

## Hubungan Antara Mindfulness dengan Kepuasan Hidup Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Pranazabedian Waskito, J.T. Lobby Loekmono, Yari Dwikurnaningsih

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Kristen Satya Wacana, Jl. Diponegoro No. 52–60, Salatiga, Jawa Tengah, Indonesia 50711  
E-mail: [waskito.prana@gmail.com](mailto:waskito.prana@gmail.com)

Artikel diterima: 2 Mei 2018; direvisi: 6 Agustus 2018; disetujui: 16 Agustus 2018

**Abstract:** The research aimed at identifying the relation between mindfulness and life satisfaction among guidance and counseling students. The research was a correlational study using Kendall's Tau-b correlation analysis technique. The respondents were 135 students from the Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Teachers Training and Education, Universitas Kristen Satya Wacana. The data were gathered using the mindfulness scale and the life satisfaction scale. The results of the research showed that there had been positive and significant relationship between mindfulness and life satisfaction among the students of Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Teachers Training and Education, Universitas Kristen Satya Wacana with the correlation coefficient  $r_{xy} = 0.172$  and  $p = 0.007$  ( $p < 0.01$ ). The higher mindfulness score, the higher life satisfaction score, and vice versa.

**Keywords:** mindfulness; life satisfaction; guidance and counseling student

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup mahasiswa Bimbingan dan Konseling. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan teknik analisis korelasi Kendall's Tau-b. Responden adalah 135 mahasiswa Bimbingan dan Konseling (BK), Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP), Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW). Data dikumpulkan dengan instrumen skala *mindfulness* dan skala kepuasan hidup. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup mahasiswa BK FKIP UKSW dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,172$  dan  $p = 0,007$  ( $p < 0,01$ ). Artinya, semakin tinggi skor *mindfulness*, maka akan semakin tinggi skor kepuasan hidup, begitu pula sebaliknya.

**Kata kunci:** *mindfulness*; kepuasan hidup; mahasiswa bimbingan dan konseling

Kepuasan hidup adalah penilaian umum individu terhadap kehidupannya (Diener, 2000). Penilaian ini sebagai tanda rasa puas individu (Diener, Kesebir, & Lucas, 2008). Kepuasan secara umum meliputi: kepuasan terhadap kondisi yang dicita-citakan; kepuasan terhadap kondisi yang luar biasa; kepuasan terhadap perasaan bahagia; kepuasan terhadap hal-hal yang dianggap penting di dalam kehidupan; serta kepuasan yang ditandai dengan tidak ada hal di dalam kehidupan yang perlu untuk diubah oleh individu (van Beuningen, 2012). Kepuasan hidup bersifat subjektif dan berdampak positif bagi individu.

Kepuasan hidup merupakan salah satu komponen kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*), selain sisi komponen afek positif dan negatif (Diener et al., 2008). Kepuasan hidup dilihat dari sisi kognitif dan kondisi sadar. Individu perlu menilai kehidupannya secara umum daripada hanya menilai di domain kepuasan yang spesifik pada proses evaluasi yang merefleksikan nilai dan tujuan keadaan individu dalam perspektif jangka panjang (Pavot & Diener, 2009). Psikologi positif

memasukkan kepuasan hidup sebagai pengalaman subjektif yang positif (Seligman, 2013). Pada psikologi positif, kepuasan hidup merupakan emosi positif di masa lalu dan merupakan ukuran dari topik kebahagiaan (Seligman, 2013). Rasa puas merupakan afektif, namun di dalam melakukan penilaian melibatkan unsur kognitif. Penilaian kepuasan hidup bersifat subjektif karena masing-masing individu memiliki kriterianya masing-masing.

Rutinitas kehidupan individu dapat berjalan secara otomatis tanpa melibatkan kesadaran dan perhatian penuh. Individu dapat mengerti dan merasakan kepuasan hidupnya dalam kondisi sadar. Keadaan otomatis tanpa kesadaran dan perhatian ini merupakan kondisi *mindlessness*, yaitu individu menolak hadir atau mengakui pikiran; emosi; motif; atau persepsi mengenai objek yang ada (Brown & Ryan, 2003). Keadaan *mindlessness* menyebabkan berkurangnya kesadaran tiap momen yang menyebabkan hilangnya momen-momen yang dirasa puas oleh individu. Sebaliknya, *mindfulness* adalah sebuah keadaan penuh perhatian (*attention*) dan kesadaran (*awareness*) pada apa yang terjadi pada masa sekarang (Brown & Ryan, 2003).

*Mindfulness* menghasilkan dampak yang positif dan berkontribusi langsung pada kesejahteraan (*well-being*) dan kebahagiaan (*happiness*) individu (Brown & Ryan, 2003; Brown, Ryan, & Creswell, 2007). Pada psikologi positif, *mindfulness* menjadi salah satu aspek kebahagiaan masa sekarang yaitu sebagai emosi positif masa kini (Arif, 2016). Ukuran kebahagiaan adalah kepuasan hidup individu, yaitu sebagai sebuah perasaan puas pada internal individu (Seligman, 2013; Uchida & Oishi, 2016). Kepuasan hidup sebagai tolok ukur kebahagiaan dapat muncul dari *mindfulness* karena *mindfull* menciptakan kejernihan kesadaran, kesadaran yang tidak membuat konsep dan tidak membedakan, kesadaran dan perhatian yang fleksibel, dapat memiliki pendirian yang empiris terhadap realitas, sadar berorientasi pada masa sekarang, dan perhatian serta kesadaran yang stabil dan berkelanjutan (Brown et al., 2007). Individu dapat menerima pengalaman sebagai realitas apa adanya, hal ini dapat mereduksi perasaan negatif dan meningkatkan perasaan positif pada individu.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan dengan arah positif antara *mindfulness* dengan afek menyenangkan, afek positif, kepercayaan diri dan rasa optimis, serta memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan afek tidak menyenangkan, afek negatif, kecemasan, depresi, dan neurotik (Brown & Ryan, 2003). Hubungan negatif yang signifikan juga ditunjukkan antara *mindfulness* dengan sub variabel dari pikiran otomatis negatif yaitu frekuensi depresi, ketakutan, dan ketakutan sosial yang berhubungan dengan kognitif (Akin, 2012; Frewen, Evans, Maraj, Dozois, & Partridge, 2008), sedangkan hubungan positif yang signifikan ditunjukkan antara *mindfulness* dengan kemampuan untuk “*letting go*” terhadap pikiran negatif (Frewen et al., 2008).

Kehidupan dengan *mindfulness* sangat penting dan berdampak pada tingkat kebahagiaan pada pekerja sosial (Shier & Graham, 2011). Hal ini karena ada hubungan negatif yang signifikan antara *mindfulness* dan kecerdasan emosi terhadap *burnout* (Testa & Sangganjanavanich, 2016). *Mindfulness* dan kontrol diri juga saling berhubungan secara positif dengan kesejahteraan psikologis dan berhubungan negatif dengan gejala gangguan psikologis (Bowlin & Baer, 2012). *Mindfulness* juga memiliki hubungan positif yang signifikan dengan konstruk yang berhubungan dengan kebahagiaan (kesejahteraan psikologis), *self-compassion*, persetujuan, dan keterbukaan; serta berhubungan negatif yang signifikan dengan neurotik (Hollis-Walker & Colosimo, 2011). Terkait dengan kepuasan hidup pada domain finansial, *mindfulness* membuat kepuasan hidup tidak selalu berpatok pada finansial (Brown, Kasser, Ryan, Linley, & Orzech, 2009).

Pengajaran meditasi *mindfulness* berpengaruh dengan penurunan pikiran otomatis negatif yang memprediksi meningkatnya kepuasan hidup (Ritvo et al., 2013). *Mindfulness* juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis (Pidgeon & Keye, 2014); memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap setiap dimensi kesejahteraan psikologis pada remaja (Savitri & Listiyandini, 2017). Efek variabel mediator juga memiliki pengaruh pada hubungan antara *mindfulness* dengan variabel-variabel yang terkait dengan kepuasan hidup individu diantaranya adalah resiliensi (Bajaj & Pande, 2016); regulasi emosi (Mandal, Arya, & Pandey, 2017); serta kecerdasan emosi (Wang & Kong, 2014).

Selain hubungan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup yang dipacu oleh variabel moderator. *Mindfulness* dapat juga menjadi variabel moderator yang memengaruhi hubungan antar variabel lain yang berdampak positif pada individu. Rendahnya *mindfulness* berhubungan dengan prokrastinasi dan stres; dan juga prokrastinasi memengaruhi penyesuaian kesehatan fisik dan mental (Sirois & Tosti, 2012). *Mindfulness* juga menjadi variabel moderator signifikan pada hubungan antara kontrol diri dengan gejala gangguan psikologis (Bowlin & Baer, 2012). Berdasarkan kajian penelitian, *mindfulness* memiliki hubungan dengan kualitas hidup individu (Sari & Yulianti, 2017). *Mindfulness* dapat berhubungan dengan hal-hal positif pada individu sehingga mengindikasikan kepuasan hidup. Peran *mindfulness* memiliki dampak yang positif pada individu yang menciptakan rasa puas pada kehidupan sehingga individu terlepas dari ketidaknyamanan yang dialaminya.

Kajian hasil penelitian menunjukkan bahwa *mindfulness* berhubungan dengan kepuasan hidup, namun ada beberapa penelitian yang menunjukkan hasil berbeda. Sebuah penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup (Brown & Ryan, 2003), sedangkan penelitian lainnya tidak menemukan adanya hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup (Collard, Avny, & Boniwell, 2008). Penelitian ulang perlu dilakukan untuk memastikan signifikansi hubungan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup.

Responden penelitian ini adalah mahasiswa aktif program studi BK FKIP UKSW. Mahasiswa BK dipilih sebagai responden dalam penelitian ini karena *mindfulness* memiliki manfaat untuk mengembangkan hubungan terapeutik; empati; rasa belas kasih; keterampilan konseling; menurunkan stres dan kecemasan; meningkatkan orientasi masa kini; serta meningkatkan kesadaran dan penerimaan terhadap kondisi perasaan dan tubuh yang bersitegang (Davis & Hayes, 2011; Felton, Coates, & Christopher, 2015; Fulton, 2016).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui signifikansi hubungan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup pada mahasiswa BK FKIP UKSW. Berdasarkan kajian riset relevan yang ada, *mindfulness* memiliki hubungan erat dengan kepuasan hidup, maka hipotesis penelitian ini adalah “ada hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup mahasiswa BK FKIP UKSW.”

## METODE

Penelitian korelasional ini bertujuan membuktikan ada tidaknya hubungan yang signifikan antara variabel *mindfulness* dengan variabel kepuasan hidup. Variabel bebas (x) dalam penelitian ini adalah *mindfulness*, sedangkan variabel terikat (y) dalam penelitian ini adalah kepuasan hidup.

Populasi subjek penelitian ini sejumlah 218 orang mahasiswa aktif program studi BK FKIP UKSW. Pengambilan sampel menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* yaitu sampel diambil sesuai proporsi, sebanding dengan populasi per-strata dari masing-masing mahasiswa tiap-tiap angkatan mulai dari 2014 s/d 2017 sehingga diperoleh sampel sejumlah 135 orang.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah *The Mindfulness Attention and Awareness Scale (MAAS)* (Brown & Ryan, 2003) untuk mengukur variabel *mindfulness*. Untuk mengukur variabel kepuasan hidup, kami menggunakan *Satisfaction With Life Scale (SWLS)* (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Peneliti melakukan adaptasi instrumen MAAS dan SWLS ke dalam Bahasa Indonesia dengan prosedur *back translation* oleh Limpid Sesty Lupiani, mahasiswa program studi Pendidikan Bahasa Inggris Fakultas Bahasa dan Seni UKSW.

MAAS yang mengacu pada teori *mindfulness* (Brown & Ryan, 2003) merupakan skala untuk mengukur absennya perhatian (*attention*) dan kesadaran (*awareness*) pada *mindfulness* yang disusun dalam 15 butir. Koefisien *Cronbach Alpha* instrumen MAAS pada mahasiswa adalah  $\alpha = 0,82$  ( $n = 327$ ). Koefisien korelasi *Item-Total Correlation* bergerak dari 0,25 s/d 0,73 ( $n = 313$ ). MAAS menggunakan skala Likert dengan kemungkinan jawaban yaitu 1 = *Almost Always*; 2 = *Very Frequently*; 3 = *Somewhat Frequently*; 4 = *Somewhat Infrequently*; 5 = *Very Infrequently*; 6 = *Almost Never*. Format jawaban MAAS diubah oleh peneliti menjadi empat kemungkinan jawaban karena menyesuaikan responden Indonesia yang mengalami kesulitan dalam penilaian dengan enam

alternatif jawaban. Respon jawaban *MAAS* yang digunakan dalam penelitian ini adalah: Hampir Selalu (HS) diberi skor 1; Sering (S) diberi skor 2; Jarang (J) diberi skor 3; Hampir Tidak Pernah (HTP) diberi skor 4.

*SWLS* yang mengacu pada teori *subjective well-being* (Diener et al., 1985) merupakan skala untuk mengukur kepuasan hidup secara umum yang disusun dalam lima butir. Koefisien *Cronbach Alpha* instrumen *SWLS* bagi mahasiswa adalah  $\alpha = 0,87$ . Koefisien *Item-Total Correlation SWLS* bergerak dari 0,57 s/d 0,75 ( $n = 25$ ) dan 0,61 s/d 0,81 ( $n = 125$ ). *SWLS* menggunakan skala Likert dengan tujuh kemungkinan jawaban yaitu 1 = *Strongly Disagree*; 2 = *Disagree*; 3 = *Slightly Disagree*; 4 = *Neither Agree nor Disagree*; 5 = *Slightly Agree*; 6 = *Agree*; 7 = *Strongly Agree*. Format respon jawaban *SWLS* diubah oleh peneliti menjadi empat kemungkinan jawaban karena menyesuaikan responden di Indonesia yang mengalami kesulitan dalam penilaian dengan tujuh alternatif jawaban. Kemungkinan jawaban *SWLS* adalah: Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 1; Tidak Setuju (TS) diberi skor 2; Setuju (S) diberi skor 3; Sangat Setuju (SS) diberi skor 4.

Uji coba instrumen *MAAS* dan *SWLS* dilakukan pada responden mahasiswa BK secara acak ( $n = 30$ ). Hasil uji reliabilitas *MAAS* menunjukkan koefisien *Alpha Cronbach* ( $\alpha$ ) = 0,722. Uji validitas butir instrumen *MAAS* menggunakan *Corrected-Item-Total Correlation* menghasilkan koefisien korelasi butir yang bergerak dari 0,178–0,699. Hasil uji reliabilitas *SWLS* menghasilkan koefisien *Alpha Cronbach* = 0,629. Uji validitas butir instrumen *SWLS* menggunakan *Corrected-Item-Total Correlation* dengan koefisien korelasi butir yang bergerak dari 0,172–0,627. Hasil uji coba instrumen dapat dinyatakan valid dan reliabel sehingga dapat digunakan dalam penelitian ini (International Test Commission (ITC), 2018).

Pengambilan data menggunakan instrumen dilakukan pada saat jam kuliah yang terdapat di masing-masing angkatan pada semester dua, tahun perkuliahan 2017–2018 dengan menjumlahkan data uji coba instrumen ( $n = 30$ ) dan data saat penelitian ( $n = 105$ ). Sebelum melakukan pengisian instrumen, peneliti memberikan penjelasan singkat mengenai *mindfulness* dan kepuasan hidup.

Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dan analisis statistik. Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasional. Rumus korelasi Kendall's Tau-b digunakan untuk mencari hubungan dan menguji hipotesis antara dua variabel atau lebih bila datanya berbentuk ordinal. Analisis data menggunakan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS 20.0 for Windows*.

## HASIL

Hasil penelitian ini berupa hasil analisis deskriptif dan analisis statistik. Hasil analisis data deskriptif masing-masing variabel disajikan pada tabel 1 dan tabel 2. Sebagian besar mahasiswa BK FKIP UKSW memiliki tingkat *mindfulness* dalam kategori sedang (61,5 %), dengan rata-rata jarak penyimpangan titik-titik data yang diukur dari nilai rata-rata data variabel *mindfulness* (*standar deviation*) 4,4740 (Tabel 1). Untuk variabel kepuasan hidup, sebagian besar mahasiswa BK FKIP UKSW memiliki tingkat kepuasan hidup dalam kategori agak tinggi (58,5 %), dengan rata-rata jarak penyimpangan titik-titik data yang diukur dari nilai rata-rata data variabel *mindfulness* (*standar deviation*) 2,083 (Tabel 2). Hasil analisis korelasional *mindfulness* dengan kepuasan hidup pada mahasiswa BK FKIP UKSW menggunakan rumus Kendall's Tau-b dengan bantuan perangkat lunak *IBM SPSS 20.0 for Windows* disajikan dalam tabel 3.

Hasil analisis menggunakan teknik Kendall's Tau-b dengan bantuan perangkat lunak *SPSS 20.0 for Windows* menunjukkan hasil koefisien korelasi antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup yaitu  $r_{xy} = 0,172$  dan  $p = 0,007$ . Berpedoman pada taraf signifikansi 1% dengan tingkat kepercayaan 99% didapatkan  $p = 0,007 < 0,01$  artinya ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup pada mahasiswa BK FKIP UKSW. Artinya, semakin tinggi skor *mindfulness*, maka akan semakin tinggi skor kepuasan hidupnya, demikian pula sebaliknya semakin rendah skor *mindfulness*, maka akan semakin rendah skor kepuasan hidupnya.

Tabel 1 Kategori Variabel *Mindfulness*

<i>Range</i>	Kategori	Frekuensi	Persentase
51–60	Tinggi	2	1,5 %
42–50	Agak Tinggi	42	31,1 %
33–41	Sedang	83	61,5 %
24–32	Agak Rendah	8	5,9 %
15–23	Rendah	0	0 %
<b>Total</b>		<b>135</b>	<b>100 %</b>
<i>Mean</i>		39,59	
<i>Std. Deviation</i>		4,4740	
Minimum		25	
Maksimum		53	

Tabel 2 Kategori Variabel Kepuasan Hidup

<i>Range</i>	Kategori	Frekuensi	Persentase
17–20	Tinggi	15	11,1 %
14–16	Agak Tinggi	79	58,5 %
11–13	Sedang	33	24,4 %
8–10	Agak Rendah	8	5,9 %
5–7	Rendah	0	0 %
<b>Total</b>		<b>135</b>	<b>100 %</b>
<i>Mean</i>		14,11	
<i>Std. Deviation</i>		2,083	
Minimum		8	
Maksimum		19	

Tabel 3 Uji Korelasional *Mindfulness* dengan Kepuasan Hidup

<i>Correlations</i>				
			<i>Mindfulness</i>	Kepuasan Hidup
Kendall's tau_b	<i>Mindfulness</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	.172**
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.	.007
		<i>N</i>	135	135
Kepuasan Hidup	<i>Kepuasan Hidup</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	.172**	1.000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.007	.
		<i>N</i>	135	135

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup mahasiswa program studi BK FKIP UKSW, maka hipotesis “ada hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup pada mahasiswa BK FKIP UKSW” dapat diterima.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup mahasiswa BK FKIP UKSW, artinya semakin tinggi skor *mindfulness*, maka akan semakin tinggi skor kepuasan hidupnya, demikian pula sebaliknya. Koefisien korelasi hubungan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup adalah sangat rendah ( $r_{xy} = 0,172$ ). Artinya, kepuasan hidup juga berhubungan dengan faktor-faktor lain selain *mindfulness* yang terdapat pada faktor emosi positif antara lain: keterlibatan individu; relasi yang positif; makna hidup; dan pencapaian (Arif, 2016).

*Mindfulness* menunjukkan kualitas berkesadaran yang jelas pada pengalaman saat ini yang berlawanan dengan kondisi *mindlessness* yang merupakan keadaan kurang terjaga dari sebuah kebiasaan atau fungsi otomatis individu yang dapat membuat individu kronis (Brown & Ryan, 2003). Proses penilaian kepuasan hidup dilakukan oleh individu pada kondisi sadar dimana kriteria penilaiannya menurut laporan diri masing-masing individu (Pavot & Diener, 2009). Artinya, kepuasan hidup dimengerti dan dirasakan oleh individu pada saat kondisi sadar. Kesadaran menciptakan perhatian individu terhadap momen pengalaman yang menyebabkan individu menyadari kepuasan hidupnya, sehingga terciptalah hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup.

Adanya hubungan antara variabel *mindfulness* dan kepuasan hidup disebabkan keduanya terletak pada faktor emosi positif. *Mindfulness* terletak pada emosi positif masa sekarang dan kebahagiaan masa sekarang (Seligman, 2004; Arif, 2016), sedangkan kepuasan hidup terletak pada emosi positif masa lalu (Seligman, 2004). Kepuasan hidup di masa lalu diterima sebagai kebahagiaan pada masa kini. *Mindfulness* menerima pengalaman sebagaimana adanya “*as they are*” (Brown & Ryan, 2003) sehingga pengalaman masa lalu yang dirasakan atau terlintas di pikiran pada masa kini akan diterima oleh individu sebagai kenyataan.

Terdapat hubungan positif yang signifikan dengan afek positif serta ada hubungan negatif yang signifikan dengan afek negatif (Brown & Ryan, 2003). Afek negatif dapat memengaruhi ketidakjernihan individu dalam menilai kepuasan hidup. *Mindfulness* hanya sebatas mengobservasi afek negatif dan mengarahkannya kepada penerimaan. Kepuasan hidup pada individu muncul karena penerimaan individu terhadap setiap pengalaman yang telah dilaluinya, hal ini karena *mindfulness* meningkatkan kemampuan individu untuk “*letting go*” terhadap masa lalunya. Hidup adalah tentang di sini dan saat ini saja (Hanh, 2014). *Mindfulness* menciptakan penekanan emosi positif pada masa kini. Hasil penelitian ini sesuai dan sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa *mindfulness* berkontribusi pada kesejahteraan (*well-being*) dan kebahagiaan (*happiness*) karena kepuasan hidup adalah salah satu indikatornya (Brown & Ryan, 2003). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian lain yang menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup (Brown & Ryan, 2003).

Penelitian lain menunjukkan hasil yang berbeda, yaitu tidak ada hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup (Collard et al., 2008). Adanya hubungan positif yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup membuat *mindfulness* dapat diaplikasikan dalam bidang BK.

*Mindfulness* telah menarik perhatian sebagai alat untuk mengembangkan hubungan terapeutik konselor serta meningkatkan efektivitas pendidikan konselor (Fulton, 2016). *Mindfulness* juga memiliki manfaat untuk mengembangkan hubungan terapeutik; empati; rasa belas kasih; keterampilan konseling; menurunkan stres dan kecemasan; meningkatkan orientasi masa kini, serta meningkatkan kesadaran dan penerimaan terhadap kondisi perasaan dan tubuh yang bersitegang (Davis & Hayes, 2011; Felton et al., 2015; Fulton, 2016). Peningkatan kepuasan hidup dapat dilakukan melalui pemberian pelatihan program *mindfulness* untuk mahasiswa BK sebagai indikator kebahagiaan pada individu.

Peneliti selanjutnya dapat melakukan desain penelitian eksperimen untuk menunjukkan hasil peningkatan maupun penurunan skor kepuasan hidup pada individu dengan menggunakan meditasi *mindfulness* formal atau informal (Mace, 2007); maupun *mindfulness* berbasis intervensi (Hanley, Abell, Osborn, Roehrig, & Canto, 2016). Praktik formal meliputi *sitting meditations* (pemusatan

perhatian pada pernafasan; sensasi tubuh; suara; pikiran; dan sebagainya), *movement meditations* (meditasi berjalan; peregangan dengan *mindful* yoga); serta *group exchange* (penugasan; diskusi terpimpin tentang pengalaman *mindful*). Praktik informal meliputi *mindful activity* (*mindful* ketika makan; membersihkan sesuatu; mengendarai kendaraan bermotor; dan sebagainya); pemberian tugas terstruktur (*self-monitoring*; *problem solving*; dan sebagainya); *mindful reading* (khususnya membaca puisi); serta *mini-meditations* (contohnya seperti ‘3 minute breathing space’). *Mindfulness* berbasis intervensi antara lain: *mindfulness-based stress reduction*; *mindfulness-based cognitive therapy*; *dialectical behaviour therapy*; serta *acceptance and commitment therapy*. Meditasi maupun pendekatan *mindfulness* akan berdampak pada hasil peningkatan maupun penurunan skor kepuasan hidup.

Penelitian ini memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihan penelitian ini adalah menggunakan responden dari Asia yang merupakan wilayah asal *mindfulness* diadopsi menjadi sekuler, sehingga melengkapi hasil penelitian yang sebelumnya telah dilakukan di Amerika (Brown & Ryan, 2003) serta di Inggris (Collard et al., 2008). Kekurangan dari penelitian ini adalah peneliti hanya menggunakan aspek tunggal kesadaran dan perhatian dari *mindfulness* (Brown & Ryan, 2003), yang mengukur pada pengalaman sehari-hari. Aspek lain dari *mindfulness* yang dapat diteliti antara lain: *observing* (mengamati); *describing* (memperikan); *acting with awareness* (bertindak dengan kesadaran); *non judging of inner experience* (tidak menghakimi pengalaman batin); dan *non reactivity to inner experience* (tidak bereaksi terhadap pengalaman) (Baer et al., 2008). Penelitian ini juga hanya mengukur salah satu variabel dari kesejahteraan maupun kebahagiaan, yaitu kepuasan hidup. Hal ini dikarenakan penelitian berangkat dari adanya hasil perbedaan temuan penelitian Brown & Ryan (2003) yang berbeda dengan hasil penelitian Collard et al., (2008) dalam mengetahui hubungan antara *mindfulness* dengan aspek kesejahteraan pada variabel kepuasan hidup.

## SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup mahasiswa program studi BK FKIP UKSW. Artinya, semakin tinggi skor *mindfulness*, maka semakin tinggi skor kepuasan hidupnya, dan semakin rendah skor *mindfulness*, maka semakin rendah skor kepuasan hidupnya. *Mindfulness* dapat diaplikasikan pada calon konselor agar mengalami kepuasan hidup sebagai tanda kebahagiaan. Kondisi *mindful* dan kepuasan hidup dapat membantu calon konselor dalam membangun hubungan konseling yang efektif.

## DAFTAR RUJUKAN

- Akin, A. (2012). Self-compassion and Automatic Thoughts. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42, 1–10.
- Arif, I. S. (2016). *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Lykins, E., Button, D., Krietemeyer, J., Sauer, S., ... Williams, J. M. G. (2008). Construct Validity of the Five Facet Mindfulness Questionnaire in Meditating and Nonmeditating Samples. *Assessment*, 15(3), 329–342. <https://doi.org/10.1177/1073191107313003>
- Bajaj, B., & Pande, N. (2016). Mediating Role of Resilience in The Impact of Mindfulness on Life Satisfaction and Affect As Indices of Subjective Well-being. *Personality and Individual Differences*, 93, 63–67. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.005>
- Bowlin, S. L., & Baer, R. A. (2012). Relationships Between Mindfulness, Self-control, and Psychological Functioning. *Personality and Individual Differences*, 52(3), 411–415. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.10.050>
- Brown, K. W., Kasser, T., Ryan, R. M., Linley, P. A., & Orzech, K. (2009). When What One Has is Enough: Mindfulness, Financial Desire Discrepancy, and Subjective Well-being. *Journal of Research in Personality*, 43(5), 727–736. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.07.002>

- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822–848. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>
- Brown, K. W., Ryan, R. M., & Creswell, J. D. (2007). Mindfulness: Theoretical Foundations and Evidence for Its Salutary Effects. *Psychological Inquiry*, 18(4), 211–237. <https://doi.org/10.1080/10478400701598298>
- Collard, P., Avny, N., & Boniwell, I. (2008). Teaching Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT) to Students: The Effects of MBCT on The Levels of Mindfulness and Subjective Well-being. *Counselling Psychology Quarterly*, 21(4), 323–336.
- Davis, D. M., & Hayes, J. A. (2011). What are The Benefits of Mindfulness? A Practice Review of Psychotherapy-related Research. *Psychotherapy*, 48(2), 198–208. <https://doi.org/10.1037/a0022062>
- Diener, E. (2000). Subjective Well-being: The Science of Happiness and A Proposal for A National Index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Kesebir, P., & Lucas, R. (2008). Benefits of Accounts of Well-Being— For Societies and for Psychological Science. *Applied Psychology*, 57(s1), 37–53. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00353.x>
- Felton, T. M., Coates, L., & Christopher, J. C. (2015). Impact of Mindfulness Training on Counseling Students' Perceptions of Stress. *Mindfulness*, 6(2), 159–169. <https://doi.org/10.1007/s12671-013-0240-8>
- Frewen, P. A., Evans, E. M., Maraj, N., Dozois, D. J. A., & Partridge, K. (2008). Letting Go: Mindfulness and Negative Automatic Thinking. *Cognitive Therapy and Research*, 32(6), 758–774. <https://doi.org/10.1007/s10608-007-9142-1>
- Fulton, C. L. (2016). Mindfulness, Self-Compassion, and Counselor Characteristics and Session Variables. *Journal of Mental Health Counseling*, 38(4), 360–374. <https://doi.org/10.17744/mehc.38.4.06>
- Hanh, T. N. (2014). Happiness and Peace Are Possible. Dalam *The Mindfulness Sampler: Shambhala Authors on the Power of Awareness in Daily Life*. Boston, MA: Shambhala Publications, Inc.
- Hanley, A. W., Abell, N., Osborn, D. S., Roehrig, A. D., & Canto, A. I. (2016). Mind the Gaps: Are Conclusions About Mindfulness Entirely Conclusive? *Journal of Counseling & Development*, 94(1), 103–113. <https://doi.org/10.1002/jcad.12066>
- Hollis-Walker, L., & Colosimo, K. (2011). Mindfulness, Self-compassion, and Happiness in Non-Meditators: A Theoretical and Empirical Examination. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 222–227. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.09.033>
- International Test Commission (ITC). (2018) ITC Guidelines for Translating and Adapting Tests (Second Edition). *International Journal of Testing*, 18(2), 101–134. <https://doi.org/10.1080/15305058.2017.1398166>
- Mace, C. (2007). *Mindfulness and Mental Health: Therapy, Theory and Science*. Routledge.
- Mandal, S. P., Arya, Y. K., & Pandey, R. (2017). Mindfulness, Emotion Regulation, and Subjective Well-Being: Exploring the Link. *SIS Journal of Projective Psychology & Mental Health*, 24(1), 57–63.
- Pavot, W., & Diener, E. (2009). Review of the Satisfaction With Life Scale (hal. 101–117). [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4\\_5](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_5)
- Pidgeon, A., & Keye, M. (2014). Relationship between Resilience, Mindfulness, and Psychological Well-being in University Students. *International Journal of Liberal Arts and Social Science*, 2(5), 27–32.



- Ritvo, P., Vora, K., Irvine, J., Mongrain, M., Azargive, S., Azam, M. A., ... Cribbie, R. (2013). Reductions in Negative Automatic Thoughts in Students Attending Mindfulness Tutorials Predicts Increased Life Satisfaction. *IJEP - International Journal of Educational Psychology*, 2(3), 272–296. <https://doi.org/10.4471/ijep.2013.28>
- Sari, R. A., & Yulianti, A. (2017). Mindfulness Dengan Kualitas Hidup pada Lanjut Usia. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim*, 13(1), 48–54.
- Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). Mindfulness dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 43–59. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1323>
- Seligman, M. E. P. (2013). *Beyond Authentic Happiness, Menciptakan Kebahagiaan Sempurna dengan Psikologi Positif*. Bandung: Kaifa.
- Seligman, M. E. P. (2004). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. Simon and Schuster.
- Shier, M. L., & Graham, J. R. (2011). Mindfulness, Subjective Well-Being, and Social Work: Insight into Their Interconnection from Social Work Practitioners. *Social Work Education*, 30(1), 29–44. <https://doi.org/10.1080/02615471003763188>
- Sirois, F. M., & Tosti, N. (2012). Lost in The Moment? An Investigation of Procrastination, Mindfulness, and Well-being. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30(4), 237–248. <https://doi.org/10.1007/s10942-012-0151-y>
- Testa, D., & Sangganjanavanich, V. F. (2016). Contribution of Mindfulness and Emotional Intelligence to Burnout Among Counseling Interns. *Counselor Education and Supervision*, 55(2), 95–108. <https://doi.org/10.1002/ceas.12035>
- Uchida, Y., & Oishi, S. (2016). The Happiness of Individuals and The Collective. *Japanese Psychological Research*, 58(1), 125–141. <https://doi.org/10.1111/jpr.12103>
- van Beuningen, J. (2012). *The Satisfaction with Life Scale Examining Construct Validity*. The Hague: Statistics Netherlands.
- Wang, Y., & Kong, F. (2014). The Role of Emotional Intelligence in the Impact of Mindfulness on Life Satisfaction and Mental Distress. *Social Indicators Research*, 116(3), 843–852. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0327-6>

## Permainan Roda Pelangi sebagai Media untuk Meningkatkan Karakter Fairness Siswa Sekolah Dasar

Nora Yuniar Setyaputri, Yuanita Dwi Krisphianti, Ikke Yuliani Dhian Puspitarini

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Nusantara PGRI Kediri, Jl. K.H. Ahmad Dahlan No. 76, Kediri, Jawa Timur, Indonesia 64112  
E-mail: setyaputrinora@gmail.com

Artikel diterima: 30 Agustus 2018; direvisi: 25 September 2018; disetujui: 26 September 2018

**Abstract:** The purpose of this study was to determine the effectiveness of Roda Pelangi game to improve elementary school students' fairness character. The research method was an experiment with a nonequivalent control group design type. The research instruments were: interview guidelines; observation guidelines; and Fairness Character Measurement Scale. The sample were twelve fourth grade students of Permata Ummat Trenggalek Integrated Islamic Elementary School that was chosen through purposive sampling. The significance score obtained based on data analysis using independent sample t-test was  $0.047 < 0.05$ . The result showed Roda Pelangi game can improve elementary school students' fairness character. Based on these results, it recommended: school counselor can use Roda Pelangi game in the guidance and counseling service process, especially to improve elementary school students' fairness character; further researchers can use Roda Pelangi game to examine other variables and at other school levels using other research designs such as true experiment or guidance and counseling action research.

**Keywords:** media; roda pelangi game; fairness

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan permainan Roda Pelangi untuk meningkatkan karakter *fairness* siswa Sekolah Dasar (SD). Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan jenis *nonequivalent control group design*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu pedoman wawancara; pedoman observasi; dan Skala Pengukuran Karakter *Fairness*. Sampel berjumlah dua belas siswa kelas IV SD Islam Terpadu (IT) Permata Ummat Trenggalek yang dipilih secara purposif. Skor signifikansi yang diperoleh berdasarkan analisis data menggunakan *independent sample t-test* adalah  $0,047 < 0,05$ . Hasil menunjukkan bahwa permainan Roda Pelangi dapat meningkatkan karakter *fairness* siswa SD. Berdasarkan hasil tersebut maka disarankan: guru Bimbingan dan Konseling (BK) dapat menggunakan media permainan Roda Pelangi dalam proses layanan BK, khususnya untuk meningkatkan karakter *fairness* siswa SD; peneliti selanjutnya dapat menggunakan media permainan Roda Pelangi untuk meneliti variabel lain dan pada jenjang sekolah lainnya menggunakan desain penelitian lain seperti *true experiment* maupun penelitian tindakan BK.

**Kata kunci:** media; permainan roda pelangi; *fairness*

Sikap adalah salah satu bagian penting dari kompetensi utama yang menjadi standar kompetensi lulusan dalam pendidikan, dimana karakter adalah bagian dari komponen sikap tersebut. Di dalam sikap, terdapat beberapa karakter yang harus dikembangkan, karena keberhasilan seseorang dalam aspek pribadi; karier; sosial maupun belajar sangat dipengaruhi oleh karakter (Arumsari, 2018). Salah satu jenis karakter tersebut adalah *fairness*. *Fairness* diwujudkan dengan perilaku individu yang memperlakukan individu lain tanpa membeda-bedakan. *Fairness* memiliki arti tidak suka memanfaatkan kelemahan orang lain untuk keuntungan pribadi, menghargai kesetaraan antar

individu, bermain sesuai peran atau taat pada aturan yang berlaku, bersikap transparan serta adil terhadap sesama (Josephson, 2006). *Fairness* merupakan salah satu bagian dari tujuh karakter kebajikan yang harus dimiliki dan dikembangkan dalam diri seorang anak (Borba, 2001). *Fairness* merupakan salah satu jenis dari kekuatan karakter kebajikan (*justice*) yang sangat diperlukan untuk mewujudkan kehidupan sosial dan masyarakat yang sehat dengan interaksi antar individu dan kelompok yang terjalin selaras (Peterson & Seligman, 2004). Individu yang memiliki karakter *fairness* akan berperilaku adil dan menggunakan prinsip pluralisme kepada sesama tanpa mempertimbangkan intuisiisme (Soetoprawiro, 2010). Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat diketahui bahwa karakter ini sangat perlu dimiliki oleh setiap individu dan pembinaannya perlu dilakukan sedini mungkin.

Karakter yang berkualitas perlu dibina sejak usia dini agar anak terbiasa berperilaku positif (Prasetyo, 2011), oleh karena itu pengembangan karakter perlu dilakukan sedini mungkin agar pada usia dewasa dapat memiliki perilaku yang positif (Lerner, 2018). Mengapa anak SD tingkat atas yang dipilih sebagai subjek sasaran? Hal ini karena anak usia tujuh sampai dua belas tahun berada pada tahap operasional konkret (Piaget, 1959). Pada usia tujuh sampai dua belas tahun ini seorang anak belajar untuk mengembangkan kemampuan bernalar logis dan memahami konservasi, namun mereka hanya dapat menggunakan kedua kemampuan ini dalam menghadapi situasi yang sudah dikenal. Piaget (1959) melakukan sebuah penelitian tentang anak-anak melalui permainan kelereng dimana penelitian ini berkaitan dengan karakter *fairness* pada anak.

Penelitian Piaget kemudian dikembangkan oleh Kohlberg (1981) yang mengidentifikasi tiga tingkat perkembangan moral dimana setiap tingkat terdapat dua tahapan. Pada tingkat *preconventional* tahap dua menunjukkan bahwa anak yang termasuk dalam tahap ini adalah anak yang berusia delapan sampai dua belas tahun. Di Indonesia usia delapan sampai dua belas tahun merupakan usia siswa SD kelas atas yakni kelas empat sampai kelas enam. Pada tahap ini, siswa akan belajar untuk mengetahui dan memahami pentingnya saling berbagi; memahami dan mengembangkan *fairness*; serta menghargai sesama; akan tetapi siswa belum bisa belajar untuk memahami sebuah loyalitas dan keadilan. Siswa akan berpikir secara operasional konkret, dan egosentris mereka secara perlahan-lahan akan menghilang. Pada usia delapan sampai dua belas tahun, siswa mulai bisa menghargai sudut pandang dan pendapat orang lain yang berbeda dengan dirinya.

Lingkungan sosial memiliki peran untuk memengaruhi kemampuan kognitif siswa seperti: perhatian; persepsi; pola pikir dan perilaku siswa seperti: kerjasama; saling membantu; berbagi; dan berkontribusi (Adler, 1964). Sebuah kelas merupakan tempat dimana siswa bisa membangun lingkungan sosial yang bermanfaat bagi dirinya (Adler, 1964). Di dalam kelas, siswa bisa berhubungan dengan orang lain dan membuat kondisi yang nantinya siswa akan mendapatkan pemahaman mengenai tujuan dan konsekuensi dari perilaku mereka. Siswa yang berada pada kelas enam jenjang pendidikan dasar dan yang sudah memiliki kemampuan berpikir operasional konkret hendaknya sudah bisa memahami lingkungannya untuk mengembangkan karakter *fairness* mereka. Karakter *fairness* dapat diajarkan kepada siswa yang berada pada jenjang SD (Sawatzki & Sullivan, 2018).

Kurang dimilikinya karakter *fairness* oleh siswa SD ditandai dengan minimnya sikap sama rata; adil atau menganggap orang lain sama yang ada pada diri siswa SD (Krisphianti, Hidayah, & Irtadji, 2016). Wujud lain dari kurang dimilikinya karakter *fairness* tersebut antara lain memilih-milih teman; tidak menggunakan atribut sekolah; suka memanfaatkan teman dengan menyuruh; dan tidak mau mendengarkan orang lain (Krisphianti et al., 2016). Berdasarkan pernyataan tersebut dapat ditarik makna bahwa saat ini sering kali dijumpai seorang anak menjadi ketua gang *bully* di sekolah karena merasa bahwa dirinya lebih kuat dari teman-temannya, merasa paling kaya atau merasa lebih pandai dari teman-temannya yang lain. Jika ditarik benang merah dari fenomena ini, anak-anak tersebut belum dapat membangun dan mengembangkan karakter *fairness* di dalam diri mereka.

Kurang dimilikinya karakter *fairness* tersebut juga tercermin pada perilaku siswa SD IT Permata Ummat Kabupaten Trenggalek. Perilaku yang ditunjukkan seperti: memilih-milih teman; berbohong untuk keuntungan dirinya sendiri; mengejek teman; serta berlagak seperti bos yang menyuruh-nyuruh temannya. Fenomena ini diperoleh berdasarkan hasil pengamatan peneliti yang dilakukan pada bulan Juni tahun 2017. Munculnya perilaku tersebut menimbulkan permasalahan tersendiri di sekolah. Ada beberapa siswa yang merasa: terkucil atau tidak populer; takut untuk bersosialisasi; muncul persaingan yang tidak sehat; serta pertengkaran yang sering kali membuat guru-gurunya repot. Karakter *fairness* yang tidak berkembang dengan baik berdampak kepada perkembangan pribadi dan sosial siswa di masa depan (Krisphianti et al., 2016).

Ditinjau dari perkembangan pribadinya, siswa dapat menjadi individu yang menang sendiri dan senang berbohong demi keselamatan diri sendiri, sedangkan secara sosial siswa dapat menjadi individu yang sulit mendapatkan teman; sulit beradaptasi pada lingkungan pergaulan; dikucilkan di antara teman; dan menjadi individu yang tidak memedulikan lingkungan sekitar (Krisphianti et al., 2016). Maka karakter *fairness* ini sangat perlu untuk dikembangkan pada diri siswa SD, khususnya di SD IT Permata Ummat Kabupaten Trenggalek. Sebagai sarana untuk mengembangkan karakter *fairness* dan untuk mengurangi kebosanan pada anak, perlu dipilih sebuah media yang sesuai dan memenuhi unsur kebaruan seperti media permainan Roda Pelangi.

Media permainan Roda Pelangi dikembangkan tahun 2015 oleh Setyaputri, Ramli, & Mappiare-AT (2015). Permainan Roda Pelangi merupakan sebuah media yang mudah untuk digunakan, dapat diadaptasikan untuk meningkatkan beberapa variabel seperti *self-esteem*, dan tidak memerlukan biaya yang mahal untuk membuatnya (Setyaputri, 2016). Permainan Roda Pelangi perlu untuk diuji dengan subjek yang lebih luas dengan variasi cerita yang ada dalam komponen media sesuai dengan variabel yang akan dikembangkan (Setyaputri et al., 2015). Dapat diartikan bahwa media permainan ini dapat diadaptasi untuk meningkatkan karakter *fairness* siswa SD. Kecocokan pemilihan permainan sebagai sarana/ media untuk meningkatkan karakter *fairness* siswa SD mengacu pada pendapat Geldard & Geldard (2009). Permainan dinilai paling cocok untuk menjadi media bagi kelompok usia anak SD (enam sampai sepuluh tahun), praremaja (sebelas sampai tiga belas tahun) dan remaja (empat belas sampai tujuh belas tahun) (Geldard & Geldard, 2009).

Beberapa komponen dari media permainan Roda Pelangi adalah: (1) papan tembak; (2) alat pembidik; (3) amplop warna; dan (4) panduan permainan Roda Pelangi untuk Guru BK (Setyaputri et al., 2015). Amplop warna berisi cerita yang disusun berdasarkan empat indikator karakter *fairness*. Indikator *fairness* menurut Josephson (2006) adalah: (1) menghargai kesetaraan antar individu yakni individu yang berbuat adil akan memandang seluruh individu lain secara objektif berdasarkan keragaman dan keunikan dari masing-masing makhluk hidup; (2) bermain sesuai dengan peran yang dimaksud adalah taat dan patuh akan peraturan yang berlaku di masyarakat; (3) tidak suka memanfaatkan kelemahan orang lain untuk kepentingan pribadi adalah individu yang berbuat adil, ketika berbuat salah akan segera mengakui secara sukarela dan meminta maaf atas perbuatan yang telah dia lakukan, individu akan segera memperbaiki kesalahan yang dilakukan dan tidak menggunakan kelemahan orang lain untuk menutupi perbuatan salah yang telah dilakukan; (4) bersikap transparan dan adil terhadap sesama adalah individu yang *independent* ketika mengambil sebuah keputusan bukan didasarkan dari pilih kasih terhadap pihak tertentu dan prasangka pribadi, melainkan didasarkan pada sebuah informasi yang sesuai fakta.

Berdasarkan kajian penelitian terdahulu, karakter *fairness* siswa SD ini dapat ditingkatkan melalui penggunaan media wayang topeng Malang (Krisphianti et al., 2016). Pada saat memanfaatkan media wayang topeng Malang, Guru BK menceritakan cerita rakyat Panji Asmorobangun kepada siswa dengan menggunakan topeng Malang, kemudian siswa diminta untuk menyimak dan menganalisis. Dalam permainan Roda Pelangi, siswa dilibatkan pada seluruh kegiatan permainan mulai dari kegiatan pembidik papan tembak, mengambil cerita yang ada di dalam amplop warna, membaca dan mempraktikkan cerita tersebut. Salah satu contohnya adalah ketika ada cerita yang mengharuskan siswa untuk bermain peran (memerankan *klenting kuning*, *klenting ijo*, *klenting abang*, *klenting*

biru) serta refleksi dan evaluasi. Dalam proses semua kegiatan tersebut, siswa berkolaborasi penuh dengan Guru BK. Dengan melibatkan langsung siswa dalam kegiatan bermain akan lebih memenuhi unsur interaktivitas karena lebih berpusat pada siswa.

Cerita yang disusun dalam permainan Roda Pelangi tidak hanya memasukkan cerita rakyat saja, namun juga cerita yang mencerminkan perilaku sehari-hari siswa SD yang belum ataupun yang telah memiliki karakter *fairness*. Cerita yang disusun di Permainan Roda Pelangi merupakan contoh-contoh perilaku anak seusia SD agar lebih mudah dipahami karena terdapat unsur kesetaraan. Permainan Roda Pelangi memanfaatkan bentuk dan model yang baru agar siswa tidak bosan dalam mengikuti layanan BK di sekolah.

Mengacu pada hasil studi pendahuluan yang telah dipaparkan mengenai pentingnya pengembangan karakter *fairness* bagi siswa SD dan studi literatur mengenai pemilihan media yang sesuai untuk mewadai/sarana pengembangan karakter tersebut, maka dilakukan penelitian untuk mengetahui keefektifan permainan roda pelangi sebagai media untuk meningkatkan karakter *fairness* siswa SD.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah *experiment* dengan jenis *nonequivalent control group design*. Pada penelitian ini, variabel *independent* adalah permainan Roda Pelangi dan variabel *dependent* adalah karakter *fairness* siswa SD. Secara khusus penjelasan dari tahap-tahap dalam penelitian ini disajikan pada tabel 1. Instrumen yang digunakan adalah: pedoman observasi; pedoman wawancara; dan Skala Pengukuran Karakter *Fairness* yang terdiri dari 62 pernyataan, dimana pernyataan tersebut telah valid dan reliabel.

Proses validasi dilakukan pada 109 siswa kelas enam dari empat sekolah dasar Islam yang berbeda di Kota Malang. Butir sebelum validasi berjumlah 73 butir dan setelah proses validasi berjumlah 62 butir. Reliabilitas butir sebesar 0,899. Koefisien reliabilitas sebesar 0,899 mempunyai arti bahwa kejelasan dari skala ini tergolong tinggi dan tentunya dapat dipakai untuk mengukur karakter *fairness*. Hal ini karena koefisien reliabilitas sebesar 0,70 atau lebih pada umumnya dianggap adekuat untuk maksud-maksud penelitian (Groth-Marnat, 2009).

Penelitian dilaksanakan di SD IT Permata Ummat Kabupaten Trenggalek. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas empat yang berjumlah 86 siswa dengan rincian: 31 siswa kelas 4A; 29 siswa kelas 4B; dan 26 siswa kelas 4C. Hasil *pretest* disajikan pada tabel 2. Teknik pemilihan sampel yang dipakai adalah *purposive sampling*. Kriteria pemilihan sampel yaitu siswa SD kelas atas yang mempunyai tingkat karakter *fairness* kurang dan sangat kurang. Adapun empat kriteria interpretasi hasil dari perhitungan skala ini yaitu: (1) Sangat Tinggi dengan rentang skor 202–248; (2) Tinggi dengan rentang skor 190–201; (3) Kurang dengan rentang skor 180–189; dan (4) Sangat Kurang dengan rentang skor 62–179.

Setelah Skala Pengukuran Karakter *Fairness* disebarkan kepada populasi, ditemukan sepuluh siswa yang mempunyai tingkat karakter *fairness* sangat kurang dan dua siswa yang mempunyai tingkat karakter *fairness* kurang. Kedua belas siswa tersebut dijadikan sampel penelitian, yang kemudian dibagi menjadi dua kelompok. Enam siswa masuk kelompok eksperimen dan enam siswa masuk kelompok kontrol. Sebelum kegiatan eksperimen dilanjutkan, peneliti melakukan uji beda untuk mengetahui bahwa kedua kelompok ini memiliki kondisi atau kemampuan yang sama.

Uji hipotesis dilakukan menggunakan *Independent Sample t-test* apabila diperoleh sebaran data normal, namun apabila ditemukan sebaran data tidak normal, maka perhitungan yang digunakan yaitu *U Mann Whitney* dengan bantuan program *SPSS IBM Statistic 20.0*. Hipotesis nol ditolak jika diperoleh signifikansi kurang dari 0,05 dan sebaliknya. Data-data yang bersifat non angka/verbal yakni berupa pendapat siswa akan dideskripsikan dan digunakan sebagai bahan pendukung. Bahan pendukung untuk menarik simpulan dari deskripsi tersebut, sehingga memberikan gambaran yang jelas terhadap aspek yang dinilai.

Tabel 1 Tahapan Penelitian

No.	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
1	Pelaksanaan <i>pretest</i> (seluruh siswa kelas empat) menggunakan Skala Pengukuran Karakter <i>Fairness</i> , ditemukan dua belas siswa yang tingkat karakter <i>fairness</i> nya masih perlu ditingkatkan, siswa kemudian dibagi menjadi dua kelompok. enam siswa pada kelompok eksperimen dan enam siswa pada kelompok kontrol (tahap pembentukan kelompok).	Pelaksanaan <i>pretest</i> (seluruh siswa kelas empat) menggunakan Skala Pengukuran Karakter <i>Fairness</i> , ditemukan dua belas siswa yang tingkat karakter <i>fairness</i> nya masih perlu ditingkatkan, siswa kemudian dibagi menjadi dua kelompok. enam siswa pada kelompok eksperimen dan enam siswa pada kelompok kontrol (tahap pembentukan kelompok).
2	Pemberian layanan bimbingan kelompok menggunakan permainan Roda Pelangi kepada enam siswa sebagai anggota kelompok eksperimen. Kegiatan pada tahap ini adalah: <ol style="list-style-type: none"> <li>Pertemuan pertama (tahap awal dan tahap transisi).</li> <li>Pertemuan kedua sampai kelima (tahap kerja, penggunaan permainan Roda Pelangi). Pada kegiatan ini Guru BK memfasilitasi siswa agar mereka aktif turut serta dalam kegiatan. Salah satu siswa diminta secara sukarela untuk membidik warna di dalam papan Roda Pelangi. Kemudian mengambil cerita pada amplop warna yang warnanya sesuai dengan bidikan tersebut. Cerita yang disusun dalam amplop warna disusun berdasarkan keempat indikator karakter <i>fairness</i>. Salah satu siswa diminta untuk membaca, sedangkan yang lain memerhatikan cerita tersebut. Setelah proses atensi tersebut dilalui, Guru BK meminta kepada siswa untuk mengolah isi cerita dalam pikiran mereka dan mendiskusikannya. Dalam proses diskusi, Guru BK mengajak siswa untuk mengetahui kekurangan dan kelebihan dari isi cerita kemudian merefleksikan pada perilaku yang pernah siswa lakukan pada kehidupan nyata. Setelah proses refleksi, Guru BK mengajak siswa untuk merevisi perilaku kurang tepat yang pernah mereka lakukan dengan perilaku baru yang lebih adaptif dan berkomitmen untuk melakukan perilaku baru tersebut. Proses ini dilakukan selama empat pertemuan dengan maksud untuk membahas keempat indikator karakter <i>fairness</i> tersebut. Setiap pertemuan hanya digunakan untuk membahas satu indikator. Instrumen yang dipakai adalah pedoman observasi.</li> </ol>	Pemberian layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan permainan Roda Pelangi kepada enam siswa sebagai anggota kelompok kontrol. Kegiatan pada tahap ini adalah: <ol style="list-style-type: none"> <li>Pertemuan pertama (tahap awal dan tahap transisi).</li> <li>Pertemuan kedua sampai kelima (tahap kerja). Pada kegiatan ini Guru BK meminta siswa untuk membaca materi yang disusun berdasarkan indikator karakter <i>fairness</i>. Setelah proses menyimak materi selesai, Guru BK memberikan kesempatan untuk sesi tanya jawab. Setelah sesi tanya jawab Guru BK menjelaskan maksud dari materi tersebut dan mendiskusikannya dengan siswa. Setelah proses diskusi selesai, Guru BK mengajak siswa menyimpulkan materi bersama-sama. Kegiatan ini berlangsung selama empat pertemuan untuk membahas keempat karakter <i>fairness</i>. Setiap pertemuan hanya digunakan untuk membahas satu indikator. Instrumen yang dipakai adalah pedoman observasi.</li> </ol>
3	Pelaksanaan <i>posttest</i> kepada enam siswa anggota kelompok eksperimen serta menutup kegiatan (pertemuan keenam (tahap akhir)). Instrumen yang digunakan adalah pedoman wawancara dan Skala Pengukuran Karakter <i>Fairness</i> .	Pelaksanaan <i>posttest</i> kepada enam siswa anggota kelompok kontrol serta menutup kegiatan (pertemuan keenam (tahap akhir)). Instrumen yang digunakan adalah pedoman wawancara dan Skala Pengukuran Karakter <i>Fairness</i> .

Tabel 2 Hasil Analisis Skor Sampel Penelitian

No	Kelas	Inisial	Skor	Kriteria
1	IV A	K1	183	Kurang
2	IV A	K2	173	Sangat Kurang
3	IV B	K3	171	Sangat Kurang
4	IV B	K4	177	Sangat Kurang
5	IV B	K5	173	Sangat Kurang
6	IV B	K6	179	Sangat Kurang
7	IV B	K7	176	Sangat Kurang
8	IV B	K8	178	Sangat Kurang
9	IV C	K9	179	Sangat Kurang
10	IV C	K10	162	Sangat Kurang
11	IV C	K11	160	Sangat Kurang
12	IV C	K12	181	Kurang

## HASIL

Hasil analisis pada sebaran skor *pretest* diperoleh bahwa data berdistribusi normal, yaitu dengan skor signifikansi 0,852 maka *independent sample t test* dipilih untuk melakukan uji beda. Uji beda dilakukan untuk mengetahui apakah kelompok eksperimen dan kontrol memiliki kemampuan yang sama atau tingkat karakter *fairness* yang sama. Diperoleh skor signifikansi sebesar 0,444 dimana signifikansi ini lebih besar dari 0,05. Dapat dimaknai bahwa tidak terdapat perbedaan kemampuan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok ini mempunyai tingkat karakter *fairness* yang sama rendahnya.

Setelah kelompok eksperimen diberi perlakuan kegiatan bimbingan menggunakan permainan Roda Pelangi dan kelompok kontrol diberi perlakuan kegiatan bimbingan tanpa menggunakan permainan Roda Pelangi, siswa diminta untuk mengisi Skala Pengukuran Karakter *Fairness* (*posttest*). Berdasarkan analisis dari *gain score* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh skor rata-rata kelompok eksperimen sebesar 41,5, sedangkan kelompok kontrol sebesar 21,33. Hasil uji hipotesis menyatakan bahwa signifikansi yang diperoleh sebesar 0,047 dimana skor signifikansi ini lebih kecil dari 0,05. Dapat dimaknai bahwa terdapat perbedaan tingkat karakter *fairness* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan kata lain hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak.

Kelompok yang diintervensi menggunakan permainan Roda Pelangi terbukti memiliki tingkat karakter *fairness* lebih tinggi dibanding kelompok yang tidak diintervensi menggunakan permainan Roda Pelangi. Rekapitulasi perhitungan *gain score* kedua kelompok disajikan pada tabel 3.

Dalam proses intervensi, diperoleh data non angka dari siswa kelompok eksperimen yang menyebutkan bahwa mereka senang diajak bermain karena menurut mereka permainan ini seru, hal ini didapatkan dari ungkapan subjek K6 dan subjek K4 yang mengatakan “*seru-seruuu enek panah-panahane barang*” (seru ada permainan panahnya). Siswa kelompok eksperimen juga mengatakan baru kali ini melihat permainan tersebut. Pada awalnya siswa kelompok eksperimen mengira yang dibidik oleh panah adalah pusat dari Roda Pelangi, namun setelah dijelaskan mereka baru mengetahui bahwa yang dibidik adalah warna-warna yang terdapat pada Roda Pelangi. Warna-warna Roda Pelangi menurut siswa kelompok eksperimen bagus, hal ini didapatkan dari beberapa siswa yang mengatakan “*warnane apik yo cah?*” (warnanya bagus ya teman-teman?) dan yang lain menyahut “*ho’oh apik*” (iya, bagus).

Beberapa siswa kelompok eksperimen juga mengatakan bahwa cerita yang ada dalam amplop cinta (siswa kelompok eksperimen menyebut amplop warna pada permainan Roda Pelangi sebagai amplop cinta) mirip dengan perilaku yang mereka alami sendiri, seperti: sering terlambat sekolah

Tabel 3 Rekapitulasi *Gain Score* Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Gain Score Eksperimen dan Kontrol											
Pre-test	Eksperimen				Inisial Sampel		Pre-test	Kontrol			
	Kriteria	Post-test	Kriteria	Gain				Post-test	Kriteria	Gain	
183	Kurang	203	Sangat Tinggi	20	K1	K7	176	Sangat Kurang	187	Kurang	11
173	Sangat Kurang	239	Sangat Tinggi	66	K2	K8	178	Sangat Kurang	202	Sangat Tinggi	24
171	Sangat Kurang	198	Tinggi	27	K3	K9	179	Sangat Kurang	190	Tinggi	11
177	Sangat Kurang	205	Sangat Tinggi	28	K4	K10	162	Sangat Kurang	192	Tinggi	30
173	Sangat Kurang	220	Sangat Tinggi	47	K5	K11	160	Sangat Kurang	195	Tinggi	35
179	Sangat Kurang	240	Sangat Tinggi	61	K6	K12	181	Kurang	198	Tinggi	17
				Mean=							Mean=
				41,50							41,50

Hasil uji hipotesis menggunakan *independent sample t-test* diperoleh *sig.2 tailed* sebesar  $0,047 < 0,05$

dan kena denda Rp 2.000,00 per harinya (perilaku ini dilakukan oleh subjek K6); sering lupa mengembalikan Alquran pada tempatnya ketika baru selesai mengaji di masjid sekolah (perilaku ini dilakukan oleh subjek K2, subjek K4, subjek K6); sering dikeluarkan dari kelas oleh ustazahnya karena berbicara sendiri ketika berdoa bersama di kelas (perilaku ini dilakukan oleh subjek K4); ada yang mengejek temannya karena bau mulut (perilaku ini dilakukan oleh subjek K1–K6), ada yang merasa barang kepunyaannya selalu lebih bagus dari temannya (hal ini dilakukan oleh subjek K1–K6); malas mengerjakan pekerjaan rumah dan memilih untuk mencontek teman ketika di sekolah (dilakukan oleh subjek K4 dan subjek K6). Data-data ini diperoleh dari proses diskusi bersama siswa kelompok eksperimen ketika mereka diberi pemahaman bahwa perilaku yang ada pada cerita dan yang sering mereka lakukan tersebut kurang tepat dan memiliki dampak negatif. Siswa dapat saling bertukar pikiran dan pendapat dengan teman yang lain apakah perilaku mereka tersebut baik atau tidak. Hal ini dilakukan setelah membaca cerita yang ada pada amplop warna setelah salah satu dari mereka membidik Roda Pelangi, kemudian pemimpin dalam kelompok meminta satu per satu anggota kelompok untuk mengkritisi cerita tersebut dan kemudian merefleksikan pada diri mereka sendiri.

## PEMBAHASAN

Eratnya hubungan antara BK dengan komunikasi (Dehlendorf, Krajewski, & Borrero, 2014) merupakan salah satu alasan keterlibatan media dalam pelaksanaan layanan BK. Komunikasi adalah dasar semua interaksi manusia yang di dalamnya terdapat proses penyampaian pesan/informasi dari komunikator kepada penerima pesan atau komunikan serta adanya balikan dari penerima pesan tersebut (Johnson & Johnson, 1991; Nursalim, 2013). BK dikatakan berhubungan erat dengan proses komunikasi karena di dalam proses pelaksanaan layanan BK terjadi proses penyampaian pesan BK dari Guru BK (komunikator) kepada siswa (komunikan). Salah satu ciri tercapainya komunikasi dalam proses bimbingan yang baik adalah terjadinya persamaan penafsiran pesan BK yang telah disampaikan guru BK dan siswa. Tercapainya komunikasi yang baik antara guru BK dan siswa



salah satunya dipengaruhi oleh media yang digunakan dalam proses penyampaian pesan tersebut (Alhadi, Supriyanto, & Dina, 2016; Setyaputri et al., 2015). Seperti halnya pada penelitian ini, telah dibuktikan bahwa media permainan Roda Pelangi efektif meningkatkan karakter *fairness* siswa SD.

Merujuk pada hasil analisis data angka dapat diketahui bahwa rata-rata *gain score* kelompok eksperimen lebih tinggi dari kelompok kontrol, yaitu 41,50: 21,33. Skor signifikansi sebesar 0,047 dimana skor signifikansi ini lebih kecil dari 0,05. Hal ini merupakan data yang mendukung pendapat pada paragraf sebelumnya mengenai keefektifan penggunaan media pada proses layanan BK. Kelompok yang dalam proses pelaksanaan bimbingan kelompoknya menggunakan media permainan Roda Pelangi terbukti tingkat karakter *fairness*nya lebih tinggi daripada kelompok yang dalam proses layanan bimbingan kelompoknya tidak menggunakan media permainan Roda Pelangi.

Berdasarkan analisis data non angka dapat diketahui bahwa siswa tertarik pada warna Roda Pelangi dan bentuk Roda Pelangi. Ketertarikan siswa mengenai warna dalam Roda Pelangi dikarenakan pemilihan warna yang mencolok dan bentuk yang baru dapat membangkitkan minat dan perhatian siswa (Hasebrook, 2016; Nursalim, 2013). Kebaruan media merupakan salah satu aspek yang akan menarik perhatian siswa (Setyaputri, 2016; Setyaputri et al., 2015; Türkay, 2016), dan Media Roda Pelangi memiliki kebaruan tersebut. Keefektifan penggunaan media permainan Roda Pelangi dalam proses layanan BK khususnya untuk meningkatkan karakter *fairness* siswa SD ini mendukung pendapat Setyaputri (2018) mengenai fungsi media BK dalam proses layanan BK yaitu: (1) memperjelas pesan BK; (2) mengatasi keterbatasan ruang, waktu dan daya indera; (3) meningkatkan minat siswa; (4) memberikan perangsang yang sama, mempersamakan pengalaman dan menimbulkan persepsi yang sama; (5) menghidupkan saraf motorik dan dapat melibatkan kelima indera siswa seperti penglihatan, pendengaran, peraba, perasa, dan penciuman; (6) mengurangi kebosanan siswa atau dapat dikatakan bahwa proses layanan BK dapat lebih menarik; (7) menambah interaktivitas proses layanan BK; (8) meningkatkan kualitas layanan BK; (9) meningkatkan sikap positif siswa; serta (10) meningkatkan kreativitas baik dari sisi Guru BK maupun siswa.

Karakter *fairness* kelompok kontrol yang diintervensi dengan kegiatan bimbingan lewat pemberian bahan bacaan dan berdiskusi tanpa permainan Roda Pelangi juga mengalami peningkatan. Namun, peningkatan tingkat karakter *fairness* kelompok kontrol masih dibawah kelompok eksperimen. Hal ini dapat dikarenakan adanya faktor kebosanan dari siswa kelompok kontrol karena metode yang digunakan sudah sering mereka jumpai. Metode pembelajaran yang terus diulang dan membosankan memang dapat membuat siswa bosan dan menurunkan motivasi (Lai, Peng, Chen, & Lin, 2013; Sillaots, 2014; Wijaya, 2017; YaJuan, 2011). Pada kelompok eksperimen, kebosanan siswa saat mengikuti layanan bimbingan dapat tereduksi. Kebosanan ini dapat tereduksi karena mulai dari awal sampai akhir siswa diwajibkan aktif untuk terlibat. Keterlibatan siswa dalam kegiatan di kelas dapat meningkatkan hasil belajar siswa (Mork, 2011; Munir, Sutarno, & Aisyah, 2018). Keaktifkan siswa kelompok eksperimen adalah dengan membidik papan tembak; mengambil cerita yang ada dalam amplop warna; membacakan cerita; mempraktikkan isi cerita; sampai pada proses refleksi dan evaluasi siswa. Hal ini dimaksudkan untuk memenuhi unsur interaktivitas, karena media permainan Roda Pelangi merupakan salah satu jenis media interaktif (Setyaputri et al., 2015).

Antusiasme siswa sangat nampak saat permainan berlangsung, misalnya saat diminta sukarela siapa yang ingin membidik papan tembak, mayoritas siswa angkat tangan; kemudian saat diajak bermain peran guru tidak kesulitan untuk membujuk siswa dan ketika diminta untuk mengutarakan pendapat serta pengalamannya siswa secara spontan mengutarakan hal tersebut. Selain bentuk yang tergolong baru untuk mereka, cerita yang disajikan dalam amplop warna sesuai dengan hal-hal yang pernah mereka lakukan. Kesesuaian ini dikarenakan pada saat penyusunan cerita tersebut disesuaikan dengan indikator dan hasil pengamatan mengenai perilaku yang berkaitan dengan kurang dimilikinya karakter *fairness* tersebut. Model yang ada dalam cerita tersebut juga disesuaikan dengan tingkat usia anak SD agar mudah dipahami, walaupun umur tidak memberi pengaruh yang cukup kuat pada efektifitas *modelling* (Oliva, del Mar Aragón, & Cuesta, 2015; Stoffers & Van der Heijden, 2018). Perbedaan cara intervensi inilah yang menyebabkan perbedaan pada hasil kelompok eksperimen dan kontrol.

Kemenerikan proses layanan bimbingan dengan menggunakan media seperti permainan Roda Pelangi ini terbukti dapat meningkatkan antusiasme siswa, mereduksi kebosanan, serta meningkatkan pemahaman terhadap materi yang diberikan sehingga tingkat karakter *fairness* mereka lebih tinggi dari kelompok siswa yang tidak diintervensi menggunakan permainan ini. Di sisi lain, kegiatan bermain merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan dan melekat pada diri siswa SD (Landreth, Ray, & Bratton, 2009; Wang, 2018). Bermain adalah aktifitas yang dipilih sendiri oleh anak karena menyenangkan, bukan karena memperoleh hadiah atau pujian, bermain juga merupakan alat utama untuk mencapai pertumbuhannya, dan sebagai medium anak mencobakan diri bukan saja hanya dalam fantasinya tetapi dilakukan secara nyata (Andriani, 2012). Keberhasilan dalam pelaksanaan permainan Roda Pelangi untuk meningkatkan karakter *fairness* siswa SD ini tidak hanya ditentukan oleh kualitas media permainan Roda Pelangi, tetapi juga tidak terlepas dari beberapa faktor penunjang seperti kondisi dan situasi siswa saat pelaksanaan permainan dan kondisi guru BK. Pernyataan tersebut dapat didasarkan pada sistem yang ada dalam BK, untuk tercapainya suatu tujuan BK tentunya dipengaruhi oleh masing-masing komponen yang ada dalam sistem dan media hanya merupakan salah satu komponen dari sistem tersebut.

## SIMPULAN

Berdasarkan pada proses dan hasil analisis data penelitian, permainan Roda Pelangi yang memiliki komponen: papan tembak; amplop warna; alat pembidik; dan panduan permainan Roda Pelangi, terbukti efektif meningkatkan karakter *fairness* siswa SD. Saran diajukan kepada Guru BK agar menggunakan media permainan Roda Pelangi dalam proses layanan BK, khususnya untuk meningkatkan karakter *fairness* siswa SD. Peneliti selanjutnya disarankan dapat menggunakan media permainan Roda Pelangi untuk meneliti variabel lain dan pada jenjang sekolah lainnya menggunakan desain penelitian lain seperti *true experiment* maupun penelitian tindakan BK.

## DAFTAR RUJUKAN

- Adler, A. (1964). *Social Interest: A Challenge to Mankind* (Vol. 108). Capricorn Books New York.
- Alhadi, S., Supriyanto, A., & Dina, D. A. M. (2016). Media in Guidance and Counseling Services: A Tool and Innovation for School Counselor. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 1(1), 6–11. <https://doi.org/10.23916/schoulid.v1i1.35.6-11>
- Andriani, T. (2012). Permainan Tradisional dalam Membentuk Karakter Anak Usia Dini. *Sosial Budaya*, 9(1), 121–136.
- Arumsari, C. (2018). Kekuatan Karakter dan Kebajikan dalam Bimbingan dan Konseling. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 2(1), 1–5.
- Borba, M. (2001). *Building Moral Intelligence: The Seven Essential Virtues that Teach Kids to Do The Right Thing*. Jossey-Bass San Francisco.
- Dehlendorf, C., Krajewski, C., & Borrero, S. (2014). Contraceptive Counseling: Best Practices to Ensure Quality Communication and Enable Effective Contraceptive Use. *Clinical Obstetrics and Gynecology*, 57(4), 659–673. <https://doi.org/10.1097/GRF.0000000000000059>
- Geldard, K., & Geldard, D. (2009). *Counselling Children : A Practical Introduction*. London: Sage Publications.
- Groth-Marnat, G. (2009). *Handbook of Psychological Assessment*. John Wiley & Sons.
- Hasebrook, J. (2016). Cognitive Design for Learning: Cognition and Emotion in the Design Process. Dalam *International Association for Development of the Information Society, Makalah disajikan pada International Association for Development of the Information Society (IADIS) International Conference on Cognition and Exploratory Learning in the Digital Age (CE* (hal. 203–209). ERIC.

- Johnson, D. W., & Johnson, F. P. (1991). *Joining Together: Group Theory and Group Skills*. Prentice-Hall, Inc.
- Josephson, M. (2006). Making Ethical Decisions: The Six Pillars of Character. Diambil 30 Mei 2016, dari [www.josephsoninstitute.com](http://www.josephsoninstitute.com)
- Kohlberg, L. (1981). *The Meaning and Measurement of Moral Development*. Worcester, MA: Clark University Press.
- Krisphianti, Y. D., Hidayah, N., & Irtadji, M. (2016). Efektivitas Teknik Storytelling Menggunakan Media Wayang Topeng Malang untuk Meningkatkan Karakter Fairness Siswa Sekolah Dasar. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 17–23.
- Lai, C.-H., Peng, W.-J., Chen, W.-H., & Lin, R.-M. (2013). The Effect of Learning Community for Game-Based English Learning. Dalam *Workshop Proceedings of the 21st International Conference on Computers in Education, ICCE 2013* (hal. 19–27).
- Landreth, G. L., Ray, D. C., & Bratton, S. C. (2009). Play Therapy in Elementary Schools. *Psychology in The SCHOOLS*, 46(3), 281–289.
- Lerner, R. M. (2018). Character Development Among Youth: Linking Lives in Time and Place. *International Journal of Behavioral Development*, 42(2), 267–277.
- Mork, S. M. (2011). An Interactive Learning Environment Designed to Increase The Possibilities for Learning and Communicating about Radioactivity. *Interactive Learning Environments*, 19(2), 163–177. <https://doi.org/10.1080/10494820802651060>
- Munir, M., Sutarno, H., & Aisyah, N. S. (2018). The Development of Interactive Multimedia Based on Auditory, Intellectually, Repetition in Repetition Algorithm Learning to Increase Learning Outcome. Dalam *Journal of Physics: Conference Series (Vol. 1013)*. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1013/1/012102>
- Nursalim, M. (2013). *Pengembangan Media Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Oliva, J. M., del Mar Aragón, M., & Cuesta, J. (2015). The Competence of Modelling in Learning Chemical Change: A Study with Secondary School Students. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 13(4), 751–791.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Oxford University Press.
- Piaget, J. (1959). *The Language and Thought of The Child*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Prasetyo, N. (2011). *Membangun Karakter Anak Usia Dini*. Kementerian Pendidikan Nasional.
- Sawatzki, C., & Sullivan, P. (2018). Shopping for Shoes: Teaching Students to Apply and Interpret Mathematics in the Real World. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 16(7), 1355–1373. <https://doi.org/10.1007/s10763-017-9833-3>
- Setyaputri, N. Y. (2016). Media Permainan “Roda Pelangi” sebagai Alternatif Pilihan Media Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Dalam *Seminar Nasional Peran Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan Karakter Menyongsong Generasi Emas Indonesia*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Setyaputri, N. Y. (2018). Urgensi Pemanfaatan Media BK dalam Proses Layanan Bimbingan dan Konseling. Dalam *Seminar Pendidikan dan Pengajaran 2*. Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Setyaputri, N. Y., Ramli, M., & Mappiare-AT, A. (2015). Pengembangan Media Permainan “Roda Pelangi” untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMP dalam Menghadapi Ujian. *Bimbingan dan Konseling: Jurnal Teori dan Praktik*, 28(1), 38–46.
- Sillaots, M. (2014). Achieving Flow through Gamification: A Study on Re-designing Research Methods Courses. Dalam *Proceedings of the European Conference on Games-based Learning (Vol. 2, hal. 538–545)*.

- Soetoprawiro, K. (2010). Keadilan sebagai Keadilan. *Pro Justitia*, 28(2), 229–256.
- Stoffers, J. M. M., & Van der Heijden, B. I. J. M. (2018). An Innovative Work Behaviour-enhancing Employability Model Moderated by Age. *European Journal of Training and Development*, 42(1/2), 143–163.
- Türkay, S. (2016). The Effects of Whiteboard Animations on Retention and Subjective Experiences When Learning Advanced Physics Topics. *Computers and Education*, 98, 102–114. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2016.03.004>
- Wang, L. (2018). All Work, All Play: Harnessing Play-based Learning in Ethiopia and Liberia to Create Lifelong Learners. *Childhood Education*, 94(5), 4–13.
- Wijaya, H. (2017). Practice-led Project As A Creative Method to Enhance Theoretical Knowledge in Art and Design Education. *Advanced Science Letters*, 23(2), 726–729. <https://doi.org/10.1166/asl.2017.7443>
- YaJuan, W. (2011). Design and Research of Multimedia Teaching in Sports Technique Class of University. Dalam *ICCSE 2011 - 6th International Conference on Computer Science and Education, Final Program and Proceedings* (hal. 736–739). <https://doi.org/10.1109/ICCSE.2011.6028742>

## Experiential Learning untuk Meningkatkan Kompetensi Multikultural Mahasiswa

Mawardi Djamaluddin<sup>1</sup>, Blasius Boli Lasan<sup>2</sup>, Adi Atmoko<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Ternate, Jl. Lumba-Lumba, Ternate, Maluku Utara, Indonesia 97727

<sup>2</sup>Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5, Malang, Jawa Timur, Indonesia 65145  
E-mail: mawardidjamaluddin@gmail.com

Artikel diterima: 18 April 2018; direvisi: 15 Oktober 2018; disetujui: 26 Oktober 2018

**Abstract:** The study aims at measuring the effectiveness of experiential learning model for improving the multicultural competence of non-Javanese students in the Malang City. The true-experiment type quantitative study is conducted by using the pretest-posttest control group design. The subjects were 20 non-Javanese students in several universities in Malang City that had low multicultural competence. The Wilcoxon Signed Rank Test was implemented in order to compare the score of the students before and after the treatment. In addition, Mann-Whitney U Test was also implemented in order to compare the level of effectiveness statistically between the control group and the experimental group after the provision of the treatment. The results of the study show that the experimental group has significant mean score of multicultural competence in comparison to the control group. The statement implies that the experiential learning model has been effective in improving the multicultural competence of non-Javanese students.

**Keywords:** multicultural competence; non-Javanese students; experiential learning model

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengukur keefektifan model *experiential learning* dalam meningkatkan kompetensi multikultural mahasiswa luar Jawa di Kota Malang. Penelitian kuantitatif dengan jenis *true experiment* ini menggunakan desain *pretest-posttest control group design*. Subjek penelitian adalah 20 mahasiswa luar Jawa pada beberapa Perguruan Tinggi di Kota Malang yang memiliki kategori kompetensi multikultural rendah. Teknik analisis data yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengukur perbandingan skor sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Analisis *Mann-Whitney U Test* digunakan untuk membandingkan tingkat keefektifan secara statistik antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan. Hasil yang menunjukkan peningkatan nilai rata-rata kompetensi multikultural secara signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol menunjukkan bahwa model *experiential learning* efektif untuk meningkatkan kompetensi multikultural mahasiswa luar Jawa.

**Kata kunci:** kompetensi multikultural; mahasiswa luar Jawa; model *experiential learning*

Indonesia adalah negara yang memiliki 14.572 pulau yang dihuni oleh 1.340 suku yang menggunakan 742 bahasa daerah yang beragam (Rustanto, 2015). Banyaknya jumlah suku dan beragamnya bahasa daerah telah menstimulasi kondisi demografis masyarakat Indonesia yang beragam dalam konteks budaya atau yang lebih dikenal dengan kondisi multikultural. Kondisi multikultural tidak hanya dipengaruhi oleh keragaman etnis; ras; latar belakang budaya; letak geografis; dan asal daerah semata, namun diperluas menjadi beberapa variabel lain yang meliputi: kondisi fisik; usia; keragaman sosial ekonomi; agama; karakteristik pribadi; kemampuan sosial; perilaku dan kebiasaan

serta kemampuan intelektual (Sue, 1991). Kondisi multikultural pada suatu daerah juga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: kemajuan teknologi; pembangunan sosial-ekonomi yang belum merata; kemudahan aksesibilitas dalam berpindah dari satu kota ke kota lainnya; dan kualitas pendidikan di wilayah tersebut.

Di Malang, kondisi masyarakat multikultural dipengaruhi oleh meningkatnya kualitas pendidikan. Berdirinya beberapa Perguruan Tinggi ternama yang berskala nasional telah meningkatkan animo calon mahasiswa dari berbagai daerah di Indonesia untuk melanjutkan pendidikan di Kota Malang. Fenomena inilah yang meningkatkan interaksi multikultural antara mahasiswa dengan latar belakang budaya yang berbeda. Berdasarkan kultur, secara sempit mahasiswa di Kota Malang dapat dibagi menjadi dua, yaitu mahasiswa Jawa dan mahasiswa luar Jawa. Mahasiswa Jawa adalah mahasiswa yang berasal dari pulau Jawa dan memiliki karakteristik latar belakang budaya Jawa (terutama Jawa Tengah dan Jawa Timur yang identik dengan suku Jawa), sedangkan mahasiswa luar Jawa merujuk pada mahasiswa yang berasal dari luar pulau Jawa dan memiliki karakteristik latar belakang selain budaya Jawa (terutama mahasiswa yang berasal dari etnis Lombok; Makassar; Maluku; dan Papua). Ditinjau dari segi interaksi, ada perbedaan model interaksi antara mahasiswa Jawa dan luar Jawa, di mana mahasiswa luar Jawa cenderung bersifat homogenitas (Damayanti & Kusumo, 2017). Homogenitas dalam interaksi ini disebabkan adanya rasa aman mahasiswa luar Jawa ketika berinteraksi dengan mahasiswa yang sesuku, oleh karena itu interaksi yang bersifat dinamis antara masyarakat multikultural perlu dikelola.

Interaksi dalam masyarakat multikultural yang bersifat dinamis perlu dikelola secara efektif untuk meningkatkan relasi yang baik antara individu/kelompok yang berbeda budaya. Ketika kondisi multikultural tidak mampu dikelola dengan baik maka akan terjadi pertentangan budaya. Proses interaksi beda budaya dapat berlangsung dengan efektif ketika setiap individu/kelompok mampu menyadari keunikan karakteristik budaya yang dimiliki dan keunikan dari budaya lain yang perlu dihargai. Berkenaan dengan kesadaran terhadap keunikan budaya yang dimiliki, sebuah konsep dari kompetensi multikultural merupakan variabel penting yang perlu dirumuskan dan dimiliki oleh individu. Kompetensi multikultural yang dirumuskan terdiri dari tiga komponen yaitu: kesadaran (*awareness*); pengetahuan (*knowledge*); dan keterampilan (*skills*) baik dalam perspektif budaya sendiri ataupun budaya lain (Pedersen, 2000).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui proses wawancara dengan tiga perwakilan mahasiswa dari etnis budaya Jawa dan tiga perwakilan mahasiswa dari etnis budaya luar Jawa, yang berdomisili di Kota Malang, diperoleh gambaran bahwa tidak semua mahasiswa luar Jawa memiliki kompetensi multikultural yang memadai. Tidak dimilikinya kompetensi multikultural, terutama dalam dua konteks situasi yang dihadapi yaitu adanya beberapa pola perilaku budaya dari mahasiswa luar Jawa yang tidak sesuai dengan nilai-nilai budaya masyarakat setempat (masyarakat Kota Malang) dan terbatasnya pengetahuan yang dimiliki terhadap norma (etika sopan santun) yang berlaku dalam budaya Jawa di Kota Malang.

Pentingnya peningkatan kompetensi multikultural relevan dengan pandangan Reynolds & Pope (1994) yang menekankan bahwa setiap Perguruan Tinggi perlu mengarahkan upaya yang lebih terhadap pengembangan sensitivitas multikultural dan memberikan penguatan terhadap lingkungan akademik yang mendukung, dengan penerapan nilai-nilai sosiokultural dalam kegiatan dan program yang dilakukan sebagai apresiasi terhadap perbedaan budaya. Rendahnya kompetensi multikultural juga dialami oleh individu/kelompok yang memiliki kemampuan adaptasi sosial rendah terhadap lingkungan sosiokultural yang baru dan meneguhkan sikap eksklusivisme dalam pergaulan atau hanya membatasi diri untuk bergaul dengan orang-orang dari latar belakang budaya yang sama serta cenderung menilai sesuatu hal berdasarkan perspektif budaya yang dimiliki. Kompetensi multikultural dan sensitivitas budaya memang sangat penting dikembangkan oleh individu yang terjebak dalam ketidaksadaran dari bias etnosentrisme (Sabnani, Ponterotto, & Borodovsky, 1991).

Pada dua Perguruan Tinggi di Kota Malang ditemukan persentase mahasiswa Jawa di Universitas Muhammadiyah Malang sebesar 60%, sedangkan mahasiswa luar Jawa sebesar 40%, di Universitas Negeri Malang, persentase mahasiswa Jawa sebesar 70%, sedangkan mahasiswa luar Jawa sebesar

30%. Data ini menunjukkan bahwa kondisi multikultural di dua Perguruan Tinggi di kota Malang ini relatif cukup tinggi dan diperlukan perhatian secara khusus oleh pemangku kepentingan dalam memfasilitasi tercapainya proses adaptasi mahasiswa luar Jawa secara optimal.

Hasil wawancara terhadap tiga Perguruan Tinggi Negeri yang berada di Kota Malang menggambarkan bahwa Perguruan Tinggi pada umumnya belum secara khusus memprogramkan kegiatan peningkatan kompetensi multikultural kepada mahasiswa baru dari latar belakang budaya yang berbeda dengan kondisi masyarakat di sekitar institusi pendidikan. Program kegiatan peningkatan kompetensi multikultural hanya terbatas pada kajian konseptual, sedangkan program yang menekankan pada keterlibatan mahasiswa untuk meningkatkan kemampuan adaptasi sosial cenderung jarang dilaksanakan. Kegiatan peningkatan kompetensi multikultural cenderung dilaksanakan dalam format seminar ataupun kegiatan penguatan aspek kognitif semata. Sementara itu, peningkatan kompetensi multikultural perlu dilakukan secara terintegrasi dengan keterlibatan langsung individu dalam lingkungan yang berbeda budaya agar individu mampu secara komprehensif memperoleh pengalaman tentang perilaku yang tepat dalam berinteraksi dengan orang-orang yang berbeda budaya.

Berdasarkan survei dari anggota *American Counseling Association*, tingkat kemampuan konselor dalam memberikan pelatihan multikultural kepada konseli dapat dikategorikan tidak memadai karena metode pelatihan yang digunakan cenderung menghasilkan kompetensi pada domain kognitif saja, tanpa berpengaruh secara signifikan pada domain pengalaman (*experiential*) dan emosi (Holcomb-McCoy & Myers, 1999). Salah satu pendekatan yang dipandang relevan dan dapat digunakan secara efektif untuk memfasilitasi peningkatan kompetensi multikultural mahasiswa luar Jawa adalah model *experiential learning*. Model *experiential learning* adalah pembelajaran yang melibatkan keseluruhan aspek psikologis individu dengan mengalami kondisi tertentu melalui simulasi atau dalam latar dunia nyata (Downs, 1992). Model *experiential learning* dipilih sebagai pendekatan yang digunakan untuk meningkatkan kompetensi multikultural karena sesuai dengan asumsi bahwa peningkatan kompetensi multikultural individu menuntut keterlibatan individu dengan pengalaman dalam berinteraksi dengan orang-orang dari beragam latar belakang budaya secara kontekstual.

Sebuah hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan peningkatan kompetensi multikultural pada jenjang dewasa awal dapat dicapai secara optimal jika individu diberikan kesempatan untuk berinteraksi langsung dengan masyarakat dari kelompok budaya tertentu (Arswimba, 2016; Riskiyah, 2014). Penerapan model *experiential learning* untuk meningkatkan kompetensi multikultural dalam penelitian ini diimplementasikan dalam format kelompok psikoedukasi berdasarkan pertimbangan bahwa perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini diformulasikan dalam bentuk kegiatan pelatihan. Selain itu, kelompok psikoedukasi juga menekankan dua fungsi utama dalam layanan bimbingan dan konseling yaitu fungsi pencegahan (*preventif*) dan fungsi pengembangan (*developmental*). Adapun penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan model *experiential learning* untuk meningkatkan kompetensi multikultural mahasiswa luar Jawa di Kota Malang.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *experimental design*. Secara khusus, desain eksperimen yang digunakan adalah *true experimental design*. Bentuk desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pretest-posttest control group design*. Tahap penelitian dilakukan dalam tiga fase yang terdiri dari: fase sebelum diberikan perlakuan dengan menjangkau subjek penelitian menggunakan skala kompetensi multikultural, fase selama proses perlakuan dengan menggunakan pengamatan (observasi) terhadap perilaku subjek penelitian selama proses perlakuan, dan fase setelah diberikan perlakuan melalui pengisian Skala Kompetensi Multikultural untuk mengukur peningkatan skala kompetensi multikultural subjek penelitian. Rincian setiap tahap dalam penelitian disajikan pada tabel 1.

Instrumen utama yang digunakan adalah Skala Kompetensi Multikultural yang terdiri dari 63 butir yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan dengan melibatkan 40 mahasiswa luar Jawa yang tersebar pada tiga Perguruan Tinggi Negeri di Kota

Tabel 1 Tahapan Penelitian

Tahap	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
Sebelum diberikan perlakuan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penentuan subjek penelitian yang di tempatkan dalam kelompok eksperimen dari Ikatan Pelajar Mahasiswa – Maluku Utara di Kota Malang (IPMA-MUM)</li> <li>2. Pelaksanaan <i>pretest</i> kepada 82 mahasiswa menggunakan Skala Kompetensi Multikultural, diperoleh sepuluh mahasiswa yang memiliki kompetensi multikultural rendah, sepuluh mahasiswa ini dipilih sebagai subjek penelitian pada kelompok eksperimen</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penentuan subjek penelitian yang di tempatkan dalam kelompok kontrol dari Forum Komunikasi Mahasiswa Tidore – Malang (FKMT-Malang)</li> <li>2. Pelaksanaan <i>pretest</i> kepada 33 mahasiswa menggunakan Skala Kompetensi Multikultural, diperoleh sepuluh mahasiswa yang memiliki kompetensi multikultural rendah, sepuluh mahasiswa ini dipilih sebagai subjek penelitian pada kelompok kontrol</li> </ol>
Selama proses perlakuan	<p>Kegiatan pelatihan kompetensi multikultural yang terdiri dari sembilan pertemuan mengarah pada peningkatan kompetensi multikultural dalam konteks: menyadari; mengetahui; dan terampil dalam konteks gaya berkomunikasi; penggunaan bahasa daerah; pengaruh mitos (sejarah budaya); orientasi nilai; norma yang berlaku; dan simbol-simbol baik berkaitan dengan budaya asal dan budaya Jawa, dengan perincian kegiatan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pertemuan I: pembentukkan kelompok</li> <li>2. Pertemuan II: membahas topik tentang Menyadari keunikan karakteristik budaya asal</li> <li>3. Pertemuan III: membahas topik tentang Mengenal lebih dekat budaya asal yang dimiliki</li> <li>4. Pertemuan IV: membahas topik tentang Keterampilan berkomunikasi dalam budaya asal</li> <li>5. Pertemuan V: membahas topik tentang Menyadari karakteristik budaya Jawa</li> <li>6. Pertemuan VI: membahas topik tentang Mengetahui karakteristik budaya Jawa</li> <li>7. Pertemuan VII: mempraktikkan keterampilan berkomunikasi dalam budaya Jawa</li> <li>8. Pertemuan VIII: mengimplementasikan kompetensi multikultural dalam kehidupan sehari-hari</li> </ol>	<p>Kegiatan peningkatan kompetensi multikultural dilaksanakan berdasarkan program kerja yang telah dirancang dalam Forum Komunikasi Mahasiswa Tidore – Malang (FKMT-Malang) dengan memuat dua kegiatan utama:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Orientasi mahasiswa baru, yang memiliki fokus kegiatan untuk memberikan pengetahuan kepada mahasiswa baru tentang pola perkuliahan dan cara berinteraksi dengan orang-orang di lingkungan kampus.</li> <li>2. Kegiatan kunjungan organisasi, yang memuat kegiatan berupa kunjungan ke beberapa organisasi mahasiswa di Kota Malang dalam rangka menggali informasi tentang pola interaksi organisasi mahasiswa dengan masyarakat di sekitarnya</li> </ol>
Setelah diberikan perlakuan	<p>Pelaksanaan <i>posttest</i> kepada 10 subjek penelitian dan menutup kegiatan pelatihan (terminasi). Instrumen yang digunakan adalah Skala Kompetensi Multikultural.</p>	<p>Pelaksanaan <i>posttest</i> kepada 10 subjek penelitian dan menutup kegiatan pelatihan (terminasi). Instrumen yang digunakan adalah Skala Kompetensi Multikultural</p>

Malang. Jumlah butir sebelum uji validitas dan reliabilitas berjumlah 82 butir dan sesudah dilakukan analisis validitas dan reliabilitas maka diperoleh 63 butir yang valid. Nilai validitas yang diperoleh pada 63 butir berada pada rentang skor 0,292 sampai dengan 0,696, hal ini menunjukkan bahwa seluruh butir memenuhi kriteria validitas karena memperoleh skor dengan kategori  $\geq 0,3$ . Sementara itu, reliabilitas skala kompetensi multikultural memiliki nilai sebesar 0,923, hal ini menunjukkan bahwa keajegan dari skala ini tergolong tinggi dan dapat digunakan untuk mengukur kompetensi multikultural mahasiswa luar Jawa.



Proses penelitian dilaksanakan di Asmara Paguyuban Ikatan Pelajar Mahasiswa – Maluku Utara di Kota Malang (IPMA-MUM) dengan melibatkan 115 mahasiswa luar Jawa pada jenjang pendidikan semester tiga dengan rincian: 82 mahasiswa luar Jawa yang tergabung dalam Ikatan Pelajar Mahasiswa – Maluku Utara di Kota Malang (IPMA-MUM) dan 33 mahasiswa luar Jawa yang tergabung dalam Forum Komunikasi Mahasiswa Tidore – Malang (FKMT-Malang). Teknik pemilihan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Penetapan subjek penelitian didasarkan pada hasil studi pendahuluan yang menemukan bahwa mahasiswa luar Jawa yang teridentifikasi memiliki ciri atau karakteristik kompetensi multikultural rendah yang meliputi: membatasi pergaulan hanya dengan teman-teman yang berasal dari daerah yang sama; adanya stereotip kepada kelompok budaya lain; mengalami hambatan dalam beradaptasi dengan lingkungan budaya baru (budaya Jawa); dan mengalami hambatan dalam berkomunikasi dengan teman yang berbeda budaya. Adapun tiga kriteria interpretasi hasil dari perhitungan skala kompetensi multikultural yaitu: (1) Tinggi dengan rentang skor 213–315; (2) Sedang dengan rentang skor 147–230; dan (3) Rendah dengan rentang skor 63–146.

Setelah melalui proses pengukuran awal menggunakan Skala Kompetensi Multikultural yang disebar kepada populasi penelitian, teridentifikasi 20 mahasiswa luar Jawa yang memiliki tingkat kompetensi multikultural rendah dan ditetapkan sebagai subjek penelitian. Subjek penelitian selanjutnya dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu sepuluh subjek pada kelompok eksperimen dan sepuluh subjek pada kelompok kontrol. Sebelum pelaksanaan kegiatan eksperimen, tahapan penelitian dilakukan dengan melakukan uji beda untuk menentukan bahwa tidak terdapat perbedaan kompetensi multikultural yang dimiliki oleh subjek dalam kedua kelompok.

Uji hipotesis dilakukan menggunakan *Mann-Whitney U Test* dengan bantuan program *SPSS IBM Statistics 16.0* untuk mengukur perbedaan nilai sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberi perlakuan. Sebelum melalui proses analisis *Mann-Whitney U Test*, proses analisis terlebih dahulu dilakukan dengan *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengukur perbedaan nilai sebelum (*pretest*) diberikan perlakuan dan sesudah (*pretest*) diberikan perlakuan pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Data yang bersifat kualitatif berkenaan dengan kemampuan siswa dalam merespon melalui argumentasi yang tepat dijadikan sebagai data pendukung untuk menentukan memperkuat peningkatan kompetensi multikultural dari subjek penelitian, hal ini bertujuan untuk memberikan gambaran secara komprehensif dalam setiap aspek yang dinilai.

## HASIL

### Deskripsi Data Hasil *Pretest*

*Pretest* dilakukan dengan menggunakan Skala Kompetensi Multikultural untuk menilai kondisi aktual dari tingkat kompetensi multikultural subjek penelitian sebelum diberi perlakuan. Rerata skor konversi kelompok eksperimen 142,2 dan rerata konversi kelompok kontrol dengan skor 143,3 dengan kategori rendah.

Proses penjarangan subjek penelitian dari populasi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa populasi penelitian pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagian besar memiliki tingkat kompetensi multikultural dalam kategori sedang yaitu 56 (68,29%) pada kelompok eksperimen dan 18 (54,54%) pada kelompok kontrol.

Subjek penelitian yang dipilih lebih difokuskan pada populasi penelitian yang memiliki tingkat kompetensi multikultural berada pada kategori rendah yaitu 16 (19,51%) pada kelompok eksperimen dan sepuluh (30,30%) kelompok kontrol, hal ini dilakukan dengan mempertimbangkan bahwa teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Selain itu, subjek penelitian yang berada pada kategori rendah diasumsikan memiliki kompetensi multikultural yang rendah dalam seluruh komponennya. Komponen tersebut terdiri dari: kesadaran; pengetahuan; dan keterampilan multikultural. Pemaparan data dari persentase penjarangan subjek penelitian secara lengkap disajikan pada tabel 2.

Tabel 2 Persentase Penjaringan Subjek Penelitian

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
Jumlah Populasi	Persentase	Kategori	Jumlah Populasi	Persentase	Kategori
82	10 (12,19%)	Tinggi	33	5 (15,51%)	Tinggi
	56 (68,29%)	Sedang		18 (54,54%)	Sedang
	16 (19,51%)	Rendah		10 (30,30%)	Rendah

### Deskripsi Peningkatan Kompetensi Multikultural Selama Perlakuan

Peningkatan kompetensi multikultural terlihat secara empiris berdasarkan hasil mendeskripsikan peningkatan kompetensi multikultural dalam tiga komponen yang meliputi: kesadaran multikultural; pengetahuan multikultural; dan keterampilan multikultural dalam perspektif budaya asal subjek penelitian dan juga budaya Jawa.

#### *Kesadaran Terhadap Budaya Asal*

Pada tahap ini *trainer* memfasilitasi subjek penelitian untuk merefleksikan kembali hasil pengamatan yang telah dilakukan oleh subjek penelitian (*reflective observation*) terhadap pola interaksi budaya terutama dalam latar budaya asal (*concrete experience*). Pada awal kegiatan, subjek penelitian diberikan penjelasan singkat mengenai cara mengenal budaya Nusantara. Setelah itu, subjek penelitian diajak untuk melakukan *cultural self-reflections* atau menggali pengalaman dalam budaya asal yang berkaitan dengan keunikan budaya yang dimiliki dalam konteks gaya/cara berkomunikasi dalam budaya asal; penggunaan bahasa daerah dalam budaya asal; pengaruh mitos (sejarah budaya asal); orientasi nilai budaya asal; norma yang berlaku dalam budaya asal dan simbol-simbol budaya asal.

Dalam pertemuan ini, subjek penelitian sangat antusias dan memberikan perhatian secara penuh, beberapa subjek penelitian pada awalnya tidak mampu mendeskripsikan secara tepat keunikan karakteristik budaya asal yang dimiliki, sehingga asumsi awal yang dapat diberikan adalah sebagian besar subjek penelitian memiliki kesadaran multikultural yang rendah terhadap karakteristik budaya asal.

Setelah memanfaatkan dinamika dalam diskusi kelompok, sebagian besar subjek penelitian mulai mampu menyadari karakteristik budaya asal yang dimiliki. Setelah mendapat stimulasi dari *trainer* dengan mengajukan beberapa pertanyaan evokatif, beberapa subjek penelitian yang pada awalnya belum secara optimal mampu memaknai faktor-faktor yang memengaruhi keunikan budaya asalnya, mampu mendeskripsikan pemaknaan yang diperoleh terhadap keunikan budaya asal yang dimiliki. Secara umum, sebagian besar subjek penelitian memaknai bahwa keunikan budaya dimiliki oleh setiap orang walaupun dalam wilayah geografis yang sama.

#### *Mengetahui Karakteristik Budaya Asal*

Tujuan utama dalam tahap ini adalah meningkatkan pengetahuan subjek penelitian terhadap karakteristik budaya asal yang meliputi: gaya/cara berkomunikasi dalam budaya asal; penggunaan bahasa daerah dalam budaya asal; pengaruh mitos (sejarah budaya asal); orientasi nilai budaya asal; norma yang berlaku dalam budaya asal dan simbol-simbol budaya asal. Langkah-langkah peningkatan pengetahuan subjek penelitian terhadap karakteristik budaya asal dilakukan melalui tahap *abstract conceptualization*. Pada tahap *abstract conceptualization*, subjek penelitian difasilitasi untuk mendefinisikan secara konseptual karakteristik budaya asal yang dimiliki berdasarkan hasil pengalaman dan pengamatan yang telah dilakukan pada tahap *reflective observation* dan *concrete experience*.

Hasil yang diperoleh adalah sebagian besar subjek penelitian tidak mampu mendeskripsikan faktor-faktor penyebab perilaku berbasis budaya dapat terjadi, hal ini dipengaruhi oleh kurangnya rutinitas membaca dan mengkaji tentang budaya asal. Walaupun demikian, dengan memanfaatkan

kesamaan karakteristik subjek penelitian yang berasal dari latar belakang geografis yang sama dan pengetahuan yang dimiliki oleh beberapa subjek penelitian, maka sebagian subjek penelitian dapat mengkonstruksi pengetahuan yang dimiliki tentang karakteristik budaya asalnya.

### ***Terampil Berkomunikasi dalam Budaya Jawa***

Tahap ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi multikultural subjek penelitian dalam berkomunikasi atau berinteraksi dengan orang-orang dari latar belakang budaya yang sama dengan memerhatikan beberapa hal penting, yaitu kesesuaian gaya komunikasi yang digunakan dalam konteks budaya asal dan mampu membina hubungan empatik serta memberikan umpan balik secara akurat.

Berdasarkan laporan dari subjek penelitian setelah melakukan praktik komunikasi dengan teman-teman dari budaya asal diluar latar kegiatan pelatihan, secara umum subjek penelitian tidak menghadapi kendala berarti dalam berkomunikasi dengan menerapkan gaya komunikasi yang sesuai dengan budaya asalnya dan juga mampu memberikan umpan balik dalam berkomunikasi, namun belum dapat membina hubungan empatik secara baik karena subjek penelitian belum mampu secara merespon secara akurat perasaan yang dimiliki oleh lawan bicara.

### ***Menyadari Karakteristik Budaya Jawa***

Tahap ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran subjek penelitian sebagai mahasiswa luar Jawa untuk menyadari karakteristik budaya Jawa yang meliputi: kesadaran terhadap gaya/cara berkomunikasi; penggunaan bahasa daerah; pengaruh mitos (sejarah budaya); orientasi nilai; norma yang berlaku; dan simbol-simbol budaya dalam perspektif budaya Jawa. Menyadari karakteristik budaya Jawa melibatkan dua tahapan dalam model *experiential* yaitu *concrete experience* dan *reflective observation*. Pada tahap *concrete experience*, subjek penelitian diarahkan untuk memperoleh pengalaman beda budaya dengan mengingat atau menceritakan kembali pengalaman beda budaya yang dialami secara konkrit dengan melibatkan proses penginderaan dan keterlibatan secara langsung dalam sebuah peristiwa yang terjadi. Pada tahap *reflective observation*, subjek penelitian mendeskripsikan kembali pengalaman yang dialami atau diamati dalam berinteraksi dengan masyarakat Jawa dan memberikan penilaian terhadap apa yang diamati tersebut. Subjek penelitian juga diharapkan mampu meniru perilaku tertentu dari budaya Jawa dan menilai seberapa efektif perilaku tersebut diterapkan.

Subjek penelitian pada awalnya mendeskripsikan bahwa mengalami beberapa pengalaman beda budaya yang menghambat komunikasi dengan teman-teman mahasiswa Jawa karena keterbatasan dalam mengenal dan mengidentifikasi perbedaan aspek-aspek antara budaya asalnya dan budaya Jawa. Setelah melalui tahapan diskusi untuk membahas pengamatan reflektif terhadap perbedaan pola perilaku budaya Jawa yang berbeda dengan budaya asal, subjek penelitian mampu mengenali dan menjelaskan letak perbedaannya. Perbedaan tersebut meliputi gaya/cara berkomunikasi; penggunaan bahasa daerah; pengaruh mitos (sejarah budaya); orientasi nilai; norma yang berlaku; dan simbol-simbol budaya dalam perspektif budaya Jawa. Kesadaran subjek penelitian terhadap keunikan budaya Jawa semakin diperkuat dengan menghadirkan pemateri yang membahas informasi tentang karakteristik budaya Jawa di Kota Malang.

### ***Mengetahui Karakteristik Budaya Jawa***

Tahap ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan subjek penelitian tentang karakteristik budaya Jawa yang meliputi: pengetahuan tentang gaya/cara berkomunikasi dalam budaya asal; penggunaan bahasa daerah dalam budaya Jawa; pengaruh mitos (sejarah budaya Jawa); orientasi nilai budaya Jawa; norma yang berlaku dalam budaya Jawa; dan simbol-simbol budaya Jawa. Dalam tahap ini ditekankan pada tahap *abstract conceptualization*. Subjek penelitian difasilitasi untuk mendefinisikan kembali karakteristik budaya Jawa dengan membandingkan pengetahuan yang

dimiliki sebelumnya dan pengetahuan saat ini tentang budaya Jawa. Hasil yang diperoleh adalah subjek penelitian mampu mendeskripsikan pengetahuan yang dimiliki berkaitan dengan faktor penyebab sebuah perilaku dalam budaya Jawa.

### ***Terampil Berkomunikasi dalam Budaya Jawa***

Tahap ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi subjek penelitian dalam konteks budaya Jawa yang meliputi keterampilan dalam: menerapkan gaya komunikasi yang sesuai dengan budaya Jawa; mampu membina hubungan empatik, dan mampu memberikan umpan balik secara akurat. Dalam tahap ini ditekankan pada tahap *active experimentation*. Pada tahap ini subjek penelitian diarahkan untuk menyaksikan video yang menampilkan proses komunikasi dalam budaya Jawa dan membandingkannya dengan hasil pengamatan atau pengalaman yang dilakukan oleh subjek penelitian berkaitan dengan pola komunikasi dalam budaya Jawa. Melalui hasil menyaksikan video dan hasil pengamatan yang dilakukan, subjek penelitian berhasil merumuskan langkah-langkah yang akan dilakukan dalam berkomunikasi dengan orang Jawa. Selanjutnya, subjek penelitian melakukan *simulation exercise* untuk mempraktikkan langkah-langkah yang telah dirumuskan dan didampingi oleh representasi orang Jawa untuk mengoreksi jika terdapat pola interaksi yang kurang tepat. Hasil yang diperoleh adalah subjek penelitian telah mampu menerapkan beberapa keterampilan komunikasi yang tepat berkaitan dengan *gesture* yang ditunjukkan dalam berkomunikasi, ungkapan atau perkataan yang digunakan dapat meningkatkan kedekatan dengan orang Jawa, dan perilaku-perilaku tertentu yang tidak diperbolehkan ketika berkomunikasi.

### **Deskripsi Analisis Data Statistik Setelah Diberikan Perlakuan**

Setelah diberi perlakuan, dilakukan pengukuran kembali untuk mengukur peningkatan skor kompetensi multikultural kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan analisis *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* kemudian digunakan untuk menguji hipotesis.

Skor rata-rata kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Sebelum diberi perlakuan (*pretest*) skor rata-rata kelompok eksperimen sebesar 142,6, setelah diberikan perlakuan (*posttest*) skor rata-rata menjadi 234,1. Pada kelompok kontrol nilai rata-rata yang diperoleh sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) sebesar 143,3 dan sesudah diberikan perlakuan (*posttest*) meningkat menjadi 164,3. Lebih besarnya nilai rata-rata kelompok eksperimen dibandingkan dengan nilai rata-rata kelompok kontrol menunjukkan bahwa model *experiential learning* efektif untuk meningkatkan kompetensi multikultural mahasiswa luar Jawa.

Pada kelompok kontrol terdapat satu subjek penelitian yang tidak mengalami peningkatan kompetensi multikultural secara signifikan. Walaupun demikian, perlakuan yang diberikan pada kelompok kontrol menunjukkan peningkatan signifikan berdasarkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar  $0,008 \leq$  taraf nyata ( $\alpha/2=0,05$ ). Berdasarkan hasil analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* pada kelompok eksperimen, semua subjek penelitian mengalami peningkatan kompetensi multikultural secara signifikan dan dapat diketahui bahwa skor kompetensi multikultural kelompok eksperimen meningkat.

Selanjutnya, pengujian hipotesis menggunakan analisis *Mann-Whitney U Test* menunjukkan bahwa nilai uji Z sebesar -3,780 dan angka *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,000. Mengacu pada nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yang lebih kecil dari taraf nyata ( $\alpha/2=0,05$ ), maka dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan skor *posttest* yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dimana skor kelompok eksperimen lebih besar dibandingkan dengan skor kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* dan *Mann-Whitney U Test* yang telah dipaparkan, dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan skor kompetensi multikultural yang signifikan setelah diberikan perlakuan (*posttest*) pada kelompok eksperimen dibandingkan sebelum diberikan perlakuan (*pretest*), dimana skor kelompok eksperimen lebih besar secara signifikan dibandingkan skor kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji statistik non-parametrik menggunakan analisis *Mann Whitney U Test*, hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata skor kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan skor kelompok kontrol. Selain itu, rerata skor kompetensi multikultural mahasiswa luar Jawa pada kelompok eksperimen yang menerima perlakuan berupa pelatihan kompetensi multikultural menggunakan model *experiential learning* lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang menerima perlakuan berupa program peningkatan kompetensi multikultural.

Peningkatan kompetensi multikultural mahasiswa luar Jawa pada kelompok eksperimen tidak dapat dipisahkan dari pengaruh penerapan model *experiential learning* dalam proses penelitian. Keefektifan model *experiential learning* dalam meningkatkan kompetensi multikultural sebelumnya telah dibuktikan melalui beberapa penelitian lain yang menunjukkan bahwa teknik *experiential learning* sangat tepat untuk mengembangkan kompetensi budaya (*cultural competency*) (Arthur & Achenbach, 2002; Green, 1995; Weaver, 1998). Model *experiential learning* juga dapat meningkatkan partisipasi aktif dari individu (peserta didik) untuk mengembangkan kesadaran terhadap perasaan; keyakinan; opini; dan sikap yang dimiliki kepada orang lain, kesadaran individu dapat membantu meningkatkan hubungan interpersonal antar-kelompok yang berbeda budaya secara positif (Denise & Harris, 1989; Mok, 1999; Weaver, 1998).

Keefektifan model *experiential learning* dapat diperkuat dengan mengintegrasikan beberapa jenis kegiatan atau aktivitas yang sesuai dengan tujuan dari model *experiential learning*, yaitu proses pembelajaran yang menekankan pada konstruksi pengalaman sebagai hasil belajar individu. Pedersen (2000) juga mengintegrasikan beberapa teknik pembelajaran yang dapat digunakan untuk menstimulasi kesadaran multikultural individu, misalnya: *field trip* (kunjungan lapangan) pada budaya lain yang berada dalam komunitas masyarakat tertentu; menggali *critical incidents* (insiden atau kejadian penting) tentang masalah yang terjadi dalam konteks lintas budaya; mengamati pengalaman secara kultural yang dimiliki oleh orang-orang yang berbeda budaya; dan berdiskusi dengan narasumber (seseorang yang memiliki pemahaman memadai tentang budaya tertentu) dari kelompok masyarakat yang berbeda budaya. Aktivitas dalam setiap tahapan model *experiential learning* tidak selalu bersifat permanen melainkan dapat disesuaikan dengan tujuan penelitian yang akan dicapai dan karakteristik dalam setiap tahapan model *experiential learning* yang membentuk sebuah siklus.

Keunggulan dari model *experiential learning* tidak hanya menekankan pada aspek kesadaran multikultural semata, namun juga mampu meningkatkan aspek: pengetahuan (Karpudewan & Mohd Ali Khan, 2017); komunikasi (Barron, Khosa, & Jones-Bitton, 2017; Dernova, 2015); dan keterampilan (B. S. K. Kim & Lyons, 2003) sebagai bagian integral dari kompetensi multikultural. Hal ini dibuktikan dari beberapa hasil penelitian lain yang menunjukkan bahwa model *experiential learning* efektif untuk meningkatkan kompetensi kultural individu tidak hanya dalam konteks keterampilan multikultural namun dalam bidang pribadi-sosial lainnya (Sperandio, Grudzinski-Hall, & Stewart-Gambino, 2010).

Meningkatnya kompetensi multikultural subjek penelitian dalam komponen kesadaran; pengetahuan; dan keterampilan multikultural berdasarkan hasil pengamatan selama proses perlakuan dengan menerapkan model *experiential learning* telah berimplikasi pada peningkatan kemampuan adaptasi subjek penelitian yang berasal dari budaya berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa telah terjadi proses autoplastis, yaitu kemampuan individu untuk mengadaptasi dirinya sesuai dengan lingkungan budaya di sekitarnya ketika menghadapi situasi yang sulit atau perbedaan budaya.

Meningkatnya kompetensi multikultural juga mampu meningkatkan kualitas interaksi sosial di antara individu yang berbeda budaya. Tingkatan individu mencapai proses akulturasi tidak dapat lepas dari proses komunikasi secara langsung (proses interaksi) dengan orang lain yang berbeda budaya (Berry, 1999). Hal ini sangat relevan dengan tahapan dalam perlakuan yang diberikan untuk mempersiapkan subjek penelitian mampu berinteraksi dengan orang-orang dari budaya Jawa. Hal sama juga diperoleh dari penelitian lain (Y. Y. Kim, 2001; Repke & Benet-Martínez, 2018), yang

menunjukkan bahwa proses asimilasi dan akulturasi budaya sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengubah dan meningkatkan level kompetensi komunikasi dengan budaya setempat (*host culture*) dan mengembangkan integrasi sosial (*social integration*) dengan masyarakat setempat (*host society*). Hasil penelitian yang dipaparkan tersebut semakin menegaskan bahwa penerapan model *experiential learning* yang menekankan pada pola interaksi secara langsung antara mahasiswa luar Jawa dengan masyarakat Jawa menjadi faktor kunci yang memengaruhi peningkatan kompetensi multikultural mahasiswa luar Jawa di Kota Malang.

Keefektifan model *experiential learning* juga didukung dengan jenis kelompok yang digunakan, yaitu kelompok psikoedukasi yang menekankan pada fungsi pencegahan dan pengembangan dalam bidang pribadi-sosial. Penelitian yang berkaitan dengan penerapan kelompok psikoedukasi maupun karakteristik kelompok yang serupa dengan kelompok psikoedukasi juga dilakukan (LeBeauf, Smaby, & Maddux, 2009). Penelitian tentang adaptasi keterampilan konseling untuk konseli multikultural menggunakan *Skilled Counseling Training Model* juga menerapkan serangkaian kegiatan dalam kelompok yang terdiri dari: *modeling* (pemodelan); *mastery* (penguasaan terhadap suatu keterampilan); *persuasion* (persuasi); *arousal* (semangat); dan *supervisory feedback* (umpan balik yang tersupervisi) dipandang efektif untuk meningkatkan keterampilan konselor dalam berinteraksi dengan konseli yang berasal dari latar belakang budaya yang beragam. Selain itu, kelompok kecil (*small group*) dalam model pelatihan *Racial-cultural Counseling Competency* juga dapat digunakan untuk meningkatkan *self-exploration* (eksplorasi diri) calon konselor (Carter, 2001).

Melalui dinamika kelompok, subjek penelitian dapat mengamati perilaku anggota kelompok lain; mengutarakan pandangan yang dimiliki; dan memperoleh pemahaman baru melalui proses berdiskusi dengan anggota kelompok lain dalam membahas topik yang menjadi fokus pembahasan kelompok. Selain itu, proses belajar dapat berlangsung secara simultan dan saling melengkapi di antara anggota kelompok. Melalui kelompok psikoedukasi, setiap subjek penelitian dapat belajar dengan mendayagunakan dinamika positif yang terjadi dalam kelompok dan membagi pengalaman serta keterampilan yang dimiliki, dan mampu meningkatkan kohesivitas antara anggota kelompok (Corey, Corey, & Corey, 2013).

Rendahnya kompetensi multikultural memiliki beberapa dampak buruk, seperti adanya prasangka kepada orang lain yang berbeda budaya dan membentuk inklusivitas dalam kelompok ikatan primordial tertentu. Oleh sebab itu, ketika seorang individu memiliki kompetensi multikultural yang tinggi, mereka akan mampu mereduksi prasangka kepada kelompok yang berbeda budaya dan lebih terbuka untuk bergaul dengan orang-orang yang berbeda budaya.

## SIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang diperoleh, model *experiential learning* efektif untuk meningkatkan kompetensi multikultural mahasiswa luar Jawa di Kota Malang. Mahasiswa luar Jawa sebagai subjek penelitian mengalami peningkatan kesadaran dan pengetahuan multikultural yang berkaitan dengan: gaya atau cara komunikasi; bahasa; mitos (sejarah budaya); norma; orientasi nilai; dan simbol budaya dalam konteks budaya asal dan budaya Jawa. Kemampuan komunikasi subjek dengan individu atau kelompok dari budaya asalnya maupun budaya Jawa juga meningkat, hal ini ditunjukkan lewat ketepatan dan keakuratan dalam menginisiasi pembicaraan; mampu membina hubungan empatik; dan mampu secara efektif memberikan umpan balik (*feedback*) dalam percakapan. Terkait hasil penelitian, konselor pendidikan pada jenjang perguruan tinggi disarankan merancang program layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk memfasilitasi mahasiswa pada jenjang semester awal dalam beradaptasi dengan lingkungan budaya yang baru. Konselor pada jenjang perguruan tinggi dalam menerapkan model *experiential learning* perlu memperkuat kesadaran dan pengetahuan yang dimiliki oleh mahasiswa tentang budaya masyarakat setempat dengan cara mendatangi secara langsung komunitas budaya masyarakat tersebut sehingga pengalaman yang diperoleh lebih bersifat kontekstual dan faktual. Peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengukur atau menilai secara akurat perubahan persepsi mahasiswa dalam memandang perbedaan budaya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Arswimba, A. A. (2016). *Pengembangan Paket Pelatihan Kompetensi Multikultural bagi Mahasiswa*. (Unpublished master's thesis). Universitas Negeri Malang.
- Arthur, N., & Achenbach, K. (2002). Developing Multicultural Counseling Competencies through Experiential Learning. *Counselor Education and Supervision, 42*(1), 2–14.
- Barron, D., Khosa, D., & Jones-Bitton, A. (2017). Experiential Learning in Primary Care: Impact on Veterinary Students' Communication Confidence. *Journal of Experiential Education, 40*(4), 349–365. <https://doi.org/10.1177/1053825917710038>
- Berry, J. N. (1999). Culturally Competent Service. *Library Journal, 124*, 112–113.
- Carter, R. T. (2001). Back to The Future in Cultural Competence Training. *The Counseling Psychologist, 29*(6), 787–789.
- Corey, M. S., Corey, G., & Corey, C. (2013). *Groups: Process and Practice*. Cengage Learning.
- Damayanti, C., & Kusumo, G. D. (2017). Pengembangan Modal Sosial Mahasiswa Luar Jawa di Universitas Slamet Riyadi. *Research Fair Unisri, 1*(2).
- Denise, P. S., & Harris, I. M. (1989). *Experiential Education for Community Development*. Westport, CT: Greenwood.
- Dernova, M. (2015). Experiential Learning Theory as One of The Foundations of Adult Learning Practice Worldwide. *Comparative Professional Pedagogy, 5*(2), 52–57. <https://doi.org/10.1515/rpp-2015-0040>
- Downs, S. R. (1992). *An Evaluation of Experiential Teaching/Learning Methods--In a Professional Legal Training Course*. (Unpublished master's thesis). Macquarie University
- Green, J. W. (1995). *Cultural Awareness in The Human Services: A Multi-ethnic Approach*. Prentice Hall.
- Holcomb-McCoy, C. C., & Myers, J. E. (1999). Multicultural Competence and Counselor Training: A National Survey. *Journal of Counseling & Development, 77*(3), 294–302. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1999.tb02452.x>
- Karpudewan, M., & Mohd Ali Khan, N. S. (2017). Experiential-based Climate Change Education: Fostering Students' Knowledge and Motivation Towards The Environment. *International Research in Geographical and Environmental Education, 26*(3), 207–222. <https://doi.org/10.1080/10382046.2017.1330037>
- Kim, B. S. K., & Lyons, H. Z. (2003). Experiential Activities and Multicultural Counseling Competence Training. *Journal of Counseling & Development, 81*(4), 400–408. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2003.tb00266.x>
- Kim, Y. Y. (2001). *Becoming Intercultural: An Integrative Theory of Communication and Cross-cultural Adaptation*. Sage.
- LeBeauf, I., Smaby, M., & Maddux, C. (2009). Adapting Counseling Skills for Multicultural and Diverse Clients. *Compelling Counseling Interventions: VISTAS, 33–42*.
- Mok, Y. F. (1999). Experiential Learning: Functional Attributes and Effectiveness. *Studies in Continuing Education, 21*(1), 57–72. <https://doi.org/10.1080/0158037990210104>
- Pedersen, P. (2000). *A Handbook for Developing Multicultural Awareness*. American Association for Counseling.
- Repke, L., & Benet-Martínez, V. (2018). The (Diverse) Company You Keep: Content and Structure of Immigrants' Social Networks as a Window into Intercultural Relations in Catalonia. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 49*(6), 924–944. <https://doi.org/10.1177/0022022117733475>
- Reynolds, A. L., & Pope, R. L. (1994). Perspectives on Creating Multicultural Campuses. *Journal of American College Health, 42*(5), 229–233.

- Riskiyah. (2014). *Pengembangan Paket Pelatihan Konseling Kelompok Kognitif Behavioral Berbasis Experiential Learning untuk Instruktur Bimbingan dan Konseling*. (Unpublished master's thesis). Universitas Negeri Malang.
- Rustanto, B. (2015). *Masyarakat Multikultur di Indonesia*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sabnani, H. B., Ponterotto, J. G., & Borodovsky, L. G. (1991). White Racial Identity Development and Cross-cultural Counselor Training: A Stage Model. *The Counseling Psychologist*, 19(1), 76–102.
- Sperandio, J., Grudzinski-Hall, M., & Stewart-Gambino, H. (2010). Developing an Undergraduate Global Citizenship Program: Challenges of Definition and Assessment. *International Journal of Teaching and Learning in Higher Education*, 22(1), 12–22.
- Sue, D. W. (1991). A Model for Cultural Diversity Training. *Journal of Counseling & Development*, 70(1), 99–105. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1991.tb01568.x>
- Weaver, H. N. (1998). Teaching Cultural Competence: Application of Experiential Learning Techniques. *Journal of Teaching in Social Work*, 17(1–2), 65–79.



## Perbedaan Self-regulated Learning Siswa Sekolah Menengah Kejuruan berdasarkan Jenis Kelamin

Wahyu Nanda Eka Saputra, Said Alhadi, Agus Supriyanto, Claudy Desya Wiretna, Babay Baqiyatussolihat

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Pramuka No. 42, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia 55161  
E-mail: [said.alhadi@bk.uad.ac.id](mailto:said.alhadi@bk.uad.ac.id)

Artikel diterima: 5 Juni 2018; direvisi: 13 November 2018; disetujui: 24 November 2018

**Abstract:** The purpose of this study was to identify the differences in self-regulated learning of male and female students in Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah in Yogyakarta, Special Region of Yogyakarta, Indonesia. This quantitative study using comparative method involving 414 students consisting of 226 male students and 188 female students as sample. The sample selection used Stratified Random Sampling technique. The instrument was the Self-regulated Learning Scale. To identify the differences in self-regulated learning of male and female students, Independent Sample Test were used. The results showed that there were significant differences between self-regulated learning of male and female students at Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah in Yogyakarta. And, self-regulated learning of female student was higher than male students. The particular study recommended the need for counseling services to improve student self-regulated learning.

**Keywords:** comparison; *self-regulated learning*; *vocational high school*

**Abstrak:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi perbedaan *self-regulated learning* siswa laki-laki dan perempuan di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Muhammadiyah Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia. Penelitian kuantitatif menggunakan metode komparatif ini melibatkan 414 siswa yang terdiri dari 226 siswa laki-laki dan 188 siswa perempuan sebagai sampel. Pemilihan sampel menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah Skala *Self-regulated Learning*. Analisis *Independent Sample Test* digunakan untuk mengidentifikasi perbedaan *self-regulated learning* siswa laki-laki dan perempuan. Hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *self-regulated learning* siswa laki-laki dan siswa perempuan di SMK Muhammadiyah Yogyakarta, dimana *self-regulated learning* siswa perempuan lebih tinggi. Penelitian ini merekomendasikan perlu adanya layanan konseling untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa.

**Kata kunci:** komparasi; *self-regulated learning*; SMK

Prestasi akademik merupakan salah satu indikator utama keberhasilan siswa dalam menjalani proses belajar di sekolah. Oleh sebab itu, berbagai upaya harus dilakukan untuk mendukung tercapainya keberhasilan siswa dalam proses belajar di sekolah (Palmer, Davis, & Maramba, 2010; Palmer, Davis, & Thompson, 2010). Secara khusus, salah satu unsur yang dapat mendukung keberhasilan siswa dalam menjalani proses pembelajaran di sekolah adalah motivasi intrinsik untuk belajar (Alhadi & Saputra, 2017; Fan & Williams, 2010; Froiland dkk., 2012; Logan, Medford, & Hughes, 2011; Niehaus, Rudasill, & Adelson, 2012; Walker, Greene, & Mansell, 2006). Motivasi intrinsik

yang rendah, akan memicu rendahnya keberhasilan siswa dalam menjalani proses belajar di sekolah. Sebaliknya, motivasi intrinsik yang tinggi, akan memicu siswa untuk mencapai keberhasilan dalam proses pembelajaran di sekolah.

Berbagai masalah muncul di sekolah terkait dengan permasalahan belajar. Salah satu masalah yang sering muncul adalah penundaan mengerjakan tugas atau sering disebut dengan prokrastinasi akademik. Sebuah penelitian menyebutkan bahwa terdapat sebesar 17,2% pelajar Sekolah Menengah Pertama (SMP) di kota Yogyakarta yang mengalami prokrastinasi tinggi, 77,1% mengalami prokrastinasi sedang, dan 5,7% mengalami prokrastinasi rendah (Munawaroh, Alhadi, & Saputra, 2017). Siswa yang sering melakukan penundaan mengerjakan tugas akan cenderung memiliki tingkat kemandirian belajar atau yang sering disebut *self-regulated learning* rendah (Corkin, Shirley, & Lindt, 2011; Rakes & Dunn, 2010; Wäschle dkk., 2014).

Kesadaran akan pentingnya keterampilan *self-regulated learning* perlu dimiliki oleh setiap siswa, termasuk siswa SMK. Kesadaran siswa akan pentingnya *self-regulated learning* akan memacu siswa mengatur dirinya menampilkan kegiatan belajar yang maksimal dan akan menghindarkan siswa dari penurunan pencapaian prestasi belajar (Azevedo dkk., 2010; Efklides, 2011; Zimmerman, 2013). *Assessment* tentang keterampilan *self-regulated learning* siswa SMK dapat membantu mereka menyadari tingkat *self-regulated learning* yang mereka miliki (Clark, 2012; Lindner & Harris, 1993) dan hal tersebut dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan *self-regulated learning*.

Permasalahan tentang *self-regulated learning* masih menjadi pekerjaan rumah bagi berbagai pihak, termasuk guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah. Upaya positif sering diabaikan oleh mahasiswa, sehingga proses belajar yang dilakukan oleh mahasiswa tidak maksimal. Jika permasalahan ini tidak segera diselesaikan, siswa akan mengalami dampak negatif. Sering pula siswa tidak menyadari bahwa mereka kurang memiliki keterampilan *self-regulated learning*. Hal ini menjadikan konselor sekolah memerlukan upaya yang lebih untuk merancang strategi membangun dan mengembangkan *self-regulated learning* siswa.

Jenis kelamin dapat menjadi salah satu komponen yang turut menjadi penentu tingkat *self-regulated learning* (Virtanen & Nevgi, 2010; Zimmerman & Martinez-Pons, 1990). Siswa laki-laki dan perempuan kemungkinan memiliki kecenderungan kemampuan *self-regulated learning* yang berbeda. Secara lebih spesifik penelitian ini akan mengidentifikasi perbedaan *self-regulated learning* siswa laki-laki dan perempuan pada tingkat SMK. *Self-regulated learning* siswa diukur dengan menggunakan Skala *Self-regulated Learning* yang terdiri dari 43 butir pernyataan dan memiliki reliabilitas tinggi (Alhadi, Saputra, & Supriyanto, 2018). Lokasi penelitian di sekolah tingkat SMK menjadi salah satu pembeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Dipilihnya latar SMK sebagai lokasi penelitian karena perbedaan budaya sekolah antara SMK dengan Sekolah Menengah Atas (SMA), yang mana orientasi siswa SMK setelah lulus adalah bekerja. Kondisi ini menuntut siswa untuk memiliki kemampuan pengaturan diri dalam belajar yang mengarah pada pencapaian prestasi belajar yang maksimal, sehingga akan menunjang kesuksesan dan kematangan karier mereka ketika terjun ke dunia kerja (Aji, 2010; Juwitaningrum, 2013; Lestari & Siswanto, 2015). Lebih jauh lagi, siswa SMK perlu berpikir lebih rasional untuk memiliki kejelasan arah karier (Jarkawi, Ridhani, & Susanto, 2017).

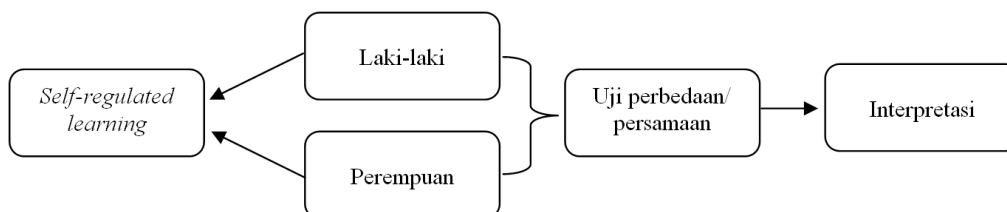
Hipotesis penelitian ini adalah terdapat perbedaan tingkat *self-regulated learning* yang signifikan antara siswa laki-laki dan perempuan pada SMK Muhammadiyah di Kota Yogyakarta. Hipotesis tersebut diuji melalui proses penelitian komparatif untuk mengidentifikasi perbedaannya. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pertimbangan para praktisi pendidikan di lapangan dalam upaya mengembangkan *self-regulated learning* siswa dengan mempertimbangkan jenis kelamin siswa. Ketepatan dan keakuratan praktisi dalam menyusun program kerja bimbingan dan konseling memberikan efek nyata terhadap perubahan tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki oleh siswa SMK.

## METODE

Rancangan penelitian ini adalah komparatif. Penelitian komparatif memiliki sifat membandingkan persamaan dan perbedaan dua atau lebih sifat-sifat dan fakta-fakta objek yang diteliti berdasarkan suatu kerangka pemikiran yang telah dibuat. Penelitian komparatif digunakan untuk membandingkan antara dua kelompok atau lebih dalam suatu variabel tertentu, yang dalam hal ini adalah *self-regulated learning* siswa SMK berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Penelitian komparatif digambarkan pada gambar 1.

Penelitian ini dirancang sebagai penelitian komparatif, dengan sampel 414 siswa SMK Muhammadiyah di Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia. Sampel terdiri dari 226 siswa SMK berjenis kelamin laki-laki dan 188 siswa SMK berjenis kelamin perempuan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah Skala *Self-regulated Learning* yang terdiri dari 43 butir pernyataan yang telah diuji validitasnya dan telah dinyatakan valid. Selain itu, hasil uji reliabilitasnya menunjukkan koefisien 0,880 dan dinyatakan dalam kategori reliabilitas tinggi. Analisis data untuk mengidentifikasi perbedaan *self-regulated learning* siswa laki-laki dan perempuan menggunakan rumus *Independent Samples Test* dengan bantuan program *SPSS for Windows Release 20*.

Tahap-tahap yang dilakukan dalam penelitian ini dijabarkan dalam lima tahapan. Pertama yang dilakukan adalah menentukan masalah yang diteliti. Masalah yang diteliti dalam penelitian ini adalah variabel *self-regulated learning*. Kedua, menentukan kelompok yang memiliki karakteristik yang diteliti. Kelompok yang diteliti dalam penelitian ini adalah siswa SMK Muhammadiyah di Kota Yogyakarta berjenis kelamin laki-laki yang jumlah sampelnya terdiri dari 226. Ketiga, menentukan kelompok pembanding. Kelompok pembanding dalam penelitian ini adalah siswa SMK Muhammadiyah di Kota Yogyakarta berjenis kelamin perempuan yang jumlah sampelnya adalah 188 siswa. Keempat, melakukan pengumpulan data. Data dikumpulkan dengan menggunakan Skala *Self-regulated Learning*. Kelima, melakukan analisis data. Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan rumus *Independent Samples Test*.



**Gambar 1 Rancangan Penelitian Komparatif**

## HASIL

Pengolahan data *Independent Samples Test* menggunakan bantuan *software SPSS* versi 20. Analisis ini dipilih untuk melihat ada atau tidaknya perbedaan *self-regulated learning* siswa ditinjau dari jenis kelamin. Hasil uji beda *self-regulated learning* ditinjau dari jenis kelamin disajikan pada tabel 1.

Pada tabel 1 dan 2, F yang diperoleh ialah 8,517 dengan signifikansi 0,504 yang berarti lebih besar dari 0,05 ( $0,504 > 0,05$ ) hal ini berarti varian kelompok populasi adalah homogen. Dengan demikian persyaratan homogenitas untuk analisis komparasi terpenuhi. Selanjutnya, dari hasil analisis data diperoleh koefisien t hitung sebesar -5,828 dengan probabilitas 0,000 apabila dibandingkan dengan 0,05 maka nilai probabilitasnya lebih kecil dari 0,05 yang artinya terdapat perbedaan *self-regulated learning* siswa ditinjau dari jenis kelamin. Dengan demikian dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan *self-regulated learning* yang signifikan antara siswa laki-laki dan perempuan.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tingkat *self-regulated learning* siswa perempuan lebih tinggi daripada siswa laki-laki. Hal tersebut ditunjukkan dengan nilai *mean* tingkat *self-regulated learning* siswa perempuan sebesar 129,1596 sedangkan tingkat *self-regulated learning* siswa laki-

Tabel 1 *Output Group Statistics* menggunakan SPSS

	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Tingkat <i>Self-regulated Learning</i>	Laki-laki	226	120,3717	16,79190	1,11698
	Perempuan	188	129,1596	13,22193	0,96431

Tabel 2 *Output Independent Samples Test* menggunakan SPSS

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Differ ence	Std. Error Differ ence	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper	
Tingkat <i>Self-regu- lated Learn- ing</i>	<i>Equal variances assumed</i>	0,517	0,504	-5,828	412	0,000	-8,78789	1,50785	-11,75192	-5,82386
	<i>Equal variances not assumed</i>			-5,955	410,806	0,000	-8,78789	1,47565	-11,68866	-5,88713

laki sebesar 120,3717. *Mean* tingkat *self-regulated learning* siswa perempuan lebih besar daripada tingkat *self-regulated learning* siswa laki-laki. Pada bagian selanjutnya akan dibahas secara komprehensif hasil dari penelitian ini, melibatkan diskusi dengan hasil penelitian terdahulu dan konfirmasi teori.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat perbedaan *self-regulated learning* antara siswa laki-laki dan perempuan di SMK Muhammadiyah di Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia. Jika ditilik dari nilai rata-rata, tingkat *self-regulated learning* siswa perempuan SMK Muhammadiyah di Kota lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat *self-regulated learning* siswa laki-laki. Siswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning* tinggi, memiliki peluang yang lebih besar untuk mencapai prestasi akademik yang diinginkan daripada siswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning* yang rendah (Broadbent & Poon, 2015; Kitsantas, Steen, & Huie, 2017). Hal ini disebabkan karena mereka memiliki kemampuan untuk mengatur dirinya untuk tetap belajar secara mandiri walaupun tidak dikondisikan oleh guru. Kebiasaan ini yang akan dapat memicu siswa untuk selalu siap dengan berbagai pembelajaran yang diberikan oleh guru di sekolah. Siswa perempuan cenderung melaporkan penggunaan latihan, organisasi, metakognisi, keterampilan manajemen waktu, elaborasi, dan usaha yang lebih baik daripada siswa laki-laki (Bidjerano, 2005). Kemampuan mengorganisasikan diri sendiri dengan kondisi yang ada dilingkungannya menjadi alat kuat bagi siswa untuk mengalami proses pembelajaran yang maksimal.

Penelitian terdahulu juga menyebutkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat *self-regulated learning* siswa laki-laki dan perempuan (Bembenutty, 2007). Bahkan terdapat temuan penelitian yang menyimpulkan bahwa siswa laki-laki memiliki kecenderungan untuk fokus pada tujuan kinerja pembelajaran serta menggunakan strategi pembelajaran yang lebih mudah seperti hafalan jika dibandingkan dengan siswa perempuan (Niemivirta, 1997). Salah satu indikator nyata yang dapat menjadi bukti bahwa siswa perempuan memiliki tingkat *self-regulated learning* yang lebih tinggi daripada siswa laki-laki adalah lebih tingginya prestasi akademik siswa perempuan daripada

laki-laki ketika berada di sekolah. Salah satu penelitian juga mendukung pernyataan tersebut yang menyimpulkan bahwa pencapaian prestasi akademik siswa perempuan ketika di sekolah memiliki kecenderungan lebih baik daripada siswa laki-laki (Ray, Garavalia, & Gredler, 2003).

*Self-regulated learning* yang dimiliki oleh siswa dipengaruhi oleh situasi yang ada pada lingkungan siswa dan juga tidak terlepas dari dukungan sosial yang diberikan kepada mereka (Rachmah, 2015). Lingkungan yang tercipta pada siswa perempuan memberikan kesempatan pada mereka untuk saling memberikan penguatan dan perhatian terhadap berkembangnya tingkat *self-regulated learning*, sehingga kondisi lingkungan tersebut semakin menguatkan untuk meningkatkan *self-regulated learning*.

Siswa laki-laki memiliki keterikatan kuat dengan teman sebayanya, namun keterikatan tersebut justru memberikan dampak buruk, yang salah satu dampaknya adalah menurunnya kualitas *self-regulated learning* yang mereka miliki. Ilustrasi tersebut seperti halnya penelitian lain yang menunjukkan bahwa *self-regulated learning* siswa dan konformitas teman sebaya berpengaruh pada prokrastinasi akademik (Safa'ati, 2017). Tinggi atau rendahnya prokrastinasi akademik itu sendiri menjadi salah satu prediktor baik atau buruknya keterampilan *self-regulated learning* yang dimiliki oleh siswa (Balkis & Duru, 2016; Hong et al., 2015). Semakin tinggi prokrastinasi akademik, maka semakin rendah tingkat *self-regulated learning*. Sebaliknya, semakin rendah prokrastinasi akademik, maka semakin tinggi tingkat *self-regulated learning* siswa.

Beberapa penelitian lain justru menunjukkan hasil yang berkebalikan dengan temuan penelitian ini. Salah satu penelitian menyimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara siswa laki-laki dan perempuan terhadap tingkat *self-regulated learning* dan motivasi siswa untuk berprestasi (Yukselturk & Bulut, 2009). Perbedaan kedua hasil penelitian ini dapat menjadi landasan penelitian selanjutnya untuk mengidentifikasi alasan terdapatnya perbedaan hasil penelitian ini, yang tentunya menarik untuk dikaji. Tinggi atau rendahnya tingkat *self-regulated learning* dapat menjadi alasan konselor sekolah dan pemangku kepentingan terkait untuk menyusun sebuah program kegiatan dalam rangka meningkatkan *self-regulated learning* siswa.

*Self-regulated learning* sendiri menjadi variabel penting bagi siswa untuk mencapai kesuksesan akademik yang mereka jalani di sekolah. Hal tersebut menjadi alasan mendasar bagi siswa untuk memahami dan menyadari tingkat *self-regulated learning* mereka serta mampu membuat perubahan apabila *self-regulated learning* mereka rendah. Hal ini dikarenakan *self-regulated learning* memiliki pengaruh signifikan terhadap performa akademik (Wilson & Narayan, 2016) juga prestasi akademik (Broadbent & Poon, 2015; Dent & Koenka, 2016; Wolters & Hussain, 2015), yang berarti selain performa akademik yang baik, tingkat *self-regulated learning* siswa yang tinggi akan mendorong siswa mencapai prestasi akademik yang maksimal sesuai dengan harapan setiap siswa.

Peran konselor sekolah begitu vital untuk membantu siswa mengidentifikasi tingkat *self-regulated learning*. Tingkat *self-regulated learning* ini menjadi dasar konselor sekolah dalam menyusun program bimbingan dan konseling guna membuat perubahan, yaitu meningkatnya *self-regulated learning* siswa. Hal ini dilakukan konselor agar materi yang diberikan oleh konselor sekolah sesuai dengan kebutuhan yang ada pada diri siswa, sehingga program bimbingan dan konseling yang dikembangkan tepat sasaran serta sesuai dengan situasi dan kondisi siswa di sekolah.

## SIMPULAN

*Self-regulated learning* merupakan salah satu variabel penting bagi kesuksesan siswa dalam bidang akademik. Kesadaran siswa akan tingkat *self-regulated learning* perlu dimiliki agar dapat menunjang keberhasilannya dalam bidang akademik. Penelitian ini menyimpulkan bahwa siswa SMK perempuan memiliki keterampilan *self-regulated learning* yang lebih baik daripada siswa SMK laki-laki. Hasil penelitian ini seyogyanya dapat menjadi dasar konselor sekolah dalam menyusun program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan *self-regulated learning* dengan memperhatikan karakteristik siswa SMK laki-laki dan perempuan. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar penelitian selanjutnya untuk dapat meningkatkan; menciptakan; atau menguji model intervensi tertentu untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa SMK.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aji, R. (2010). *Hubungan antara Locus of Control Internal dengan Kematangan Karir pada Siswa Kelas XII SMK N 4 Purworejo*. (Doctoral dissertation) Universitas Diponegoro.
- Alhadi, S., & Saputra, W. N. E. (2017). *The Relationship between Learning Motivation and Learning Outcome of Junior High School Students in Yogyakarta*.
- Alhadi, S., Saputra, W., & Supriyanto, A. (2018). The Analysis of Validity and Reliability of Self-regulated Learning Scale. In *Proceedings of the 1st International Conference on Education Innovation (ICEI 2017)*. Paris, France: Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/icei-17.2018.74>
- Azevedo, R., Johnson, A., Chauncey, A., & Burkett, C. (2010). Self-regulated Learning with MetaTutor: Advancing the Science of Learning with MetaCognitive Tools. In *New Science of Learning* (pp. 225–247). Springer.
- Balkis, M., & Duru, E. (2016). Procrastination, Self-regulation Failure, Academic Life Satisfaction, and Affective Well-being: Underregulation or Misregulation Form. *European Journal of Psychology of Education, 31*(3), 439–459. <https://doi.org/10.1007/s10212-015-0266-5>
- Bembenutty, H. (2007). Self-regulation of Learning and Academic Delay of Gratification: Gender and Ethnic Differences among College Students. *Journal of Advanced Academics, 18*(4), 586–616.
- Bidjerano, T. (2005). *Gender Differences in Self-Regulated Learning*.
- Broadbent, J., & Poon, W. L. (2015). Self-regulated Learning Strategies & Academic Achievement in Online Higher Education Learning Environments: A Systematic Review. *The Internet and Higher Education, 27*, 1–13.
- Clark, I. (2012). Formative Assessment: Assessment is For Self-regulated Learning. *Educational Psychology Review, 24*(2), 205–249.
- Corkin, D. M., Shirley, L. Y., & Lindt, S. F. (2011). Comparing Active Delay and Procrastination From A Self-regulated Learning Perspective. *Learning and Individual Differences, 21*(5), 602–606.
- Dent, A. L., & Koenka, A. C. (2016). The Relation Between Self-regulated Learning and Academic Achievement Across Childhood and Adolescence: A Meta-analysis. *Educational Psychology Review, 28*(3), 425–474.
- Efklides, A. (2011). Interactions of Metacognition with Motivation and Affect in Self-regulated Learning: The MASRL Model. *Educational Psychologist, 46*(1), 6–25.
- Fan, W., & Williams, C. M. (2010). The Effects of Parental Involvement on Students' Academic Self-efficacy, Engagement and Intrinsic Motivation. *Educational Psychology, 30*(1), 53–74.
- Froiland, J. M., Oros, E., Smith, L., & Hirschert, T. (2012). Intrinsic Motivation to Learn: The Nexus between Psychological Health and Academic Success. *Contemporary School Psychology: Formerly The California School Psychologist, 16*(1), 91–100.
- Hong, J.-C., Hwang, M.-Y., Kuo, Y.-C., & Hsu, W.-Y. (2015). Parental Monitoring and Helicopter Parenting Relevant to Vocational Student's Procrastination and Self-regulated Learning. *Learning and Individual Differences, 42*, 139–146. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2015.08.003>
- Jarkawi, J., Ridhani, A. R., & Susanto, D. (2017). Strategi Bimbingan dan Konseling Karier Bermutu pada Sekolah Menengah Kejuruan Syuhada Banjarmasin. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, 2*(3), 123–130. <https://doi.org/dx.doi.org/10.17977/um001v2i32017p123>
- Juwitaningrum, I. (2013). Program Bimbingan Karir untuk Meningkatkan Kematangan Karir Siswa SMK. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2*(2), 132–147. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v2i2.2580>

- Kitsantas, A., Steen, S., & Huie, F. (2017). The Role of Self-regulated Strategies and Goal Orientation in Predicting Achievement of Elementary School Children. *International Electronic Journal of Elementary Education*, 2(1), 65–81.
- Lestari, I., & Siswanto, B. T. (2015). Pengaruh Pengalaman Prakerin, Hasil Belajar Produktif dan Dukungan Sosial Terhadap Kesiapan Kerja Siswa SMK. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 5(2), 183–194.
- Lindner, R. W., & Harris, B. (1993). Self-Regulated Learning: Its Assessment and Instructional Implications. *Educational Research Quarterly*, 16(2), 29–37.
- Logan, S., Medford, E., & Hughes, N. (2011). The Importance of Intrinsic Motivation for High and Low Ability Readers' Reading Comprehension Performance. *Learning and Individual Differences*, 21(1), 124–128.
- Munawaroh, M. L., Alhadi, S., & Saputra, W. N. E. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 26–31.
- Niehaus, K., Rudasill, K. M., & Adelson, J. L. (2012). Self-efficacy, Intrinsic Motivation, and Academic Outcomes among Latino Middle School Students Participating in An After-school Program. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 34(1), 118–136.
- Niemivirta, M. (1997). *Gender Differences in Motivational-Cognitive Patterns of Self-Regulated Learning*.
- Palmer, R. T., Davis, R. J., & Maramba, D. C. (2010). Role of An HBCU in Supporting Academic Success for Underprepared Black Males. *Negro Educational Review*, 61(1–4), 85.
- Palmer, R. T., Davis, R. J., & Thompson, T. (2010). Theory Meets Practice: HBCU Initiatives that Promote Academic Success among African Americans in STEM. *Journal of College Student Development*, 51(4), 440–443.
- Rachmah, D. N. (2015). Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak. *Jurnal Psikologi*, 42(1), 61–77. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6943>
- Rakes, G. C., & Dunn, K. E. (2010). The Impact of Online Graduate Students' Motivation and Self-Regulation on Academic Procrastination. *Journal of Interactive Online Learning*, 9(1), 78–93
- Ray, M. W., Garavalia, L. S., & Gredler, M. E. (2003). *Gender Differences in Self-Regulated Learning, Task Value, and Achievement in Developmental College Students*.
- Safa'ati, E. (2017). Peran Regulasi Diri dan Konformitas Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 2(1), 75–84.
- Virtanen, P., & Nevgi, A. (2010). Disciplinary and Gender Differences among Higher Education Students in Self-regulated Learning Strategies. *Educational Psychology*, 30(3), 323–347.
- Walker, C. O., Greene, B. A., & Mansell, R. A. (2006). Identification with Academics, Intrinsic/extrinsic Motivation, and Self-efficacy as Predictors of Cognitive Engagement. *Learning and Individual Differences*, 16(1), 1–12.
- Wäschle, K., Allgaier, A., Lachner, A., Fink, S., & Nückles, M. (2014). Procrastination and Self-efficacy: Tracing Vicious and Virtuous Circles in Self-regulated Learning. *Learning and Instruction*, 29, 103–114.
- Wilson, K., & Narayan, A. (2016). Relationships among Individual Task Self-efficacy, Self-regulated Learning Strategy Use and Academic Performance in A Computer-supported Collaborative Learning Environment. *Educational Psychology*, 36(2), 236–253.
- Wolters, C. A., & Hussain, M. (2015). Investigating Grit and Its Relations with College Students' Self-Regulated Learning and Academic Achievement. *Metacognition and Learning*, 10(3), 293–311.

- Yukselturk, E., & Bulut, S. (2009). Gender Differences in Self-regulated Online Learning Environment. *Journal of Educational Technology & Society*, 12(3), 12–22.
- Zimmerman, B. J. (2013). Theories of Self-regulated Learning and Academic Achievement: An Overview and Analysis. In *Self-regulated Learning and Academic Achievement* (pp. 10–45). Routledge.
- Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons, M. (1990). Student Differences in Self-regulated Learning: Relating Grade, Sex, and Giftedness to Self-efficacy and Strategy Use. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 51–59.



## Pengembangan Panduan Pelatihan Empati Menggunakan Teknik Sinema Edukasi untuk Mencegah Perilaku Bullying Siswa Sekolah Menengah Pertama

Vesti Dwi Cahyaningrum<sup>1</sup>, Dany Moenindyah Handarini<sup>2</sup>, Irene Maya Simon<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, Jl. Jend. Ahmad Yani No.10, Bojonegoro, Jawa Timur, Indonesia  
62115

<sup>2</sup>Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang,  
Jl. Semarang No. 5, Malang, Jawa Timur, Indonesia 65145  
E-mail: [vestidwibk@yahoo.com](mailto:vestidwibk@yahoo.com)

Artikel diterima: 29 Agustus 2017; direvisi: 3 Juli 2018; disetujui: 9 Agustus 2018

---

**Abstract:** This study aimed to develop a training guide of empathy attitude skills as prevention of bullying behavior on junior high school students. The method was a research and development model. The subjects of the research were guidance and counseling experts; educational technology expert; and school counselors. The instrument was the empathy attitude skill scale for students; expert assessment instruments and counselor assessment instruments. Data from the assessment results of guidance and counseling expert; educational technology expert; and three school counselors in three different schools in Malang City showed that the developed products were acceptable and feasible to be used to improve empathy skills as prevention of bullying behavior of junior high school students.

**Keywords:** training guide; empathy; bullying; junior high school

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan panduan pelatihan keterampilan sikap empati sebagai pencegahan perilaku *bullying* siswa sekolah menengah pertama (SMP). Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah model penelitian dan pengembangan. Subjek uji coba penelitian ini adalah ahli bimbingan dan konseling (BK); ahli teknologi pendidikan (TEP); dan konselor sekolah. Instrumen yang digunakan adalah skala keterampilan sikap empati untuk siswa; instrumen penilaian ahli dan instrumen penilaian konselor. Data hasil penilaian ahli BK; ahli TEP; dan tiga konselor sekolah di tiga sekolah yang berbeda di Kota Malang menunjukkan bahwa produk yang dikembangkan dapat diterima dan layak digunakan untuk meningkatkan keterampilan sikap empati sebagai pencegahan perilaku *bullying* siswa SMP.

**Kata kunci:** panduan pelatihan; empati; *bullying*; siswa SMP

---

Masa remaja merupakan masa yang paling rawan dalam pergaulan, dimana emosi pada masa ini sangat labil (Ediati, 2015). Kondisi psikis remaja sangat labil karena masa ini merupakan fase pencarian jati diri. Masa pencarian jati diri di kalangan remaja, dapat menimbulkan permasalahan-permasalahan yang berpotensi membentuk pribadi kurang baik karena kurangnya bimbingan dari segi akademik; individu; ataupun juga dari kondisi keluarga yang kurang memberikan bimbingan terhadap seorang anak atau peserta didik. Salah satunya bentuk kepribadian yang kurang baik adalah *bullying* (Hurlock, 1999). *Bullying* adalah tindakan bermusuhan yang dilakukan secara sadar dan disengaja, bertujuan untuk menyakiti seperti menakuti melalui ancaman agresi dan menimbulkan

teror (Coloroso, 2007). Pelaku *bullying* memiliki karakteristik untuk melakukan dominasi terhadap orang lain melalui kekerasan, dan mereka menunjukkan sedikit atau bahkan tidak menunjukkan empati sama sekali pada korban mereka (Papalia, Olds, & Feldman, 2007).

Dalam fenomena *bullying*, salah satu karakteristik pelakunya adalah memiliki empati yang rendah terhadap para korban (Rigby, 2002). Hal ini tercermin dari rendahnya kepedulian pelaku terhadap konsekuensi emosional yang dapat mereka berikan pada orang lain serta rendahnya kemampuan untuk turut merasakan konsekuensi emosional tersebut (Arsenio & Lemerise, 2001; Gini, Albiero, Benelli, & Altoè, 2007). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, pengembangan empati dinilai sebagai komponen penting dalam penerapan program yang bertujuan untuk mengurangi perilaku agresif pada umumnya dan *bullying* pada khususnya (Miller & Eisenberg, 1988).

Di Kota Malang, siswa SMP sebagian besar memiliki empati yang rendah. Hal ini diketahui lewat penelitian awal yang dilakukan peneliti. Dalam penelitian awal, peneliti mengukur tingkat keterampilan empati siswa SMP dengan mengambil sampel secara acak. Sejumlah 165 siswa yang menjadi sampel diminta mengisi instrumen skala empati yang sudah divalidasi. Secara rinci hasil penelitian menunjukkan 1,21% siswa memiliki empati sangat rendah; 45,45% memiliki empati rendah; 35,15% memiliki empati sedang; 15,15% memiliki empati tinggi; dan 3,03% memiliki empati sangat tinggi. Hal ini berarti banyak siswa memiliki kecenderungan tinggi untuk melakukan *bullying*.

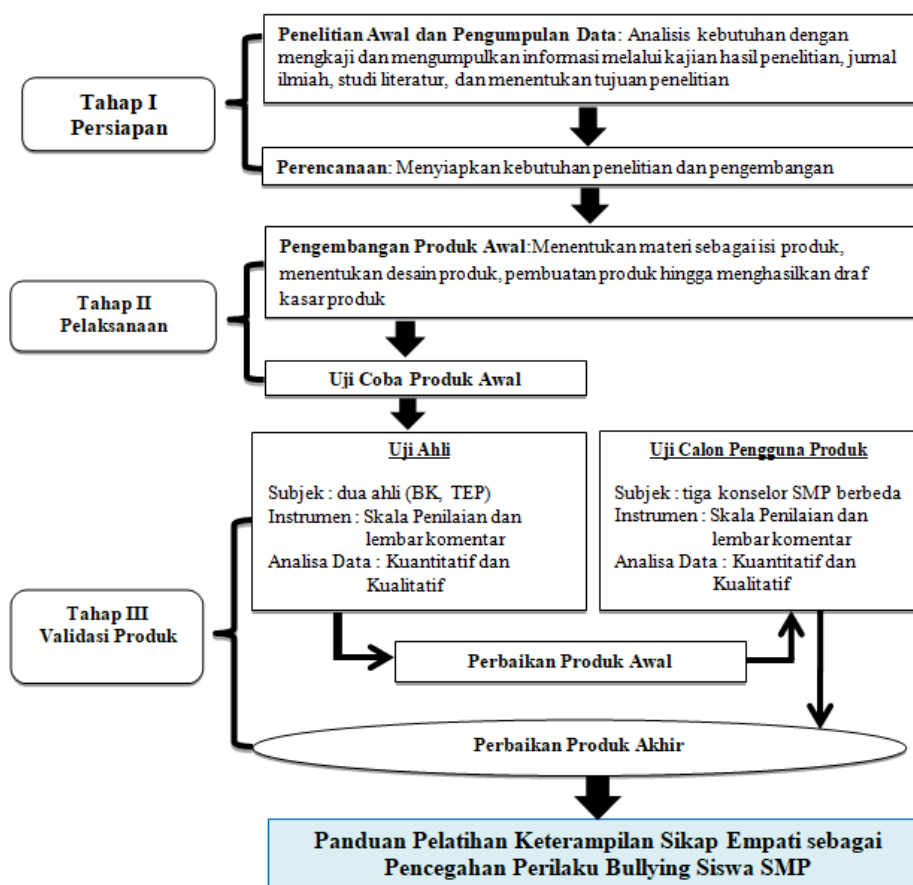
Panduan pelatihan empati merupakan produk yang dapat digunakan dalam membantu siswa meningkatkan empatinya. Di dalam panduan tersebut, film digunakan sebagai media untuk meningkatkan empati siswa. Film merupakan sebuah media yang dapat meningkatkan kognitif maupun afektif (Arsyad, 2016) dan empati seseorang (Auliyah & Flurentin, 2016; Limarga, 2017; Mufiqoh, Sugiharto, & Anni, 2018). Dengan menggunakan beberapa film tentang *bullying* dalam pelatihan, siswa akan mengamati pengalaman-pengalaman yang dialami tokoh dalam film, dan diharapkan siswa mampu empati pada tokoh tersebut. Pengalaman tokoh tersebut diharapkan dapat menjadi cermin bagi siswa di kemudian hari ketika dia juga mengalami masalah yang sama dengan tokoh dalam film. Dengan mengamati, siswa akan terbantu untuk merasakan apa yang dirasakan oleh tokoh, secara tidak langsung keterampilan sikap empati siswa muncul dengan sendirinya ketika melihat apa yang dirasakan oleh tokoh dalam film. Dengan kematangan kognitifnya, siswa akan dapat menggunakan kemampuan berpikirnya untuk melakukan analisa terhadap masalah yang dialami oleh tokoh dalam film.

Berdasarkan berbagai ulasan adanya masalah mengenai *bullying*, kami melaksanakan penelitian dan pengembangan panduan pelatihan sikap empati sebagai upaya pencegahan perilaku *bullying* siswa SMP.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini mengadaptasi model prosedural penelitian dan pengembangan Gall, Borg, & Gall (1996). Alur kerja penelitian seperti yang digambarkan pada gambar 1 memiliki tiga tahap. Tahap pertama merupakan tahap persiapan yang terdiri dari dua kegiatan, yaitu: melakukan penelitian awal dan pengumpulan informasi serta perencanaan pengembangan. Penelitian awal dengan melancarkan survei skala sikap empati dilaksanakan di: SMP Negeri 8 (mewakili Kecamatan Klojen); SMP Negeri 26 (mewakili Kecamatan Lowokwaru); SMP Negeri 20 (mewakili Kecamatan Blimbing); SMP Negeri 12 (mewakili Kecamatan Sukun) dan SMP Negeri 10 (mewakili Kecamatan Kedungkandang) mulai bulan Desember 2015 hingga Februari 2016.

Tahap kedua adalah tahap pelaksanaan pengembangan produk. Kegiatan yang dilakukan pada tahap kedua adalah: menyusun kisi-kisi isi produk, menentukan desain produk, pembuatan produk hingga menghasilkan draf produk kasar yang terdiri dari: buku panduan pelatihan untuk konselor dan media *digital video disc (DVD)* pelatihan untuk konselor. Setelah draf kasar produk jadi, pengembangan dilanjutkan ke tahap ketiga.



Gambar 1 Alur Kerja Penelitian dan Pengembangan

Tahap ketiga adalah tahap validasi produk. Tahap validasi dimulai lewat uji coba ahli. Ahli yang dilibatkan pada tahap ini adalah ahli BK (Dosen Jurusan BK) dan ahli TEP (Dosen Jurusan TEP). Uji ahli menghasilkan skala penilaian angka dan penilaian secara deskriptif. Hasil dari penilaian uji ahli tersebut dijadikan dasar perbaikan produk. Setelah diperbaiki, produk diujikan pada calon pengguna. Calon pengguna produk yang dilibatkan adalah Konselor SMP Negeri 8 Malang; Konselor SMP Negeri 26 Malang; dan Konselor SMP Negeri 12 Malang. Uji calon pengguna juga menghasilkan penilaian skala angka dan penilaian deskriptif. Hasil penilaian kemudian digunakan sebagai dasar penyempurnaan produk.

Secara keseluruhan, data yang didapatkan dari uji coba produk berupa skala angka (kuantitatif) dan penilaian deskriptif berupa saran dan komentar terkait produk (kualitatif) dianalisis menggunakan teknik *percentage of agreements*. Teknik *percentage of agreements* adalah analisis perbutir berdasarkan kesepakatan subjek penilaian terhadap skala angka penilaian untuk aspek kegunaan; kemenarikan; ketepatan; dan kepatutan produk.

## HASIL

Produk yang dihasilkan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah Panduan Pelatihan Empati untuk mencegah perilaku *bullying* yang terdiri dari: buku panduan pelatihan untuk konselor dan media pelatihan empati untuk mencegah perilaku *bullying* siswa SMP dalam bentuk *DVD*. Isi pada buku panduan pelatihan adalah: bagian I mengulas latar belakang dan tujuan pelatihan, bagian II merupakan petunjuk umum langkah-langkah yang harus dipersiapkan konselor sebelum memberikan pelatihan, dan bagian III merupakan prosedur pelatihan yang menguraikan rumusan pelaksanaan spesifik tentang kegiatan yang akan dilakukan konselor pada setiap pertemuan dalam pelatihan.

Selain buku pedoman, produk yang dihasilkan adalah media pelatihan empati untuk mencegah perilaku *bullying* siswa SMP dalam bentuk *DVD*. *DVD* tersebut berisi folder-folder untuk setiap pertemuan pelatihan. Folder-folder tersebut berisi film dan media untuk kegiatan pelatihan pencegahan perilaku *bullying* yang sesuai dengan topik pelatihan. Media ini hanya dapat diputar pada *DVD room drive* pada komputer pribadi dan laptop.

Agar produk yang dikembangkan berguna; menarik; tepat; dan patut, produk diujikan pada ahli dan calon pengguna. Dari uji ahli dan calon pengguna, didapatkan data berupa skala angka (kuantitatif) dan penilaian deskriptif berupa saran serta komentar terkait produk (kualitatif).

### **Penilaian Kuantitatif**

Data angka merupakan data yang diperoleh dari penilaian ahli berdasarkan isian angket skala penilaian. Skala penilaian ini merupakan alat ukur dengan empat indikator penilaian yaitu: kegunaan; kelayakan; ketepatan; dan kepatutan. Aspek kegunaan menjabarkan butir-butir berkaitan dengan indikator faedah produk untuk pengguna indikator intervensi teknik pada produk. Hasil penilaian kedua ahli dan ketiga calon pengguna terhadap produk menunjukkan persentase kesepakatan berada pada rentangan 66,7%–100% dengan skala penilaian angka 3–4, yang artinya masuk pada kategori kesepakatan sangat tinggi terhadap kebergunaan produk.

Aspek selanjutnya adalah kelayakan produk. Aspek penilaian ini menjabarkan butir-butir terkait kelayakan isi produk. Hasil penilaian kedua ahli dan ketiga calon pengguna terhadap produk menunjukkan persentase kesepakatan yang berada pada rentangan 66,7%–100% dengan skala penilaian angka 3–4, yang artinya masuk pada kategori kesepakatan sangat tinggi terhadap kelayakan produk.

Penilaian aspek ketepatan menjabarkan butir-butir terkait ketepatan keberadaan produk; ketepatan rancangan kegiatan produk; ketepatan isi buku materi; ketepatan penggunaan bahasa dan ketepatan intervensi pada produk. Hasil penilaian kedua ahli dan ketiga calon pengguna terhadap produk menunjukkan persentase kesepakatan pada rentangan 66,7%–100% dengan skala penilaian angka 3–4 yang artinya masuk pada kategori kesepakatan sangat tinggi terhadap ketepatan produk.

Aspek terakhir yaitu kepatutan yang menjabarkan butir-butir terkait persyaratan kompetensi calon pengguna produk; standar kode etik; dan pertanggungjawaban secara komprehensif. Hasil penilaian ketiga ahli dan ketiga calon pengguna terhadap produk menunjukkan persentase kesepakatan pada rentangan 66,7%–100% dengan skala penilaian angka 3–4 yang berarti masuk pada kategori kesepakatan sangat tinggi terhadap kepatutan produk.

### **Penilaian Kualitatif**

Data penilaian kualitatif mendeskripsikan saran dan komentar dari masing-masing ahli dan calon pengguna produk yang kemudian digunakan sebagai acuan perbaikan produk. Penilaian secara kualitatif dari ahli BK antara lain: (1) pengecekan media *DVD* pelatihan secara umum; (2) pemilihan film terkait dengan topik yang dipilih; (3) pemilihan topik yang sesuai dengan tingkat perkembangan siswa SMP; (4) pengecekan kesiapan format pemutaran musik klasik pada media *DVD* pelatihan dan; (5) pemilihan sampul pada panduan pelatihan yang sesuai dengan tingkat jenjang SMP.

Penilaian deskriptif dari uji ahli yang terakhir yaitu ahli TEP yang secara khusus memberikan penilaian deskriptif terhadap kemasan produk secara keseluruhan. Penilaian tersebut yaitu: (1) pemilihan sampul panduan seharusnya disesuaikan dengan tingkat perkembangan siswa SMP; (2) pemilihan film harus lebih diperhatikan, khususnya dalam hal durasi; (3) pemilihan topik juga harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan siswa SMP.

Selain penilaian dari ahli, penilaian juga dilakukan oleh calon pengguna produk. Calon pengguna produk adalah tiga konselor sekolah di tiga SMP berbeda. Calon pengguna produk pertama dan kedua memberikan saran untuk menyederhanakan judul. Calon pengguna produk ketiga memberi saran untuk menyesuaikan sampul dengan tingkat perkembangan siswa dan masalah yang ada di dalamnya. Calon pengguna produk ketiga juga memberi masukan terkait kesalahan ketik dalam panduan.

Secara keseluruhan, hasil pelaksanaan uji coba produk menunjukkan bahwa menurut ahli BK; ahli TEP; dan calon pengguna, produk panduan pelatihan keterampilan sikap empati sebagai pencegahan perilaku *bullying* siswa SMP merupakan produk yang memiliki tingkat keberterimaan dan kelayakan yang tinggi. Terkait dengan hal tersebut, produk panduan pelatihan keterampilan sikap empati layak untuk digunakan pada kegiatan pengembangan pribadi siswa untuk mencegah perilaku *bullying*. Selanjutnya, hasil penilaian dari uji coba tersebut ditindaklanjuti dengan revisi untuk menyempurnakan produk panduan pelatihan keterampilan sikap empati sebagai pencegahan perilaku *bullying* siswa SMP.

## PEMBAHASAN

Kegiatan awal yang dilakukan sebelum mengembangkan produk adalah mengkaji hasil penelitian yang mengembangkan metode-metode untuk meningkatkan empati siswa dalam fungsi BK pada aspek pencegahan. Adapun hasil penelitian tersebut diantaranya adalah: melalui proyek kelompok (Lin & Chuang, 2019); bermain peran (Latshaw, 2015; Reilly, Trial, Piver, & Schaff, 2012); permainan (Nieh & Wu, 2018); film (Auliyah & Flurentin, 2016); buku (Salay, 2018); serta bibliokonseling (Asri & Anggriana, 2016). Dari berbagai metode tersebut, teknik yang lebih banyak digunakan bertitik berat pada permainan dan konseling.

Hasil penyebaran *need assessment* dan wawancara kepada delapan konselor di lima sekolah Kota Malang menunjukkan kebutuhan yang tinggi terhadap metode layanan interaktif serta penggunaan media berupa video. Tingginya kebutuhan penggunaan media video dikarenakan video lebih praktis serta lebih aktif untuk mencapai target layanan untuk siswa (Anggraeni, 2010) dan efektif untuk meningkatkan kemampuan pemecahan masalah siswa (Utami, 2011).

Peningkatan empati yang efektif untuk mengurangi *bullying* (Stanbury, Bruce, Jain, & Stellern, 2009), serta berdasarkan berbagai hasil kajian penelitian terdahulu terhadap pemilihan metode dan mempertimbangkan tingkat kebutuhan konselor, maka peneliti mengembangkan metode berbasis media video yang menggunakan teknik sinema edukasi untuk meningkatkan empati siswa SMP. Lebih lanjut, dalam perencanaan pengembangan produk ini peneliti melibatkan banyak kegiatan *ice breaking* di dalamnya. Asumsi penggunaan beragam *ice breaking* karena dalam melatih empati pada usia anak remaja, hendaknya menciptakan kondisi yang mampu menarik perhatian individu (Franken-Wendelstorf, Konrad, & Schuchardt, 2014).

Produk yang telah dikembangkan kemudian dinilai pada ahli dan pengguna. Penilaian pada tiga ahli dan tiga calon pengguna terhadap produk menunjukkan kesepakatan sangat tinggi terhadap kebergunaan produk. Produk dinilai berguna sebab bersifat preventif, sehingga proses implementasinya lebih relevan digunakan untuk konselor sekolah dalam mengisi jam BK di kelas. Produk juga dianggap berguna karena mampu memenuhi kebutuhan akan panduan karena tingginya perilaku *bullying* di kalangan siswa SMP Kota Malang. Produk lain yang telah diterima untuk mencegah perilaku *bullying* di SMP adalah panduan pelatihan *creative problem solving* (Sukarno & Handarini, 2016) dan keterampilan pengelolaan emosi (Irani, Handarini, & Fauzan, 2018).

Dalam aspek penilaian kemenarikan yang menjabarkan butir-butir terkait kemenarikan tampilan luar produk dan kemenarikan isi, ketiga ahli dan ketiga calon pengguna sepakat bahwa produk menarik. Produk memenuhi aspek kemenarikan karena desain tata letak yang mampu menarik perhatian siswa serta sampul yang menunjukkan *bullying* mampu mewakili isi produk. Penggunaan gambar yang menarik mampu membuat orang tertarik (Baloglu & McCleary, 1999). Selain gambar, tata letak dalam panduan yang bagus juga dapat membuat orang tertarik (Tiwasing, Sahachaisaeree, & Hapeshi, 2014). Selain gambar, penggunaan media film juga membuat produk dinilai menarik. Penggunaan film diminati siswa karena mampu membuat siswa lebih tertarik; termotivasi; serta lebih mampu mengingat materi (Kosterelioglu, 2016).

Penilaian aspek ketepatan menjabarkan butir-butir terkait ketepatan kegunaan produk; ketepatan rancangan kegiatan produk; ketepatan isi buku materi; ketepatan penggunaan bahasa; dan ketepatan intervensi pada produk. Hasil penilaian ketiga ahli dan ketiga calon pengguna produk menunjukkan ketepatan produk masuk pada kategori kesepakatan sangat tinggi. Produk dinilai tepat sebab isi

materi serta pemilihan film yang dipilih sesuai dengan usia anak SMP sehingga mudah untuk dipahami siswa. Film yang diurutkan mulai menampilkan *bullying* tingkat rendah ke *bullying* tinggi juga menjadikan produk tepat. Pengurutan ini dilakukan agar siswa lebih cepat memahami suatu topik (Chen, 2010).

Kepatutan produk yang terkait dengan persyaratan kompetensi calon pengguna produk; standar kode etik; dan pertanggungjawaban secara komprehensif dinilai ahli BK dan ahli TEP memiliki kepatutan yang tinggi. Kedua ahli sepakat bahwa produk telah memenuhi standar kode etik dan pertanggungjawaban konselor secara komprehensif.

Berdasarkan keberterimaan dan kelayakan produk yang telah dijelaskan, produk ini memiliki beberapa keunggulan. Keunggulan tersebut adalah produk ini dapat dijadikan alternatif untuk kegiatan pengembangan pribadi siswa. Beberapa keunggulan lain yang dimiliki produk yang telah dikembangkan adalah: (1) menggunakan intervensi kombinasi teknik sinema edukasi dan dialog socrates sebagai tahapan evaluasinya yang sifatnya lebih inovatif dan belum pernah dikembangkan pada ranah BK; (2) panduan dilengkapi dengan *DVD* kumpulan film yang digunakan sebagai materi dalam memberikan pelatihan; (3) terdapat berbagai jenis *ice breaking* yang ada pada setiap sesi pertemuan pelatihan; dan (4) terdapat instrumen skala keterampilan empati yang sudah dikembangkan dan divalidasi, sehingga dapat digunakan untuk *pretest* (menjaring siswa) dan *posttest* (evaluasi).

## SIMPULAN

Produk panduan pelatihan empati sebagai upaya preventif perilaku *bullying* untuk siswa SMP yang dikembangkan telah memenuhi penilaian dari para ahli dan pengguna, sehingga produk dinilai berguna; tepat; menarik; dan patut digunakan untuk siswa SMP. Saran ditujukan pada: (1) konselor sekolah agar menjadikan produk sebagai panduan kegiatan pengembangan diri siswa agar memiliki empati untuk mencegah perilaku *bullying*; (2) peneliti selanjutnya agar mengkaji produk lebih dalam untuk mengetahui keefektifan dari panduan pelatihan empati sebagai upaya preventif perilaku *bullying* siswa SMP.

## DAFTAR RUJUKAN

- Anggraeni, A. (2010). *Penggunaan Media Film untuk Meningkatkan Motivasi Siswa Mengikuti Layanan Informasi Belajar dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling di Kelas VIII SMP N 1 Semarang*. (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Negeri Semarang.
- Arsenio, W. F., & Lemerise, E. A. (2001). Varieties of Childhood Bullying: Values, Emotion Processes, and Social Competence. *Social Development, 10*(1), 59–73.
- Arsyad, A. (2016). *Media Pembelajaran*. Bandung: Rajawali Press.
- Asri, D. N., & Anggriana, T. M. (2016). Efektivitas Bibliokonseling untuk Meningkatkan Empati Remaja di Rumah Pintar “Bunga Padi” Kecamatan Balerejo, Kabupaten Madiun. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 2*(2).
- Auliyah, A., & Flurentin, E. (2016). Efektifitas Penggunaan Media Film untuk Meningkatkan Empati Siswa Kelas VII SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, 1*(2), 19–26. <https://doi.org/10.17977/um001v1i12016p019>
- Baloglu, S., & McCleary, K. W. (1999). A Model of Destination Image Formation. *Annals of Tourism Research, 26*(4), 868–897. [https://doi.org/10.1016/S0160-7383\(99\)00030-4](https://doi.org/10.1016/S0160-7383(99)00030-4)
- Chen, P.-H. (2010). *Item Order Effects on Attitude Measures*. (Disertasi tidak diterbitkan). University of Denver
- Coloroso, B. (2007). *Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU)*. Jakarta: Ikrar Mandiri Abadi.
- Ediati, A. (2015). Profil Problem Emosi/Perilaku Pada Remaja Pelajar SMP-SMA Di Kota Semarang. *Jurnal Psikologi, 14*(2), 190–198.

- Franken-Wendelstorf, R., Konrad, M., & Schuchardt, A. (2014). Serious Games and Multimedia Technology in Mobile Information Systems for Museums. Dalam *Proceedings of the European Conference on Games-based Learning* (Vol. 1, pp. 136–142).
- Gall, M. D., Borg, W. R., & Gall, J. P. (1996). *Educational Research: An Introduction, 6th ed.* White Plains, NY, England: Longman Publishing.
- Gini, G., Albiero, P., Benelli, B., & Altoè, G. (2007). Does Empathy Predict Adolescents' Bullying and Defending Behavior? *Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression*, 33(5), 467–476.
- Hurlock, E. B. (1999). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Irani, L. C., Handarini, D. M., & Fauzan, L. (2018). Pengembangan Panduan Pelatihan Keterampilan Mengelola Emosi sebagai Upaya Preventif Perilaku Bullying Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 22–32. <https://doi.org/10.17977/um001v3i12018p022>
- Kosterelioglu, I. (2016). Student Views on Learning Environments Enriched by Video Clips. *Universal Journal of Educational Research*, 4(2), 359–369.
- Latshaw, B. A. (2015). Examining the Impact of a Domestic Violence Simulation on the Development of Empathy in Sociology Classes. *Teaching Sociology*, 43(4), 277–289.
- Limarga, D. M. (2017). Penerapan Metode Bercerita dengan Media Audio Visual untuk Meningkatkan Kemampuan Empati Anak Usia Dini. *Tunas Siliwangi: Jurnal Program Studi Pendidikan Guru PAUD STKIP Siliwangi Bandung*, 3(1), 86–104.
- Lin, C.-T., & Chuang, S.-S. (2019). Using Team Projects for Making Short Films to Cultivate Students' Interdisciplinary Competencies. *Interactive Learning Environments*, 27(1), 103–117. <https://doi.org/10.1080/10494820.2018.1451900>
- Miller, P. A., & Eisenberg, N. (1988). The Relation of Empathy to Aggressive and Externalizing/Antisocial Behavior. *Psychological Bulletin*, 103(3), 324–344.
- Mufiqoh, A., Sugiharto, D. Y. P., & Anni, C. T. (2018). The Effectiveness of Group Guidance with Film Media to Improve Students' Empathy and Social Interaction. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(2), 96–100.
- Nieh, H.-P., & Wu, W.-C. (2018). Effects of a Collaborative Board Game on Bullying Intervention: A Group-Randomized Controlled Trial. *Journal of School Health*, 88(10), 725–733. <https://doi.org/10.1111/josh.12675>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human Development*. McGraw-Hill.
- Reilly, J. M., Trial, J., Piver, D. E., & Schaff, P. B. (2012). Using Theater to Increase Empathy Training in Medical Students. *Journal for Learning Through the Arts*, 8(1), 1–10.
- Rigby, K. (2002). *New Perspectives on Bullying*. Jessica Kingsley Publishers.
- Salay, D. M. (2018). Walk in Their Shoes: How Picture Books and Critical Literacy Instruction Can Foster Empathy in First Grade Students. *ProQuest LLC*.
- Stanbury, S., Bruce, M. A., Jain, S., & Stellern, J. (2009). The Effects of an Empathy Building Program on Bullying Behavior. *Journal of School Counseling*, 7(2), 1–27.
- Sukarno, T., & Handarini, D. (2016). Pengembangan Panduan Pelatihan Creative Problem Solving untuk Mencegah Bullying di SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 33–39. <https://doi.org/10.17977/um001v1i12016p033>
- Tiwasing, W., Sahachaisaeree, N., & Hapeshi, K. (2014). Design Goals and Attention Differentiations among Target Groups: A Case of Toy Packaging Design Attracting Children and Parents' Purchasing Decision. *Design Principles and Practices*, 7(1), 29–43.
- Utami, N. W. (2011). *Pengembangan Panduan Pelatihan Keterampilan Pemecahan Masalah (Problem Solving Skill) dengan Cinemedication untuk Siswa SMP*. (Tesis tidak diterbitkan). Universitas Negeri Malang.