMP Kelas VIII untuk mengetahui apakah setiap item dapat dan mudah dipahami oleh responden. Secara keseluruhan instrument kemampuan penyesuaian diri dapat dipahami oleh peserta didik, hanya untuk kata “suku” kurang di pahami, sehingga digantikan dengan kata “daerah”.

### 3. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Untuk mendapatkan suatu instrumen yang baik maka dilakukan uji coba instrumen. Uji coba instrumen ini mencakup uji validitas atau uji kesahihan item dan uji reliabilitas atau uji keandalan alat ukur.

Uji validitas dilakukan secara kuantitatif untuk menunjukkan tingkat kesahihan instrumen yang digunakan dalam mengumpulkan data penelitian. Sebelum instrumen penelitian diberikan kepada subyek penelitian maka dilakukan uji coba instrumen pada sekolah yang berbeda dari lokasi penelitian.

Uji validitas item menggunakan bantuan perangkat lunak *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 20.0 for Windows* dengan teknik *item-total product moment*. Dari hasil analisis didapat nilai skor item dengan skor total. Nilai ini kemudian di bandingkan dengan nilai  $r$  tabel. Untuk  $r$  tabel pada signifikansi 5% dengan uji 2 sisi dan  $n = 125$ , maka di dapat  $r$  tabel sebesar 0.176. Berdasarkan hasil analisis didapat nilai korelasi untuk item 2,5 dan 7 kurang dari 0.176 ( $r$  hitung  $<$   $r$  tabel), maka dapat disimpulkan bahwa item-item tersebut tidak berkorelasi signifikan dengan skor total atau dinyatakan tidak valid dan harus dikeluarkan. Oleh karena itu, item instrumen kemampuan penyesuaian diri peserta didik yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah 48 pernyataan. Hasil perhitungan validitas dapat dilihat pada lampiran hasil pengolahan data instrumen.

Setelah uji validitas instrumen dilakukan maka selanjutnya instrumen kemampuan penyesuaian diri diuji reliabilitasnya. Uji reliabilitas instrumen kemampuan penyesuaian diri hanya dilakukan pada butir item pernyataan yang valid.

Instrumen yang *reliable* adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama akan menghasilkan data yang sama. Dalam pengujian reliabilitas instrumen digunakan rumus *Crombach's Alpha* ( $\alpha$ ) dengan bantuan perangkat lunak *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 20.0 for Windows*. Bila  $r$  hitung  $<$   $r$  tabel maka instrumennya dinyatakan *reliable*.

Kriteria untuk mengetahui reliabilitas, menggunakan klasifikasi kriteria yang dikemukakan oleh Guilford (Priatna, 2008) yang tercantum pada Tabel 3.2 berikut.

**Tabel 3.2**  
**Kriteria Reliabilitas Instrumen**

0.80 – 1.000	Derajat reliabilitas sangat tinggi
0.60 – 0.799	Derajat reliabilitas tinggi
0.40 – 0.599	Derajat reliabilitas sedang
0.20 – 0.399	Derajat reliabilitas rendah
0.00 – 0.199	Derajat reliabilitas sangat rendah

Adapun hasil reliabilitas instrumen kemampuan penyesuaian diri peserta didik, dapat dilihat pada Tabel 3.3 sebagai berikut.

**Tabel 3.3**  
**Hasil Reliabilitas Kemampuan Penyesuaian Diri**

Cronbach's Alpha	N of Items
.885	48

Berdasarkan kriteria tersebut maka reliabilitas instrumen kemampuan penyesuaian diri peserta didik dalam penelitian ini termasuk dalam kriteria sangat tinggi.

## **E. Rancangan Program Bimbingan Resolusi Konflik untuk Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Ambon Tahun Ajaran 2013/2014**

Program bimbingan resolusi konflik disusun berdasarkan hasil studi pendahuluan tentang kemampuan penyesuaian diri peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Ambon dan secara teoretis mengacu pada kemampuan dasar dalam resolusi konflik dari Crawford & Bodine (1996).

Sebelum diberikan sebagai intervensi, program bimbingan resolusi konflik telah diuji kelayakan oleh para ahli bimbingan dan konseling yaitu Dr. Ilfiandra, M.Pd, Dr. Ipah Saripah, M.Pd dan Dr Mubiar Agustin, M.Pd. Program bimbingan resolusi konflik yang diajukan oleh peneliti disempurnakan dengan pertimbangan para ahli yaitu: (1) ahli pertama memberi pertimbangan pada penyempurnaan konstruksi program bimbingan resolusi konflik, rasional, deskripsi kebutuhan, tahapan pelaksanaan program dan isi materi intervensi; (2) ahli kedua memberi pertimbangan pada penyempurnaan program bimbingan resolusi konflik mengenai rasional program, tata bahasa, dan isi materi intervensi; dan (3) ahli ketiga pada penyempurnaan program bimbingan resolusi konflik mengenai rasional program, asumsi program dan tahapan pelaksanaan program.

### **1. Rasional**

Peserta didik sebagai individu yang sedang bertumbuh dan berkembang dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi baik dalam

pribadinya maupun lingkungan keluarga, teman sebaya, sekolah, dan masyarakat. Santrock (2007) menyatakan kemampuan remaja dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya tidak timbul dengan sendirinya. Kemampuan ini diperoleh remaja dari lingkungan keluarga dan proses belajar dari pengalaman – pengalaman yang dialami dalam interaksinya dengan lingkungan sosialnya.

Penyesuaian diri individu dipengaruhi juga oleh cara seseorang dalam menyelesaikan konflik. Individu dapat menyelesaikan konfliknya dengan meningkatkan usaha ke arah pencapaian tujuan yang menguntungkan secara sosial atau sebaliknya memecahkan konflik dengan melarikan diri atau dengan cara destruktif (Hartono & Sunarto, 2008).

Maftuh (2004) menjelaskan para siswa mesti dididik dan dilatih dengan pengetahuan, kesadaran dan sikap serta ketrampilan untuk memecahkan konflik / masalahnya secara positif.

Pendidikan untuk menyelesaikan konflik adalah sejalan dengan salah satu pilar pendidikan yang dinyatakan oleh Unesco yaitu *learning how to live together in harmony*. Melalui proses pendidikan peserta didik belajar untuk hidup berdampingan secara damai, dengan memberikan rasa hormat dan perhatian pada orang lain (Unesco, 1994).

Pendidikan resolusi konflik adalah salah satu komponen kunci dari strategi sekolah yang membantu orang-orang muda dalam mencari alternatif terhadap kekerasan, tetapi juga mendukung mereka dalam mengembangkan kompetensi sosial

dalam hal kerjasama, empati, pemecahan masalah secara kreatif, dan keterampilan dalam menjalin hubungan (Crawford & Bodine, 1996).

Posisi bimbingan dan konseling sebagai bagian dari pendidikan memegang peranan penting dalam membantu peserta didik agar dapat memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri sehingga pada saat menyelesaikan permasalahannya tidak menggunakan cara-cara yang tidak sesuai dengan norma tempat dia hidup. Jones (Willis, 2004) menyatakan bimbingan merupakan suatu pemberian bantuan kepada individu dalam membuat suatu pilihan kemampuan dan penyesuaian dalam kehidupannya. Prinsip utama pengembangan setiap individu adalah meningkatkan kemampuan memecahkan masalah dan meningkatkan kemampuan menyesuaikan diri. Salah satu bentuk intervensi yang dapat diupayakan untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik adalah dengan bimbingan resolusi konflik.

ASCA (*American School Counselor Association*) sebagai salah satu basis pengembangan program bimbingan dan konseling dalam *Position Statement on conflict resolution* menyatakan program resolusi konflik harus melibatkan semua siswa dari prasekolah sampai kelas dua belas. Melalui partisipasi program resolusi konflik secara komprehensif siswa belajar keterampilan yang memaksimalkan potensi mereka untuk mencapai tujuan pribadi dan keberhasilan di sekolah. (ASCA, 2011).

Goodnough (2004) menyatakan konselor dalam menjalankan bimbingan resolusi konflik dapat menyusun kegiatan dalam bentuk permainan untuk membantu siswa belajar dan menunjukkan pemahaman mereka tentang negosiasi, menyusun

skenario dalam memilih strategi resolusi konflik yang dapat diterapkan dalam situasi tertentu.

Program bimbingan resolusi konflik dalam penelitian ini adalah rencana kegiatan yang disusun secara sistematis dalam membekali peserta didik dengan kemampuan dasar resolusi konflik sehingga membantu peserta didik meningkatkan kemampuan penyesuaian diri.

Intervensi program bimbingan resolusi konflik dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik bimbingan kelompok seperti diskusi, *role playing*, maupun latihan yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan ketrampilan yang diperlukan untuk mencegah timbulnya masalah atau pengembangan perilaku (Rusmana, 2009).

## **2 Deskripsi Kebutuhan**

Berdasarkan studi pendahuluan di SMP Negeri 13 Ambon Tahun Ajaran 2013/2014, dari 165 orang peserta didik Kelas VIII terdapat 64 orang (38,8%) dengan kemampuan penyesuaian dirinya berada pada kategori tinggi, 94 orang (57%) berada pada kategori sedang dan 7 orang (4,2%) berada pada kategori rendah. Secara umum peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Ambon sebagian memiliki kemampuan penyesuaian diri yang sedang. Artinya peserta didik belum mampu mencapai kemampuan penyesuaian diri yang optimal sehingga perlu dilakukan peningkatan kemampuan penyesuaian diri.

Beberapa aspek dan indikator dari kemampuan penyesuaian diri peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 13Ambon tahun ajaran 2013/2014 yang perlu ditingkatkan melalui program bimbingan resolusi konflik yaitu:

- a. Aspek kemampuan untuk tidak menunjukkan ketegangan emosional dengan skor rata-rata 33,7 dari skor ideal 37. Indikator mampu mengontrol diri dengan skor rata-rata 9,6 dari skor ideal 11.
- b. Aspek memiliki pertimbangan rasional dengan skor rata-rata 20,7 dari skor ideal 22 dan indikator mampu memecahkan masalah berdasarkan pertimbangan yang matang dengan skor rata-rata 9,8 dari skor ideal 11.
- c. Aspek kemampuan dalam menghargai pengalaman dengan skor rata-rata 24,2 dari skor ideal 26 dan indikator mampu bercermin pada masa lalu terkait dengan keberhasilan atau kegagalan dengan skor rata-rata 10 dari skor ideal 11 .

### **3. Tujuan Program**

Tujuan umum program bimbingan resolusi konflik adalah untuk dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik Sekolah Menengah Pertama.

Secara khusus, tujuan program bimbingan resolusi konflik agar peserta didik mampu:

- a. meningkatkan kemampuan dalam mengontrol diri;
- b. meningkatkan kemampuan dalam menyelesaikan masalah berdasarkan pertimbangan yang matang;



- c. meningkatkan kemampuan dalam mengelola emosi secara positif;
- d. merespon situasi/masalah tidak didasari oleh prasangka buruk.

#### 4. Asumsi Program

Program bimbingan resolusi konflik untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik didasarkan pada beberapa asumsi sebagai berikut.

- a. Ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri merupakan cara yang tidak sehat dalam menyelesaikan konflik. Apa yang buruk bukanlah konflik itu sendiri, tetapi kegagalan dalam menyelesaikan konflik, untuk itu individu perlu dibekali dengan kemampuan dalam penyelesaian konflik (Schneiders, 1960).
- b. Sekolah dan cara pendidikan yang diberikan memainkan peranan penting dalam proses penyesuaian diri. Cara dan metoda yang digunakan pendidik dapat memberi kesempatan bagi peserta didik untuk belajar menyesuaikan diri dalam lingkungan tempat ia hidup. (Fahmi, 1982).
- c. Resolusi konflik membantu siswa memperdalam pemahaman mereka tentang diri mereka sendiri dan orang lain serta mengembangkan keterampilan hidup yang penting. (Crawford & Bodine, 1996).
- d. Melalui partisipasi program resolusi konflik siswa belajar keterampilan yang memaksimalkan potensi mereka untuk mencapai tujuan pribadi dan keberhasilan di sekolah (ASCA, 2011).

- e. Program resolusi konflik yang diintegrasikan dengan teknik bimbingan kelompok berupa sosiodrama efektif dalam menurunkan perilaku agresif dan meningkatkan kemampuan penyelesaian masalah (Yavuzer, 2012).

## 5. Sasaran

Sasaran intervensi bimbingan resolusi konflik dilakukan terhadap 15 orang peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Ambon Tahun Ajaran 2013/2014, yang berusia rata-rata 13-15 tahun dan yang memiliki kemampuan penyesuaian diri pada kategori rendah dan sedang, yaitu: peserta didik yang kurang mampu dalam: (a) mengontrol diri, (b) memecahkan masalah secara matang, (c) mengelola emosi secara positif (d) merespon situasi/masalah secara obyektif (masih didasari oleh prasangka buruk).

## 6. Tahapan Pelaksanaan Program

Program Bimbingan Resolusi Konflik untuk Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Peserta Didik, terdiri dari beberapa tahapan yaitu:

- a. Tahap Pengungkapan awal, terdiri dari 2 sesi yaitu perkenalan dengan tujuan mengakrabkan diri antara konselor dan peserta didik dan *pre test* untuk mengumpulkan informasi mengenai kemampuan penyesuaian diri.
- b. Tahap Pemahaman Posisi dan kontrak belajar dengan tujuan peserta didik dapat menganalisis kemampuan penyesuaian diri dan berkomitmen dalam mengikuti kegiatan bimbingan dari awal sampai selesai.

- c. Tahap Kerja/Perlakuan yang terdiri dari 9 sesi. Setiap sesi terdapat berbagai topik kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik dan membekali mereka dengan kemampuan dasar dalam resolusi konflik. Pada tahap ini digunakan beragam teknik bimbingan kelompok seperti diskusi kelompok, *role playing*, latihan serta salah satu strategi dalam resolusi konflik yaitu negosiasi.
- d. Tahap Penutup/Refleksi Akhir terdiri dari penyampaian refleksi dari kegiatan yang telah dilakukan dalam bentuk permainan jaring laba-laba dan pengerjaan instrumen kemampuan penyesuaian diri yang merupakan *post test* untuk mengetahui hasil akhir dari kemampuan penyesuaian peserta didik.

## 7. Sesi Intervensi

Intervensi program bimbingan resolusi konflik untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik dilakukan selama 9 sesi. Sesi intervensi dirancang berdasarkan hasil dari indikator kemampuan penyesuaian diri peserta didik yang rendah dan sedang serta disesuaikan dengan kemampuan dasar yang perlu diberikan dalam pendidikan resolusi konflik.

Adapun isi intervensi program bimbingan resolusi konflik yaitu sebagai berikut:

Sesi pertama dengan topik *Find Someone*. Sesi ini bertujuan agar peserta didik dapat mengenal lebih dekat satu sama lain dan mengetahui kesamaan dirinya dengan orang lain. Teknik yang digunakan adalah *listing exercise* (mengisi daftar

isian). Adapun indikator keberhasilan dari sesi ini yaitu, peserta didik saling berinteraksi dan dapat menemukan orang lain yang memiliki kesamaan dengan dirinya.

Sesi kedua dengan topik pohon kebaikan. Sesi ini bertujuan agar peserta didik dapat mengidentifikasi cara-cara menunjukkan kepedulian / kebaikan pada orang lain di rumah, sekolah dan masyarakat. Teknik yang digunakan adalah *creative probs*. Adapun indikator keberhasilan dari sesi ini yaitu, peserta didik menemukan cara-cara yang dapat dilakukan dirinya untuk menunjukkan kebaikan / kepedulian kepada orang lain.

Sesi ketiga dengan topik mengelola emosi. Sesi ini bertujuan agar peserta didik mampu memahami cara mengelola emosi secara positif. Teknik yang digunakan adalah diskusi kelompok. Adapun indikator keberhasilan dari sesi ini yaitu peserta didik mengetahui hal-hal yang membuat mereka marah, sedih atau senang dan reaksi yang ditimbulkan serta menemukan cara dalam mengelola emosi sehingga tidak merugikan diri sendiri dan orang lain.

Sesi keempat dengan topik mengendalikan amarah. Sesi ini bertujuan agar peserta didik mengetahui dan mempraktikkan teknik dasar dalam mengendalikan kemarahan. Teknik yang digunakan adalah relaksasi. Adapun indikator keberhasilan dari sesi ini yaitu peserta didik mengetahui dan memahami teknik relaksasi dalam mengendalikan kemarahan.

Sesi kelima dengan topik komunikasi tanpa kekerasan. Sesi ini bertujuan agar peserta didik dapat mengetahui dan mempraktekkan cara berkomunikasi tanpa

menggunakan kekerasan. Teknik yang digunakan adalah *role playing*. Adapun indikator keberhasilan dari sesi ini yaitu peserta didik dapat mempertunjukkan cara mengkomunikasikan permasalahan berdasarkan fakta, perasaan yang dirasakan, kebutuhan dan keinginan.

Sesi keenam dengan topik membuat keputusan. Sesi ini bertujuan agar peserta didik dapat membuat keputusan yang telah dipikirkan baik-baik dengan mempertimbangkan kelebihan dan kekurangan. Teknik yang digunakan adalah diskusi kelompok. Adapun indikator keberhasilan dari sesi ini yaitu peserta didik dapat mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan dari setiap reaksi/keputusan yang akan dibuat dalam situasi konflik dan dapat membuat keputusan dalam menyikapi situasi tersebut.

Sesi ketujuh dengan topik “Untuk siapa uang ini?”. Sesi ini bertujuan agar peserta didik dapat melakukan negosiasi dalam menyelesaikan suatu masalah. Teknik yang digunakan adalah negosiasi. Adapun indikator keberhasilan dari sesi ini yaitu peserta didik menemukan cara dalam melakukan negosiasi untuk menyelesaikan permasalahan dengan orang lain,

Sesi kedelapan dengan topik pemutaran film dokumenter “Gandong Seng Dapa Disangkal”. Sesi ini bertujuan agar peserta didik dapat menjaga nilai nilai persaudaraan dan kasih sayang diantara perbedaan. Teknik yang digunakan adalah pemutaran film. Adapun indikator keberhasilan dari sesi ini yaitu peserta didik dapat mengungkapkan pikiran dan perasaan positif tentang orang lain yang berbeda latarbelakang dengan dirinya.

Sesi kesembilan dengan topik pemutaran film “*The Boy in The Striped Pajamas*”. Sesi ini bertujuan agar peserta didik dapat belajar untuk menjalin pertemanan/persahabatan tanpa melihat perbedaan. Teknik yang digunakan adalah pemutaran film. Adapun indikator keberhasilan dari sesi ini yaitu peserta didik dapat menyebutkan nilai-nilai dari persahabatan dan mengungkapkan keinginannya untuk menjalin persahabatan dengan orang lain dari agama/suku yang berbeda.

## **8. Evaluasi dan Indikator Keberhasilan**

Evaluasi program bimbingan merupakan upaya atau proses untuk menentukan derajat kualitas kemajuan kegiatan yang berkaitan dengan pelaksanaan program bimbingan di sekolah dengan mengacu pada kriteria atau patokan-patokan tertentu sesuai dengan program bimbingan yang dilaksanakan. Evaluasi diperlukan untuk memperoleh umpan balik terhadap keefektifan layanan bimbingan yang telah dilaksanakan.

Evaluasi dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui keterlaksanaan kegiatan dan ketercapaian tujuan dari program bimbingan resolusi konflik untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik. Evaluasi terhadap proses difokuskan pada komitmen peserta didik untuk berperan serta secara aktif dan produktif, yang terungkap dalam bentuk keterlibatan dan pengungkapan tentang kondisi dirinya pada lembar jurnal kegiatan setiap tahapan bimbingan. Kemudian evaluasi terhadap hasil program bimbingan resolusi konflik untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian

diri peserta didik dilakukan melalui refleksi akhir dengan menggunakan instrumen kemampuan penyesuaian diri.

Indikator keberhasilan program bimbingan resolusi konflik adalah adanya peningkatan kemampuan penyesuaian diri peserta didik yang diukur dengan membandingkan hasil perolehan *post test* dan *pre test* instrumen kemampuan penyesuaian diri. Bila hasil perolehan *pre test* memperoleh peningkatan dibandingkan dengan hasil *post test* dapat dikatakan program bimbingan resolusi efektif dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik.

#### **F. Teknik Analisis Data**

Pada penelitian ini dirumuskan tiga pertanyaan. Secara berurutan masing-masing pertanyaan dijawab dengan cara sebagai berikut.

1. Pertanyaan pertama mengenai gambaran kemampuan penyesuaian diri peserta didik Kelas VIII, di jawab dengan menggunakan kategorisasi jenjang, tujuannya adalah untuk menempatkan individu ke dalam kelompok – kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2008). Kategori jenjang sampel pada instrumen kemampuan penyesuaian diri dikelompokkan ke dalam tiga kategori yaitu: rendah, sedang dan tinggi. Perhitungan kategorisasi jenjang untuk instrumen penelitian kemampuan penyesuaian diri dilakukan sebagai berikut.

- a. Menentukan skor maksimal ideal dengan rumus:

$$\text{Skor maksimal ideal} = \text{jumlah soal} \times \text{skor tertinggi}$$

- b. Menentukan skor minimal ideal dengan rumus:

Skor minimal ideal = jumlah soal x skor terendah

- c. Mencari rentang skor ideal dengan rumus:

Rentang skor = Skor maksimal ideal – skor minimal ideal

- d. Mencari interval skor dengan rumus:

Interval skor = Rentang skor / 3

Dari langkah-langkah di atas, kemudian didapatkan kriteria sebagai berikut.

**Tabel 3.4**  
**Kategori Penyesuaian Diri Peserta Didik**

Kategori	Rentang
Tinggi	$X > \text{Min Ideal} + 2.\text{Interval}$
Sedang	$\text{Min Ideal} + \text{Interval} < X \leq \text{Min Ideal} + 2.\text{Interval}$
Rendah	$X \leq \text{Min Ideal} + \text{Interval}$

(Sudjana 1996)

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, pengelompokan data untuk mengetahui gambaran kemampuan penyesuaian diri peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Ambon dapat dilihat pada Tabel 3.5 sebagai berikut.

**Tabel 3.5**  
**Kategori Skor Penyesuaian Diri**

Rentang	Kategori
$X > 176$	Tinggi
$112 < X \leq 176$	Sedang
$X \leq 112$	Rendah

2. Pertanyaan kedua tentang rumusan program bimbingan resolusi konflik untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Ambon dirancang setelah diperoleh data hasil kemampuan penyesuaian diri



peserta didik yang kategori kemampuan penyesuaian dirinya rendah dan sedang. Hasil rancangan setelah proses *judgement* tersaji dilampiran.

3. Pertanyaan ketiga tentang efektivitas program bimbingan resolusi konflik untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik kelas VII SMP Negeri 13 Ambon dilakukan dengan teknik uji *t* independen (*independent sample t-test*) melalui analisis *pre-test* dan *post-test* kemampuan penyesuaian diri peserta didik pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Sebelum melakukan uji *t*, ada uji prasyarat yang harus dilakukan, yaitu:

- a. Uji Prasyarat Analisis

- 1) Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji data tersebut berdistribusi normal atau tidak atau menguji normalitas data *gains* kedua kelompok. Pengujian normalitas data *gains* dilakukan dengan statistik uji *Z Kolmogrov-Smirnov* ( $p > 0,05$ ) dengan menggunakan SPSS 20.0.

- 2) Uji Homogenitas

Uji homogenitas untuk menilai apakah data hasil penelitian dari dua kelompok yang diteliti memiliki varians yang sama atau tidak. Jika data memiliki varians yang cenderung sama (homogen) maka dapat dikatakan sampel-sampel dari kedua kelompok tersebut berasal dari populasi yang sama/seragam. Menguji homogenitas varians data *gains* kedua kelompok ( $p > 0,05$ ) dengan bantuan SPSS 20.0.

Setelah uji prasyarat dilakukan langkah selanjutnya adalah pengujian efektivitas program. Pengujian efektivitas tersebut diuji dengan metode *independent sample t-test* dari data *gain* dengan menggunakan bantuan perangkat lunak (*software*) *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 20.0 for Windows*.

Tahapan dalam menguji efektivitas adalah sebagai berikut:

1) Hipotesis

Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut:

$$H_0 : \mu_{\text{eksperimen}} = \mu_{\text{kontrol}}$$

Program bimbingan resolusi konflik tidak dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik.

$$H_0 : \mu_{\text{eksperimen}} > \mu_{\text{kontrol}}$$

Program bimbingan resolusi konflik dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik.

2) Dasar Pengambilan keputusan

Pengambilan keputusan dilakukan dengan dua cara yaitu membandingkan nilai *t hitung* dengan *t tabel* atau dengan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh dengan  $\alpha = 0,05$ . Jika pengambilan keputusan berdasarkan nilai *t hitung*, maka kriterianya adalah  $H_0$  diterima jika  $(t_{1-\frac{1}{2}\alpha} < t_{\text{hitung}} < t_{1-\frac{1}{2}\alpha})$ , dimana  $t_{1-\frac{1}{2}\alpha}$  didapat dari daftar tabel *t* dengan  $dk = (n_1 + n_2 - 1)$  dan peluang  $1-\frac{1}{2}\alpha$ . Untuk harga-harga *t* lainnya  $H_0$  ditolak.

Jika pengambilan keputusan berdasarkan angka probabilitas (nilai  $p$ ), maka kriterianya adalah:

Jika nilai  $p < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak.

Jika nilai  $p > 0,05$  maka  $H_0$  diterima.

