

Pengembangan Panduan Pelatihan Keterampilan Mengelola Emosi sebagai Upaya Preventif Perilaku Bullying Siswa Sekolah Menengah Pertama

Luthfita Cahya Irani, Dany Moenindyah Handarini, Lutfi Fauzan

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang,
Jl. Semarang No. 5, Malang, Jawa Timur, Indonesia 65145
E-mail: luthfitacahyairani@gmail.com

Artikel diterima: 29 Agustus 2017; direvisi 13 Desember 2017; disetujui 16 Januari 2018

Abstract: This study aims to develop a training guide in emotion management skills to prevent bullying behavior for junior high school students. The method used is the research and development model. The trial subjects in this study included guidance and counseling experts, psychology experts, educational technology expert, and school counselors. Instruments used are the scale of emotion management skills for students, expert assessment instruments and counselors assessment instruments. Data from the assessment of guidance and counseling experts, psychology experts, educational technology expert, and three school counselors from three different schools in Malang showed that the developed product is acceptable and feasible to be used for the improvement of emotion management skills as a preventative effort of bullying behavior for junior high school students.

Keywords: training guides; emotion management skills; bullying; junior high school

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan panduan pelatihan keterampilan mengelola emosi sebagai upaya preventif perilaku *bullying* siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah model penelitian dan pengembangan. Subjek uji coba pada penelitian ini melibatkan ahli bimbingan dan konseling (BK), ahli psikologi, ahli teknologi pendidikan (TEP) dan konselor sekolah. Instrumen yang digunakan adalah skala keterampilan mengelola emosi untuk siswa, instrumen penilaian ahli dan instrumen penilaian konselor. Data hasil penilaian dari ahli BK, ahli psikologi, ahli TEP dan tiga konselor sekolah di tiga sekolah berbeda Kota Malang menunjukkan bahwa produk yang dikembangkan dapat diterima dan layak digunakan untuk peningkatan keterampilan mengelola emosi sebagai upaya preventif perilaku *bullying* siswa SMP.

Kata kunci: panduan pelatihan; keterampilan mengelola emosi; *bullying*; SMP

Salah satu dari berbagai faktor yang memengaruhi kegagalan ketercapaian tujuan pendidikan adalah masih banyak kasus penyimpangan perilaku yang mayoritas dilakukan oleh siswa. Rendahnya kontrol dan kurangnya kemampuan guru dalam memberi keterampilan pribadi siswa juga menjadi faktor yang berpengaruh (Djuwita, 2006). Salah satu bentuk perilaku menyimpang atau maladaptif siswa yang terlihat di sekolah adalah *bullying*. *Bullying* telah dikenal sebagai masalah sosial dalam kalangan anak-anak sekolah (Krahe, 2005). Hasil survei yang dilakukan lembaga swadaya masyarakat *Plan International* dan *International Center for Research on Women (ICRW)* yang dirilis awal maret 2015 memaparkan 84% anak Indonesia mengalami kekerasan di sekolah (Qodar, 2015), bahkan 91% anak Indonesia tahu tentang *cyberbullying* (Michaud, 2012).

Seseorang dengan kemampuan mengelola emosi yang rendah, cenderung lebih rentan melakukan tindakan kekerasan dan *bullying* (Mayer, Salovey, & Caruso, 2004). Kegagalan dalam mengelola emosi menyebabkan seseorang berperilaku maladaptif, salah satunya diwujudkan dalam perilaku *bullying* (Caruso & Salovey, 2004). Proses terjadinya *bullying* diawali dari sebuah peristiwa yang menyebabkan timbulnya emosi negatif. Selanjutnya emosi tersebut akan membawa seseorang pada pilihan untuk mengatasi, melarikan diri atau menantang. Aspek menantang inilah yang dianggap sangat serius, sebab menjadi akar dari timbulnya perilaku agresif, *bullying* dan kekerasan (Yosep, 2007).

Masa SMP merupakan periode perkembangan remaja awal yang sering mengalami pergolakan emosi tinggi, tidak stabil dan penuh dengan gejolak (Darmiany, 2016), sehingga dapat diasumsikan individu pada periode tersebut berpotensi lebih besar dalam melakukan *bullying* (Santrock, 2007). Penelitian awal mengenai tingkat keterampilan mengelola emosi pada 301 siswa SMP di lima sekolah yang tersebar di lima kecamatan Kota Malang menunjukkan 4,31% atau 13 siswa masuk pada kategori sangat rendah, 48,1% atau 145 siswa masuk pada kategori rendah. Data tersebut dapat diartikan bahwa tingkat keterampilan mengelola emosi siswa SMP di Kota Malang masuk pada kategori rendah, yang artinya banyak siswa berpotensi memiliki kecenderungan yang tinggi untuk melakukan *bullying*.

Kurang optimalnya usaha BK dalam memberikan layanan pencegahan *bullying* menjadikan permasalahan tersebut tidak tertangani secara tepat. Hal tersebut disebabkan banyak faktor, salah satunya adalah metode layanan konselor yang hanya bersifat kuratif (Djuwita, 2006). Berkaca dari keadaan ini, sangat diperlukan sebuah program layanan yang bersifat preventif dengan metode yang efektif, inovatif dan mudah dilaksanakan oleh konselor.

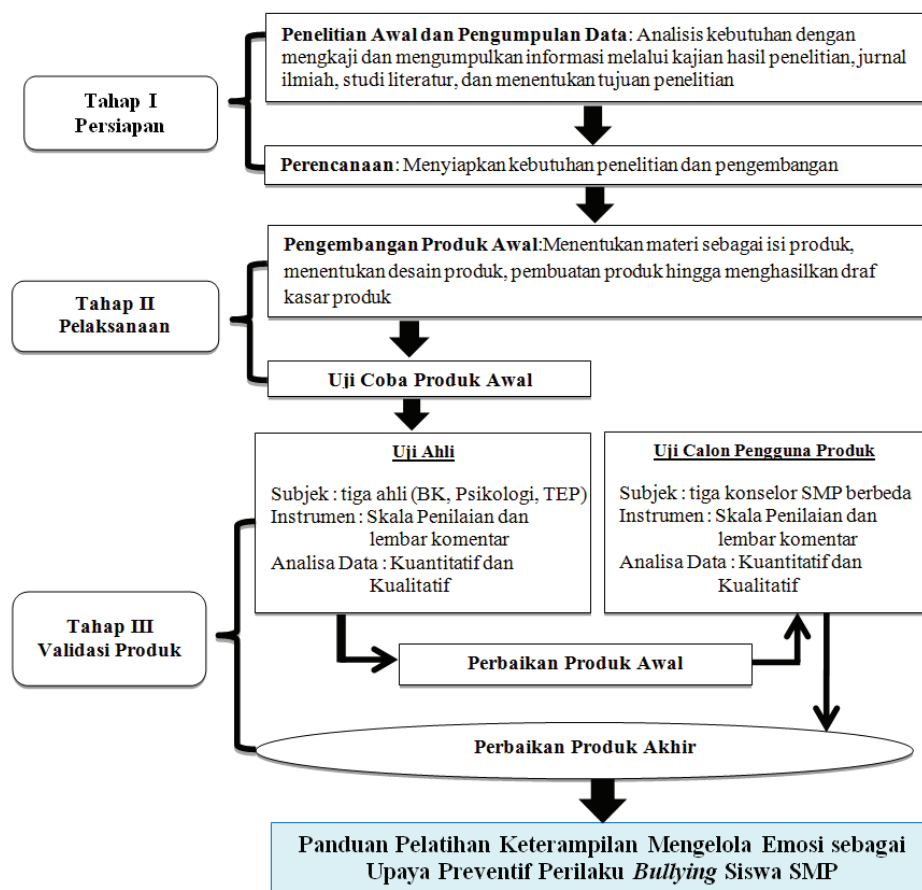
Penelitian terdahulu terkait dengan pengembangan panduan pelatihan untuk mengelola emosi telah banyak dilakukan. Beberapa metode yang digunakan ialah menggunakan permainan peran (Wiladantika, Dharsana, & Suranata, 2014; Winarlin, Lasan, & Widada, 2016) dan *experiential learning* (Beightol, Jeverson, Gray, Carter, & Gass, 2009). Metode tersebut dikembangkan dan teruji efektif dalam membantu siswa untuk mengelola emosi negatif dalam latar kelompok terbimbing. Pada perkembangannya, berbagai keilmuan mengembangkan metode yang dirancang dalam membantu siswa meningkatkan pengelolaan emosi berdasarkan kebutuhan di lapangan dan analisa kelemahan metode yang telah ada (Mayer & Cobb, 2000).

Salah satu metode yang dapat diterapkan untuk meningkatkan keterampilan mengelola emosi diantaranya adalah relaksasi musik klasik dan menulis ekspresif. Remaja yang mendengarkan musik klasik secara teratur, mengalami perubahan perilaku dari gejolak emosi yang fluktuatif, mudah tersinggung dan melakukan tindakan agresif menjadi individu dengan emosi yang stabil dan mampu mengendalikan emosi (Montello & Coons, 1998). Penelitian lain menunjukkan remaja pada rentang umur 12–14 tahun yang memiliki masalah perilaku maladaptif dan diberikan program terapi menulis, mengalami perubahan secara signifikan. Perubahan tersebut adalah mereka dapat mengekspresikan emosi secara tepat, memiliki motivasi positif dan memiliki kemampuan lebih dalam menyelesaikan masalah (Soper & Bergen, 2001).

Berdasarkan berbagai ulasan adanya masalah tersebut, kami melaksanakan penelitian dan pengembangan panduan pelatihan keterampilan mengelola emosi sebagai upaya preventif perilaku *bullying* siswa SMP.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini mengadaptasi model prosedural penelitian dan pengembangan (Gall, Borg, & Gall, 1996). Alur kerja penelitian digambarkan pada gambar 1. Tahap pertama merupakan tahap persiapan yang terdiri dari dua kegiatan utama yaitu: (1) melakukan penelitian awal sekaligus pengumpulan data terkait fenomena *bullying* yang dikaji secara teoritis dari berbagai literatur dan hasil penelitian, melakukan perencanaan yang didalamnya berisi kegiatan untuk merumuskan rancangan kegiatan penelitian, tujuan penelitian, manfaat, langkah-langkah



Gambar 1 Alur Kerja Penelitian dan Pengembangan

penelitian, rancangan mengenai pihak-pihak yang akan dilibatkan dalam penelitian serta merancang instrumen skala keterampilan mengelola emosi untuk mengukur tingkat keterampilan mengelola emosi siswa SMP di Kota Malang yang sekaligus untuk mengetahui adanya kebutuhan terhadap produk yang dikembangkan; (2) pelaksanaan yang terdiri dari penyusunan produk pengembangan awal yang berisi kegiatan menyusun kisi-kisi isi produk, menentukan desain produk, pembuatan produk hingga menghasilkan draf produk kasar yang terdiri dari: buku panduan pelatihan untuk konselor; media *digital video disc (DVD)* pelatihan untuk konselor; buku materi untuk siswa dan buku format kerja siswa.

Setelah draf kasar produk jadi, uji coba ahli yang menghasilkan skala penilaian angka dan penilaian secara deskriptif dilaksanakan. Hasil dari penilaian uji ahli tersebut dijadikan sebagai dasar perbaikan produk. Setelah diperbaiki, produk diuji oleh calon pengguna yaitu konselor SMP yang juga menghasilkan penilaian skala angka dan penilaian deskriptif. Hasil penilaian dari konselor digunakan sebagai dasar pertimbangan untuk penyempurnaan produk.

Data yang didapatkan dalam uji coba penelitian ini berupa skala angka (kuantitatif) dan penilaian deskriptif berupa saran dan komentar terkait produk (kualitatif). Teknik analisis data yang digunakan terhadap hasil penilaian uji ahli dan uji calon pengguna produk menggunakan teknik *percentage of agreements* yaitu melakukan analisis perbutir berdasarkan kesepakatan subjek penilai terhadap skala angka penilaian untuk aspek kegunaan, kemenarikan, ketepatan dan kepatutan produk.

Survei skala keterampilan mengelola emosi dilaksanakan di: SMP Negeri 2 (mewakili Kecamatan Klojen); SMP Negeri 10 (mewakili Kecamatan Kedung Kandang); SMP Negeri 14 (mewakili Kecamatan Blimbing); SMP Negeri 17 (mewakili Kecamatan Sukun) dan SMP Negeri 26 (mewakili Kecamatan Lowokwaru) mulai bulan Desember 2015 hingga Februari 2016. Subjek

penelitian yang dilibatkan adalah ahli BK (Dosen Jurusan BK); ahli psikologi (Dosen Jurusan Psikologi); ahli TEP (Dosen Jurusan TEP); dan calon pengguna produk (Konselor SMP Negeri 2 Malang, Konselor SMP Negeri 17 Malang, dan Konselor SMP Negeri 26 Malang).

HASIL

Produk yang dihasilkan dalam penelitian dan pengembangan ini ialah Panduan Pelatihan Keterampilan Mengelola Emosi sebagai Upaya Preventif Perilaku *Bullying* yang terdiri dari: buku panduan pelatihan untuk konselor, buku media pelatihan untuk konselor, buku kerja untuk siswa dan buku materi untuk siswa. Isi pada buku panduan pelatihan ialah: bagian I mengulas latar belakang dan tujuan dari adanya pelatihan, bagian II merupakan petunjuk umum yang mengulas mengenai 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.

Buku pedoman yang dirancang untuk konselor dilengkapi dengan prosedur pelaksanaan gerakan relaksasi musik klasik. Adapun prosedur yang dimaksudkan dalam buku panduan berupa kumpulan gambar *tutorial* gerakan relaksasi. Untuk *tutorial* gambar gerakan relaksasi tersebut disertai keterangan dan jenis gerakannya juga disesuaikan dengan musik klasik yang berbeda disetiap sesi. Pemilihan warna dan desain tata letak tulisan mendukung untuk visualisasi kemudahan konselor dalam memahami buku panduan pelatihan keterampilan mengelola emosi untuk mencegah perilaku *bullying* siswa SMP.

Selain buku pedoman, produk yang ditujukan untuk konselor adalah media pelatihan keterampilan mengelola emosi sebagai upaya preventif perilaku *bullying* siswa SMP dalam bentuk *DVD* ini berisi folder-folder untuk setiap pertemuan pelatihan. Masing-masing folder berisi musik klasik untuk relaksasi dan media untuk kegiatan *experiential learning* berupa video dan narasi yang sesuai dengan topik pelatihan. Media ini hanya dapat diputar pada *DVD room drive* pada komputer pribadi dan laptop saja.

Produk untuk siswa terdiri dari dari Buku Materi dan Buku Kerja Siswa. Buku materi berfungsi sebagai pendamping siswa selama mengikuti kegiatan pelatihan. Buku materi ini terdiri 4 bab yaitu: bab I mengenali emosi marah, bab II mengenali emosi sedih, bab III mengenali emosi takut, dan bab IV cara mengekspresikan emosi secara wajar. Desain buku materi dibuat menarik, disertai pemilihan gambar, glosarium dan pemilihan warna serta huruf yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan siswa SMP.

Produk selanjutnya adalah buku kerja siswa yang berfungsi untuk manajemen tugas yang dikerjakan siswa selama mengikuti kegiatan pelatihan dalam delapan pertemuan. Buku format tugas ini terdiri dari tugas-tugas yang harus dikerjakan di luar jam pelatihan dan saat pelatihan berlangsung yang meliputi format menulis ekspresif, diskusi kelompok dan lembar evaluasi. Secara garis besar, buku kerja siswa memiliki konteks tugas untuk mengakomodasi kemampuan siswa dalam mengenali emosi negatif dan cara mengekspresikan emosi negatif.

Keseluruhan produk yang dihasilkan sesuai dengan teori yang dijadikan sebagai acuan dalam pengembangan produk yaitu teori mengenai jenis-jenis emosi negatif yang berhubungan secara langsung dengan perilaku *bullying* (Goleman, 2006). Bentuk emosi yang dilatihkan berupa emosi negatif yang memuat tiga komponen yang terdiri dari: emosi marah, emosi sedih dan emosi takut. Hal tersebut sesuai dengan gagasan bahwa kegagalan seseorang dalam mengelola emosi negatif membuat seseorang terjerumus dalam perilaku maladaptif, salah satunya adalah *bullying* (Caruso & Salovey, 2004).

Produk pelatihan keterampilan mengelola emosi sebagai upaya preventif perilaku *bullying* siswa SMP ini memiliki dua ciri utama yang terletak pada setiap rancangan kegiatan yaitu: melatih siswa untuk mengenali emosi diri sendiri maupun orang lain dan melatih siswa agar mampu mengekspresikan emosi negatif ke dalam perilaku atau pola pikir yang efektif untuk diri sendiri dan

orang lain. Kedua ciri tersebut sesuai dengan gagasan aspek mengenali emosi dan mengekspresikan emosi ke dalam perilaku yang efektif merupakan dasar keterampilan seseorang dalam mengelola emosi (Goleman, 2006).

Pada rancangan kegiatan pelatihan, kami menerapkan teknik relaksasi musik klasik yang bertujuan untuk melatih siswa menenangkan dan menstabilkan keadaan fisik dan mental dalam kondisi apapun, utamanya ketika berada dalam situasi yang memunculkan emosi negatif. Intervensi kedua pada rancangan kegiatan pelatihan keterampilan mengelola emosi adalah menulis ekspresif yang bertujuan untuk melatih siswa menuliskan segala bentuk emosi negatif yang dirasakan dari berbagai peristiwa yang selanjutnya digunakan sebagai dasar untuk menemukan pemecahan masalah atau jalan keluar dari permasalahan yang dialami.

Keseluruhan produk pengembangan Panduan Pelatihan Kesadaran Mengelola Emosi sebagai Upaya Preventif Perilaku *Bullying* Siswa SMP berupa prototipe diujicobakan pada ahli dan calon pengguna produk. Adapun uji ahli terdiri dari satu ahli TEP, satu ahli psikologi dan satu ahli BK. Uji coba calon pengguna dilaksanakan pada tiga konselor SMP di tiga sekolah Kota Malang. Instrumen uji coba yang digunakan bersifat kuantitatif dan kualitatif. Instrumen kuantitatif dianalisis dengan teknik *inter-rater-agreement* sebab jumlah subjek uji coba lebih dari dua orang. Sedangkan data uji coba yang bersifat kualitatif dianalisis secara deskriptif. Hasil uji ahli disajikan pada tabel 1, data untuk hasil uji coba pada calon pengguna terhadap produk disajikan pada tabel 2, data kualitatif uji coba pada ahli dan calon pengguna disajikan pada tabel 3 dan tabel 4.

Tabel 1 Hasil Data Kuantitatif Uji Ahli dengan Teknik *Percentage of Agreement*

No.	Aspek Penilaian	Penguji Ahli			Persentase Kesepakatan	Kategori
		BK	Psi	TEP		
Indikator I : Kegunaan						
1.	Kegunaan produk bagi pengguna	3	3	4	66,7%	Tinggi
2.	Kegunaan intervensi teknik produk	3	3	4	66,7%	Tinggi
Indikator II : Kemenarikan						
3.	Kemasan luar produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
4.	Isi produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
Indikator III : Ketepatan						
5.	Ketepatan keberadaan produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
6.	Ketepatan rancangan kegiatan produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
7.	Ketepatan isi buku materi bagi siswa	4	4	4	100%	Sangat Tinggi
8.	Ketepatan penggunaan bahasa pada produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
9.	Ketepatan intervensi teknik pada produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
Indikator IV : Kepatutan						
10.	Persyaratan kompetensi calon pengguna produk	3	3	4	66,7%	Tinggi
11.	Standar kode etik calon pengguna produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
12.	Pertanggungjawaban secara komprehensif	3	3	3	100%	Sangat Tinggi

Tabel 2 Hasil Data Kuantitatif Uji Calon Pengguna dengan Teknik *Percentage of Agreement*

No.	Aspek Penilaian	Penguji Ahli			Persentase Kesepakatan	Kategori
		BK	Psi	TEP		
Indikator I : Kegunaan						
1.	Kegunaan produk bagi pengguna	4	4	4	66,7%	Tinggi
2.	Kegunaan intervensi teknik produk	3	3	4	66,7%	Tinggi
Indikator II : Kemenarikan						
3.	Kemasan luar produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
4.	Isi produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
Indikator III : Ketepatan						
5.	Ketepatan keberadaan produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
6.	Ketepatan rancangan kegiatan produk	4	4	4	100%	Sangat Tinggi
7.	Ketepatan isi buku materi bagi siswa	4	4	4	100%	Sangat Tinggi
8.	Ketepatan penggunaan bahasa pada produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
9.	Ketepatan intervensi teknik pada produk	3	4	4	66,7%	Tinggi
Indikator IV : Kepatutan						
10.	Persyaratan kompetensi calon pengguna produk	3	3	4	66,7%	Tinggi
11.	Standar kode etik calon pengguna produk	4	4	4	100 %	Sangat Tinggi
12.	Pertanggungjawaban secara komprehensif	3	3	3	100%	Sangat Tinggi

Tabel 3 Hasil Data Kualitatif Uji Ahli terhadap Produk dengan Analisis Dekriptif

No.	Saran Perbaikan	Sebelum Direvisi	Sesudah Drevisi
Uji Ahli BK			
1.	Perbaikan <i>layout</i> halaman isi buku materi siswa	Layout halaman isi buku materi terlalu padat/penuh untuk ukuran kertas A5	Mengganti jenis kertas/F5 dan ukuran <i>margin</i>
2.	Pengecekan kesiapan format musik klasik	Ada dua musik klasik yang tidak bisa diputar	Pengubahan format pemutaran dan melakukan pengecekan media <i>DVD</i>
3.	Penataan ulang tulisan judul pada sampul	Tulisan judul terlalu besar dan memenuhi sampul	Pengukuran ukuran huruf pada judul sampul
Uji Ahli Psikologi			
1.	Musik klasik untuk relaksasi sebaiknya tidak menggunakan alunan nada rendah	Terdapat tiga musik klasik dengan alunan nada terlalu rendah dan tidak sesuai digunakan untuk relaksasi	Mengganti tiga musik klasik dengan judul yang disarankan ahli
2.	Penjelasan gerakan relaksasi lebih rinci	Tidak ada keterangan hitungan pada tiap gerakan	Menambahkan penjelasan hitungan pada tiap gerakan relaksasi
Uji Ahli TEP			
1.	Penambahan spesifikasi <i>DVD</i> pada sampul	Tidak ada keterangan spesifikasi <i>DVD</i> di sampul	Penambahan keterangan spesifikasi <i>DVD</i> di sampul
2.	Video pelatihan sebaiknya bersifat netral	Terdapat unsur agama tertentu pada video	Pengeditan video dengan memotong bagian yang sarat akan agama tertentu
3.	Redaksional diperhatikan kembali	Banyak kesalahan pada pengetikan/penulisan	Pengecekan ulang seluruh penulisan pada produk
4.	Memperbaiki desain isi contoh menulis ekspresif.	Desain isi contoh menulis ekspresif terlalu padat.	Perbaiki jarak contoh menulis ekspresif pada panduan untuk konselor.

Tabel 4 Hasil Data Kualitatif Uji Calon Pengguna: Konselor Sekolah dengan Analisis Dekriptif

No.	Saran Perbaikan	Sebelum Direvisi	Sesudah Drevisi
Calon Pengguna: Konselor SMP Negeri 26 Malang			
1.	Redaksional/penulisan pada masing-masing buku perlu diperhatikan kembali	Terdapat kesalahan penulisan dan letak keterangan gambar, bagan dan tabel	Pengecekan ulang seluruh penulisan pada produk dengan memerhatikan nomor keterangan gambar, bagan dan tabel
Calon Pengguna: Konselor SMP Negeri 2 Malang			
1.	Pengecekan kembali daftar nomor instrumen keterampilan mengelola emosi	Ketidaksesuaian keterangan daftar nomor <i>favorable</i> dan <i>unfavorable</i> untuk instrumen keterampilan mengelola emosi di buku panduan konselor	Peninjauan kembali daftar nomor bersifat <i>unfavorable</i> dan <i>favorable</i> pada buku panduan konselor
Calon Pengguna: Konselor SMP Negeri 17 Malang			
1.	Relevansi waktu pelaksanaan	Waktu pelaksanaan masuk pada jam BK di sekolah	Waktu pelatihan dilaksanakan diluar jam BK/mata pelajaran lain dengan melakukan perizinan pada kepala sekolah dan kesepakatan siswa dengan nilai kelola emosi sangat rendah dengan mengetahui orang tua siswa

PEMBAHASAN

Kegiatan awal yang dilakukan sebelum mengembangkan produk adalah mengkaji hasil penelitian yang mengembangkan metode-metode untuk meningkatkan keterampilan emosi pada siswa dalam fungsi BK pencegahan. Adapun hasil penelitian tersebut diantaranya, penggunaan teknik sosiodrama (Rizkha, 2012); permainan simulasi (Yunita, 2012); paket model sosiodrama (Rahayu, 2009). Ketiga pengembangan tersebut bertitik pada metode bermain peranan. 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). Sinema edukasi juga efektif untuk meningkatkan kemampuan pemecahan masalah siswa SMP (Utami, 2011).

Berdasarkan berbagai hasil kajian penelitian terdahulu terhadap pemilihan metode dan mempertimbangkan tingkat kebutuhan konselor, maka peneliti mengembangkan metode berbasis media video yang menggunakan teknik relaksasi musik klasik serta media menulis ekspresif dalam meningkatkan kemampuan mengelola emosi 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 kegiatan pengelolaan emosi positif bagi anak, hendaknya menciptakan kondisi yang menyenangkan salah satunya dengan permainan (Goleman, 2006), yang mampu menarik individu (Franken-Wendelstorf, Konrad, & Schuchardt, 2014).

Indikator Kegunaan menunjukkan aspek kegunaan terkait dengan keempat produk yang dihasilkan. Aspek kegunaan menjabarkan butir-butir berkaitan dengan indikator kegunaan produk untuk pengguna dan indikator intervensi teknik pada produk. Hasil penilaian ketiga ahli dan ketiga calon pengguna terhadap produk menunjukkan kesepakatan sangat tinggi terhadap kebergunaan produk. Analisis hasil uji masing-masing ahli menggunakan teknik *percentage of agreement* (Grinnell Jr & Unrau, 2010). Asumsi pemilihan model analisis isi *percentage of agreement* ini didasarkan pada gagasan bahwa penggunaan model ini mampu menggambarkan kesepakatan para

ahli dalam keberterimaan produk yang dikembangkan secara keseluruhan (Neuendorf, 2016). Di sisi lain, pada penelitian dan pengembangan dalam bidang ilmu sosial, humaniora, dan pendidikan juga banyak melibatkan model analisis isi ini (Eriyanto, 2013)

Indikator pertama menunjukkan aspek kegunaan terkait dengan keempat produk yang dihasilkan dalam penelitian ini. Aspek kegunaan menjabarkan butir-butir berkaitan dengan indikator kegunaan produk untuk pengguna dan indikator intervensi teknik pada produk. Hasil penilaian ketiga ahli dan ketiga calon pengguna terhadap produk menunjukkan kesepakatan sangat tinggi terhadap kebergunaan produk. Produk ini dinilai berguna sebab dianggap mampu memenuhi kebutuhan akan tingginya masalah perilaku *bullying* di kalangan siswa SMP Kota Malang. Selain itu, produk ini bersifat preventif, sehingga proses implementasinya lebih relevan digunakan untuk konselor dalam mengisi jam BK di kelas. Seperti panduan pelatihan *creative problem solving* yang telah diterima untuk mencegah *bullying* di SMP (Sukarno & Handarini, 2016).

Aspek selanjutnya adalah kemenarikan produk. Aspek penilaian ini menjabarkan butir-butir terkait kemenarikan kemasan luar produk dan kemenarikan isi produk. Hasil penilaian ketiga ahli dan ketiga calon pengguna terhadap produk menunjukkan persentase kesepakatan sangat tinggi terhadap kemenarikan produk. Produk ini memenuhi aspek kemenarikan menurut ahli dan calon pengguna dengan butir validitas tinggi karena desain *layout* yang mampu menarik perhatian siswa (Tiwasing, Sahachaisaeree, & Hapeshi, 2014), prosedur gerakan relaksasi musik klasik yang juga mampu memperbaiki *well-being* (Longhi, Pickett, & Hargreaves, 2015), dan penggunaan gambar menarik yang mampu membuat orang tertarik (Baloglu & McCleary, 1999).

Penilaian aspek ketepatan menjabarkan butir-butir terkait ketepatangunaan 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. Keberterimaan produk dengan validitas tinggi berdasarkan aspek ketepatan menurut ahli dan calon pengguna utamanya terletak pada butir rancangan kegiatan, isi materi serta pemilihan musik klasik yang mudah didengarkan untuk tahap perkembangan siswa SMP.

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 masuk pada kategori kesepakatan sangat tinggi terhadap kepatutan produk. Kepatutan dengan validitas sangat tinggi pada produk ini terletak pada pemenuhan standar kode etik dan pertanggungjawaban konselor secara komprehensif.

Selanjutnya, akan diuraikan penilaian kualitatif yang mendeskripsikan saran dan komentar dari masing-masing ahli dan calon pengguna produk yang digunakan sebagai acuan perbaikan produk. Pertama, penilaian secara kualitatif dari ahli BK, antara lain: (1) pengecekan media *DVD* pelatihan secara umum; (2) pemilihan *layout* halaman isi pada buku materi siswa; (3) penjelasan kegunaan terkait narasi hidup sebagai salah satu media dalam pelatihan; (4) pengecekan kesiapan format pemutaran musik klasik pada media *DVD* pelatihan dan (5) penataan jenis huruf judul pada masing-masing sampul produk.

Penilaian deskriptif dari ahli psikologi yang secara khusus memberikan penilaian terhadap intervensi teknik yaitu relaksasi musik klasik dan menulis ekspresif yang diterapkan pada penelitian ini antara lain: (1) pemilihan musik klasik menggunakan alunan nada yang menenangkan dengan komposisi alat musik solis; (2) spesifikasi penjelasan alur gerakan relaksasi; dan (3) pengecekan redaksional pada seluruh produk.

Uji ahli TEP yang secara khusus memberikan penilaian terhadap kemasan produk secara keseluruhan, memberi penilaian: (1) penambahan keterangan spesifikasi komputer atau laptop terhadap *DVD* pelatihan yang dihasilkan; (2) pemilihan video sebagai salah satu media pelatihan untuk bersifat netral atau tidak melibatkan agama tertentu; (3) redaksional pada seluruh produk; dan (4) desain isi contoh menulis ekspresif pada buku panduan pelatihan untuk konselor.

Keseluruhan penilaian secara kualitatif dari ketiga ahli diatas dijadikan sebagai acuan untuk perbaikan produk. Setelah produk selesai diperbaiki, produk kemudian dinilai pada tiga calon pengguna produk, yaitu tiga konselor SMP di tiga sekolah yang berbeda. Penilaian calon pengguna produk pertama terhadap produk adalah pengecekan redaksional pada seluruh butir, calon pengguna produk kedua memberikan penilaian deskriptif terkait kesesuaian penjelasan keterangan instrumen pada buku pelatihan untuk konselor dengan instrumen, dan penilaian terakhir dari calon pengguna produk ketiga yaitu pertimbangan relevansi durasi waktu pelatihan. Hasil penilaian secara kualitatif dari ketiga calon pengguna produk dijadikan sebagai acuan untuk memperbaiki produk akhir.

Hasil pelaksanaan seluruh uji coba produk telah menunjukkan bahwa produk panduan pelatihan keterampilan mengelola emosi sebagai upaya preventif perilaku *bullying* siswa SMP merupakan produk yang memiliki tingkat keberterimaan dan kelayakan tinggi menurut ahli materi BK, ahli psikologi, ahli TEP serta calon pengguna produk. Produk panduan pelatihan keterampilan mengelola emosi menjadi sebuah produk yang layak untuk digunakan sebagai metode bimbingan pada kegiatan pengembangan pribadi siswa untuk mencegah perilaku *bullying*. Selanjutnya, hasil penilaian dari uji coba tersebut diikuti oleh revisi guna penyempurnaan produk panduan.

Berdasarkan keberterimaan dan kelayakan produk yang telah dijelaskan, produk ini memiliki beberapa keunggulan. Beberapa keunggulan yang dimiliki produk ini adalah: (1) produk dapat dijadikan alternatif untuk kegiatan pengembangan pribadi siswa; (2) menggunakan intervensi kombinasi teknik relaksasi musik klasik dan menulis ekspresif yang sifatnya lebih inovatif dan belum pernah dikembangkan pada ranah BK; (3) panduan dilengkapi dengan buku materi siswa yang fungsinya sebagai pendamping sehingga dapat membantu siswa dalam memahami materi pelatihan; (4) terdapat berbagai jenis *ice breaking* yang pada setiap sesi pertemuan pelatihan, dan (5) terdapat instrumen skala keterampilan mengelola emosi yang sudah dikembangkan dan divalidasi, sehingga dapat digunakan untuk *pre-test* (menjaring siswa) dan *post-test* (evaluasi).

SIMPULAN

Produk panduan pelatihan keterampilan mengelola emosi sebagai upaya preventif *bullying* untuk siswa SMP telah dikembangkan sebaik mungkin dan telah memenuhi penilaian para ahli untuk menjadi produk yang tepat, berguna, menarik, dan patut untuk digunakan untuk siswa SMP. Saran ditujukan pada: (1) konselor sekolah agar menjadikan produk sebagai panduan kegiatan pengembangan diri siswa untuk mengelola emosi untuk mencegah perilaku *bullying*; (2) peneliti selanjutnya agar mengkaji produk lebih dalam untuk mengetahui keefektifan dari panduan pelatihan keterampilan mengelola emosi 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*. Universitas Negeri Semarang.
- Baloglu, S., & McCleary, K. W. (1999). A Model of Destination Image Formation. *Annals of Tourism Research*, 26(4), 868–897. [https://doi/10.1016/S0160-7383\(99\)00030-4](https://doi/10.1016/S0160-7383(99)00030-4)
- Beightol, J., Jeverson, J., Gray, S., Carter, S., & Gass, M. (2009). The Effect of An Experiential, Adventure-based “Anti-Bullying Initiative” on Levels of Resilience: A Mixed Methods Study. *Journal of Experiential Education*, 31(3), 420–424.
- Caruso, D. R., & Salovey, P. (2004). *The Emotionally Intelligent Manager: How to Develop and Use the Four Key Emotional Skills of Leadership*. John Wiley & Sons.
- Darmiany, A. (2016). Pengembangan Model Pelatihan Soft-skills pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Mataram. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 47–54. <https://doi.org/10.17977/um001v1i22016p047>

- Djuwita, R. (2006). Kekerasan Tersembunyi di Sekolah: Aspek-aspek Psikososial dari Bullying. In *Bullying: Masalah Tersembunyi dalam Dunia Pendidikan di Indonesia*.
- Eriyanto. (2013). *Analisis Isi: Pengantar Metodologi untuk Penelitian Ilmu Komunikasi dan Ilmu-ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: CV. Kencana Prenada Media Group.
- Franken-Wendelstorf, R., Konrad, M., & Schuchardt, A. (2014). Serious Games and Multimedia Technology in Mobile Information Systems for Museums. In *Proceedings of the European Conference on Games-based Learning* (Vol. 1, hal. 136–142).
- Gall, M. D., Borg, W. R., & Gall, J. P. (1996). *Educational Research: An Introduction, 6th ed.* White Plains, NY, England: Longman Publishing.
- Goleman, D. (2006). *Emotional Intelligence*. Bantam.
- Grinnell Jr, R. M., & Unrau, Y. A. (2010). *Social Work Research and Evaluation: Foundations of Evidence-based Practice*. Oxford University Press.
- Krahe, B. (2005). *Perilaku Agresif, Buku Panduan Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Longhi, E., Pickett, N., & Hargreaves, D. J. (2015). Wellbeing and Hospitalized Children: Can Music Help? *Psychology of Music*, 43(2), 188–196. <https://doi.org/10.1177/0305735613499781>
- Mayer, J. D., & Cobb, C. D. (2000). Educational Policy on Emotional Intelligence: Does it Make Sense? *Educational Psychology Review*, 12(2), 163–183.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Target Articles: “Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications.” *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215.
- Michaud, C. (2012). *Cyberbullying a Problem Around the Globe: Poll*. Diambil 30 Januari 2018, dari <https://www.reuters.com/article/us-cyberbullying-poll/cyberbullying-a-problem-around-the-globe-poll-idUSTRE80A1FX20120111>
- Montello, L., & Coons, E. E. (1998). Effects of Active Versus Passive Group Music Therapy on Preadolescents with Emotional, Learning, and Behavioral Disorders. *Journal of Music Therapy*, 35(1), 49–67.
- Neuendorf, K. A. (2016). *The Content Analysis Guidebook*. Sage.
- Qodar, N. (2015). Survei ICRW: 84% Anak Indonesia Alami Kekerasan di Sekolah - News Liputan6.com. Diambil 30 Januari 2018, dari <http://news.liputan6.com/read/2191106/survei-icrw-84-anak-indonesia-alami-kekerasan-di-sekolah>
- Rahayu, S. (2009). *Pengembangan Model Sosiodrama untuk Meningkatkan Keterampilan Pengelolaan Emosi Siswa SMA*. (Unpublished Bachelor’s Thesis). Universitas Negeri Malang.
- Rizkha, P. D. (2012). *Pengembangan Panduan Sosiodrama untuk Meningkatkan Keterampilan Pengelolaan Emosi Siswa Kelas X SMAN 1 Kota Kediri*. Universitas Negeri Malang.
- Santrock, J. W. (2007). *Child Development*. Dallas: Mc Grow – Hill Companies, Inc.
- Soper, B., & Bergen, C. W. (2001). Employment Counseling and Life Stressors: Coping through Expressive Writing. *Journal of Employment Counseling*, 38(3), 150–160.
- Sukarno, T. P., & Handarini, D. M. (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 Cinema Education untuk Siswa SMP*. (Unpublished Master’s Thesis). Universitas Negeri Malang.

- Wiladantika, K. P., Dharsana, I. K., & Suranata, K. (2014). Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meminimalisir Perilaku Agresif Siswa Kelas XI Bahasa SMA Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling*, 2(1).
- Winarlin, R., Lasan, B. B., & Widada, W. (2016). Efektivitas Teknik Sosiodrama Melalui Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Agresif Verbal Siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 68–73. <https://doi.org/10.17977/um001v1i22016p068>
- Yosep, I. (2007). *Keperawatan Jiwa*. Bandung: Refika Aditama.
- Yunita, S. (2012). *Pengembangan Permainan Simulasi Pengelolaan Emosi untuk Siswa Kelas X SMK 2 Malang*. (Unpublished Bachelor's Thesis). Universitas Negeri Malang.