

**PENGEMBANGAN MODEL MANAJEMEN KONFLIK UNTUK  
MENINGKATKAN KESTABILAN EMOSI PADA SISWA  
KELAS XI SMA NEGERI 2 KARANGANYAR  
TAHUN PELAJARAN 2011/2012**



Oleh:

**DYAH PUTRI MEITASARI**

**K3108020**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET**

**SURAKARTA**

**2012**

i

*commit to user*

**PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Dyah Putri Meitasari  
NIM : K3108020  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Lembaga Asal : FKIP Universitas Sebelas Maret Surakarta

menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“PENGEMBANGAN MODEL MANAJEMEN KONFLIK UNTUK MENINGKATKAN KESTABILAN EMOSI PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 2 KARANGANYAR TAHUN PELAJARAN 2011/2012 ”** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, 27 Desember 2012

Yang membuat pernyataan,



Dyah Putri Meitasari

**PENGEMBANGAN MODEL MANAJEMEN KONFLIK UNTUK  
MENINGKATKAN KESTABILAN EMOSI PADA SISWA  
KELAS XI SMA NEGERI 2 KARANGANYAR  
TAHUN PELAJARAN 2011/2012**



**Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar  
Sarjana Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling,  
Jurusan Ilmu Pendidikan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA  
2012**

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.



Surakarta, Desember 2012

Pembimbing I,

Dr. Asrowi, M.Pd  
NIP 195508081985031002

Pembimbing II,

Dra. Sri Wiyanti H., M.Si  
NIP 19520814 198403 2 001

**PENGESAHAN**

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Hari : Rabu

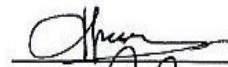
Tanggal : 19 Desember 2012

## Tim Penguji Skripsi

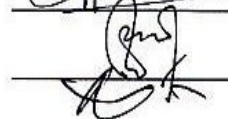
## Nama Terang

## Tanda Tangan

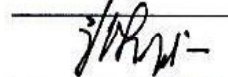
Ketua : Dra. Siti Mardiyati, M.Si



Sekretaris : Dra. Wardatul Djannah M.Pd



Anggota I : Dr. Asrowi, M.Pd



Anggota II : Dra. Sri Wiyanti H., M.Si

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret



Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd.

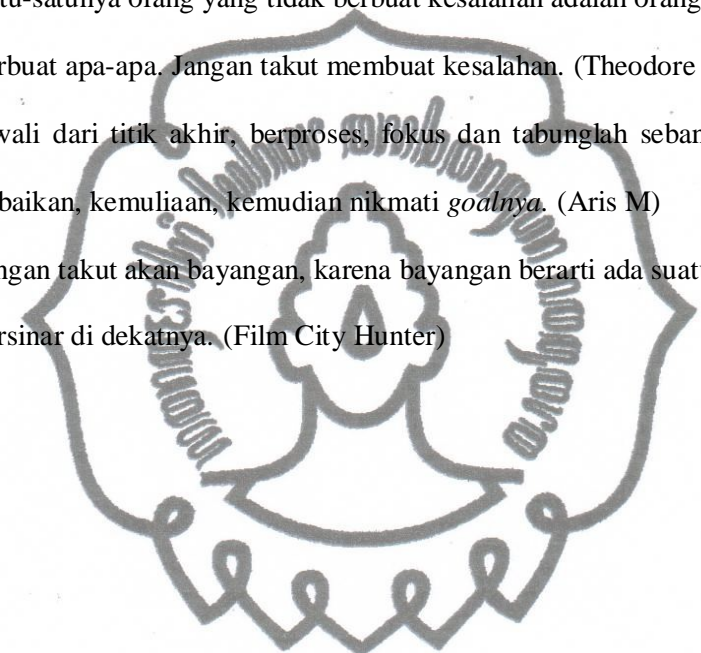
NIP. 196007271987021001

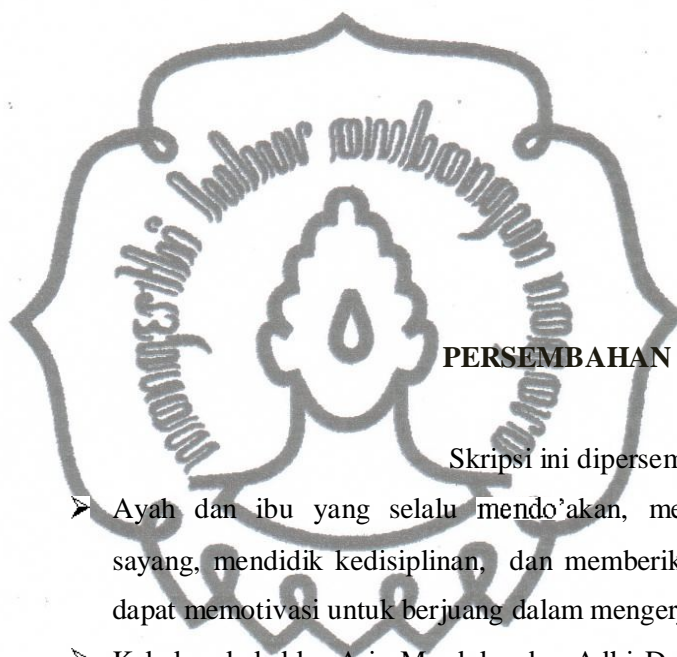
v

*commit to user*

## MOTTO

- ☐ Satu-satunya orang yang tidak berbuat kesalahan adalah orang yang tidak berbuat apa-apa. Jangan takut membuat kesalahan. (Theodore Roosevelt )
- ☐ Awali dari titik akhir, berproses, fokus dan tabunglah sebanyak-banyaknya kebaikan, kemuliaan, kemudian nikmati *goalnya*. (Aris M)
- ☐ Jangan takut akan bayangan, karena bayangan berarti ada suatu cahaya yang bersinar di dekatnya. (Film City Hunter)





Skripsi ini dipersembahkan kepada :

- Ayah dan ibu yang selalu mendo'akan, memberikan kasih sayang, mendidik kedisiplinan, dan memberikan nasihat yang dapat memotivasi untuk berjuang dalam mengerjakan skripsi.
- Kakak – kakakku Aris Murdoko dan Adhi Dwi Hananto yang selalu mendengarkan dengan baik saat curahan hati, mengingatkan untuk selalu berpegang teguh kepada agama, serta dapat menenangkan ketika dalam keadaan terpuruk.
- Untuk seseorang yang selalu mendo'akan dan selalu menumbuhkan semangat untuk menjadi pribadi yang berkembang.
- Almamater Universitas Sebelas Maret Surakarta yang merupakan kebanggaan sebagai tempat dalam menimba ilmu.

## ABSTRAK

Dyah Putri Meitasari. **PENGEMBANGAN MODEL MANAJEMEN KONFLIK UNTUK MENINGKATKAN KESTABILAN EMOSI PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 2 KARANGANYAR.** Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. Desember 2012.

Penelitian ini bertujuan untuk 1) mengembangkan model hipotetik berupa modul manajemen konflik yang layak digunakan sebagai pedoman dalam perlakuan manajemen konflik, 2) mengetahui keefektifan manajemen konflik dalam meningkatkan kestabilan emosi pada siswa kelas XI SMA Tahun Pelajaran 2011/2012.

Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan Penelitian dan Pengembangan (*Research and Development*) dengan subjek sarasannya adalah siswa SMA Negeri 2 Karanganyar kelas XI yang memiliki kestabilan emosi rendah. Berdasarkan hasil skor inventori yang disebarkan kepada 292 siswa, diperoleh 40 orang yang mempunyai tingkat kestabilan emosi rendah. Hasil inventori tersebut sekaligus berfungsi sebagai *pre-test*. Subjek diberi perlakuan dengan menggunakan manajemen konflik yang dikemas dalam satu modul manajemen konflik diberikan selama empat kali pertemuan. Setelah perlakuan, subjek diberikan inventori yang sama dengan *pre-test* yang berfungsi sebagai *post-test*. Analisis penelitian yaitu dengan uji rasional kelayakan modul dan uji t dengan desain penelitian *one group pre-test – post-test design* untuk mengetahui keefektifan manajemen konflik dalam meningkatkan kestabilan emosi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa modul manajemen konflik dinilai layak oleh subjek ahli, praktisi dan siswa dengan persentase kelayakan 98,8% oleh ahli dan praktisi, serta 84,25% oleh siswa. Selanjutnya, untuk uji keefektifan dengan t-test diperoleh hasil  $t = 9.672$  dengan signifikansi 0.000, bila dibandingkan dengan tabel t ( $df = 39$  sig 5%,  $t = 1.68488$ ), maka  $t$  hitung  $>$   $t$  tabel yang berarti signifikan. Jadi, ada perbedaan yang signifikan *pre-test* kestabilan emosi dengan *post-test* kestabilan emosi dengan kenaikan sebesar 20,68%.

Kata Kunci: Manajemen Konflik, Kestabilan Emosi



## ABSTRACT

Dyah Putri Meitasari. **CONFLICT MANAGEMENT MODEL TO IMPROVE THE EMOTIONAL STABILITY OF STUDENTS AT THE ELEVENTH GRADE OF SMA NEGERI 2 KARANGANYAR.** Thesis, Teacher Training and Education Faculty. Sebelas Maret University. December 2012.

This study aims to 1) developed a hypothetical model of conflict management in the form of modules be used as guidelines in the treatment of conflict management, 2) determine the effectiveness of conflict management in improving emotional stability at the eleventh grade of SMA Negeri 2 Karanganyar.

Approach used was research and development with the target subject students of class XI SMA Negeri 2 Karanganyar who have low emotional stability. Based on the results of the inventory scores distributed to 292 students, it earned 40 people who have low level of emotional stability. The results of the inventory also functioned as a pre-test. The subjects were treated by conflict management that was organized in a conflict management module given for four sessions. After treatment, the subjects were given the same inventory pre-test which serves as a post-test. The research was analyzed by proper module rational test and t- test. The research design was one group pretest- posttest design to know the effectiveness of conflict management in improving emotional stability.

Results showed that the management module conflict judged worthy by subject matter experts, practitioners and students with a percentage of 98.8% viability by experts and practitioners, and 84.25% by the students. Next, to test the effectiveness of the t-test  $t = 9672$  the results obtained with the significance of 0000, compared with the tables t (df = 39 sig 5%,  $t = 1.68488$ ), then  $t \text{ count} > t \text{ table}$  which means significantly. Thus, there are significant differences pre-test emotional stability with post-test emotional stability with an improve of 20.68%.

Keywords: Conflict Management, Emotional Stability

## KATA PENGANTAR

*Bismillâhirrahmânirrahim,*

*Alhamdulillah* segala puji dan syukur dipanjatkan kepada Allah SWT yang atas berkah, rahmat, taufiq, serta hidayah-Nya penulisan skripsi dapat berjalan dengan lancar dan baik. dapat menyelesaikan skripsi. Skripsi dengan judul **“Pengembangan Model Manajemen Konflik untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar Tahun Pelajaran 2011/2012”** disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, baik berupa materi, do'a, dukungan, maupun bantuan materi. Untuk itu, diucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan ijin menyusun skripsi dan melakukan penelitian.
2. Bapak Drs. Rusdiana Indianto, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan dan Tim Penguji Skripsi yang memberikan ijin dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi.
3. Ibu Dra. Siti Mardiyati, M.Si selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta yang menanamkan kedisiplinan kepada mahasiswa Bimbingan dan Konseling.
4. Bapak Dr. Asrowi, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I yang memberikan bimbingan dan inspirasi baik berkaitan dengan skripsi maupun tentang kehidupan.

5. Ibu Dra. Sri Wiyanti H., M.Si selaku Dosen Pembimbing II yang memberikan bimbingan, arahan secara teliti dalam penyusunan skripsi, dan selalu berbagi pengalaman tentang kehidupan.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan motivasi, dukungan, dan solusi dalam menghadapi berbagai hambatan studi sehingga berhasil.
7. Kedua orang tua tercinta yang telah memberikan kasih sayang, dukungan, nasihat, dan do'a untuk keberhasilan studi di perguruan tinggi ini.
8. Bapak Kepala sekolah SMA Negeri 2 Karangayar yang telah membantu jalannya proses penelitian.
9. Bapak Drs. Nor Rohman dan guru guru SMA Negeri 2 Karangayar yang telah memberikan bimbingan dan kemudahan selama penelitian.
10. Sahabat sahabat terbaik, Fauzia, Avita, Meila, Retno, Yulia, Fitria, Ririn, Hening, dan Ratna yang selalu setia menjadi tempat untuk saling berbagi kebahagiaan dan saling mendukung ketika dalam keadaan terpuruk.
11. Teman-teman mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling yang menjadi tempat curhat, diskusi, dan berbagi informasi serta saling membantu.
12. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan sesuai dengan bantuan yang telah Bapak-Ibu, Saudara, dan teman-teman berikan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan bagi guru Bimbingan dan Konseling pada khususnya. Amin.

Surakarta, 27 Desember 2012

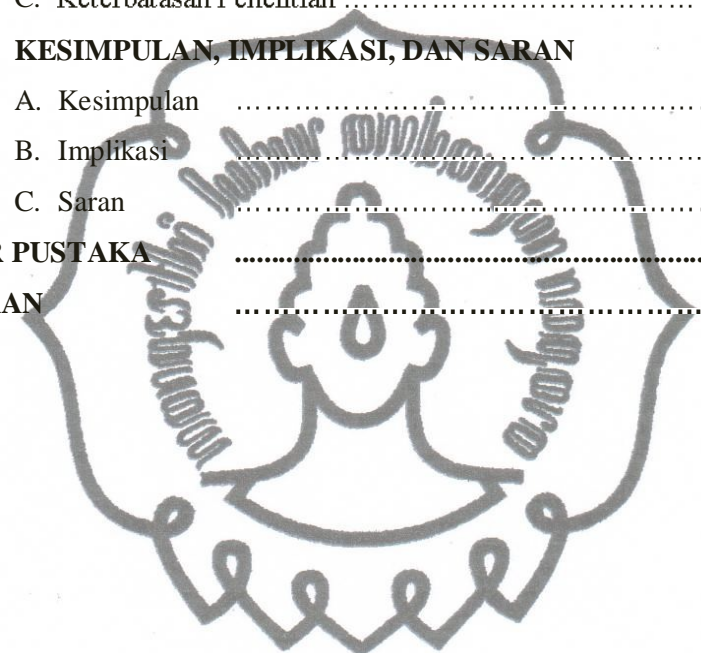
Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PENGAJUAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
ABSTRAK .....	viii
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Penelitian .....	1
B. Permasalahan .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	8
1. Manfaat teoritis .....	8
2. Manfaat praktis .....	8
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Kajian Pustaka .....	9
1. Kestabilan Emosi .....	9
a. Konsep Dasar .....	9
b. Kondisi Emosi Remaja .....	12

c. Karakteristik emosi yang stabil .....	13
2. Manajemen Konflik .....	14
a. Konsep Dasar .....	14
b. Tujuan Manajemen Konflik .....	18
c. Manfaat Konflik .....	20
d. Faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen konflik .....	21
e. Strategi Mengatasi Konflik .....	22
3. Karakteristik Siswa SMA .....	24
4. Keefektifan Manajemen Konflik untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi .....	28
B. Kerangka Pemikiran .....	33
C. Hipotesis .....	34
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Prosedur Penelitian .....	35
B. Subjek Penelitian .....	39
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	39
1. Tempat Penelitian .....	40
2. Waktu Penelitian .....	41
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	41
E. Teknik Pengumpulan Data .....	42
F. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	45
G. Teknik Analisis Data .....	45
<b>BAB IV PROSES, HASIL PENELITIAN, DAN PEMBAHASANNYA</b>	
A. Proses dan Hasil Penelitian .....	47
1. Tahap Studi Pendahuluan .....	47
2. Tahap Merancang Model Hipotetik .....	49
3. Tahap Pengembangan Model Hipotetik .....	49
4. Uji Rasional Kelayakan Model Hipotetik .....	50

5. Revisi Modul .....	51
6. Uji Coba Terbatas .....	52
7. Uji Efektivitas .....	53
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	61
C. Keterbatasan Penelitian .....	63
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	64
B. Implikasi .....	64
C. Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>69</b>

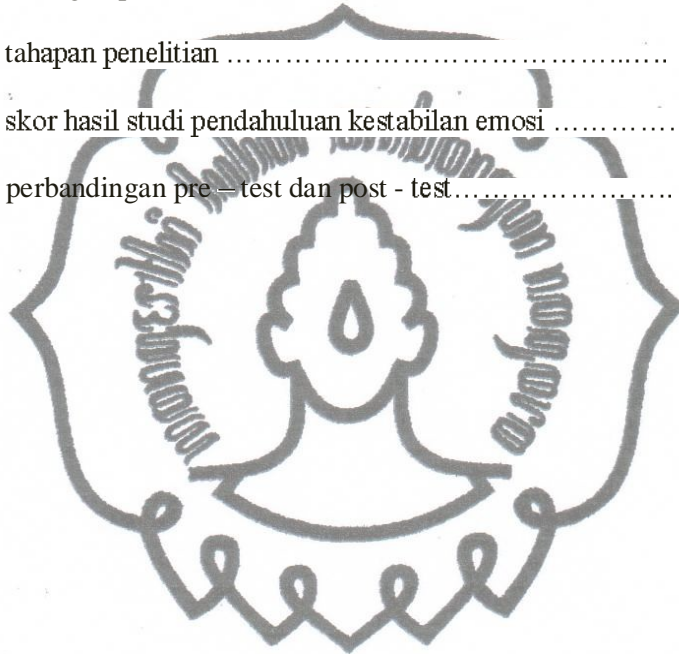


## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Waktu penelitian .....	41
2. Kisi – kisi inventori kestabilan emosi.....	42
3. Desain penelitian .....	44
4. Skor hasil studi pendahuluan.....	48
5. Hasil <i>pre – test</i> kestabilan emosi pada siswa kelas XI .....	53
6. Kategori hasil <i>pre – test</i> kestabilan emosi pada siswa kelas XI ...	54
7. Hasil <i>pre-test</i> kestabilan emosi pada subjek penelitian .....	55
8. Hasil <i>post-test</i> kestabilan emosi pada subjek penelitian .....	57
9. Perbandingan <i>pre-test</i> dengan <i>post-test</i> .....	57
10. Uji normalitas .....	58
11. Deskripsi data hasil penelitian manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi .....	59
12. Persentase kenaikan <i>pre – test</i> dan <i>post - test</i> .....	59

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Bagan kerangka pemikiran .....	33
2. Bagan tahapan penelitian .....	39
3. Grafik skor hasil studi pendahuluan kestabilan emosi .....	48
4. Grafik perbandingan pre – test dan post - test.....	58

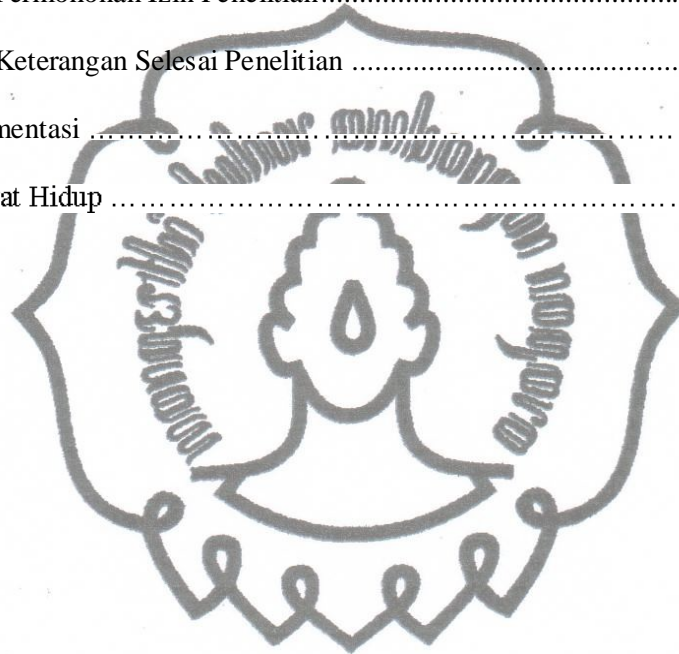




## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrumen Inventori Kestabilan Emosi.....	69
2. Form Penilaian Modul (ahli dan praktisi).....	74
3. Form Penilaian Modul (siswa).....	78
4. Skor Hasil Studi Pendahuluan.....	79
5. Skor <i>Pre-test</i> Siswa.....	82
6. Tabulasi Skor <i>Pre-test</i> Subjek.....	86
7. Tabulasi Skor <i>Pre-test</i> Subjek Per Aspek.....	87
8. Tabulasi Skor <i>Post-test</i> Subjek.....	93
9. Tabulasi Skor <i>Post-test</i> Subjek Per Aspek.....	94
10. Perbandingan Skor Akhir <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Subjek.....	100
11. Perbandingan Skor Akhir <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Subjek Per Aspek.....	101
12. Data Uji Reliabilitas.....	103
13. Data Uji Normalitas.....	104
14. Hasil Penilaian Modul (ahli).....	105
15. Hasil Penilaian Modul (praktisi).....	106
16. Hasil Penilaian Modul (siswa).....	107
17. Satuan Layanan.....	108
18. Presensi Pertemuan.....	116

19. Tabel uji t.....	118
20. Cover Modul Manajemen Konflik .....	119
21. Surat Permohonan Izin Penyusunan Skripsi.....	121
22. Surat Permohonan Izin Penelitian.....	123
23. Surat Keterangan Selesai Penelitian .....	125
24. Dokumentasi .....	126
25. Riwayat Hidup .....	129



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG MASALAH**

Salah satu periode penting dalam rentang kehidupan individu adalah masa remaja. Masa tersebut merupakan masa perubahan karena pada masa ini terjadi perubahan yang cepat baik secara fisik, maupun psikologis. Di masa remaja terjadi transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Terjadinya masa perubahan mengakibatkan remaja harus meninggalkan segala hal yang bersifat kekanak-kanakan dan mempelajari pola tingkah laku dan sikap baru serta mulai menyesuaikan diri dengan pola kehidupan yang terjadi.

Siswa SMA termasuk pada masa usia sekolah atau remaja. Berdasarkan bentuk perkembangan dan pola perilaku yang tampak khas bagi usia-usia tertentu, batasan masa remaja menurut Konopka (dalam Syamsu Yusuf, 2011:184) meliputi remaja awal: 12-15 tahun, remaja madya: 15-18, dan remaja akhir: 19-22. Merujuk pada usia tersebut, khususnya siswa SMA termasuk dalam usia remaja madya karena usia siswa SMA berkisar antara 15-17 tahun. Siswa SMA yang merupakan masa remaja mempunyai tugas perkembangan yang perlu diselesaikan sesuai dengan tahapan-tahapannya. Tugas perkembangan yang dapat diselesaikan dengan baik oleh remaja akan menimbulkan kebahagiaan dan kemudahan dalam melaksanakan tugas perkembangan selanjutnya. Apabila remaja tidak dapat menyelesaikan tugas perkembangan dengan baik, maka remaja tersebut akan mengalami kesulitan dalam menghadapi tugas perkembangan selanjutnya.

Salah satu tugas perkembangan dalam masa remaja adalah mencapai kemandirian secara emosional. Hurlock (dalam Moh. Ali dan Moh Asrori, 2004:9), menjelaskan bahwa remaja berasal dari bahasa Latin *adolescence* yang artinya tumbuh untuk mencapai kematangan. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada masa remaja terjadi pertumbuhan untuk mencapai kematangan. Salah satu

hal yang penting adalah kematangan emosi. Sarlito Wirawan Sarwono (2004:115) berpendapat bahwa emosi merupakan setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai warna afektif baik pada tingkat lemah maupun tingkat yang luas. Warna afektif yang dimaksud adalah perasaan-perasaan tertentu yang dialami pada saat menghadapi situasi tertentu, contohnya antara lain gembira, bahagia, putus asa, terkejut, benci, dan marah. Hal inilah yang akan mewarnai masa remaja.

Masa remaja dikenal dengan masa yang terjadi pergolakan emosi yang diiringi dengan pertumbuhan fisik dan psikis yang pesat. Kondisi emosi yang belum stabil akan mempengaruhi perkembangan remaja. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Muhammad Al-Mighwar (2006:68) bahwa masa remaja memiliki ciri khas yang tidak dimiliki masa-masa yang lain, salah satu di antaranya adalah tidak stabilnya emosi. Pembahasan tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa perasaan dan emosi seseorang pada masa remaja dianggap sebagai badai dan topan dalam kehidupan. Kenyataan tersebut terjadi pada perubahan yang sangat cepat, yaitu remaja yang sangat gembira dengan cepat berubah menjadi sangat sedih dan dari merasa percaya diri menjadi sangat ragu, terutama dalam menentukan cita-cita. Remaja belum bisa merencanakan dan menentukan sendiri pendidikan dan lapangan kerja lebih lanjut, terlebih lagi dalam persahabatan dan cinta, mudah berubah dalam bersahabat dan memilih pasangan.

Jurnal intervensi psikologi yang di dalamnya terdapat jurnal penelitian berjudul Pendampingan Emosi dan Kemampuan Mengelola Emosi pada Karyawan yang Mengalami Perubahan Organisasi dibuat oleh Nur Afni Indahari Arifin, dkk membahas bahwa perubahan organisasi dapat disebabkan oleh berbagai macam reaksi dari anggota organisasi itu sendiri, termasuk reaksi emosional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendampingan emosi signifikan untuk meningkatkan kemampuan karyawan dalam mengelola emosi. Dalam penelitian tersebut juga menerangkan bahwa menahan reaksi-reaksi emosi kurang efektif untuk meringankan pengalaman emosional yang negatif

dibandingkan jika seseorang menerapkan strategi-strategi untuk mengetahui dan mengatur emosi. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa perlu strategi-strategi yang tepat untuk dapat mengelola emosi seseorang agar tidak mudah terpancing pada saat terjadi perubahan keadaan di sekitar atau di lingkungannya.

Emosi yang tidak stabil ini akan sangat berpengaruh pada tingkah laku remaja. Pada umumnya jika remaja mudah terpengaruhi pada situasi emosional, maka akan menimbulkan kerugian bagi diri sendiri maupun orang lain serta dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Selanjutnya Santrock (dalam Pujiyati 2010:1) menambahkan bahwa remaja adalah masa pergolakan yang diisi dengan konflik dan mood yang mudah berganti-ganti serta banyak dipengaruhi oleh lingkungan dan teman-teman sebaya. Contohnya antara lain dorongan seksual, pendidikan, hubungan dengan orang tua, pergaulan sosial, emosi, pertumbuhan pribadi, kesehatan dan agama.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mohamed Alfian Harris B. Omar dan Mohamed Sharif Mustaffa PhD (2006) yang berjudul “ Tahap Kestabilan Emosi Pelajar di Sebuah Kolej Kediaman Institusi Pengajian Tinggi Awam”. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa jenis emosi yang paling sering dialami oleh pelajar adalah emosi kebimbangan yaitu sebesar 26.1% dan jenis emosi yang paling sedikit dialami adalah emosi trauma yaitu sebesar 1.1%. Kajian tersebut juga menjelaskan bahwa pelajar sering menenangkan diri saat emosi, yaitu sebanyak 46.7% dan yang menggunakan obat-obatan yaitu sebesar 0,6%. Di akhir kajian peneliti memberikan saran untuk merancang program-program yang sesuai untuk membantu menangani masalah ketidakstabilan emosi yang dialami oleh pelajar. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pelajar tidak lepas dari ketidakstabilan emosi dan pelajar sering mengalami kebimbangan. Ketidakstabilan emosi pada pelajar harus diatasi agar tidak menghambat dalam mencapai tugas-tugas perkembangan dan aktivitas akademiknya.

Sekolah merupakan salah satu tempat remaja dapat beraktivitas dengan teman sebaya. Tugas perkembangan remaja dapat dicapai dengan bantuan dari personil sekolah karena sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran, dan latihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan potensinya, baik yang menyangkut aspek moral-spiritual, intelektual, emosi, maupun sosial. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Undang-undang Pendidikan No.20 tahun 2003 Bab II Pasal 3 yang berbunyi sebagai berikut :

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Terbentuknya pribadi peserta didik seperti yang ada dalam Undang-Undang tersebut diharapkan benar-benar dapat terbentuk melalui pendidikan di sekolah. Sama halnya dengan meningkatnya kestabilan emosi peserta didik yang merupakan salah satu cara untuk mencapai tugas perkembangan remaja yaitu mencapai kemandirian secara emosional. Kenyataan menunjukkan bahwa banyak remaja mempunyai tingkat ketidakstabilan emosi yang cukup tinggi. Masih banyak kejadian atau konflik yang melibatkan emosionalitas remaja sehingga menyebabkan kerugian bagi diri remaja. Remaja yang mengalami emosi berlebihan tidak hanya akan mengganggu aktivitas belajarnya di sekolah, tetapi juga dapat berakibat lebih buruk, akhirnya mencari pelarian yang banyak menyimpang dari perilaku yang benar. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Agustia Paramitha dkk menunjukkan bahwa diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,626 dengan signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara minat dugem dengan perilaku *emotion focused coping*. Penelitian tersebut dapat dikatakan bahwa sebagian besar remaja,

khususnya siswa SMA yang emosinya tidak stabil akan membawa remaja tersebut ke tempat yang menurut remaja tersebut dapat meluapkan emosinya dan membuat remaja merasa nyaman, yaitu ke tempat dugem.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap siswa SMA di SMA Negeri 2 Karanganyar menunjukkan bahwa sebanyak 15,9% mempunyai tingkat kestabilan emosi yang rendah, 41,4% mempunyai tingkat kestabilan emosi yang sedang, dan sebanyak 42,7% siswa mempunyai tingkat kestabilan emosi yang tinggi. Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, maka siswa yang mempunyai tingkat kestabilan emosi rendah perlu ditingkatkan agar siswa tidak mudah terpancing emosinya.

Remaja yang mudah terpengaruh oleh situasi perilaku emosional akan membahayakan bagi diri remaja sehingga mudah terjerumus kedalam pergaulan bebas. Contoh yang lain yaitu masih banyak terjadi aksi tawuran yang dilakukan oleh anak-anak SMA dan masih banyak hal atau konflik yang menunjukkan bahwa banyak siswa tidak stabil emosinya antara lain siswa stres dan frustrasi karena putus cinta, bingung memilih jurusan, bimbang menentukan masa depan, takut dan gelisah yang mengakibatkan siswa menjadi murung. Pernyataan di atas diperkuat melalui wawancara dengan guru BK SMA Negeri 2 Karanganyar bahwa pada umumnya masih banyak yang emosinya kurang stabil yang dapat dilihat dari perilaku siswa yang mudah tersinggung bila diejek teman, sering bingung, dan pernah terjadi perkelahian yang disebabkan antara lain karena kesalahpahaman, perdebatan, percintaan, dan juga pernah terjadi saling melabrak. Keadaan tersebut tidak hanya terjadi di satu sekolah, tetapi sangat dimungkinkan terjadi di banyak sekolah utamanya SMA, baik SMA Negeri maupun swasta karena kurang stabilnya emosi pada anak SMA dapat memicu terjadinya konflik dengan teman sebaya. Konflik yang dialami oleh siswa SMA dapat berakibat fatal pada keberhasilan studi. Oleh karena itu, konflik perlu diatasi dengan menggunakan strategi yang tepat dan sesuai dengan kondisi remaja.

Manajemen konflik adalah cara mengatasi konflik dengan menggunakan strategi mengatasi konflik. Konflik yang dimaksud adalah konflik dari dalam diri dan konflik antar pribadi. Konflik dalam diri atau umumnya disebut konflik intrapersonal contohnya antara lain bingung memilih di antara dua atau lebih pilihan, merasa bimbang, dan mudah cemas. Konflik antar pribadi dapat juga disebut dengan konflik interpersonal, yaitu konflik yang terjadi antara siswa satu dengan yang lain, hal tersebut ditunjukkan adanya perseteruan dengan orang lain.

Konflik mempunyai hubungan erat dengan emosional. Remaja yang terlibat dalam konflik, baik dalam diri maupun luar diri, pada umumnya mudah menunjukkan sikap emosional yaitu agresif, putus asa, frustrasi, bahkan stres. Hendricks (2008:57) yang menjelaskan bahwa emosi merupakan bagian penting dalam konflik. Terjadinya konflik, baik konflik interpersonal maupun intrapersonal dapat menyebabkan seseorang tingkat emosionalnya menjadi lebih tinggi sehingga mengakibatkan seseorang tersebut berfikir irasional atau ilogikal. Konflik emosional tersebut merupakan suatu perilaku yang menimbulkan banyak ketertarikan untuk diadakan penelitian karena suatu dugaan bahwa remaja yang mengalami konflik tersebut pada umumnya memiliki ketidakstabilan emosi. Remaja yang tidak mampu menghadapi konflik akan cukup berbahaya karena dapat menjadikan perilaku remaja menjadi membabi buta dan mengalahkan akal sehat. Selain itu, remaja yang emosinya tidak stabil akan menghambat dalam pencapaian tugas-tugas perkembangan dan menghambat keberhasilan belajarnya bahkan konflik yang dihadapi akan semakin berkepanjangan.

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui pentingnya memiliki ketrampilan manajemen konflik yang diharapkan sebagai strategi untuk memecahkan atau menghilangkan konflik baik dari dalam maupun luar dirinya serta mengatur kestabilan emosi dalam berperilaku. Siswa yang terampil dalam memanje konflik diharapkan dapat lebih mudah mengatasi konflik yang terjadi pada dirinya dan sekaligus meningkatkan kestabilan emosi di dalam berperilaku.



Berkenaan dengan hal tersebut di atas, dalam rangka upaya meningkatkan kestabilan emosi bagi siswa SMA, terdapat berbagai cara untuk mengatasinya, antara lain dengan memberikan layanan informasi, konseling individual, pelatihan manajemen konflik, dan layanan bimbingan kelompok. Pelatihan manajemen konflik merupakan cara yang efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi karena dengan memberikan strategi-strategi manage konflik secara bertahap, sehingga siswa cenderung tenang dalam menyelesaikan konflik karena telah memiliki berbagai pengalaman dalam mengatasi konflik. Untuk lebih khususnya, penelitian ini difokuskan pada pelaksanaan pelatihan manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa dengan menggunakan petunjuk pelaksanaan dan materi yang dikemas dalam satu modul manajemen konflik yang merupakan pengembangan dari modul manajemen konflik sebelumnya. Modul gaya lama diperuntukkan usia dewasa dan memerlukan pemahaman yang sulit pada pemberian informasi maupun dalam diskusi pemecahan konflik. Modul baru yang dikembangkan dikemas lebih sederhana dengan bahasa yang mudah dipahami dan mudah dilaksanakan.

## **B. PERMASALAHAN**

Permasalahan dalam penelitian ini diklasifikasikan menjadi dua kelompok masalah, yaitu :

1. Permasalahan yang pemecahannya secara eksploratif, artinya tidak menguji hipotesis melainkan berkaitan dengan menyusun dan mengembangkan model hipotetik berupa modul manajemen konflik dalam meningkatkan kestabilan emosi. Atas dasar klasifikasi tersebut maka permasalahan dalam penelitian ini adalah : Bagaimana tingkat kelayakan modul hipotetik berupa modul manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa?
2. Permasalahan yang pemecahannya secara inferensial, kaitannya dengan uji efektivitas modul manajemen konflik dan penggunaan uji statistik inferensial untuk membuktikan hipotesis penelitian. Berdasarkan klasifikasi tersebut,

maka permasalahan dalam penelitian ini adalah :Apakah manajemen konflik efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar Tahun Pelajaran 2011/2012?

### **C. TUJUAN PENELITIAN**

Penelitian harus memiliki tujuan yang jelas. Tanpa adanya suatu rumusan tujuan yang jelas maka suatu penelitian tidak akan mampu memberikan manfaat bagi bidang yang ditelitinya

Tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengembangkan modul manajemen konflik yang layak digunakan sebagai pedoman dalam perlakuan manajemen konflik.
2. Untuk mengetahui keefektifan manajemen konflik dalam meningkatkan kestabilan emosi pada siswa kelas XI SMA Tahun Pelajaran 2011/2012.

### **D. MANFAAT PENELITIAN**

Setelah permasalahan dan tujuan penelitian, maka berdasarkan hal tersebut di atas dapat dirumuskan manfaat penelitian, baik manfaat teoritik maupun manfaat praktis. Manfaat tersebut adalah :

#### **1. Manfaat Teoritik**

- a. Memberi sumbangan ilmu pengetahuan mengenai manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar.
- b. Produk penelitian berupa modul manajemen konflik merupakan suatu upaya meningkatkan nilai-nilai bimbingan dan konseling dalam penanganan kestabilan emosi yang rendah.

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Memberi masukan kepada guru BK bahwa manajemen konflik merupakan salah satu alternatif untuk menangani kestabilan emosi siswa.
- b. Memberi motivasi kepada siswa untuk bisa mengatasi konflik menggunakan strategi yang tepat.

## BAB II LANDASAN TEORI

### A. KAJIAN PUSTAKA

#### 1. Kekstabilan Emosi

##### a. Konsep Dasar

Seorang individu dalam merespon sesuatu banyak diarahkan oleh penalaran dan pertimbangan objektif, tetapi pada saat-saat tertentu di dalam kehidupannya, dorongan emosi turut campur tangan dan mempengaruhi pemikiran-pemikiran dan perilakunya. Di dalam memahami remaja perlu mengenali sesuatu yang difikirkan dan dilakukan remaja. Semakin dapat memahami dunia remaja, semakin perlu melihat ke dalam kehidupan emosinya dan memahami perasaannya.

JP Du Preez (dalam As'adi, 2011:12) menjelaskan pengertian emosi adalah reaksi tubuh dalam menghadapi situasi tertentu. Pengertian tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa setiap orang mempunyai reaksi yang berbeda dalam menghadapi situasi tertentu. Reaksi-reaksi tersebut dapat dilihat dari gerak tubuhnya, pandangan matanya, dan cara bicaranya. Belum tentu dua orang yang menghadapi situasi yang sama mempunyai respon yang sama pula.

Daniel Goleman (alih bahasa T.Hermaya, 1995:411) menggambarkan bahwa emosi merupakan keadaan biologis dan psikologis dan merujuk pada perasaan serta pikiran-pikiran khasnya yang menjadi serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Dapat dijelaskan lebih lanjut sebelum melakukan tindakan, dalam diri individu sudah terjadi proses mengakses perasaan dan pikirannya sehingga muncul kecenderungan untuk bertindak. Terakhir adalah definisi emosi dalam Crow & Crow (dalam Sunarto dan Agung, 1994:127) menerangkan bahwa emosi adalah pengalaman afektif yang disertai penyesuaian diri dari dalam individu yang berkaitan dengan keadaan

mental dan fisik sehingga berwujud dalam perilaku atau tingkah laku yang nampak. Hal tersebut menunjukkan bahwa perilaku atau tingkah laku yang nampak dari masing-masing individu berbeda, karena ada pengaruh dari keadaan mental dan fisik individu tersebut walaupun rangsang yang diberikan sama. Keadaan mental dan fisik yang kurang baik dari individu dapat menimbulkan tingkah laku yang kurang tepat, tetapi apabila keadaan mental dan fisik individu baik dapat menimbulkan respon atau perilaku yang tepat. Pengertian tersebut dapat dimaknai bahwa emosi adalah suatu keadaan seseorang dalam merespon terhadap situasi tertentu yang disertai dengan pergolakan pikiran dan nafsu sehingga dapat dilihat melalui respon tubuh atau perilaku seseorang tersebut.

Emosi merupakan hal yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia karena segala perbuatan atau kegiatan yang dilakukan oleh individu selalu mengandung unsur emosi. Emosi individu terkadang mudah berubah, tetapi ada juga individu yang emosinya relatif tetap. Emosi yang mudah berubah mengakibatkan individu lebih banyak menggunakan emosinya sehingga mengalahkan akal sehat dan merugikan, karena keputusan yang diambil tidak menggunakan pertimbangan-pertimbangan, serta mudah terpengaruh hal yang negatif. Emosi yang tetap berdampak positif pada perilaku individu karena individu tersebut tidak mudah terpancing emosi dan dalam merespon rangsangan menggunakan akal sehat dan dengan pertimbangan-pertimbangan. Hal tersebut menunjukkan pentingnya individu memiliki kestabilan emosi, termasuk remaja karena berpengaruh pada perkembangan kepribadiannya.

Kepribadian remaja, dapat dikatakan mengarah pada kematangan jika gejala emosi yang tidak menyenangkan yang muncul dapat dikendalikan, sehingga tidak mengganggu aktifitas yang dilakukan. Proses untuk mencapai kematangan kepribadian seseorang membutuhkan banyak latihan penguasaan diri, sehingga emosi pun akan terkendali dan menuju arah kestabilan. Pernyataan tersebut diperkuat dalam Daniel Goleman alih bahasa T. Hermaya

(1995:426) menerangkan bahwa keterampilan emosional terdiri dari mengidentifikasi dan memberi nama perasaan-perasaan, mengungkapkan perasaan, menilai intensitas perasan, menunda pemuasan, mengendalikan dorongan hati, mengurangi stress, dan mengetahui perbedaan antara perasaan dan perilaku. Hal tersebut menunjukkan bahwa keterampilan emosional pada dasarnya berkaitan dengan perasaan individu itu sendiri sehingga apabila individu memiliki keterampilan emosional tersebut individu dapat dikatakan mengarah pada kestabilan emosi.

Chaplin (dalam Ayu, 2010:15) mendefinisikan bahwa kestabilan emosi merupakan suatu keadaan tercapainya tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosi. Hal tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa individu yang emosinya stabil dapat dikatakan sudah dewasa dalam perkembangan emosinya. individu dapat dikatakan berhasil dalam perkembangan emosinya apabila individu tersebut mempunyai keadaan yang seimbang atau stabil dalam hal emosi. Pendapat senada dikemukakan oleh Amas (dalam Chusnul, 2010) yang mengemukakan bahwa kestabilan emosi merupakan salah satu ciri dari kematangan emosi yang diartikan sebagai kondisi yang stabil. Dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa karakteristik emosi yang stabil antara lain tidak adanya perubahan perasaan yang cepat dan tidak menentu, keceriaan, memiliki rasa percaya diri, sikap realistik, dan optimistik, tidak terobsesi dengan perasaan bersalah, cemas maupun kesepian.

Seseorang akan mampu mengatasi dan menerima gejolak naik turunnya emosi serta dapat mengarahkan emosi yang tidak menyenangkan kedalam suatu bentuk pemahaman yang lebih positif. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Schneiders (dalam Pujiyati, 2010:8) bahwa kestabilan emosi merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu dalam mengontrol emosinya dengan cara menampilkan reaksi yang tepat atas rangsang yang diterima, sehingga individu mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang sedang dialami maupun berhubungan dengan orang lain.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli, pengertian kestabilan emosi adalah keadaan atau kondisi emosi seseorang yang diwarnai perasaan tenang, tenteram, penuh pertimbangan dalam pengambilann keputusan yang ditunjukkan pada perilaku merespon rangsangan dengan baik dan tidak mudah terpancing oleh perilaku emosional.

#### **b. Kondisi Emosi Remaja**

Masa remaja sering dihadapkan pada meningginya emosi karena berada dibawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru, padahal selama masa kanak-kanak kurang mempersiapkan diri untuk menghadapi keadaan-keadaan tersebut, sehingga dapat mengakibatkan ketidakstabilan emosi pada remaja. Ketidakstabilan emosi yang dialami remaja merupakan konsekuensi dalam usaha penyesuaian diri yang membutuhkan peran emosi dalam setiap kegiatan. Remaja menyadari bahwa aspek-aspek emosi dalam kehidupan adalah penting (Jersil dalam Sunarto dan Agung, 1994:128). Aspek-aspek yang merupakan kondisi-kondisi emosi yang dialami oleh setiap individu termasuk remaja tersebut adalah cinta/kasih sayang, gembira, kemarahan dan permusuhan, ketakutan dan kecemasan

Kapasitas untuk mencintai orang lain dan kebutuhannya untuk mendapatkan cinta dari orang lain merupakan faktor penting dalam kehidupan remaja. Remaja membutuhkan kasih sayang dari keluarga yang relatif sama dengan yang mereka dapatkan pada saat kanak-kanak. Kedua, pada umumnya remaja senang mengingat keadaan yang membuat mereka menjadi gembira sehingga senang melakukan hal yang disukai. Ketiga, rasa marah merupakan gejala yang penting di antara kondisi emosional yang memainkan peranan yang menonjol dalam perkembangan keperibadian karena rasa marah juga penting dalam kehidupan. Hal tersebut disebabkan karena melalui rasa marahnya seseorang mempertajam tuntutananya sendiri dan pemilikan minat-minatnya sendiri. Kondisi emosi yang terakhir adalah ketakutan dan kecemasan. Ketakutan yang sebagian besar menghampiri remaja antara lain

takut terhadap waktu, takut terhadap kejadian-kejadian apabila dirinya dalam bahaya, dan beberapa orang mengalami rasa takut berulang-ulang terhadap kejadian dalam kehidupan sehari-hari, atau karena mimpi-mimpi, atau karena pikiran-pikirannya sendiri.

### c. Karakteristik Emosi yang Stabil

Seseorang yang memiliki kestabilan emosi, tentunya mempunyai karakteristik tertentu. Santrock (dalam Chusnul, 2010:20) menerangkan bahwa emosi seseorang yang stabil memiliki karakteristik, antara lain keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistik. Karakteristik tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

- 1) Keyakinan akan kemampuan diri, yaitu sikap positif individu tentang dirinya atau yang mengerti secara sungguh-sungguh mengenai hal yang dilakukan.
- 2) Optimis yaitu sikap positif individu yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.
- 3) Objektif, yaitu sikap individu yang memandang permasalahan ataupun sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya bukan menurut kebenaran pribadi/yang menurut dirinya benar.
- 4) Bertanggungjawab yaitu kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- 5) Rasional dan realistik : kemampuan menganalisa masalah, sesuatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima akal sehat dan sesuai kenyataan.

Albin (1995) menerangkan bahwa individu yang beremosi stabil memiliki ciri-ciri kreatif, produktif, tidak mudah cemas, tidak mudah tegang atau frustrasi, mandiri, mempunyai semangat yang tinggi dan efisien. Individu yang mempunyai emosi stabil memiliki konsentrasi yang tinggi pada saat bekerja dan melakukan aktivitas yang lebih baik daripada individu yang tidak memiliki kestabilan emosi. Emosi yang stabil membuat individu tidak mudah terganggu oleh suasana bising, gaduh, bahkan situasi yang bersifat emosional sekalipun.

Daniel Goleman (dalam Apri Astuti, 2003:12) menjelaskan bahwa ciri kestabilan emosi antara lain : bertanggung jawab dan mandiri ; terampil dalam menyelesaikan konflik ; keterampilan bergaul dengan teman sebaya ; Berbagi rasa ; dapat mengendalikan diri ; keseimbangan antara emosi dan pola berfikir ;berkurangnya perilaku kasar ; terampil dalam mengatasi masalah antar pribadi ;perbaikan keterampilan berkomunikasi ; peka terhadap perasaan orang lain ;mampu mengatasi kesukaran di sekolah ; meningkatkan kendali diri dan kesadaran sosial ; dan meningkatkan keterampilan untuk belajar tentang cara belajar

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, karakteristik orang yang mempunyai kestabilan emosi antara lain keadaan emosi yang tidak mudah berubah, penyesuaian diri yang baik, dan mampu mengambil keputusan secara tepat. Karakteristik tersebut digunakan sebagai dasar yang digunakan untuk menyusun inventori dalam rangka mengetahui kestabilan emosi siswa.

## **2. Manajemen Konflik**

### **a. Konsep Dasar**

Konflik merupakan bagian yang tak terpisahkan dari perjalanan hidup manusia dan merupakan fakta nyata kehidupan yang dapat terjadi. Setiap orang pernah mengalami konflik baik yang disadari maupun yang tidak disadari. Konflik dapat melibatkan semua orang : remaja, orang tua, pelajar yang dapat terjadi karena berbagai macam alasan. Misalnya antara lain stress dan frustrasi karena putus cinta, bimbang menentukan masa depan, dan gelisah yang mengakibatkan siswa menjadi murung. Robbins (dalam Sopiah, 2008:57) menjelaskan bahwa konflik adalah suatu proses yang dimulai bila salah satu pihak dipengaruhi secara negatif oleh pihak lain atau akan terjadi pengaruh negatif dari yang lain. Hal tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa konflik dapat terjadi apabila ada salah satu pihak yang merasakan adanya pengaruh yang diberikan pihak lain yang bersifat negatif, sehingga menimbulkan perasaan terganggu.



Setiap hubungan antar pribadi mengandung unsur-unsur konflik, antara lain pertentangan pendapat dan perbedaan kepentingan. Johnson (dalam Supratiknya, 1995:94) menerangkan bahwa konflik adalah situasi yang menggambarkan tindakan salah satu pihak yang berakibat menghalangi, menghambat, atau mengganggu pihak lain. Pengertian tersebut mengandung arti bahwa konflik dipandang sebagai faktor yang dapat merusak hubungan antar individu atau kelompok yang disebabkan oleh tindakan salah satu pihak yang berakibat menghalangi serta menghambat perilaku orang lain, untuk itu konflik perlu dicegah dan diatasi agar tidak mengganggu hubungan antarpribadi tersebut.

Gamble (dalam Sabian, 2007:16) menjelaskan bahwa konflik merupakan bentrokan sikap-sikap, pendapat-pendapat, perilaku-perilaku, tujuan-tujuan, dan kebutuhan-kebutuhan yang bertentangan. Dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa pada intinya konflik berkaitan dengan pertentangan. Pertentangan yang dimaksud tentunya bukan hanya antara orang per orang atau kelompok per kelompok, tetapi juga dapat berupa pertentangan batin atau disebut konflik dalam diri. Pada umumnya ditunjukkan dengan sikap yang penuh kebingungan dan kebimbangan. Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tersebut, dapat diketahui bahwa konflik adalah suatu kondisi yang menggambarkan adanya pertentangan, baik sikap, pendapat, perilaku, maupun tujuan yang terjadi dalam diri maupun luar diri individu sehingga mengakibatkan terganggu dan terhambatnya perilaku seseorang untuk mencapai tujuan.

Konflik dapat menimbulkan perselisihan antara pihak satu dengan yang lain sehingga dapat menimbulkan konflik interpersonal. Konflik juga dapat menimbulkan seseorang menjadi stress dan frustrasi, sehingga dapat mengakibatkan ketidakstabilan dalam berfikir dan mengelola emosi. Melihat akibat-akibat yang ditimbulkan dari adanya konflik, maka sangat diperlukan cara-cara untuk mengelola konflik dengan baik agar konflik yang dialami

dapat diatasi, sehingga tidak menimbulkan kerugian bagi diri pribadi maupun orang lain. Banyak individu mulai sadar bahwa rusaknya suatu hubungan sesungguhnya lebih disebabkan oleh kegagalan memecahkan konflik secara konstruktif, adil, dan memuaskan kedua belah pihak, bukan oleh munculnya konflik itu sendiri. Melihat pentingnya pemecahan konflik, maka diperlukan manajemen konflik sebagai cara yang bijaksana untuk memecahkan konflik.

Ross (dalam Navastara, 2007) menjelaskan bahwa manajemen konflik merupakan tahapan yang dilakukan oleh pihak yang terlibat maupun yang tidak terlibat konflik sebagai upaya mengatasi konflik, sehingga dapat mencapai suatu tujuan yaitu terselesaikannya konflik dan tercipta ketenangan dan hal positif yang lain. Dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa manajemen konflik berisi langkah-langkah tepat yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan konflik yang dihadapi sehingga tercipta kondisi yang tenang dan nyaman.

Wirawan (2010:129) mendefinisikan manajemen konflik sebagai proses pihak yang terlibat konflik atau pihak ketiga yang menyusun strategi konflik dan menerapkannya untuk mengendalikan konflik agar menghasilkan resolusi yang diinginkan. Pengertian tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa yang dapat memajemen konflik bukan hanya pihak yang terlibat konflik, tetapi pihak ketiga juga dapat melakukan manajemen konflik. Pihak ketiga berperan sebagai mediator dan mendapat tugas dari pihak yang terlibat konflik untuk menyelesaikan konflik. Pihak-pihak tersebut perlu menyusun strategi konflik sebagai rencana untuk memanager konflik. Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat diketahui bahwa pengertian manajemen konflik adalah cara untuk mengatasi konflik dari pihak-pihak yang terlibat konflik ataupun pihak ketiga dengan menyusun strategi mengatasi konflik untuk menemukan solusi yang diinginkan.

Pengetahuan dan pemahaman tentang jenis konflik dapat mendukung individu dan mempermudah individu dalam mengatasi konflik. Konflik

banyak jenisnya dan dapat dikelompokkan berdasarkan berbagai kriteria, antara lain berdasarkan orang yang terlibat konflik dan karakteristik konflik.

Wirawan (2010:55) menjelaskan bahwa konflik dibagi menjadi dua yaitu konflik personal dan konflik interpersonal. Konflik personal adalah konflik yang terjadi dalam diri seorang individu karena harus memilih dari sejumlah alternatif pilihan yang ada atau karena mempunyai kepribadian ganda. Konflik personal dibagi menjadi tiga, yaitu konflik pendekatan dengan pendekatan, menghindar dengan menghindar, dan pendekatan dengan menghindar. Konflik pendekatan dengan pendekatan (*approach to approach conflict*) merupakan konflik yang terjadi karena memilih dua alternatif yang berbeda, tetapi sama-sama menyenangkan. Contoh : seorang lulusan SMA yang akan melanjutkan sekolah harus memilih dua universitas negeri yang sama kualitasnya. Berikutnya adalah konflik menghindar dengan menghindar (*avoidance to avoidance conflict*) yang berarti konflik yang terjadi karena harus memilih alternatif yang sama-sama perlu dihindari. Sebagai contoh, seseorang harus memilih apakah harus menjual mobil untuk melanjutkan sekolah atau tidak menjual mobil, tetapi tidak bisa melanjutkan sekolah. Konflik personal yang terakhir adalah konflik pendekatan ke menghindar (*approach to avoidance conflict*) yang berarti konflik terjadi karena seseorang mempunyai perasaan positif dan negatif terhadap sesuatu yang sama. Sebagai contoh, Dika mengambil telepon untuk menyatakan cintanya kepada Citra. Akan tetapi, ia takut cintanya ditolak. Oleh karena itu, Dika tutup kembali teleponnya.

Jenis konflik yang kedua berdasarkan jumlah orang yang terlibat konflik yaitu konflik interpersonal. Konflik interpersonal adalah konflik yang terjadi di dalam suatu organisasi atau konflik yang terjadi dalam hubungan antarpribadi. Konflik interpersonal melibatkan orang per orang atau dapat melibatkan sekelompok orang. Menurut William Hendricks (2008:44) menerangkan bahwa konflik interpersonal terdiri dari dua jenis yaitu konflik

intragroup dan konflik intergroup. Pertama, konflik intergroup adalah konflik yang menjadi global, mencakup beberapa kelompok. Konflik intergroup merupakan konflik yang paling kompleks dan paling serius bagi suatu organisasi. Setiap waktu konflik dapat menyebar di antara kelompok, gosip, dan desas-desus terus berlangsung dan membawa bencana bagi seseorang. Kedua, konflik intragroup adalah konflik yang berada dalam batasan kelompok kecil. Konflik intragroup tidak serumit konflik intergroup sehingga penyelesaiannya tidak begitu sulit karena penyelesaian konflik yang paling baik adalah saat konflik itu hanya melibatkan segmen kelompok paling kecil.

Wirawan (2010:59) menjelaskan tentang konflik dilihat dari karakteristiknya dapat dikelompokkan menjadi konflik konstruktif atau konflik produktif dan konflik destruktif atau konflik kontraproduktif. Konflik pertama yaitu konflik konstruktif adalah konflik yang prosesnya mengarah pada mencari solusi mengenai substansi konflik. Konflik konstruktif membangun sesuatu yang baru atau mempererat hubungan pihak-pihak yang terlibat konflik ataupun memperoleh sesuatu yang bermanfaat dari konflik. Kedua belah pihak mencari solusi yang dapat diterima oleh semuanya. Konflik kedua yaitu konflik destruktif terjadi apabila pihak-pihak yang terlibat konflik tidak fleksibel atau kaku karena tujuan konflik didefinisikan secara sempit yaitu untuk mengalahkan satu sama lain. Konflik destruktif sulit diselesaikan karena pihak-pihak yang terlibat konflik berupaya saling menyelamatkan dirinya.

#### **b. Tujuan Manajemen Konflik**

Konflik merupakan suatu fenomena yang tidak dapat dihindari dan menghambat pencapaian tujuan. Oleh karena itu, manajemen konflik perlu dilakukan secara sistematis untuk mencapai suatu tujuan. Wirawan (2010:132) menerangkan tujuan manajemen konflik antara lain memahami orang lain dan menghormati keberagaman, meningkatkan kreativitas, meningkatkan keputusan berdasarkan pemikiran dan sudut pandang, dan menciptakan

prosedur dan mekanisme penyelesaian konflik. Tujuan tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa memahami orang lain dan menghormati keberagaman dapat diilustrasikan seseorang yang berada dalam kelompok, seorang anggota kelompok tidak mungkin bekerja sendiri, tetapi memerlukan bantuan dari anggota kelompok yang lain dan perlu berkomunikasi dengan baik kepada rekannya. Oleh karena itu, setiap anggota kelompok perlu memahami karakteristik dan keragaman anggota kelompok yang lain. Tanpa pemahaman yang baik konflik akan mudah terjadi dan sulit diselesaikan dengan baik.

Pemahaman yang baik dapat menjadikan sesuatu yang positif dalam konflik. Konflik jika dapat dimanage dengan baik, akan dapat menimbulkan kreativitas pihak-pihak yang terlibat konflik. Pihak yang terlibat konflik apabila saling memahami, maka akan mencari cara yang tepat untuk menyelesaikan konflik di antara mereka. Mencari cara tersebut berarti perlu berfikir kreatif dalam mengelola konflik. Selain dapat meningkatkan kreativitas, manajemen konflik juga dapat meningkatkan pengambilan keputusan berdasarkan pemikiran dan sudut pandang. Hal tersebut disebabkan konflik seringkali berkaitan dengan keputusan yang harus diambil kelompok. Manajemen konflik diharapkan dapat memfasilitasi terjadinya alternatif dan pemilihan, salah satu alternatif terbaik berdasarkan informasi yang akurat karena keputusan yang bijak atau baik merupakan keputusan yang bertumpu pada berbagai alternatif keputusan yang didukung oleh informasi yang akurat.

Pemilihan alternatif jawaban tersebut akan lebih mudah diingat apabila nantinya menghadapi situasi yang sama. Hal tersebut menunjukkan bahwa manajemen konflik dapat menciptakan prosedur dan mekanisme penyelesaian konflik. Kelompok atau organisasi yang mapan dapat belajar dari berbagai pengalaman dalam menghadapi konflik yang terjadi. Pengalaman tersebut dapat menjadi prosedur dan mekanisme penyelesaian konflik bahkan menjadi norma budaya kelompok atau organisasi. Akan tetapi,

apabila tidak dikelola dengan baik, konflik tersebut dapat menyebabkan disfungsi kelompok. Konflik akan berkembang dari konflik konstruktif menjadi konflik destruktif.

### c. Efek Positif Konflik

Pada hakekatnya, apabila individu mampu mengelola konflik secara konstruktif, konflik justru dapat memberikan efek positif positif bagi diri sendiri maupun bagi hubungan dengan orang lain. Beberapa contoh efek positif positif dari konflik menurut Johnson (dalam Supratiknya, 1995:94) menjelaskan bahwa konflik dapat menyadarkan individu, mendorong adanya perubahan, mendorong menyelesaikan persoalan, hidup menjadi menarik, membimbing, menghilangkan ketegangan, memahami diri, dan menjadi sumber hiburan.

Efek positif konflik dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa konflik menjadikan individu sadar bahwa ada persoalan yang perlu dipecahkan dalam hubungan individu dengan orang lain ;Konflik dapat menyadarkan dan mendorong individu untuk melakukan perubahan-perubahan dalam diri individu; Konflik dapat menumbuhkan dorongan dalam diri individu untuk memecahkan persoalan yang selama ini tidak disadari atau dibiarkan tidak muncul ke permukaan; Konflik dapat menjadikan kehidupan lebih menarik; Perbedaan pendapat dapat membimbing kearah tercapainya keputusan-keputusan bersama yang lebih matang dan bermutu; Konflik dapat menghilangkan ketegangan-ketegangan kecil yang sering dialami dalam hubungan individu dengan yang lain; Konflik dapat menjadikan individu sadar tentang dirinya yang sebenarnya; Konflik dapat menjadi sumber hiburan; dan konflik dapat mempererat dan memperkaya hubungan.

Konflik dalam hubungan antarpribadi sesungguhnya memiliki potensi menunjang perkembangan pribadi maupun perkembangan relasi dengan orang lain. Supratiknya (1995:96) menerangkan bahwa ada empat hal yang dapat dijadikan pedoman untuk menetapkan suatu konflik dapat

dikategorikan konstruktif atau destruktif. Pertama, suatu konflik bersifat konstruktif, apabila sesudah mengalaminya hubungan dengan pihak lain menjadi lebih erat, dalam arti lebih mudah berinteraksi dan bekerja sama. Kedua, jika diri sendiri dengan pihak lain lebih saling menyukai dan saling mempercayai. Ketiga, kedua belah pihak sama-sama merasa puas dengan akibat-akibat yang timbul setelah berlangsungnya konflik. Keempat, kedua belah pihak makin terampil mengatasi secara konstruktif konflik-konflik baru yang terjadi di antara mereka. Hal tersebut menunjukkan bahwa seseorang yang terampil mengatasi konflik akan menjadi lebih mandiri dan dapat mengontrol emosinya saat menghadapi konflik baru.

#### **d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Manajemen Konflik**

Konflik yang terjadi dapat mendatangkan banyak kerugian tetapi dapat juga mereda dan membawa banyak efek positif bagi individu dan hubungan antarindividu. Hal tersebut ditentukan oleh cara manajemennya atau pengelolaannya. Martono (1994:44) menjelaskan bahwa pengelolaan konflik dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain : hubungan antara individu-individu yang ada dalam konflik sebelum konflik terjadi, watak individu yang terlibat, risiko yang dihadapi, hakikat konflik, dan masalah yang menjadi inti konflik. Faktor-faktor tersebut dapat dijelaskan :

- 1) Hubungan antara individu-individu yang ada dalam konflik sebelum konflik terjadi.

Hubungan yang sebelumnya sudah buruk membuat pengelolaan konflik menjadi lebih sulit daripada hubungan yang sebelumnya baik-baik saja.

- 2) Watak individu yang terlibat konflik.

Pengelolaan konflik akan tersendat-sendat jika individu yang terlibat sama-sama keras kepala dan kekuasaan seimbang. Berbeda jika individu-individu yang terlibat seimbang mentalnya dan yang satu lebih berkuasa daripada yang lain.

3) Resiko yang dihadapi

Resiko yang dihadapi oleh pihak yang terlibat bila bertemu untuk mengelola konflik yang dialami. Pengelolaan yang dilakukan dalam suasana aman akibatnya tidak terlalu berat, berbeda jika pengelolaannya dalam situasi terancam, akibatnya dapat berat bagi salah satu atau kedua belah pihak yang terlibat konflik.

4) Hakikat konflik

Konflik yang relatif besar, berlangsung keras, bersifat menentukan, rumit, menyangkut banyak pihak dan banyak hal, akan lebih berat pengelolaannya daripada konflik yang kecil, lunak, tidak menentukan, sederhana, dan menyangkut pihak yang terbatas.

5) Masalah yang menjadi inti konflik.

Apabila masalah tidak berat, pengelolaannya lebih ringan daripada konflik tentang masalah yang berat dan yang masih diperdebatkan isi dan pentingnya.

**e. Strategi Mengatasi Konflik**

Setiap individu mempunyai strategi masing-masing dalam mengelola konflik yang dialami. Strategi yang dilakukan tersebut merupakan hasil dari belajar, pada umumnya dimulai pada masa kanak-kanak, dan akan bekerja secara otomatis. Pada umumnya cara bertingkah laku dalam situasi-situasi konflik tidak disadari dan seolah-olah terjadi begitu saja. Supratiknya (1995:99) menjelaskan tentang dua hal yang perlu dipertimbangkan apabila terlibat konflik dengan orang lain, yaitu tujuan atau kepentingan pribadi individu dan hubungan baik dengan pihak lain. Tujuan atau kepentingan-kepentingan pribadi individu maksudnya adalah tujuan pribadi tersebut dapat dianggap sebagai hal yang penting sehingga perlu di pertahankan, atau tidak terlalu penting sehingga dengan mudah di korbakan. Selanjutnya hubungan baik dengan pihak lain yang berarti hubungan dengan pihak lain dengan lawan



konflik tersebut dapat dirasakan sebagai hal yang penting, atau sama sekali tidak penting.

Berdasarkan dua pertimbangan di atas, Johnson (dalam Supratiknya, 1995:99) dapat ditemukan lima gaya dalam mengelola konflik antar pribadi, yaitu gaya kura-kura, ikan hiu, kancil, rubah, dan burung hantu. Lima gaya tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

- 1) Gaya kura-kura (menghindar). Individu yang menggunakan gaya kura-kura dalam mengelola konflik cenderung menghindari dari pokok-pokok soal ataupun dari individu-individu yang dapat menimbulkan konflik seperti kura-kura yang senang menarik diri bersembunyi di balik tempurung badannya untuk menghindari konflik. Setiap usaha memecahkan konflik dianggap sebagai sesuatu yang sia-sia.
- 2) Gaya ikan Hiu (akomodasi). Ikan hiu senang menaklukkan lawan dengan memaksanya menerima solusi konflik yang disodorkan. Baginya, tercapainya tujuan pribadi adalah yang utama, sedangkan hubungan dengan pihak lain tidak terlalu penting. Konflik perlu dipecahkan dengan cara satu pihak menang dan pihak lainnya kalah.
- 3) Gaya Kancil (kolaborasi). Seekor kancil mengutamakan hubungan dan kurang mementingkan tujuan-tujuan pribadinya. Konflik perlu dihindari demi kerukunan karena setiap konflik tidak mungkin dipecahkan tanpa merusak hubungan. Konflik harus didamaikan, bukan dipecahkan, agar hubungan tidak menjadi rusak.
- 4) Gaya Rubah (kompromi). Rubah senang mencari kompromi. Tujuan-tujuan pribadi dan hubungan dengan pihak lain penting baginya. Demi tercapainya kepentingan dan kebaikan bersama, harus rela mengorbankan sedikit tujuan-tujuannya dan hubungannya dengan pihak lain.
- 5) Gaya Burung Hantu (kompetisi). Burung hantu akan berusaha mencari penyelesaian yang memuaskan kedua belah pihak dan yang mampu

menghilangkan ketegangan serta perasaan negatif lain yang mungkin muncul di dalam diri kedua belah pihak akibat konflik. Hal tersebut karena burung hantu mengutamakan tujuan pribadinya sekaligus hubungannya dengan pihak lain.

Individu perlu memahami strategi yang umumnya digunakan untuk menghadapi dan memecahkan konflik dalam hubungannya dengan individu lain, karena dengan memahami strategi yang sering digunakan, akhirnya dapat membiasakan diri menggunakan strategi yang dianggap efektif ditinjau dari sudut tercapainya tujuan-tujuan pribadi maupun terpeliharanya hubungan baik dengan orang lain.

### 3. Karakteristik Siswa SMA

Siswa SMA termasuk dalam masa remaja atau masa pubertas karena rentang usia siswa SMA adalah antara 15 sampai dengan 18 tahun. Menurut Wakitri, dkk (2002:15), masa remaja yang dibagi menjadi tiga periode berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun. Masa remaja seringkali dikenal dengan masa mencari jati diri. Erickson (dalam Moh. Ali dan Moh. Asrori, 2004:16) menjelaskan bahwa ego (*ego identity*) sebagai bentuk jati diri. Hal tersebut dikarenakan masa remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Remaja jika dilihat dari segi fisiknya, sudah seperti orang dewasa, tetapi belum dapat menunjukkan sikap dewasa jika diperlakukan sebagai orang dewasa.

Berdasarkan penjelasan tersebut, Moh. Ali dan Moh. Asrori (2004:16) menerangkan beberapa sikap yang sering ditunjukkan oleh remaja, yaitu kegelisahan, pertentangan, mengkhayal, aktivitas berkelompok, dan keinginan mencoba segala sesuatu. Perasaan gelisah pada remaja dapat ditimbulkan karena remaja mempunyai banyak angan-angan, atau keinginan yang ingin diwujudkan di masa depan, tetapi remaja merasa belum memiliki kemampuan untuk mewujudkannya. Hal tersebut mengakibatkan remaja tidak berani mengambil tindakan. Perasaan gelisah muncul ketika berada antara

keinginan dan kemampuan yang belum memadai. Pertentangan yang pada umumnya dialami oleh remaja adalah dengan orang tuanya karena adanya pertentangan pendapat antara remaja dengan orang tuanya. Pada satu pihak, remaja ingin mencari jati dirinya tetapi di lain pihak remaja merasa belum mampu untuk mandiri.

Selain itu, salah satu keinginan remaja adalah menjelajah dan berpetualang, tetapi tidak semuanya dapat tersalurkan karena adanya hambatan yang dialami oleh remaja. Hambatan yang dialami pada umumnya adalah dari keuangan karena untuk menjelajah membutuhkan biaya yang tidak sedikit, sedangkan remaja hanya memperoleh uang dari pemberian orang tua. Akibatnya, remaja mencari kepuasan dengan berkhayal. Keinginan untuk menjelajah pada umumnya berkaitan dengan aktivitas berkelompok. Aktivitas berkelompok misalnya berkumpul dengan teman sebaya yang merupakan salah satu hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan remaja. Keinginan remaja yang tidak terpenuhi karena adanya larangan dari orang tua menyebabkan remaja terkekang dan patah semangat. Oleh karena itu, remaja berkumpul dengan teman yang sebaya agar dapat menemukan jalan keluar dari kesulitannya. Terakhir, hal yang melekat pada diri remaja adalah keinginan untuk mencoba segala sesuatu yang baru. Keingintahuan yang tinggi merupakan hal yang ada dalam diri tiap remaja. Remaja sering didorong oleh rasa ingin tahu yang tinggi sehingga remaja akan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya. Akibatnya, jika mereka terdorong untuk melakukan hal yang tidak baik, maka akan membahayakan bagi diri remaja sendiri. Penting untuk memberikan bimbingan bagi remaja agar rasa ingin tahunya terarah pada kegiatan-kegiatan yang positif.

Selain sikap umum yang dimiliki remaja, secara lebih khusus Muhammad Al-Mighwar (2006:68) menyebutkan ciri khas siswa SMA yang merupakan masa remaja adalah tidak stabilnya emosi, lebih menonjolnya sikap dan moral, mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan,

bingung terhadap status, banyaknya masalah yang dihadapi, dan masa yang kritis. Ciri-ciri yang tidak dimiliki masa-masa yang lain tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut 1) Tidak stabilnya emosi yang berkaitan dengan perasaan dan emosi pada remaja pada umumnya cenderung mudah berubah-ubah dan tidak menentu. Wajar apabila sifat remaja yang semangat bekerja tiba-tiba menjadi lesu, yang sebelumnya gembira tiba-tiba menjadi sedih. Hal tersebut hanya merupakan sebagian kecil contoh yang dialami remaja. 2) Lebih menonjolnya sikap dan moral, yaitu menonjolnya sikap dan moral remaja dapat dilihat pada perilakunya yang kadang berperilaku berlebihan dan tidak sopan. Sebagai contoh adalah keberaniannya mendekati lawan jenisnya. Remaja akan melakukan hal-hal yang kadang dinilai masyarakat tidak sopan dan hampir membahayakan. Hal inilah yang menyebabkan sering terjadi masalah antara orang dewasa ataupun orang tua dengan remaja. 3) Mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan menunjukkan bahwa mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan pada remaja dapat dilihat dari kemampuannya dalam mengerti informasi abstrak dan kemampuannya dalam mengambil kesimpulan. Selain itu, remaja tidak akan menerima pendapat dari orang lain tanpa adanya alasan yang rasional. 4) Bingung terhadap statusnya, status remaja memang rancu atau berubah-ubah sehingga orang dewasa sering ragu dalam memberi tanggung jawab kepada remaja karena masih dianggap kanak-kanak. Akan tetapi, saat remaja bertingkah laku sebagai kanak-kanak, sering ditegur oleh orang dewasa sehingga remaja semakin bertambah bingung dengan hal yang harus dilakukannya. 5) Banyaknya masalah yang dihadapi, tidak stabilnya emosi para remaja menyebabkan remaja mengalami banyak masalah. Orang yang emosinya tidak stabil, maka kemampuannya akan didominasi oleh emosionalitasnya sehingga sering tidak menggunakan akal sehat dalam menghadapi sesuatu. Oleh karena itu, pada masa remaja sering terjadi konflik sosial. 6) Masa yang kritis, pada masa remaja ini ditandai dengan adanya kebingungan remaja dalam

menghadapi dan memecahkan masalah atau menghindari masalahnya. Remaja jika tidak mampu menghadapi dan menyelesaikan masalahnya akan bergantung pada orang lain, tetapi jika dapat menghadapi dan menyelesaikan masalahnya, akan menjadi bekal dalam menghadapi masalah selanjutnya hingga dewasa.

#### **4. Keefektifan Manajemen Konflik untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi**

Manajemen konflik yang digunakan dalam penelitian merupakan perpaduan berbagai teknik untuk manage konflik yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan siswa SMA. Sadu Wasistiono (2010) menjelaskan bahwa manajemen konflik diberikan untuk menggambarkan berbagai cara individu menyelesaikan keluhan tentang keinginan untuk melawan sesuatu yang dianggapnya salah. Dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa dari pernyataan tersebut menunjukkan adanya pandangan yang berbeda dari pihak yang terlibat dalam konflik dan dari masing-masing pihak menganggap bahwa pandangannya yang benar. Perbedaan pandangan atau persepsi dari pihak yang terlibat konflik secara tidak langsung mengarahkan kedua belah pihak berusaha agar pandangan dan persepsinya diterima.

Pihak yang terlibat konflik memiliki cara untuk pertahanan dengan melibatkan aspek emosional, karena apabila tidak terkendali membuat konflik yang dihadapi semakin sulit untuk diselesaikan. Terutama untuk siswa SMA yang termasuk dalam masa remaja pada umumnya menggunakan emosionalnya terlebih dahulu ketika bertindak dan mengatasi masalah yang dihadapinya. Hal tersebut mengakibatkan emosional mengalahkan akal sehat dan pada akhirnya penyelesaian konflik tidak tercipta, sehingga setelah mengalami konflik tidak mendapatkan efek yang positif dari terjadinya konflik tetapi membuat situasi menjadi tidak nyaman dan menimbulkan komunikasi yang buruk. Dampak dari siswa yang memiliki ketidakstabilan emosi berpengaruh negatif pada aktivitas di sekolah maupun di luar sekolah. Misalnya, siswa tersebut pada umumnya mencari pelarian sesaat untuk

meluapkan emosinya yang sedang menguasai dirinya. Pelarian sesaat hanya akan membuat pihak yang terlibat konflik melupakan sementara masalah atau konflik yang dihadapinya sehingga tidak bertahan lama.

Konflik dan emosi adalah bagian yang tidak terpisahkan (Peg Pickering, 2006:71), keduanya saling berkaitan dan berpengaruh karena konflik akan direalisasi dengan tingkah laku emosional dan tingkah laku emosional akan berakibat pada konflik. Pada penelitian ini untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa SMA kelas XI menggunakan manajemen konflik, yaitu cara - cara mengelola konflik yang terjadi menjadi suatu pembelajaran dan pengalaman mengeliminasi konflik. Manajemen konflik mengajarkan siswa untuk belajar dari pengalamannya menghadapi dan mengetahui konflik yang terjadi di lingkungan sekitar. Pengalaman – pengalaman tersebut dapat digunakan siswa sebagai sarana belajar untuk mengetahui cara menyelesaikan konflik yang dihadapi, sehingga dapat meningkatkan kestabilan emosi para siswa.

Daniel Goleman (1955: 73-75) mengajukan beberapa cara menumbuhkembangkan emosi pada remaja, yaitu belajar mengembangkan kesadaran diri, mengambil keputusan pribadi, berempati, berkomunikasi, mengembangkan pemahaman, dan menyelesaikan konflik. Pertama, Belajar mengembangkan kesadaran diri, dapat dilaksanakan dengan cara mengamati diri sendiri dan mengenali perasaan diri sendiri, menghimpun kosakata untuk mengungkapkan perasaan, serta memahami hubungan antara pikiran, perasaan, dan respon emosional. Kedua, Belajar mengambil keputusan pribadi, yaitu dengan cara mencermati tindakan-tindakan dan akibat-akibatnya, memahami sebab yang menguasai suatu keputusan, pikiran, atau perasaan, serta menerapkan pemahaman pada masalah-masalah yang cukup berat, seperti masalah seks dan obat terlarang. Ketiga, Belajar berempati yaitu dengan cara memahami perasaan dan masalah orang lain, berpikir dengan sudut pandang orang lain, serta menghargai perbedaan perasaan orang lain

mengenai sesuatu. Keempat, Belajar berkomunikasi yang bisa dilakukan dengan berbicara mengenai perasaan secara efektif, yaitu belajar menjadi pendengar dan penanya yang baik, membedakan antara yang dilakukan atau yang dikatakan seseorang dengan reaksi atau penilaian sendiri tentang sesuatu, serta mengirimkan pesan yang sopan, bukannya mengumpat. Kelima, Belajar mengembangkan pemahaman, dengan cara mengidentifikasi pola-pola kehidupan emosional dan reaksi-reaksinya serta mengenali pola-pola serupa pada orang lain.

Cara mengatasi emosional berikutnya, yaitu dengan belajar menyelesaikan konflik, dengan cara memahami didalam melakukan konfrontasi secara jujur dengan orang tua, guru atau orang lain, serta memahami contoh penyelesaian untuk menyelesaikan suatu konflik. Cara inilah yang akan digunakan dalam penelitian ini dengan pertimbangan bahwa perilaku emosional sangat erat kaitannya dengan konflik dan semua orang pernah mengalami konflik sehingga dalam pelaksanaannya akan lebih dapat dipahami oleh subjek, karena banyak pengalaman konflik yang pernah dilakukan didalam kehidupan. Pengalaman-pengalaman individu dalam menghadapi konflik utamanya dalam penyelesaiannya baik yang berhasil atau tidak berhasil dapat diingat dan mudah diakses oleh individu tersebut. Berhasil atau tidaknya individu dalam menyelesaikan konflik berpengaruh pada perilaku individu di masa mendatang, atau pada saat individu tersebut mengalami kejadian yang sama sehingga pada akhirnya akan berpengaruh pada pengelolaan emosi individu tersebut. Individu yang berhasil menyelesaikan konflik hubungan pribadi dengan temannya, maka apabila pada saat yang lain mengalami kejadian yang sama, individu cenderung tenang dalam menyelesaikan konflik tersebut karena individu telah memiliki pengalaman dalam menyelesaikan konflik sebelumnya.

Manajemen konflik membantu siswa tidak hanya mengedepankan emosional saja pada saat mengalami konflik, tetapi lebih mengedepankan akal

sehatnya. Pada modul manajemen konflik ada tiga kegiatan utama yang digunakan sebagai intervensi dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa, pada kegiatan pertama, siswa diperkenalkan untuk menyelesaikan konflik yang diberikan oleh instruktur secara kelompok. Tujuan kegiatan tersebut adalah untuk mengetahui pentingnya kestabilan emosi dalam kehidupan sehari-hari utamanya dalam hal penyelesaian konflik baik intrapersonal maupun interpersonal. Kegiatan yang kedua tetap dilaksanakan secara kelompok, yaitu diskusi tentang fenomena aktual di masyarakat yang berkaitan dengan perilaku emosional. Diskusi tersebut mengarah pada *sharing* konflik yang pernah dihadapi atau pernah terjadi di lingkungan sekitar. Setiap kelompok berdiskusi tentang konflik dan memaparkan kepada anggota lain atau kelompok lain, sehingga seluruh kelompok dapat belajar dan mendapatkan pengalaman dalam menyelesaikan konflik. Kegiatan tersebut dapat mengembangkan cara penyelesaian konflik ketika menghadapi konflik yang relatif sama. Kegiatan yang ketiga, yaitu setelah seluruh siswa memahami berbagai konflik dan penyelesaiannya, selanjutnya diberikan materi manajemen konflik yang merupakan inti dari penelitian. Siswa diberikan intervensi tentang strategi-strategi dalam menyelesaikan konflik dan pada sesi akhir siswa diberikan kuesioner gaya manajemen konflik untuk mengetahui perbandingan antara penilaian dari anggota kelompoknya dengan penilaian dari dirinya sendiri.

Peg Pickering alih bahasa Masri Maris (2006:37) menerangkan gaya manajemen konflik yang terdapat di dalam modul ada lima, yaitu gaya menghindar, mengakomodasi, kolaborasi, kompromi, dan kompetisi. Gaya menghindar menunjukkan bahwa pihak yang terlibat konflik berupaya tidak terlibat dengan masalah yang menjadi pertentangan. Gaya tersebut pada umumnya digunakan ketika menghadapi masalah yang relatif ringan dan tidak menimbulkan rasa terancam pada pihak yang terlibat konflik. Gaya mengakomodasi atau gaya mengikuti kemauan orang lain dapat diartikan



bahwa konflik dipecahkan salah satu pihak menang dan pihak yang lain kalah. Gaya kolaborasi adalah gaya menangani konflik sama-sama menang. Gaya tersebut mendorong pihak yang terlibat konflik berfikir kreatif dan tidak akan terlaksana apabila pihak yang terlibat konflik tidak mempunyai niat untuk menyelesaikan masalah. Gaya kompromi lebih mengedepankan tujuan pribadi dan hubungan baik dengan pihak lain, sehingga pihak yang terlibat konflik akan saling mencari jalan tengah yang dapat diterima semua pihak. Gaya kompetisi merupakan kebalikan dari gaya mengakomodasi karena gaya ini menekankan pada kepentingan diri sendiri, sehingga bentuk perjuangan secara damai akan terjadi apabila dua pihak berlomba atau berebut untuk mencapai tujuan yang sama.

Berdasarkan lima gaya dalam manage konflik tersebut, gaya kompromi adalah gaya yang dipilih sebagai teknik dalam manajemen konflik walaupun pada dasarnya setiap individu perlu menguasai kelima gaya manajemen konflik karena setiap konflik memerlukan penyelesaian yang berbeda. Gaya kompromi digambarkan terletak di tengah-tengah gaya yang lain dan diharapkan tepat dalam pemberian intervensi kepada subjek berdasarkan modul yang dihasilkan.

Modul gaya lama pada umumnya digunakan untuk organisasi-organisasi tertentu yang ditujukan pada individu usia dewasa, sehingga untuk memahami diperlukan berfikir yang lebih serius. Contoh-contoh yang digunakan hanya dapat dipahami oleh individu di atas usia remaja karena materi yang digunakan sangat bervariasi, rinci, dan pembahasannya luas. Selain itu, lebih banyak pemberian materi dibandingkan dengan diskusi dan permainan, pemecahan masalah mengarah pada kasus politik, dan kemasan produk berupa modul sangat sederhana

Modul manajemen konflik yang dikembangkan menjadi modul manajemen konflik yang lebih sesuai untuk anak-anak tingkat SMA. Modul yang direncanakan adalah modul yang lebih menarik isi maupun kemasannya,

mudah dipahami dan diaplikasikan oleh usia remaja dan diterapkan pada diri sendiri dalam rangka meningkatkan kestabilan emosi. Modul yang baru diharapkan lebih mudah digunakan dan berhasil guna, lebih bagus, dan bisa dimanfaatkan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah dalam rangka mencapai kestabilan emosi yang diharapkan.

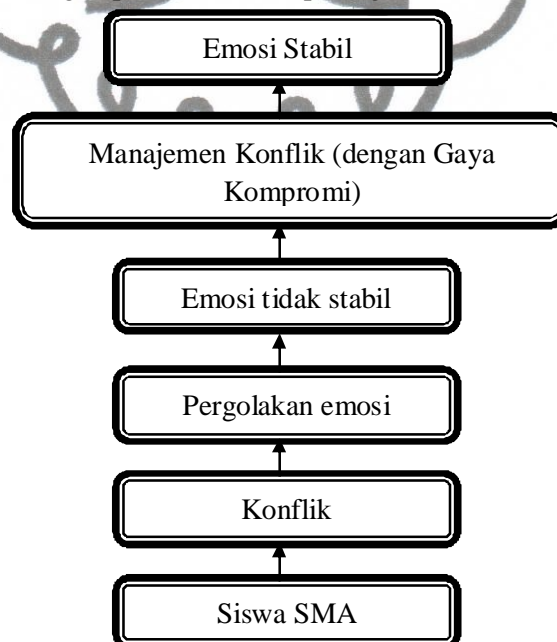


## B. KERANGKA PEMIKIRAN

Berdasarkan teori yang telah dikemukakan diatas maka dapat disusun suatu kerangka pemikiran bahwa manajemen konflik merupakan layanan yang penting untuk diketahui dan dikuasai oleh siswa sebagai upaya untuk meningkatkan kestabilan emosi.

Penelitian ini meneliti tentang anak-anak siswa kelas XI SMA yang masuk dalam kategori remaja. Remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Sangat dimungkinkan terjadi konflik dan pergolakan emosi oleh siswa SMA kelas XI, ditandai antara lain siswa yang sering plin-plan dan saling bentrok. Oleh karena itu, diperlukan perlakuan manajemen konflik. Terciptanya manajemen konflik yang baik oleh siswa diharapkan dapat menjadikan siswa lebih mandiri dalam menghadapi konflik dan tidak mudah meledak-ledak emosinya saat menghadapi konflik-konflik baru.

Selanjutnya kerangka pemikiran ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 1. Bagan Kerangka Pemikiran

### C. HIPOTESIS

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap penelitian atau suatu permasalahan. Seperti yang telah dijelaskan dalam permasalahan dan tujuan penelitian, bahwa tidak semua permasalahan dan tujuan penelitian dapat dilakukan pengujian hipotesis. Permasalahan yang tidak memerlukan pengujian hipotesis bersifat eksploratif, sedangkan permasalahan yang memerlukan pengujian hipotesis bersifat inferensial dan berkaitan dengan uji efektifitas perlakuan yang dikemas dalam model hipotetik berupa modul manajemen konflik. Berdasarkan hal tersebut, dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut :

Manajemen Konflik efektif untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012.

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. PROSEDUR PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan *Research and Development* (R & D) yaitu berupaya mengembangkan modul manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa SMA kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar. Penelitian *Research and Development* dapat disebut dengan penelitian pengembangan karena penelitian pengembangan pada dasarnya adalah mengembangkan suatu model yang sudah ada sebelumnya yang disempurnakan sehingga menjadi lebih efektif dan efisien. Nyoman S. Degeng (dalam Sutarno, 2010) menerangkan bahwa penelitian pengembangan adalah penelitian ilmiah yang menelaah suatu teori, model konsep, atau prinsip, dan menggunakan hasil telaah untuk mengembangkan suatu modul. Hal tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa prosedur penelitian dengan menggunakan pendekatan pengembangan akan memaparkan prosedur yang ditempuh dalam membuat produk. Produk tersebut diuji kelayakannya secara rasional oleh ahli dan diuji keefektifannya secara empirik. Produk yang akan dihasilkan dalam penelitian adalah sebuah modul yakni suatu kemasan yang berisi cara - cara yang diperlukan untuk pemecahan masalah, dalam hal ini adalah konflik. Jadi, modul manajemen konflik adalah kemasan baru yang berisi *treatment* atau cara-cara menetralsisir konflik secara efektif dan efisien. Modul berisi materi bimbingan yang berkenaan dengan suatu unit materi bimbingan yang digunakan sebagai pedoman dalam melaksanakan *treatment*. Modul manajemen konflik tersebut khususnya ditujukan bagi guru BK SMA Negeri 2 Karanganyar, agar dapat digunakan sebagai pedoman atau panduan dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa.

Penelitian dengan pendekatan pengembangan dilaksanakan melalui tahapan-tahapan yang saling berkaitan. Menurut Borg *and* Gall (dalam Alim

Sumarmo, 2012) tahapan atau langkah-langkah pengembangan meliputi studi pendahuluan, merancang modul, pengembangan modul, uji rasional kelayakan modul, revisi modul, uji coba terbatas, revisi modul, uji efektivitas, revisi produk akhir, diseminasi dan implementasi. Penelitian manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi menggunakan tujuh langkah dari sepuluh langkah tersebut. Tahapan-tahapan tersebut penjelasannya sebagai berikut.

#### 1. Tahap 1 (Studi Pendahuluan)

Penelitian dengan pendekatan pengembangan dimulai dengan pengukuran kebutuhan sebagai upaya untuk mengumpulkan informasi awal yang dibutuhkan (*need assessment*) sehingga dapat dijadikan dasar atau mengetahui kebutuhan calon subjek. Masalah atau fenomena yang nyata terjadi di lingkungan sekolah pada saat ini dan yang perlu dikembangkan untuk mengatasinya merupakan hal yang penting untuk diperhatikan. Sasaran produk yang dikembangkan dalam penelitian ini mencakup tingkat emosi siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar. Informasi tersebut dijadikan dasar untuk menyusun modul Manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar yang merupakan produk hipotetik.

Tahap pertama terdiri dari dua kegiatan utama, yaitu studi lapangan untuk asesmen kebutuhan dan perancangan produk hipotetik. Kegiatan asesmen kebutuhan dilakukan melalui survey lapangan dengan menerapkan perangkat instrumen ,yaitu inventori dan observasi secara global. Inventori digunakan untuk mengetahui informasi tentang tingkat emosi calon subjek dan observasi secara global dilakukan untuk mengetahui konflik atau kejadian yang pernah terjadi yang berkaitan dengan perilaku emosional.

#### 2. Tahap 2 (Merancang Modul)

Setelah mengetahui masalah atau fenomena yang nyata, selanjutnya mengumpulkan berbagai informasi yang dapat digunakan sebagai bahan untuk perencanaan modul yang diharapkan dapat mengatasi masalah tersebut. Pada

proses membuat rencana modul awal diperlukan tujuan dari penggunaan modul, pengguna modul, dan deskripsi dari komponen-komponen modul dan penggunaannya. Tujuan yang dimaksudkan disini adalah tujuan yang objektif dan dapat diamati. Pengguna modul misalnya guru Bimbingan dan Konseling. Deskripsi dari komponen-komponen modul mencakup tujuan pelatihan, materi pelatihan, media yang digunakan, dan sumber belajar yang digunakan.

### 3. Tahap 3 (Pengembangan Modul)

Tahap pengembangan modul bertujuan untuk menghasilkan produk hipotetik atau modul yang layak secara teoritik dan empirik, sehingga untuk mendapatkan modul yang layak secara teoritik dan empirik diperlukan uji rasional kelayakan dengan adanya masukan serta pendapat dari para ahli.

Produk atau modul yang akan dikembangkan memiliki kriteria-kriteria antara lain : a. sesuai dengan karakteristik peserta siswa kelas XI; b. tujuan yang jelas; c. isi modul berupa bahan bimbingan yang sesuai dengan karakter siswa SMA; d. metode dan strategi yang cocok serta dapat mengasah tiga ranah aspek peserta didik; dan e. komitmen dari guru BK untuk mewujudkan tujuan tersebut. Kriteria-kriteria tersebut dimaksudkan agar modul yang dihasilkan tepat guna dan tepat sasaran.

### 4. Tahap 4 (Uji Rasional Kelayakan Modul)

Validasi desain atau uji rasional kelayakan modul perlu dilakukan oleh ahli yang mempunyai kompetensi di bidangnya. Uji rasional kelayakan modul dilakukan dengan berdiskusi dengan ahli psikologi dan ahli bimbingan yang disebut *professional judgement* untuk membahas tentang manajemen konflik sebagai variabel yang mempengaruhi kestabilan emosi siswa. Kegiatannya adalah menilai rancangan modul, dalam hal ini diharapkan manajemen konflik baru yang secara rasional lebih efektif dan efisien dari yang lama. Uji kelayakan dikatakan rasional karena penilaian berdasarkan pemikiran rasional, belum mencakup fakta lapangan. Pendapat dan masukan dari para ahli dapat digunakan untuk menyempurnakan modul.

Setelah mendapatkan masukan dari para ahli, kemudian dirumuskan kompetensi dasar, materi-materi dalam modul layanan dan prosedur pelaksanaannya. Pada tahap tersebut disusun pula instrumen penilaian yang digunakan oleh validator ahli dalam rangka telaah isi, kelayakan materi, kelayakan panduan, dan kelayakan operasionalisasi materi. Instrumen tersebut berupa pertanyaan yang harus dijawab dengan alternatif jawaban yang sudah disediakan.

#### 5. Tahap 5 (Revisi Modul)

Setelah uji rasional kelayakan modul atau validasi desain kemudian dilakukan perbaikan terhadap modul awal yang dihasilkan berdasarkan hasil uji rasional kelayakan modul. Perbaikan tersebut dapat dimungkinkan dilakukan lebih dari satu kali sesuai dengan hasil yang ditunjukkan dalam uji rasional kelayakan modul, sehingga diperoleh *draft* modul utama yang siap diujicoba lebih luas. Revisi modul tersebut merupakan tugas peneliti yang ingin menghasilkan modulnya lebih baik. Tujuannya adalah agar dapat dirumuskan modul yang sudah direvisi untuk dijadikan modul manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi yang merupakan panduan operasional yang baik dan layak.

#### 6. Tahap 6 (Uji coba Terbatas)

Desain modul manajemen konflik langsung diuji cobakan, setelah ditelaah dan direvisi. Pada pelaksanaan uji terbatas, fasilitator atau instruktur membutuhkan bantuan dari konselor untuk tercapainya uji coba terbatas dengan masukan-masukan yang diberikan. Proses refleksi ini diperlukan untuk mengetahui tingkat kelayakan isi dan panduan operasional terkait dengan modul manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi.

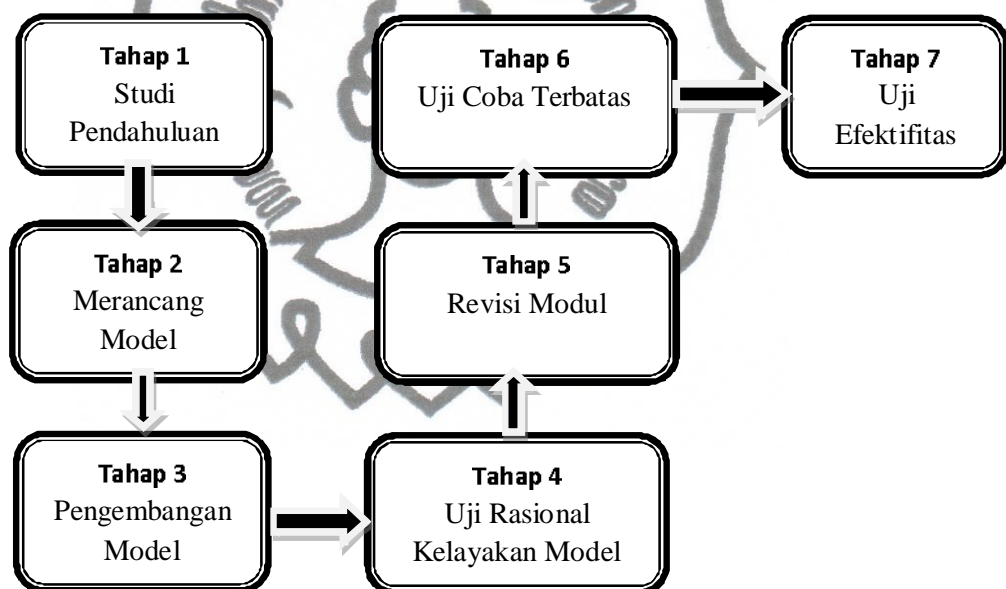
#### 7. Tahap 7 (Uji Efektivitas)

Pengujian efektifitas merupakan tahap untuk mengetahui keefektifan modul manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi. Pengujian efektifitas manajemen konflik ini menunjukkan bahwa manajemen konflik



baru lebih efektif daripada yang lama. Cara yang digunakan dalam uji efektivitas ini adalah dengan membandingkan rerata skor subjek pada tes awal dengan rerata skor subjek tes akhir karena desain yang digunakan desain penelitian *One Group Pre – test Post - test Design*. Desain penelitian tersebut secara fokus dapat membandingkan keadaan subjek sebelum dan sesudah intervensi. Hasil dari uji efektivitas dijadikan bahan kesimpulan dan merupakan jawaban dari permasalahan.

Tahap-tahap yang telah dijabarkan di atas dapat digambarkan dalam diagram di bawah ini untuk mempermudah pembacaan prosedur penelitian.



Gambar 2. Bagan Tahapan Penelitian

## B. SUBJEK PENELITIAN

Penentuan subjek penelitian merupakan salah satu tahapan dalam pelaksanaan penelitian. Penentuan subjek penelitian bertujuan untuk menentukan subjek yang akan diteliti agar mendapatkan data yang sesuai dengan tujuan penelitian. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah :

1. Subjek ahli. Modul yang dihasilkan ditelaah oleh tiga ahli yaitu satu orang dari program studi psikologi dan dua orang dosen pembimbing agar modul manajemen konflik layak secara rasional.
2. Subjek praktisi. Setelah dilakukan uji rasional kelayakan oleh ahli, modul dinilai oleh pengguna yaitu guru Bimbingan dan Konseling sejumlah dua orang.
3. Siswa sebagai subjek uji coba lapangan terbatas dan efektivitas. Subjek uji coba lapangan terbatas sejumlah lima orang, kepada siswa diberikan modul setelah dinyatakan layak. Selanjutnya, subjek uji efektivitas sejumlah 40 orang adalah siswa yang termasuk dalam tingkat kestabilan emosi rendah.

### **C. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN**

#### **1. Tempat Penelitian**

Tempat penelitian adalah lokasi dilakukannya penelitian sehingga didapatkan sumber data yang dibutuhkan dari masalah yang diteliti.

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 2 Karanganyar yang beralamat di Jl. Ronggowarsito, Bejen, Karanganyar. Pertimbangan tempat penelitian di SMA Negeri 2 Karanganyar adalah sebagai berikut :

- a. Banyak siswa yang emosionalnya tinggi saat menghadapi konflik, baik konflik intrapersonal maupun konflik interpersonal. Pernah diketahui siswa SMA Negeri 2 Karanganyar yang mengalami ketidakstabilan emosi, antara lain bingung memilih jurusan, emosional mudah terpancing, dan terjadinya perkelahian yang disebabkan adanya kesalah pahaman.
- b. SMA Negeri 2 Karanganyar Kabupaten Karanganyar sudah terakreditasi A dan sebagian besar guru sudah tersertifikasi.
- c. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai masukan dan pertimbangan untuk SMA Negeri 2 Karanganyar bahwa manajemen konflik efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa.

## 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April sampai dengan bulan Desember tahun pelajaran 2011/2012. Pada bulan tersebut digunakan penelitian dari tahap persiapan sampai dengan pelaksanaan ujian skripsi.

Tabel 1

Waktu Penelitian

No	Jenis Kegiatan	Bulan									
		Apr	Mei	Jun	Jul	Agt	Sep	Okt	Nop	Des	
1	Persiapan penelitian a. Mengurus perizinan b. Menyusun instrumen dan modul	■	■								
2	Pelaksanaan penelitian a. <i>Pre – test</i> b. <i>Treatment</i> c. <i>Post – test</i>			■							
3	Analisis data hasil <i>pre –test</i> dan <i>post-test</i>				■	■					
4	Penyusunan laporan						■	■	■		
5	Pelaksanaan ujian skripsi									■	

### D. DEFINISI KONSEPTUAL DAN OPERASIONAL VARIABEL PENELITIAN

Variabel adalah salah satu hal yang diperlukan dalam suatu penelitian. Suharsimi Arikunto (2002:91) menyatakan bahwa variabel adalah objek penelitian, atau yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Hal tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa variabel merupakan unsur penting dalam penelitian dan merupakan objek pengamatan penelitian.

Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Variabel bebas

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang dapat disebut juga variabel penyebab atau *independen*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah manajemen konflik. Definisi konseptual, manajemen konflik yaitu cara untuk mengatasi konflik baik konflik intrapersonal maupun interpersonal dari pihak-pihak yang terlibat konflik ataupun pihak ketiga dengan menyusun strategi mengatasi konflik untuk menemukan solusi yang diinginkan.

Definisi operasional, manajemen konflik adalah layanan bantuan yang diberikan kepada siswa dengan memberikan pelatihan mengenai strategi mengatasi konflik yang pernah dialami maupun dilihat di lingkungan sekitarnya.

b. Variabel terikat

Variabel terikat adalah variabel akibat yang juga dapat disebut *dependen variable* atau variabel. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kestabilan emosi. Definisi konseptual, kestabilan emosi yaitu suatu keadaan atau kemampuan yang dimiliki seorang individu untuk mencapai tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosi yang dapat dilihat dari kemampuan mengontrol emosinya sehingga orang tersebut dapat merespon dengan baik rangsangan-rangsangan yang datang dari dalam dan luar dirinya dan dapat menyesuaikan diri dengan keadaan atau lingkungan di sekitarnya.

Definisi operasional, kestabilan emosi adalah keadaan seseorang yang tenang, tenteram, dan penuh pertimbangan sebelum melakukan sesuatu hal serta tidak mudah terpengaruh hal yang negatif.

#### **E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA**

Teknik pengumpulan data merupakan salah satu bagian penting dalam suatu penelitian. Data yang dapat dikumpulkan memberikan informasi-informasi

penting yang akan digunakan dalam penelitian. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan :

1. Instrumen inventori kestabilan emosi

Inventori kestabilan emosi digunakan untuk mengetahui kestabilan emosi siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar dalam usianya yang tergolong remaja. Bagi siswa yang tergolong rendah dalam kestabilan emosinya, maka siswa tersebut yang menjadi subjek penelitian. inventori yang diberikan sekaligus sebagai pre-test.

2. Penilaian modul

Instrumen penilaian diberikan kepada ahli atau *professional judgement* yang menelaah modul manajemen konflik. Tujuannya untuk mengetahui kelayakan isi dan panduan operasional dari modul manajemen konflik. Form penilain berisi daftar pertanyaan yang perlu dijawab oleh penilai dengan alternatif jawaban yang telah disediakan.

3. Tanggapan atau evaluasi

Setelah dilakukan *treatment* kepada subjek, maka subjek diminta untuk memberikan tanggapan mengenai pelaksanaan *treatment*. Evaluasi tersebut diberikan dalam rangka mengetahui manfaat dari penelitian.

Proses pembuatan instrumen inventori diawali dengan pembuatan kisi-kisi tentang kestabilan emosi. Kisi-kisi tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel 2  
Kisi-kisi Inventori Kestabilan emosi

Konsep dasar	Aspek	Indikator	Nomor Soal	
			Favorable	Unfavorable
<b>Kestabilan emosi</b> adalah keadaan seseorang atau yang ada dalam diri seseorang yang mentalnya tidak mudah berubah dan mampu mengontrol emosinya sehingga dapat merespon rangsangan yang datang dari dalam maupun dari luar dengan baik serta mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan.	Keadaan mental yang tidak mudah berubah	Siswa mampu merespon rangsangan dengan baik	1, 13, 25, 32, 49	2, 14, 26, 38
		Siswa terhindar dari perasaan bimbang, cemas, dan tegang	3, 15, 27, 39	4, 16, 28, 40
	Penyesuaian diri	Siswa mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitarnya	5, 17, 29, 41	6, 18, 30, 42
		Siswa mampu mengontrol emosinya dalam melakukan perbuatan.	7, 19, 31, 43	8, 20, 32, 44
		Mampu mengambil keputusan secara tepat	Siswa mempunyai kepekaan terhadap perasaan orang lain	9, 21, 33, 45
		Siswa mampu dan terampil dalam menyelesaikan konflik	11, 23, 35, 47, 50	12, 24, 36, 48

## 1. Uji Validitas

Untuk mengetahui validitas inventori kestabilan emosi digunakan *expert judgement* atau telaah ahli. Telaah ahli dilakukan untuk mendapatkan inventori yang valid dan layak digunakan dalam penelitian. Inventori yang digunakan tersebut dikaji secara rasional mulai dari definisi operasional variabel, aspek, indikator, sampai dengan butir-butir pernyataan, kesesuaian antara item dengan aspek, dan keseimbangan antara pernyataan positif dengan pernyataan negatif. *Judger* dalam penelitian ini dipilih dua orang ahli yaitu : Dr. Asrowi, M.Pd dan Dra. Sri Wiyanti M.Si dari Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sebelas Maret Surakarta yang sekaligus sebagai dosen pembimbing skripsi.

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dimaksudkan untuk mengetahui konsistensi alat ukur untuk mendapatkan data yang akurat. Pada penelitian ini digunakan uji reliabilitas dengan uji Alfa Cronbach.

### F. TEKNIK ANALISIS DATA

Penelitian dengan pendekatan pengembangan bertujuan untuk mengembangkan modul berupa modul manajemen konflik dan mengetahui keefektifan modul manajemen konflik yang digunakan sebagai perlakuan. Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan teknik-teknik analisis yang relevan. Berikut adalah teknik analisis data yang digunakan untuk setiap permasalahan :

1. Permasalahan yang pertama, yaitu mengenai kelayakan modul manajemen konflik. Permasalahan tersebut dianalisis dengan persentase dari hasil penilaian modul yang dilakukan oleh ahli, uji praktisi, dan subjek uji lapangan terbatas.
2. Permasalahan yang kedua, yaitu mengenai efektivitas manajemen konflik dalam meningkatkan kestabilan emosi. Dalam uji efektivitas tersebut menggunakan desain pra eksperimen *One group pre-test post-test design*.

Selanjutnya, dianalisis dengan uji – t yang digunakan untuk membandingkan keadaan sebelum dengan sesudah diberikan perlakuan. Data hasil penelitian yang berupa skor awal (*pre-test*) dibandingkan dengan data hasil tes akhir (*post-test*). Dalam penelitian menggunakan prosedur sebagai berikut :

- a) Pemberian tes awal untuk seluruh siswa kelas XI menggunakan inventori yang sekaligus berfungsi sebagai *pre-test*.
- b) Pembentukan kelompok eksperimen, yaitu kelompok yang akan diberikan *treatment*. Kelompok yang akan diberikan *treatment* adalah subjek penelitian yaitu siswa yang memiliki emosi yang kurang stabil.
- c) Pemberian *treatment*
- d) Pemberian tes akhir (*post test*)

Rancangan penelitian menggunakan *One group pre-test post-test design* . desain penelitiannya sebagai berikut :

Tabel 3. Desain penelitian

<i>Pre Test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Pos Test</i>
T.1	X	T.2

Keterangan :

T.1 : Tes awal sebelum diberikan perlakuan/*treatment*

X : Perlakuan,yaitu perlakuan yang diberikan kepada berupa layanan bimbingan manajemen konflik

T.2 : Tes akhir setelah diberikan perlakuan/*treatment*



## BAB IV

### PROSES, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASANNYA

#### A. PROSES DAN HASIL PENELITIAN

##### 1. Tahap Studi Pendahuluan

Studi pendahuluan dilakukan melalui kegiatan utama, yaitu *need assessment* yang terdiri dari studi literatur, pengembangan instrumen, studi lapangan, dan perancangan model hipotetik. Hasil studi literatur telah dibahas atau dipaparkan di bagian kajian pustaka. dan pengembangan instrumen telah dipaparkan di bagian metode penelitian. Berikut ini akan dibahas hasil studi lapangan dan hasil dari perancangan model hipotetik.

Studi lapangan dilaksanakan dengan menyebarkan inventori kepada siswa untuk mengetahui kondisi emosi siswa SMA Negeri 2 Karanganyar yang termasuk kestabilan emosi tinggi dan rendah siswa kelas XI, yaitu kelas XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 3, XI IPA 4, XI IPS 1, XI IPS 2, XI IPS 3, dan XI IPS 4 yang masing - masing kelas diambil 50 % dari jumlah siswa semuanya berjumlah 145 orang. Penyebaran inventori dilakukan pada tanggal 17 Februari 2012 di SMA Negeri 2 Karanganyar. Sebelum siswa mengerjakan inventori, siswa dibacakan petunjuk pengerjaan dan instruksi tentang cara pengisian inventori. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa dari 145 siswa skor terendah 40, skor tertinggi 77, dan mean diperoleh 62,83 Penghitungan dengan menggunakan *spss 17.0*.

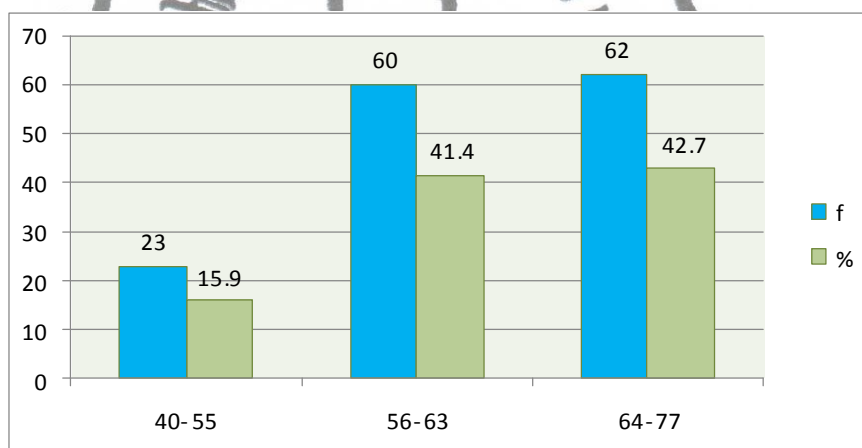
Hasil penyebaran inventori menunjukkan bahwa siswa yang memperoleh skor tertinggi untuk kategori kestabilan emosi sebanyak 62 orang atau 42,7%, skor sedang sebanyak 60 orang atau 41,4%, dan skor kategori rendah sebanyak 23 orang atau 15,9%. Berikut adalah hasil atau skor tingkat kestabilan emosi siswa yang disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 4

Skor hasil studi pendahuluan kestabilan emosi

Tingkat kestabilan emosi	Skor Inventori	Banyak siswa	Persentase
Tinggi	64 – 77	62	42,7%
Sedang	56 – 63	60	41,4%
Rendah	40 – 55	23	15,9%

Tabel tersebut dapat digambarkan pada grafik di bawah ini :



Gambar 3

Grafik skor hasil studi pendahuluan kestabilan emosi

Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat beberapa orang yang memiliki kestabilan emosi tergolong rendah, yaitu sebanyak 23 orang dengan skor inventori 40-55. Berdasarkan hasil tersebut, diperlukan tindak lanjut dengan melakukan penyebaran inventori kepada seluruh siswa kelas XI. Kepada siswa yang memiliki kestabilan emosi rendah diberikan perlakuan menggunakan manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi.

## 2. Tahap Merancang Model Hipotetik

Tahapan merancang model dilakukan setelah kajian pustaka dan kajian hasil penelitian sebelumnya yang relevan yang telah dibahas pada bab II untuk memperkuat landasan penelitian ini. Langkah selanjutnya adalah menyusun model hipotetik manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar. Penyusunan model hipotetik dilakukan dengan merumuskan pedoman manajemen konflik dan modul pelaksanaan manajemen konflik dan instrumen yang digunakan untuk mengevaluasi kegiatan.

## 3. Tahap Pengembangan Model Hipotetik Manajemen Konflik

Setelah merumuskan pedoman dan model pelaksanaan manajemen konflik, langkah selanjutnya adalah pengembangan modul yang bertujuan untuk mengembangkan perlakuan-perlakuan yang efektif bagi siswa SMA dalam upaya meningkatkan kestabilan emosi siswa agar aktivitasnya di sekolah maupun di luar sekolah dapat berjalan lancar. Dasar yang digunakan untuk mengembangkan modul meliputi kajian pustaka, kajian empirik, dan hasil temuan pada *need assessment*. Hasil akhir dari pengembangan model yang berupa modul manajemen konflik dapat diketahui efektivitasnya dengan menggunakan desain eksperimen *one group pre-test – post-test design*.

Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa tingkat kestabilan emosi siswa perlu ditingkatkan karena masih banyak siswa yang mempunyai tingkat kestabilan emosi rendah. Selain hasil studi pendahuluan, hasil observasi yang dilakukan di sekolah tersebut pernah terjadi peristiwa-peristiwa yang menunjukkan ketidakstabilan emosi siswa. Peristiwa tersebut salah satunya banyak siswa mudah terpengaruh oleh perilaku-perilaku negatif, mudah marah dan tersinggung, yang diikuti dengan perkelahian baik secara perorangan maupun kelompok. Selain itu, pada suatu saat siswa menunjukkan kegigihannya, tetapi kadang kegigihan menjadi hilang, sehingga motivasi belajarpun menjadi pasang surut. Hal

tersebut diikuti dengan kegiatan-kegiatan sekolah juga menjadi semangat tetapi mendadak bisa hilang. Berdasarkan temuan di lapangan tersebut dalam kurun waktu satu tahun ada 2 siswa yang dikeluarkan dari sekolah berkaitan dengan kondisi emosi yang tidak stabil sehingga mudah terpengaruh oleh perilaku negatif. Untuk itu, kestabilan emosi memang perlu ditingkatkan seoptimal mungkin agar dapat mencapai keberhasilan sekolah. Bagi siswa yang termasuk kestabilan emosi rendah perlu diberi perlakuan dengan menggunakan manajemen konflik.

Pernyataan tersebut menunjukkan perlunya disusun **Modul Manajemen Konflik** yang diperuntukkan bagi siswa meningkatkan kestabilan emosi. Tiga tahapan yang terdapat di dalam penyusunan modul tersebut, yaitu pemberian materi mengenai pentingnya kestabilan emosi dalam menjalani aktivitas sehari-hari baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah, pelaksanaan diskusi kelompok fenomena aktual yang berkaitan dengan perilaku emosional yang dewasa ini terjadi di lingkungan sekolah maupun di masyarakat yang dilakukan oleh siswa SMA, dan pemberian materi tentang manajemen konflik dan permainan tentang strategi mengatasi konflik.

#### 4. Uji Rasional Kelayakan Model Hipotetik Manajemen Konflik

Model yang dimaksud dalam penelitian ini adalah modul manajemen konflik yang teruji atau efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa, untuk mencapai keefektifan diperlukan uji rasional kelayakan model. Uji kelayakan modul dilakukan oleh ahli psikologi dan ahli bimbingan dan konseling yang sudah berpengalaman atau dapat disebut *professional judgment*. Para ahli yang dipilih dalam penelitian ini sebanyak tiga orang, yaitu dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Bapak Nugraha Arif Karyanta ,S.Psi,M.Si, dan dua dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret yaitu Dr. Asrowi M.Pd dan Dra. Sri Wiyanti H., M.Si. Alasan memilih tiga orang tersebut selain sudah

*commit to user*

berpengalaman juga karena dari dua fakultas yang berbeda sehingga mendapatkan masukan yang bervariasi yang mendukung penyusunan modul tersebut, sehingga dapat dicapai validitas rasional secara efektif. Keefektifan dapat dilihat melalui sisi konsep dan operasionalisasi implementasi.

Penilaian oleh para ahli diperlukan untuk mengetahui tingkat kelayakan modul, maka dalam rangka mengetahui validitas rasional modul diperlukan catatan atau masukan untuk menilai setiap aspek yang diungkap pada modul tersebut. Modul dan isinya merupakan sasaran dalam penilaian struktur modul yang meliputi judul, sistematika, penggunaan bahasa, kelengkapan materi, dan keterbacaan. Isi modul meliputi tujuan, sasaran, kompetensi, dan indikator keberhasilan. Struktur dan isi modul selengkapnya pada contoh modul di lampiran.

Hasil dari penilaian modul manajemen konflik oleh tiga orang ahli menunjukkan persentase sebesar 98,6%. Berdasarkan hasil tersebut, dapat diketahui bahwa modul manajemen konflik dikatakan layak secara rasional oleh ahli. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 14 halaman 105.

## **5. Revisi Modul Manajemen Konflik sebagai Model Hipotetik**

Langkah kelima setelah uji rasional kelayakan modul oleh para ahli adalah revisi modul. Masukan dan penilaian dari para ahli dijadikan bahan untuk merevisi modul sebagai upaya menyempurnakan modul manajemen konflik. Revisi oleh dosen psikologi yaitu struktur maupun isi modul belum layak untuk diberikan kepada siswa. Struktur modul belum tertata, isi modul terlalu sederhana, belum dapat dipahami, serta alurnya belum terlihat.

Revisi oleh dosen Bimbingan dan Konseling terarah pada isi materi, penggunaan bahasa dalam modul, pengaturan tiap tahap antara materi, tugas, dan permainan perlu sejalan dan saling terkait. Sebagai catatan, penggunaan bahasa dalam modul diperlukan bahasa yang

*commit to user*

sederhana dan mudah dipahami karena modul akan dibaca oleh siswa sebagai cara untuk memahami isi modul. Setelah dua kali revisi, selanjutnya modul dikonsultasikan kepada tiga orang *expert* tersebut yaitu dari program studi psikologi dan dari program studi Bimbingan dan Konseling, sehingga diperoleh modul yang siap digunakan dalam penelitian.

## 6. Uji coba terbatas

Hasil revisi modul yang sesuai dengan saran dan masukan dari para ahli kemudian diuji secara terbatas untuk diaplikasikan kepada siswa. Hasil pengaplikasian modul menunjukkan bahwa masih ada beberapa hambatan dalam pelaksanaannya. Salah satunya perlu penjelasan yang jelas dan mendalam kepada para siswa karena siswa belum dapat memahami dengan mudah maksud dari perintah maupun petunjuk yang ditulis didalam modul, sehingga perlu diulangi kembali agar siswa memahami yang dimaksud. Selanjutnya dari hasil proses tersebut modul direvisi kembali terutama pada kejelasan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami oleh siswa. Permainan dan diskusi tentang pemecahan masalah perlu diberikan agar tercipta interaksi antara siswa dengan siswa, dan siswa dengan pembimbing. Permainan yang diberikan berkaitan dengan materi dan dibuat secara sederhana. Selain itu diberikan *ice breaking* baik berupa video tentang *stand up comedy* maupun permainan agar siswa merasa nyaman dan rileks serta tidak mudah bosan dalam mengikuti *treatment*.

Hasil dari uji coba terbatas oleh praktisi dan siswa menunjukkan persentase yang tinggi. Hasil uji praktisi menunjukkan persentase kelayakan modul sebesar 99%. Hasil uji coba terbatas yang dilakukan kepada 5 siswa menunjukkan persentase kelayakan sebesar 84,25%. Berdasarkan hasil uji coba terbatas kepada praktisi dan siswa, modul dinyatakan **layak** digunakan sebagai perlakuan manajemen konflik dalam

meningkatkan kestabilan emosi siswa SMA Negeri 2 Karanganyar. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 20 halaman 124

## 7. Uji efektivitas

Sejalan dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian yang dipaparkan pada bab I bahwa penelitian ini untuk menguji efektivitas penggunaan manajemen konflik dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa. Pengujian efektivitas manajemen konflik menggunakan uji rerata (t-test). Uji ini digunakan untuk mengetahui perbedaan antara skor sebelum perlakuan dengan skor sesudah perlakuan. Teknik analisis data statistik yang digunakan adalah teknik statistik parametrik uji t yang didasarkan pada distribusi data yang normal. Statistik parametrik merupakan prosedur pengujian hipotesis yang normalitas distribusi datanya terpenuhi.

Berikut ini akan disajikan pengujian pre-test dan post-test, uji normalitas, dan pengujian hipotesis dalam penelitian ini :

### a. *Pre-test*

Pada *pre-test* untuk uji efektivitas digunakan seluruh siswa kelas XI. Seluruh siswa yang berjumlah 292 orang diberikan *pre-test* dengan menggunakan inventori, diharapkan dapat diketahui kategori kestabilan emosi pada masing-masing siswa. Hasil *pre-test* pada tabel 5.

Tabel 5

Hasil *pre-test* kestabilan emosi pada siswa kelas XI

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	292	67	119	97.79	10.511
Valid N (listwise)	292				

Hasil analisis dari *pre-test* yang telah diberikan dapat diketahui katagori kestabilan emosi pada kelas XI sebagai berikut :

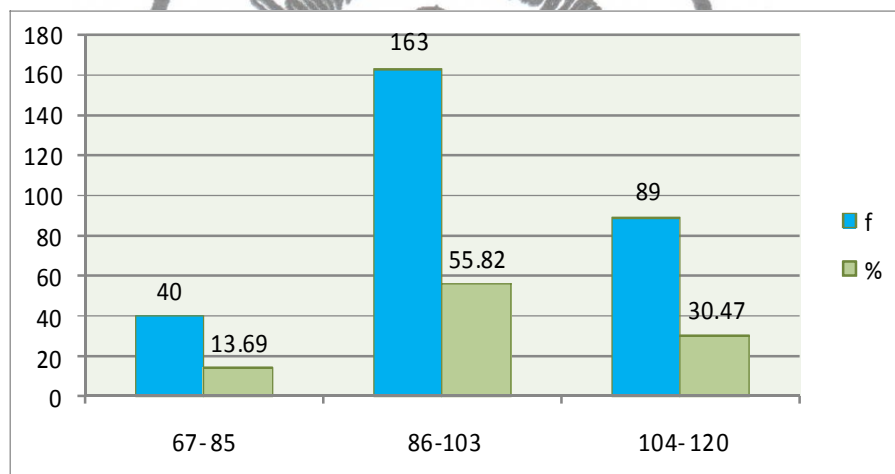
*commit to user*

Tabel 6

Kategori hasil *pre-test* kestabilan emosi pada siswa kelas XI

No	Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
1	Tinggi	104– 120	89	30,47%
2	Sedang	86 – 103	163	55,82%
Iii	Rendah	67 – 85	40	13,69%

Tabel tersebut dapat digambarkan pada grafik di bawah ini :



Gambar 3

Grafik kategori hasil *pre-test* kestabilan emosi pada siswa kelas XI

Berdasarkan hasil penghitungan tersebut, maka ditemukan 40 siswa sebagai subjek yang memiliki skor rendah pada kestabilan emosi dengan rentangan skor dari 67 - 85. Hasil analisis dari *pre-test* inventori kestabilan emosi pada subjek penelitian secara rinci ditunjukkan pada tabel 7 :



Tabel 7

Hasil *pre-test* kestabilan emosi pada subjek penelitian

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>pre-test</i>	40	67	85	79.75	4.629
Valid N (listwise)	40				

Hasil *pre-test* subjek penelitian menunjukkan skor terendah inventori sebesar 67, skor tertinggi inventori sebesar 85, dan skor rata-rata 79,75. Hasil *pre-test* tersebut akan digunakan sebagai acuan meningkat atau tidak meningkatnya tingkat kestabilan emosi subjek secara empirik setelah diberikan perlakuan.

#### b. Perlakuan dengan Manajemen Konflik

Berdasarkan hasil *pre-test*, ditemukan 40 siswa yang mempunyai tingkat kestabilan emosi rendah. Siswa – siswa tersebut yang perlu diberikan bimbingan agar kestabilan emosinya meningkat. Bimbingan yang dimaksud adalah perlakuan dengan manajemen konflik. Perlakuan yang diberikan kepada subjek dilaksanakan di SMA Negeri 2 Karanganyar dilaksanakan selama empat kali pertemuan. Perlakuan yang berupa teknik manajemen konflik yaitu subjek diberikan strategi-strategi untuk mengatasi konflik baik konflik intrapersonal maupun konflik interpersonal dengan fokus pada gaya kompromi. Empat pertemuan dalam manajemen konflik dapat dijelaskan sebagai berikut :

- 1) Pertemuan pertama yaitu pertemuan awal digunakan untuk menciptakan hubungan baik antara *eksperimenter* dengan subjek dan antara subjek satu dengan yang lain. Selain itu, ditentukan kontrak penelitian dengan subjek dan menjelaskan tujuan penelitian. Pertemuan pendahuluan ini tidak termasuk dalam modul manajemen konflik

- 2) Pertemuan kedua yang sesuai dengan tahapan dalam modul yaitu pemberian materi mengenai pentingnya kestabilan emosi dalam menjalani aktivitas sehari-hari baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Setelah pemberian materi, subjek eksperimen mengikuti permainan yang dilaksanakan secara kelompok, kemudian pada akhir sesi eksperimenter dengan subjek melakukan refleksi perasaan.
- 3) Pertemuan kedua dalam tahapan modul yaitu pelaksanaan diskusi fenomena aktual di masyarakat yang berkaitan dengan perilaku emosional yang dewasa ini terjadi di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat yang dilakukan oleh siswa SMA. Pertemuan kedua bertujuan agar subjek dapat mengungkapkan tentang konflik yang pernah dialami maupun yang pernah dilihat dan dapat memahami strategi-strategi yang tepat untuk mengatasi konflik tersebut.
- 4) Pelaksanaan pertemuan terakhir yaitu manajemen konflik sebagai lanjutan dari pertemuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa di dalam diskusi sederhana dapat terjadi konflik walaupun kecil. Konflik kecil maupun besar dapat dialami oleh setiap individu termasuk subjek, sehingga subjek perlu pemahaman tentang strategi-strategi dalam menghadapi konflik agar ketika menghadapi konflik lebih mudah mengatasi dan tidak mengandalkan emosional yang dapat mengalahkan akal sehat. Pada akhir sesi subjek mengisi kuesioner tentang gaya dalam mengatasi konflik.

**c. *Post-test***

Langkah selanjutnya setelah *pre-test* dan perlakuan adalah *post-test* untuk mengetahui perubahan subjek dengan membandingkan skor sebelum dengan sesudah perlakuan. Setelah subjek diberi perlakuan selama tiga kali pertemuan, selanjutnya subjek diberikan tes yang sama dengan tes sebelum perlakuan sebagai bentuk *post-test*.

Berikut adalah hasil *post-test* kestabilan emosi setelah diberikan perlakuan selama tiga kali pertemuan dengan teknik manajemen konflik :

Tabel 8

Hasil *post-test* kestabilan emosi pada subjek penelitian

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Post-test</i>	40	81	118	96.25	9.298
Valid N (listwise)	40				

Berdasarkan hasil analisis *post-test* subjek, menunjukkan bahwa skor terendah inventori sebesar 81, skor tertinggi inventori sebesar 118, dan skor rata-rata sebesar 96.25.

#### d. Perbandingan Pre-test dengan Post-test

*Pre-test* dan *post-test* diberikan kepada 40 subjek yang diperoleh dari hasil inventori. Mengenai data 40 subjek dapat dilihat di lampiran. Berdasarkan hasil *post-test*, pada setiap aspek mengalami peningkatan baik dari skor terbawah maupun dari peningkatan mean atau rerata setiap aspek. Hasil perbandingan *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9

Perbandingan *pre-test* dan *post-test* kestabilan emosi pada subjek penelitian

No	Hasil analisis	Skor terendah	Skor tertinggi	Rata-rata
1	<i>Pre-test</i>	67	85	79.75
2	<i>post-test</i>	81	118	96.25

Pada tabel tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa terdapat perubahan skor pada subjek sebelum diberi perlakuan dengan setelah diberi perlakuan. Pada *pre-test*, skor terendah diperoleh 67, *post-test*nya meningkat menjadi 81. Skor tertinggi pada *pre-test* diperoleh 85, *post-test*nya meningkat menjadi 118. Skor rata-rata *pre-test* diperoleh 79,75, *post-test*nya meningkat

menjadi 96,25. Perubahan skor terendah, tertinggi, dan rata-rata *pre-test* dengan *post-test* menunjukkan peningkatan antara sebelum perlakuan dengan setelah perlakuan.

#### e. Uji Normalitas

Salah satu uji yang diperlukan dalam pengujian hipotesis yang menggunakan teknik statistik parametrik adalah uji normalitas. Uji normalitas data digunakan untuk mengetahui sebaran data termasuk pada yang berdistribusi normal atau yang berdistribusi tidak normal, baik pada data *pre-test* maupun data *post-test* subjek eksperimen. Uji normalitas menggunakan pengujian Kolmogorov-Smirnov melalui bantuan program *SPSS 17.0*. Berikut adalah hasil uji normalitas yang disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 10

Uji normalitas

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
<i>Pre-test</i>	.136	40	.062	.885	40	.001
<i>Post-test</i>	.115	40	.199	.965	40	.240

a. Lilliefors Significance Correction

Pengujian dengan SPSS berdasarkan pada uji Kolmogorov–Smirnov yang ditunjukkan pada tabel di atas diperoleh nilai signifikansi 0.062 untuk *pre-test* dan 0.199 untuk *post-test*. Kriteria kenormalan uji adalah  $\alpha = 0.05$ , jika signifikansi yang diperoleh  $> \alpha$ , maka sebaran data berdistribusi normal, tetapi apabila signifikansi yang diperoleh  $< \alpha$ , maka sebaran data berdistribusi tidak normal. Hasil penghitungan dapat dilihat bahwa  $0,062 > 0,05$  dan  $0.199 > 0.05$ , maka dari hasil uji normalitas diketahui bahwa sebaran data pada hasil *pre-test* dapat dikategorikan normal, untuk mengetahui keefektifan manajemen konflik maka diadakan uji t atau t-test.

#### f. Pengujian Hipotesis

Perbedaan hasil *pre-test* dengan *post-test* digunakan analisis statistik uji t atau *t-test*. Analisis yang digunakan untuk mengetahui perubahan kestabilan emosi dengan menggunakan manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar dengan menggunakan *paired t-test*. Pengujian hipotesis dapat dilihat dari tabel 11.

Tabel 11  
Deskripsi data hasil penelitian manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi

		Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	<i>pre-test – post-test</i>	-16.500	10.789	1.706	-19.951	-13.049	-9.672	39	.000

Hasil uji berpasangan *pre-test* dengan *post-test* diperoleh hasil  $t = 9.672$  dengan signifikansi 0.000, bila dibandingkan dengan tabel  $t$  ( $df = 39$  sig 5%,  $t = 1.68488$ ), maka  $t$  hitung  $>$   $t$  tabel yang berarti signifikan. Jadi, hipotesis penelitian yang menyatakan manajemen konflik efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar diterima. Dapat diketahui bahwa peningkatan kestabilan emosi disebabkan adanya perlakuan berupa manajemen konflik. Kesimpulan dari pengujian hipotesis adalah manajemen konflik efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar.

Selanjutnya, bila dilihat dari persentase kenaikan *pre-test* dengan *post-test*, dapat dilihat pada tabel 12 :

Tabel 12

Persentase kenaikan *pre – tes* dengan *post - test*

Paired Samples Statistics						
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean	Persentase kenaikan
Pair 1	<i>pre-test</i>	79.75	40	4.629	.732	20,68%
	<i>post-test</i>	96.25	40	9.298	1.470	

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui tentang persentase kenaikan hasil skor antara *pre-test* dengan *post-test*. Mean atau skor rata-rata *post-test* 96,25 lebih besar dari skor rata - rata skor *pre-test* 79,75, dengan persentase kenaikan sebesar 20,68%. Artinya, terjadi peningkatan yang signifikan kestabilan emosi antara sebelum diberi perlakuan dengan sesudah diberi perlakuan pada subjek eksperimen.

Selain hasil analisis penelitian secara empirik, hasil analisis perilaku menunjukkan manfaat yang positif terhadap perubahan perilaku subjek. Berdasarkan hasil pertemuan dengan koordinator dan guru BK pada bulan Desember, dapat diperoleh informasi bahwa setelah subjek diberi perlakuan manajemen konflik, tidak ada lagi subjek yang melakukan perbuatan negatif, terpancing emosional serta tawuran antar pelajar. Hal tersebut menunjukkan bahwa perlakuan manajemen konflik yang dikemas menjadi sebuah produk yaitu modul terbukti efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa.

## B. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pengembangan model manajemen konflik dalam bentuk modul. Modul yang diberi judul **Manajemen Konflik** yang diperuntukkan meningkatkan kestabilan emosi selanjutnya diuji kelayakannya oleh para ahli atau dapat disebut *expert judgement*, setelah itu dapat diuji cobakan secara terbatas kepada subjek. Subjek penelitian adalah siswa yang tingkat kestabilan emosinya tergolong rendah. Hal tersebut diketahui dari hasil *pre-test* yang menggunakan inventori kestabilan emosi yang telah diberikan kepada 292 siswa. Hasil inventori menunjukkan sebanyak 40 siswa dengan skor berada pada kategori 67-85 yang artinya memiliki kestabilan emosi rendah.

Manajemen konflik sebagai produk dalam penelitian pengembangan tersebut pada umumnya digunakan untuk organisasi-organisasi tertentu yang ditujukan pada individu usia dewasa, sehingga pemahamannya lebih sulit apabila digunakan oleh remaja. Berdasarkan hal tersebut, disusun modul manajemen konflik dengan format lebih sederhana dan menggunakan bahasa yang lebih mudah dipahami oleh remaja. Manajemen konflik yang diteliti merupakan produk manajemen konflik baru, manajemen konflik yang lama dilihat kurang sesuai untuk siswa SMA, sehingga perlu diperbarui dengan produk yang baru menggunakan tahapan – tahapan dan proses yang disesuaikan karakteristik siswa SMA.

Hasil analisis data penelitian *pre-test* dengan *post-test* menunjukkan  $t = 9.672$  dengan signifikansi 0.000 yang membuktikan adanya peningkatan yang sangat signifikan kestabilan emosi pada subjek penelitian yang mendapatkan perlakuan. Pada setiap aspek kestabilan emosi menunjukkan peningkatan pada *pre-test* dengan *post-test*. Aspek keadaan mental yang tidak mudah berubah diperoleh skor rata-rata pada *pre-test* 27,87, *post-test*nya meningkat menjadi 32,53. Aspek penyesuaian diri diperoleh skor rata-rata 23,10, *post-test*nya meningkat menjadi 32,70. Aspek mengambil keputusan secara tepat diperoleh skor rata-rata 28,78, *post-test*nya meningkat menjadi 33,85. Artinya,

*commit to user*

perlakuan dengan manajemen konflik efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa SMA Negeri 2 Karanganyar. Pada setiap aspek kestabilan emosi menunjukkan peningkatan pada *pre-test* dengan *post-test*. Siswa SMA tergolong emosinya masih labil sehingga tidak jarang terjadi pengelolaan emosi yang tidak konsisten. Contohnya, siswa kadang semangat mengikuti pembelajaran pada suatu saat hilang semangat menjadi malas. Selain itu, siswa bingung memilih diantara dua pilihan, mudah tersinggung sehingga mengakibatkan perkelahian. Siswa yang memiliki kestabilan emosi rendah diharapkan tidak dibiarkan karena akan mengganggu pembentukan kepribadian, maka perlu manajemen konflik sebagai perlakuan untuk meningkatkan kestabilan emosi. Pengembangan model hipotetik berupa modul manajemen konflik yang telah teruji efektif dapat digunakan oleh guru terutama guru Bimbingan dan Konseling kepada siswa yang mempunyai tingkat kestabilan emosi rendah dengan mengikuti langkah dalam modul yang sudah ditetapkan secara bertahap. Penerapan manajemen konflik yang sesuai dengan modul manajemen konflik dengan pemberian materi bimbingan dan diskusi kelompok sebagai upaya siswa dapat memecahkan persoalan atau konflik secara kelompok.



### C. KETERBATASAN PENELITIAN

Keterbatasan penelitian tentang efektivitas manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi pada siswa SMA kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar meliputi dalam hal pelaksanaan dan penggunaan modul. Pada pelaksanaan, keterbatasan yang dimaksud yaitu dalam menggunakan modul manajemen konflik untuk meningkatkan kestabilan emosi dapat dilaksanakan lebih dari tiga kali pertemuan sehingga lebih mengenali kestabilan emosi yang dimiliki subjek. Keterbatasan yang kedua yaitu mengenai penggunaan dan pengembangan modul. Pada penelitian ini, modul yang berisi perlakuan diterapkan pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar yang mempunyai tingkat kestabilan emosi rendah. Selain itu, pada pelaksanaan manajemen konflik perlu diadakan observasi selama perlakuan dan setelah perlakuan. Hal tersebut dimaksudkan sebagai evaluasi proses dan evaluasi produk, sehingga betul – betul diperoleh cara –cara yang efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi. Selanjutnya modul manajemen konflik dapat diterapkan kepada siswa SMP, SMA, dan SMK.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian melalui pengembangan model dengan modul manajemen konflik yang digunakan sebagai perlakuan untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa dinyatakan efektif. Artinya, hipotesis penelitian “Manajemen Konflik Efektif untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi” dapat diterima kebenarannya. Hal tersebut dapat dibuktikan dari hasil uji berpasangan *pre-test* dengan *post-test* diperoleh hasil  $t = 9.672$  dengan signifikansi 0.000, bila dibandingkan dengan tabel  $t$  ( $df = 39$  sig 5%,  $t = 1.68488$ ), maka  $t$  hitung  $>$   $t$  tabel yang berarti signifikan. Berdasarkan mean atau skor rata-rata mengalami peningkatan dilihat dari skor rata-rata *post-test* 96,25 lebih besar dari skor rata-rata skor *pre-test* 79,75, dengan persentase kenaikan sebesar 20,68%. Selain peningkatan dari skor rata-rata, ada peningkatan pada skor terendah dan skor tertinggi, dan. Skor terendah pada *pre-test* menunjukkan 67, pada *post-test* menunjukkan skor 81. Skor tertinggi pada *pre-test* menunjukkan 81, pada *post-test* meningkat menjadi 118. Kestabilan emosi meningkat setelah diberikan perlakuan manajemen konflik. Artinya pada siswa yang memiliki kategori rendah dalam kestabilan emosi dapat ditingkatkan dengan menggunakan manajemen konflik. Bukan berarti siswa yang memiliki kestabilan emosi rendah merupakan kartu mati atau tertutup untuk mencapai emosi yang stabil, melainkan modul manajemen konflik sebagai hasil pengembangan model hipotetik manajemen konflik yang sudah teruji secara konsep maupun empirik dapat digunakan sebagai perlakuan.

Perlakuan yang diberikan yaitu materi pemberian materi mengenai pentingnya kestabilan emosi dalam menjalani aktivitas sehari-hari baik di lingkungan sekolah dan di luar sekolah, pelaksanaan diskusi kelompok fenomena aktual yang berkaitan dengan perilaku emosional yang dewasa ini terjadi di lingkungan sekolah maupun masyarakat yang dilakukan oleh siswa SMA, dan

*commit to user*

pemberian materi tentang manajemen konflik dan permainan tentang strategi mengatasi konflik. Perlakuan yang dikemas dalam modul tersebut diberikan kepada siswa yang memiliki tingkat kestabilan emosi rendah agar menjadi meningkat pada emosi yang stabil.

## B. IMPLIKASI

Hasil penelitian yang telah dilakukan memberikan implikasi bahwa dengan menerapkan manajemen konflik dapat meningkatkan kestabilan emosi pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar tahun pelajaran 2011/2012. Hal tersebut menunjukkan bahwa dalam upaya mengurangi sikap siswa yang mudah tersinggung, mudah marah, dan kondisi perasaan yang pasang surut yang berakibat pada perilaku negatif melalui penggunaan modul dalam perlakuan manajemen konflik merupakan salah satu alternatif dalam bidang Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa. Melalui manajemen konflik siswa dilatih untuk berperan aktif dalam proses pelaksanaan perlakuan tersebut. Keterlibatan siswa melalui pikiran dan perasaan dalam kegiatan perlakuan diperlukan untuk mencapai keberhasilan dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa.

Hasil penelitian tersebut merupakan hasil temuan pada saat ini dan perlu dikembangkan oleh peneliti-peneliti selanjutnya dengan mengembangkan teknik-teknik manajemen konflik yang bervariasi. Manajemen konflik diperlukan menjalin hubungan individu satu dengan individu yang lain, tanpa manajemen konflik yang baik, maka individu terutama remaja akan mudah terpengaruh pada hal yang bersifat negatif. Manajemen konflik sejalan dengan karakter Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling yang menyatakan manajemen konflik sebagai salah satu hal yang diperlukan untuk mengefektifkan hubungan antar pribadi terutama bagi siswa SMA yang termasuk kategori remaja. Dapat diharapkan modul manajemen konflik yang telah dikembangkan dapat digunakan sebagai salah satu pedoman layanan yang diberikan oleh guru kepada siswanya dalam upaya meningkatkan kestabilan emosi siswa.

### C. SARAN

Setelah diketahui hasil penelitian bahwa manajemen konflik efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi, selanjutnya dapat diberikan saran :

1. Kepada Kepala Sekolah dan Guru Bimbingan dan Konseling
  - a. Diharapkan Kepala Sekolah dapat memberikan fasilitas untuk penggunaan manajemen konflik agar siswa memiliki kestabilan emosi yang berkaitan dengan capaian belajar yang optimal.
  - b. Diharapkan guru Bimbingan dan Konseling dapat mempelajari pengembangan model hipotetik manajemen konflik yang berupa modul manajemen konflik agar dapat menerapkan modul manajemen konflik secara optimal.
  - c. Diharapkan guru BK dapat menerapkan perlakuan manajemen konflik secara periodik kepada siswa yang mempunyai tingkat kestabilan emosi rendah sebagai upaya meningkatkan kestabilan emosi siswa.
2. Kepada Siswa
  - a. Siswa diharapkan dapat melatih kestabilan emosi dengan penggunaan emosi yang benar sehingga dapat mengurangi sikap yang mengarah pada perilaku emosional.
  - b. Siswa diharapkan mengikuti perlakuan manajemen konflik secara teratur dan benar agar dapat tercapai emosi yang stabil.
3. Kepada Peneliti Lain
  - a. Diharapkan manajemen konflik dapat diuji coba dengan beberapa teknik sehingga dapat dipilih manajemen konflik yang efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi.
  - b. Diharapkan peneliti yang akan menggunakan modul manajemen konflik dapat digunakan modul yang tersedia dan dapat digunakan di sekolah lain supaya terdapat hasil yang bervariasi yang mengarah pada capaian keberhasilan belajar yang optimal.