

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Identitas Sekolah

Nama Sekolah	: SMA N egeri 9 Yogyakarta
Alamat	: Jl. Sagan No.1 Kelurahan Terban, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta
Akreditasi Sekolah	: A
NPSN	: 20403162
Status	: Negeri
Bentuk Pendidikan	: SMA
Status Kepemilikan	: Pemerintah Daerah
Tanggal didirikan	: 1 September 1952
SK Pendirian Sekolah	: 1985-10-10
SK Izin Operasional	: 453/I/MENPAN/9/1986

2. Sejarah Berdiri Sekolah

Pada awalnya sekolah ini bernama SMA ABC Pedagogik, yang didirikan oleh beberapa tokoh dari Fakultas Sastra Universitas Gadjah Mada Jurusan Paedagogik, yaitu tanggal 1 Sepetember 1952. Pendirian sekolah ini kemudian dikukuhkan dengan SK Menteri Pendidikan Pengajaran dan Kebudayaan Reublik Indonesia No. 38115/Kab tanggal 21 Oktober 1952. Kemudian

sekolah ini berkembang sehingga dapat menempati gedung milik Yayasan Pancasila di Jalan Sagan No. 1 Yogyakarta.

Pada awal berdirinya, kepemimpinan dipegang oleh Prof. Drs. Sutedjo Brodjonegoro dan tokoh-tokoh lainnya, antara lain Prof.Drs. Abdullah Sigit. Tahun 1956 pimpinan digantikan oleh Broto Hamidjojo. Dalam perkembangannya, pada tahun 1958, sekolah jurusan B dipindah ke Sekip, sementara jurusan AC tetap di Jalan Sagan No.1. Meskipun dipisahkan di dua lokasi, kepemimpinan masih dipegang oleh Broto Hamidjojo, sampai tahun 1960. Tahun 1960 SMA AC Paedagogik dipimpin oleh Drs. Sutanto dan tahun 1963 digantikan oleh Drs. Ramelan, kemudian pada tahun 1964 SMA Paedagogik ini berganti nama menjadi SMA FIP UGM dan mengikuti program gaya baru jurusan Ilmu Pasti dan Ilmu Pengetahuan Alam (Paspal), Ilmu Sosial dan Budaya (Sosbud).

Pada tahun 1965 berganti nama menjadi SMA FIP IKIP Yogyakarta dan tahun 1967 dipimpin oleh Suhardjo, BA. Pada tahun 1969 berganti nama lagi menjadi SMA Percobaan I IKIP, mengikuti kebijakan sekolah percobaan ujian sebagaimana halnya 8 SMA IKIP lainnya di Indonesia. Tahun 1971 dengan SK Menteri No. 172/1971 berganti nama menjadi SMA Pembangunan, dan melaksanakan tugas Proyek Perintis Sekolah Menengah Pembangunan (PPSP) yang dimulai tahun 1972 dan mendapat jalur Stream Akademik, Stream Vokasional, Stream Kesekretariatan, Stream Tata Niaga dan Stream Keteknikan. Tahun 1973 sekolah dipimpin oleh Dra. Sartati Satmoko dan pada

tahun 1974 berganti nama menjadi SMA 1 IKIP Jurusan Eksakta dan Non Eksakta masih dalam program PPSP.

Pada tahun 1975 ketika SMA di lingkungan Kanwil P dan K menggunakan kurikulum 1975 dengan PPSP, maka SMA I IKIP memakai kurikulum PPSP klasikal dengan jurusan Palma (Pengetahuan Alam Matematika) IPA dan Sosba (Sosial Bahasa IPS) hingga tahun 1993. Dengan SK Mendikbud No. 0709/B/1986 tanggal 10 Oktober 1986, SMA IKIP dialihkan penegolaannya dari IKIP Yogyakarta ke Kanwil Depdikbud Propinsi DIY pada tanggal 22 Januari 1987. Sehingga pada tanggal 1 Februari 1987 sekolah ini resmi menggunakan nama SMA Negeri 9 Yogyakarta. Tahun 1997, sejalan dengan program pendidikan menengah yang terbagi menjadi 2 program, yaitu SMU dan SMK, maka SMA Negeri 9 Yogyakarta pun berubah nama menjadi SMU Negeri 9 Yogyakarta. Dan dengan diberlakukannya Kurikulum 2004, mulai April 2004 sekolah pun berganti nama lagi, kembali menjadi SMA Negeri 9 Yogyakarta, sampai sekarang.

3. Visi dan Misi Sekolah

a. Visi SMA Negeri 9 Yogyakarta

Arif terhadap lingkungan, unggul dalam ipteks, berakhlakul karimah, menjadi idaman dan terpercaya.

b. Misi SMA Negeri 9 Yogyakarta

1) Mengembangkan lingkungan belajar yang bersih, sehat, nyaman, aman, tertib, dan menyenangkan.

- 2) Membudayakan sikap dan perilaku peduli lingkungan.
- 3) Memberdayakan lingkungan sekolah sebagai media dan sumber belajar.
- 4) Mengembangkan potensi kecerdasan intelektual, emosional, spiritual, dan ketrampilan peserta didik.
- 5) Mengembangkan sistem pembelajaran aktif, kreatif, inovatif, menyenangkan, berkeunggulan lokal, dan berbasis teknologi informasi.
- 6) Membudayakan senyum, salam, sapa, santun dan ibadah.
- 7) Mengembangkan sistem pengelolaan sekolah yang akuntabel, terbuka, berorientasi pelayanan.

B. Deskripsi Peserta Pelatihan

SMA Negeri 9 Yogyakarta memiliki jumlah siswa pada tahun ajaran 2018/2019 sebanyak 571 siswa. Sedangkan siswa yang mendapat angket *screening* korban *cyberbullying* sebanyak 381 siswa, terdiri dari 191 siswa kelas X dan 190 siswa kelas XI.

Angket *screening* korban *cyberbullying* yang digunakan sebagai *screening* subjek penelitian, disusun oleh peneliti yang terdiri atas 37 item dengan dua pilihan pernyataan yang menunjukkan pengalaman siswa terkait menjadi korban *cyberbullying*. Angket sudah diuji coba validitas dengan harga kritik untuk validitas butir instrumen adalah 0,361 dan reliabilitas sebesar 0,939. Berikut ini Blueprint Instrument Pengungkap Korban *Cyberbullying*

Tabel 4.1.
Blueprint Instrumen Pengungkap Korban Cyberbullying

NO	ASPEK	INDIKATOR	ITEM	JML
1	Flaming	1.Menerima pesan yang bernada marah	3, 14	2
		2.Menerima pesan yang bernada kasar	23, 32	2
		3.Menerima pesan yang bernada cabul/porno	15	1
		4.Menerima pesan yang bernada mengejek	1, 16	2
		5.Menerima pesan yang bernada menghina	2, 9, 1, 24	4
		6.Menerima pesan yang bernada memanas-manasi	10, 25	2
2	Harrasment	1.Mendapat pesan berulang yang bernada serangan	18, 26	2
		2.Menerima pesan yang menyakitkan	4, 27	2
3	Denigration (put downs)	1.Menerima pesan yang berbahaya	29	1
		2.Dibohongi teman lewat media sosial	28	1
		3.Menerima pesan yang bernada kejam	20	1
4	Cyber-stalking	1.Mendapat ancaman lewat sosial media	19	1
		2.Mendapat intimidasi lewat dunia maya	5, 31	2
5	Impersonation (masquarade)	1.Berpura-pura jadi orang lain dan mengirimkan pesan yang menyebabkan orang nampak buruk.	6, 11, 30	3
6	Outing	1.Pesan atau gambar pribadi kita yang memalukan diposting orang lain	7, 37	2
		2.Seseorang /kelompok memposting yang bersifat sensitif dan pribadi tentang diri kita	33, 35	2
7	Exclusion	1.Secara sengaja, kita dikeluarkan dari suatu kelompok <i>online (online group)</i>	12, 21	2
8	Cyber-treaths	1.Perasaan sedih yang kita posting di sosial media, ditanggapi seseorang yang mengakibatkan kita semakin sedih	13	1
		2.Perasaan sedih yang kita posting, ditanggapi seseorang yang mengakibatkan kita ingin melukai diri sendiri	34	1
		3.Perasaan sedih yang kita posting, ditanggapi seseorang yang mengakibatkan kita ingin melakukan bunuh diri	36	1

9	<i>Anonymity</i>	1.Seseorang mengganggu kita dengan memakai nomor handphone yang disembunyikan	8	1
		2. Seseorang mengganggu kita dengan memakai nomor handphone orang lain	22	1
		JUMLAH		37

Skala Instrumen Pengungkap Korban *Cyberbullying* ini memiliki dua pilihan jawaban yaitu ya dan tidak. Rentang skor skala ini ya = 1 dan tidak = 0. Hasil dari skor skala yang tinggi menunjukkan pernah menjadi korban *cyberbullying* yang tinggi, sedangkan skor skala yang rendah menunjukkan pernah menjadi korban *cyberbullying* yang rendah atau bahkan belum pernah menjadi korban *cyberbullying*.

Tabel 4.2.
Norma Kategorisasi Skala Korban *Cyberbullying*

Kategorisasi	Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tinggi	7	1.8	1.8	1.8
Sedang	71	18.6	18.6	20.5
Rendah	303	79.5	79.5	100.0
Total	381	100.0	100.0	

Berdasarkan kategorisasi norma di atas, hasil skala korban *cyberbullying* pada siswa kelas X dan kelas XI dilakukan *screening* untuk mengetahui siswa-siswa yang memiliki kategorisasi korban *cyberbullying* yang tinggi dan sedang. Berikut ini hasil *screening* yang diperoleh :

Tabel 4.3.
Hasil *Screening* Skala Korban *Cyberbullying*

No.	Inisial	Kelas	Jenis Kelamin	Skor Skala	Kategori
1	AP	XI MIPA 4	Laki-laki	28	Tinggi
2	MR	XI MIPA 3	Laki-laki	28	Tinggi
3	BA	X MIPA 3	Laki-laki	27	Tinggi
4	VR	XI MIPA 5	Laki-laki	27	Tinggi
5	KQ	X MIPA 1	Perempuan	26	Tinggi
6	RR	X MIPA 2	Laki-laki	25	Tinggi
7	UA	XI MIPA 3	Perempuan	25	Tinggi
8	AA	X MIPA 3	Perempuan	24	Sedang
9	WD	XI MIPA 2	Laki-laki	24	Sedang
10	CF	XI MIPA 4	Perempuan	24	Sedang
11	SP	X IPS	Perempuan	23	Sedang
12	YS	XI MIPA 2	Laki-laki	22	Sedang
13	TA	X MIPA 2	Laki-laki	22	Sedang
14	YC	X MIPA 3	Laki-laki	21	Sedang
15	DP	XI MIPA 1	Perempuan	21	Sedang
16	BD	XI MIPA 2	Laki-laki	21	Sedang
17	HV	XI MIPA 4	Perempuan	21	Sedang
18	SR	XI MIPA 4	Perempuan	21	Sedang
19	PK	X MIPA 1	Laki-laki	21	Sedang
20	AD	XI MIPA 1	Perempuan	20	Sedang
21	FR	XI MIPA 5	Perempuan	20	Sedang
22	AI	X MIPA 4	Perempuan	20	Sedang
23	MR	X MIPA 5	Laki-laki	19	Sedang
24	IR	XI MIPA 4	Laki-laki	19	Sedang

Dari 24 siswa yang dipaparkan skor skala dan kategorisasinya, kemudian dibagi menjadi 2 kelompok. Kelompok pertama terdiri dari 12 siswa yang akan mendapat perlakuan berupa Pelatihan “Remaja Kuat” atau kelompok eksperimen dan 12 siswa yang tidak mendapat perlakuan atau kelompok kontrol. Berikut hasil pembagian kelompok tersebut.

Tabel 4.4.
Kelompok Eksperimen Pelatihan “Remaja Kuat”

No.	Inisial	Kelas	Jenis Kelamin	Skor Skala	Kategori
1	AP	XI MIPA 4	Laki-laki	28	Tinggi
2	MR	XI MIPA 3	Laki-laki	28	Tinggi
3	BA	X MIPA 3	Laki-laki	27	Tinggi
4	VR	XI MIPA 5	Laki-laki	27	Tinggi
5	KQ	X MIPA 1	Perempuan	26	Tinggi
6	RR	X MIPA 2	Laki-laki	25	Tinggi
7	UA	XI MIPA 3	Perempuan	25	Tinggi
8	AA	X MIPA 3	Perempuan	24	Sedang
9	WD	XI MIPA 2	Laki-laki	24	Sedang
10	CF	XI MIPA 4	Perempuan	24	Sedang
11	SP	X IPS	Perempuan	23	Sedang
12	YS	XI MIPA 2	Laki-laki	22	Sedang

Tabel 4.5.
Kelompok Kontrol Pelatihan “Remaja Kuat”

No.	Inisial	Kelas	Jenis Kelamin	Skor Skala	Kategori
1	TA	X MIPA 2	Laki-laki	22	Sedang
2	YC	X MIPA 3	Laki-laki	21	Sedang
3	DP	XI MIPA 1	Perempuan	21	Sedang

4	BD	XI MIPA 2	Laki-laki	21	Sedang
5	HV	XI MIPA 4	Perempuan	21	Sedang
6	SR	XI MIPA 4	Perempuan	21	Sedang
7	PK	X MIPA 1	Laki-laki	21	Sedang
8	AD	XI MIPA 1	Perempuan	20	Sedang
9	FR	XI MIPA 5	Perempuan	20	Sedang
10	AI	X MIPA 4	Perempuan	20	Sedang
11	MR	X MIPA 5	Laki-laki	19	Sedang
12	IR	XI MIPA 4	Laki-laki	19	Sedang

Pada tabel di atas, menunjukkan bahwa kelompok eksperimen terdiri dari 7 peserta dari kelas XI dan 5 peserta dari kelas X. Jumlah peserta lebih banyak di kelas XI dikarenakan siswa kelas XI memiliki interaksi yang lebih lama dengan teman-temannya di sekolah, dibandingkan dengan siswa kelas X. Sehingga terjadinya konflik di media sosial juga terjadi lebih banyak.

Tabel di atas juga menunjukkan bahwa kelompok eksperimen, terdiri dari 7 peserta laki-laki dan 5 peserta perempuan. Siapakah yang cenderung dijadikan korban bullying ? Menurut Nansel, dkk¹ para siswa laki-laki dan sekolah dasar adalah yang paling sering mengalami *bullying*. Sedangkan Macobby² berpendapat bahwa dibandingkan anak perempuan, anak laki-laki lebih suka terlibat dalam permainan fisik, berkompetisi, berkonflik, memperlihatkan ego, beresiko, dan mencari dominasi. Sebaliknya, anak-anak perempuan lebih suka terlibat dalam “percakapan kolaboratif”, di mana mereka berbicara dan bertindak secara timbal balik.

Menurut penelitian Joliffe & Farrington³ menemukan bahwa rendahnya empati afektif ternyata berkaitan dengan intensi tindakan *bullying* pada perempuan, namun

¹ John W. Santrock. 2012. *Life-Span Development. Jilid I*. Jakarta: Penerbit Erlangga. hal. 383.

² John W. Santrock. 2012. *Life-Span* hal. 289.

³ Faturochman, dkk. 2012. *Psikologi untuk Kesejahteraan Masyarakat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 67.

tidak pada laki-laki. Hal ini berbeda dengan empati total (kognitif dan afektif). Empati total tersebut berkaitan secara langsung dengan kekerasan *bullying* yang dilakukan laki-laki, namun berkaitan secara tidak langsung dengan *bullying* yang dilakukan perempuan.

C. Penggunaan Media Sosial

Aspek media sosial dalam penelitian ini meliputi penggunaan media sosial, tujuan menggunakan media sosial, informasi yang diakses maupun yang *dishare* oleh para penggunanya. Adapun gambaran mengenai media sosial yang digunakan oleh peserta pelatihan “Remaja KUAT” ini dapat dilihat pada penjelasan yang disajikan dalam gambar grafik berikut ini.

1. Media Sosial Yang Dimiliki

Adapun jenis media sosial yang dimiliki peserta pelatihan “Remaja KUAT” adalah *Whatsapp, line, instagram, facebook, google, youtube, bbm, snapchat, kakaotalk, tiktok, wordpad, link in, gmail, twitter, edmodo, email, dan quipper*. Peneliti menyajikan dalam bentuk gambar grafik batang sebagai berikut :

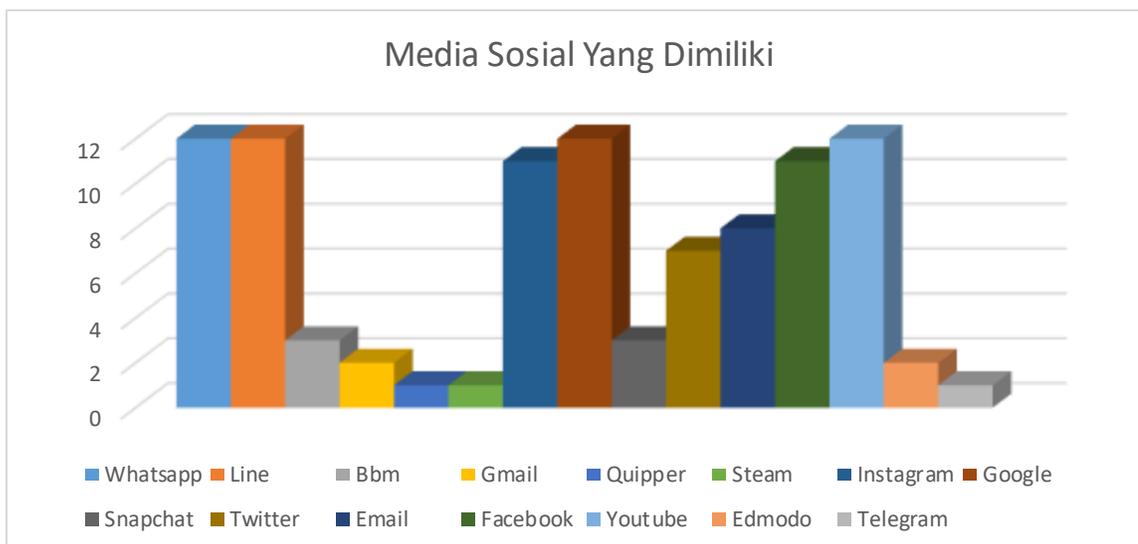


Diagram 4.1. Hasil Presentase Media Sosial yang Dimiliki

Berdasarkan gambar di atas dapat dilihat bahwa hasil presentase yang tergolong tinggi adalah *whatsapp*, *line*, *google* dan *youtube* sekitar 100%, kedua baru *instagram*, *facebook*, dan *gmail* sebanyak 91,66%, *email* di urutan ketiga dengan jumlah 66,66%, *twitter* ada di urutan keempat berjumlah 58,33%, *bbm* dan *snapchat* di urutan kelima sebanyak 25,00%, urutan keenam ada *edmodo* sebesar 16,66%, dan terakhir *telegram*, *quipper* dan *steami* sebesar 8,33%.

Dari hasil gambar diagram batang tersebut menunjukkan bahwa peserta pelatihan “Remaja KUAT” memiliki media sosial dengan berbagai aneka dan jenis media sosial yang sesuai dengan kebutuhan dan keperluan mereka masing-masing. Hampir seluruh peserta memiliki media sosial *whatsapp*, *line*, *google* dan *youtube* dalam beraktifitas sosial.

Menurut riset Tru Insight & McAfee, *cyberbullying* remaja terjadi di *Facebook* 92,6%, di *Tweeter* 23,8% dan di *smartphone* 15,2%.⁴

2. Media Sosial Yang Sering Digunakan

Media sosial yang paling sering digunakan oleh peserta pelatihan “Remaja KUAT” dalam keseharian antara lain *whatsapp*, *instagram*, *facebook*, *line*, *gmail*, *google*, *youtube*, *email*, dan *twitter*. Lebih jelasnya dapat dilihat pada pemaparan gambar grafik di bawah ini.

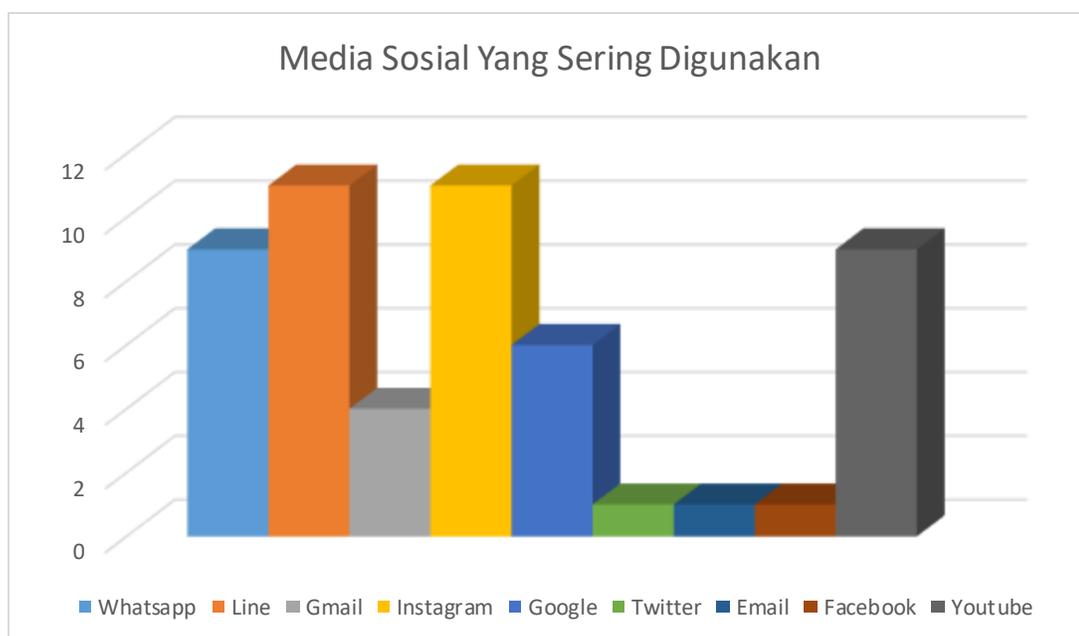


Diagram 4.2. Hasil Presentase Media Sosial yang Paling Sering Digunakan

Pada gambar grafik di atas dapat diketahui bahwa media sosial yang paling sering digunakan peserta pelatihan “Remaja KUAT” tergolong tinggi adalah *line*

⁴ Kawanku. 2014. *Celebrate Your Weirdness. Positeens: Positive Teens Against Bullying*. Jakarta: Ice Cube. hal. 91.

dan *instagram* dengan presentase sebesar 91,66%. Hampir semua peserta pelatihan lebih sering menggunakan *line* dan *instagram*, karena setiap individu memiliki *line* sehingga lebih mudah dalam berkomunikasi dengan teman, sahabat, kerabat, orang tua, dan guru. Misalnya di grup kelas, grup angkatan, grup komunitas, grup alumni SD dan alumni SMP. Sedangkan penggunaan *instagram* karena mereka dapat mengupload foto-foto kegiatan maupun gambar-gambar kesukaan mereka.

Selanjutnya 75% peserta pelatihan sering menggunakan *whatsapp* dan *youtube*, dan penggunaan *google* mencapai 50%, pada pemanfaatan *gmail* mencapai 33,33%, peserta pelatihan juga menggunakan *twitter*, *email*, dan *facebook* sebesar 8,33%.

3. Tujuan Menggunakan Media Sosial

Proses pembentukan identitas remaja berlangsung dalam konteks keluarga dan teman sebaya. Keinginan kuat remaja dalam menjalin relasi dengan teman sebaya membutuhkan berbagai sarana, salah satunya adalah melalui jejaring sosial. Keikutsertaan mereka dalam komunitas jejaring sosial merupakan sarana untuk mengekspresikan diri, sarana mendapatkan popularitas, pengakuan eksistensi diri dari teman sebaya, dan telah merupakan sarana membentuk gaya hidup. Menurut Helmi, dkk.⁵ Jejaring sosial juga menjadi wahana bagi para remaja untuk mengungkapkan berbagai emikiran dan perasaan yang mereka miliki. Kebutuhan

⁵ Faturochman, dkk. 2012. *Psikologi untuk Kesejahteraan Masyarakat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 113

ini mereka sebut ‘eksis’. Mereka yang tidak beraktifitas aktif atau tidak memiliki akun jejaring sosial disebut sebagai ‘tidak eksis’. Mereka yang tergolong ‘eksis’ akan merasa lebih ‘keren’ dan lebih populer dibandingkan dengan mereka yang ‘tidak eksis’.

Selanjutnya tujuan peserta pelatihan “Remaja KUAT” memakai media sosial digambarkan dalam diagram sebagai berikut:

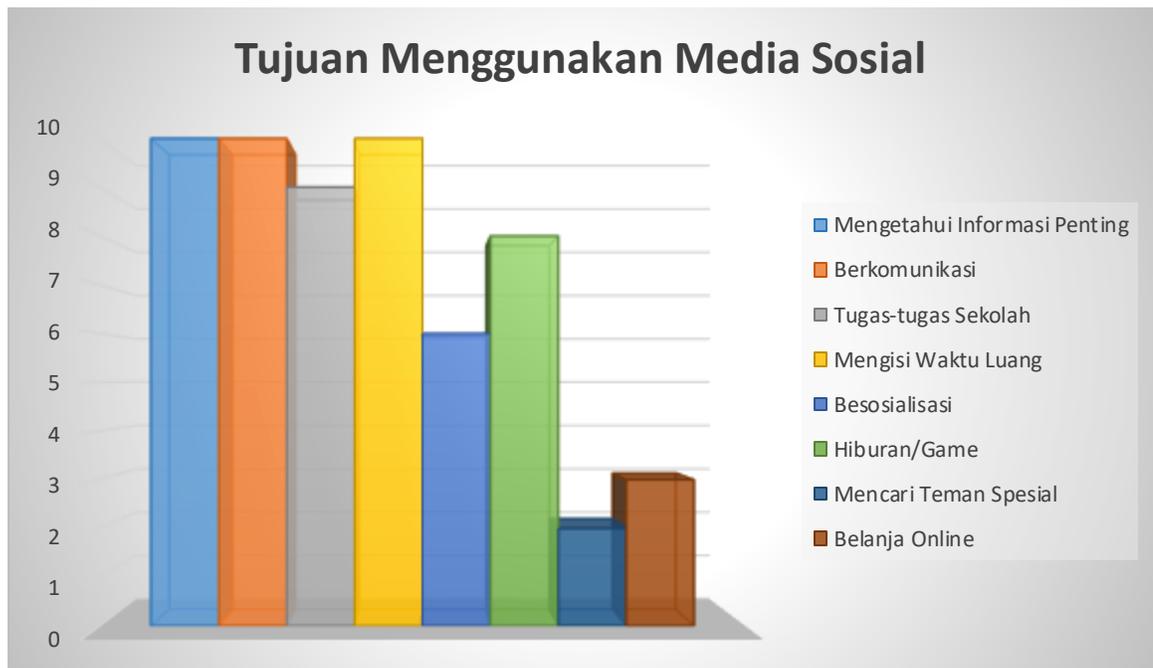


Diagram 4.3. Hasil Presentase Tujuan Menggunakan Media Sosial

Dari grafik batang di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar peserta pelatihan menggunakan media sosial untuk mengetahui informasi penting, berkomunikasi dengan orang lain, dan mengisi waktu luang. Hal ini sangat terlihat dari hasil persentasenya yakni sebesar 83,33%. Adapun Informasi penting yang

sering mereka peroleh atau didapatkan dari media sosial ataupun dari group di media sosial yakni seperti tugas-tugas sekolah, kegiatan kelas, kegiatan komunitas, undangan rapat, hasil rapat, pengajian, ataupun berita keadaan di lingkungan sekitarnya, dan sebagainya. Selain itu, peserta pelatihan menggunakan media sosial untuk berkomunikasi dengan teman, sahabat, orang tua, kerabat, saudara, guru, dosen, dan sebagainya. Remaja memiliki waktu luang yang banyak, kadang-kadang mereka mengalami kebingungan dalam mengisi waktu luang. Media sosial bisa digunakan remaja untuk mengisi waktu luang mereka.

4. Informasi yang Sering Diakses di Media Sosial

Dalam media sosial kita dapat memperoleh berbagai informasi. Salah satunya kita dapat mengakses informasi yang terbaru misalnya tugas-tugas sekolah yang diberikan oleh bapak/ibu guru, berita, informasi penting, dan sebagainya. Hal ini bisa kita lihat dalam diagram batang di bawah ini.

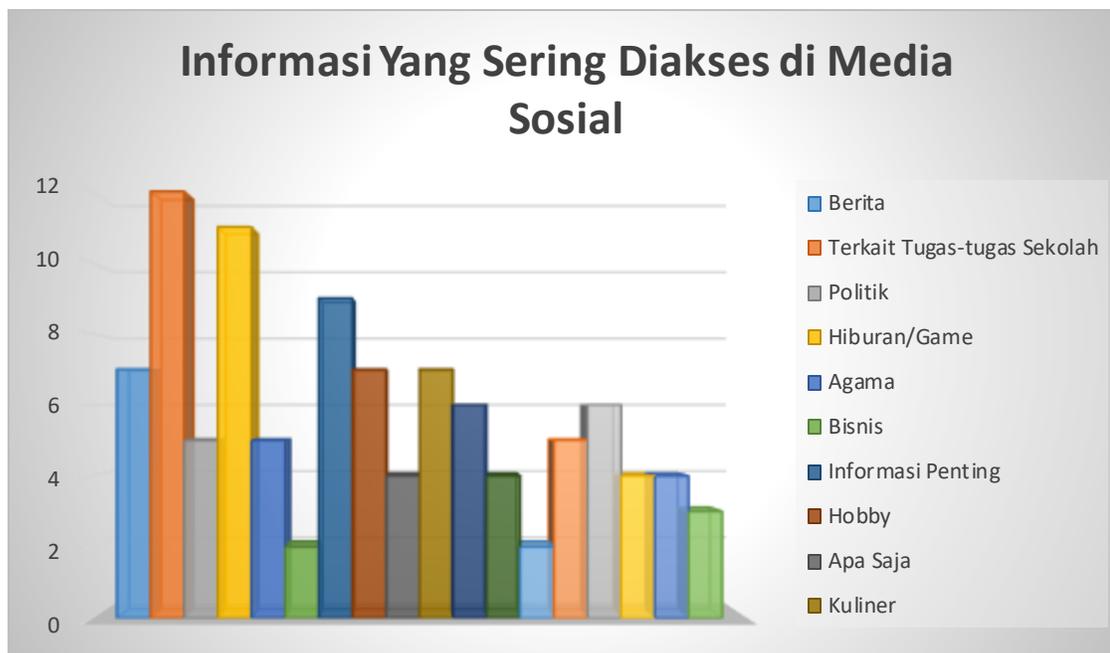


Diagram 4.4. Hasil Presentase Infromasi yang Sering Diakses di Media Sosial

Berdasarkan grafik tersebut dapat diketahui bahwa responden lebih banyak mengakses media internet untuk mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh bapak/ibu guru, hasil presentasinya sebesar 100%. Hal ini sesuai dengan pemanfaatan media internet sebagai sumber belajar. Peserta pelatihan juga cukup tinggi dalam mengakses hiburan sebanyak 91,66% biasanya mereka sering menggunakan untuk menonton film, k-pop, video lucu, nonton MV BTS, nonton olahraga, mendengarkan musik, *game* dan lain-lain.

Selanjutnya, informasi penting sebesar 75%, misalnya untuk mengetahui informasi tugas-tugas berkaitan dengan pelajaran, rapat, keadaan atau kabar teman-teman maupun masyarakat di lingkungan sekitar, dan sebagainya. Sedangkan akses informasi berita, hobby, dan kuliner mencapai 58,33%, biasanya

mereka ingin mengetahui informasi keadaan masyarakat di Indonesia, bencana, kecelakaan dan lain-lain. Juga informasi tentang hobby dan kesukaan mereka, serta informasi tentang tempat-tempat kuliner yang enak, menarik dan terbaru.

Kesehatan/olahraga mencapai 50% untuk mengetahui tips-tips gaya hidup sehat, diet, berita-berita olahraga dan lainnya. Peserta pelatihan juga mengakses media sosial sebesar 50% untuk mencari tutorial-tutorial, seperti memperbaiki alat elektronik, *handphone*, *make-up*, cara menggunakan jilbab, membuat robot dan sebagainya.

Untuk mengakses masalah keagamaan peserta pelatihan memilih sebesar 41,66%, mereka lebih sering mengakses mengenai informasi atau jadwal kajian, video dakwah Islam, muraja'ah atau tentang mengaji, lagu religi dan sebagainya. Informasi tentang politik menarik bagi para peserta pelatihan untuk diakses sebesar 41,66%, karena tahun 2018 merupakan tahun politik dan pada tahun 2019 akan diadakan pemilu untuk memilih presiden, anggota DPR dan DPRD, serta DPD periode 2019-2024. Mengenai artikel peserta pelatihan lebih sering mencari dan membuka sebesar 41,66% mengenai artikel kesehatan, politik, pendidikan, artis, dan sebagainya.

Mengenai informasi *lifestyle* dan *online shop* sebesar 33,33% peserta pelatihan lebih sering menggunakan untuk melihat gaya *fashion* maupun *bermake up* saat ini dan mereka juga mencari, membeli atau mempromokan barang dagangan mereka di *online shop*. Teknologi 33,33% untuk melihat perkembangan teknologi saat ini seperti perkembangan teknologi *handphone*, alat elektronik,

robot, dan sebagainya. Sedangkan peserta pelatihan juga tertarik mengakses tentang otomotif sebesar 25,00%.

Sedangkan, informasi bisnis mencapai 16,66% digunakan untuk mencari tempat produksi, tips berbisnis, mencari partner untuk bisnis dan lainnya. Biografi tokoh dan hobby persentasenya sama yaitu 16,66%. Untuk biografi tokoh lebih sering mencari dan membaca profil tokoh nasional, orang-orang sukses di seluruh dunia dan tokoh Islam.

5. Informasi yang Sering di *Share* di Media Sosial

Informasi yang sering *dishare* ke media sosial peserta pelatihan “Remaja KUAT” memiliki berbagai variasi jawaban. Lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram berikut ini.

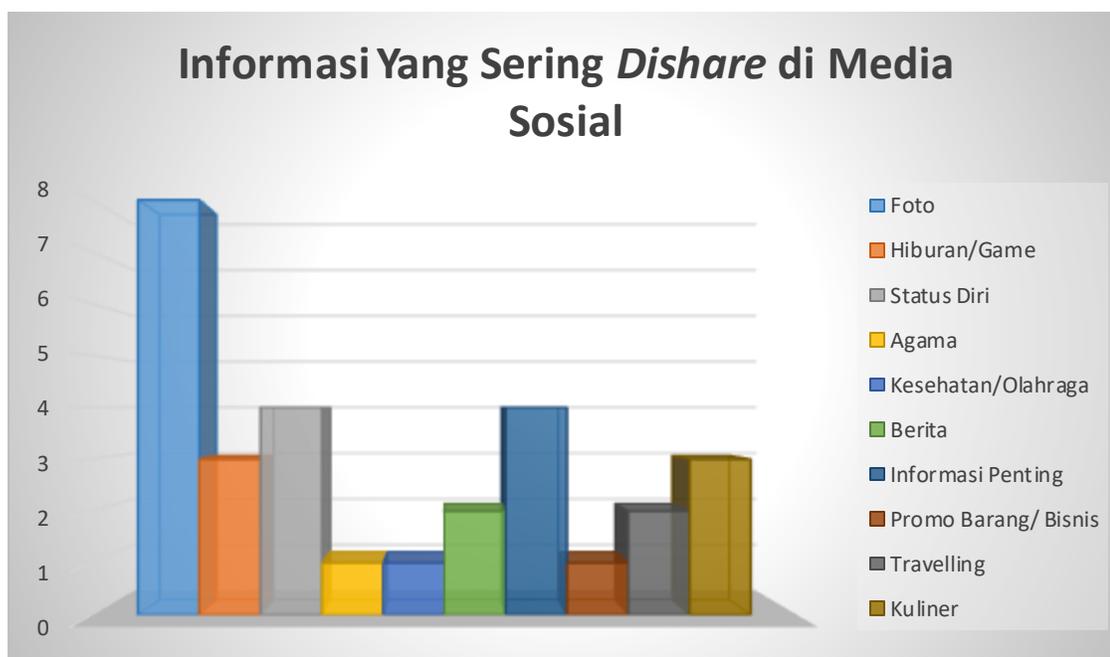


Diagram 4.5. Hasil Presentase Infromasi yang Sering *Dishare* di Media Sosial

Pada gambar diagram batang tersebut terlihat dengan jelas bahwa sebagian besar meng*share* foto-foto mereka sebesar 66,66%, baik berupa foto-foto pribadi sebagai ekspresi identitasnya, foto-foto orang lain, pemandangan, atau poster.

Selanjutnya di urutan kedua adalah *share* tentang status diri sebesar 33,33%, biasanya *share* tentang apa yang sedang mereka pikirkan saat itu. Menurut Danah⁶ bahwa situs jejaring sosial memberikan wadah bagi penggunaanya untuk mengekspresikan identitasnya. Melalui berbagai fasilitas yang ada dalam situs tersebut, remaja membentuk imej mengenai dirinya dihadapan orang lain dengan menuliskan informasi mengenai dirinya (dalam profile) keterangan aktifitas yang sedang dilakukan ataupun perasaannya saat itu. Meng*share* informasi penting yang mereka peroleh, mencapai 33,33%. Tentang kuliner dan hiburan juga mereka *share*, masing-masing sebesar 25%. Dan tentang berita terkini serta travelling sebesar 16,66%. Terkecil adalah meng*share* tentang agama, kesehatan/olahraga, dan promo barang/bisnis, masing-masing 8,33%.

6. Durasi Penggunaan Media Sosial

Durasi menggunakan media sosial dalam sehari, peserta pelatihan “Remaja KUAT” memiliki berbagai variasi. Hal ini bisa dilihat pada gambar diagram di bawah ini.

⁶ Faturochman, dkk. 2012. *Psikologi untuk Kesejahteraan Masyarakat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 111.

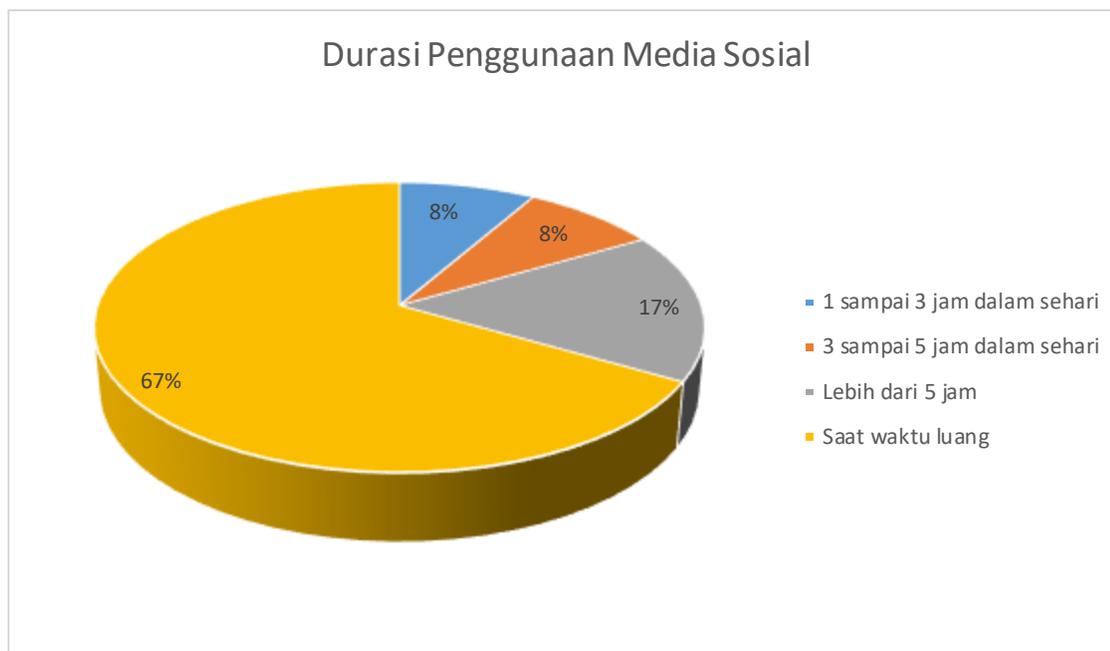


Diagram 4.6. Hasil Presentase Durasi dalam Menggunakan Media Sosial dalam Sehari

Berdasarkan kelima variasi durasi di atas, maka peserta pelatihan “Remaja KUAT” sebagian besar menggunakan media sosial pada saat waktu luang, yakni sebesar 66,66%. Selanjutnya peserta pelatihan menggunakan media sosial lebih dari 5 jam sebesar 16,66%. Menggunakan sosial media dalam sehari antara 1 sampai 3 jam sebesar 8,33%, demikian pula dengan penggunaan media dengan durasi 3 sampai 5 jam sehari terdapat 8,33%.

D. Focus Group Discussion

Berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan pada siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta, diadakanlah *Focus Group Discussion* (FGD) kepada kelompok eksperimen untuk lebih mendalami bentuk-bentuk dan pengalaman *cyberbullying* yang pernah dialami oleh siswa, dampak dan strategi *coping* yang sudah dilakukan oleh

siswa. Pelaksanaan FGD dilakukan pada hari Jumat, 5 Oktober 2018 pukul 09.30 – 11.30.

1. Hasil *Focus Group Discussion*

Hasil FGD yang telah dilakukan peneliti, terlihat bahwa *cyberbullying* memiliki dampak bagi korbannya, seperti dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 4.6.
Dampak *Cyberbullying* bagi Korban *Cyberbullying*

No.	Inisial	Bentuk <i>Cyberbullying</i>	Dampak	Strategi Coping
1	AP	Dikata-katain di medsos. Teman-teman satu kelas mendiamkan di medsos.	Bingung dan tidak tahu apa yang harus dilakukan. Tidak mau masuk sekolah, tidak mau bercerita pada orang tuanya.	Menghapus aplikasinya di fb. Media sosial yang lain dipantau.
2	MR	Dibully dengan kata-kata kasar dan ujaran kebencian di medsos. Dikeluarkan dari grup angkatan.	Sedih. Semua teman satu angkatan dan kakak kelas membencinya. Miskin pergaulan di sekolah.	Menyibukkan diri di organisasi. Tetap mencari teman. Melakukan klarifikasi awal dan cuek. Berusaha bahagia dan bisa naik kelas. Chat di sosmed tetap dibaca, supaya tahu apa salahnya.
3	BA	Foto-foto aib di instagram disebar. Dihina dan diejek di medsos.	Teman-teman sekelasnya tidak mau bekerja kelompok dengannya. Menjadi pendiam dan kurang percaya diri. Menjadi takut bertindak, karena takut salah. Malas belajar.	Diam dan pasif dalam bermedsos. Notif sering dimatikan (peneliti sulit menghubungi via WA). Tidak keluar dari grup, hanya sesekali menyimak.
4	VR	Foto-foto aib pernah di sebar. Kesalahpahaman di WAG.	Memendam amarah. Tersinggung. Pendiam.	Melakukan klarifikasi. Memilih diam dan tidak aktif di medsos, sambil memantau melalui medsos.
5	KQ	Disindir dan diejek di grup. Diberi label egois, sok-sokan.	Sedih dan bingung. Mengundurkan diri dari organisasi remaja masjid.	Bertanya pada teman. Melakukan klarifikasi dan memilih diam.

6	RR	Foto-foto aib di instagram disebar. Diejek orang tua dan fisiknya.	Sakit hati. Down. Masa bodoh.	Bertanya pada teman. Lebih mempercayai teman dekat. Memilih diam.
7	UA	Foto aib disebar. Diejek dan difitnah. Dibicarakan di belakang. Disindir di grup medsos.	Dikucilkan. Sakit hati. Marah. Masa bodoh.	Klarifikasi permasalahan. Diam dan cuek.
8	AA	Diejek dan dihina di medsos. Dilabeling sebagai anak Alay, karena suka korea-korea. Didiamkan dan diasingkan teman-teman sekolahnya nya di medsos.	Trauma dan takut, karena pernah didorong temannya hingga jatuh. Sedih dan stress karena diasingkan teman-temannya. Sebel lihat orang yang alay menyintai korea-korea secara berlebihan.	Konsultasi kepada psikolog. Notifikasi dihapus. Mencoba bertindak ketika di bully. Tidak menyimak chat medsos. Memilih diam.
9	WD	Diejek tentang orang tuanya di medsos. Dihina tentang pribadinya di medsos.	Marah dan malu. Menjadi tidak peduli dengan medsos.	Ganti membully temannya di medsos atau memilih diam dan tidak membela diri.
10	CF	Diejek foto instagramnya. Dilabeling norak di medsos. Dikeluarkan dari grup medsos.	Marah dan sedih. Dijauhi beberapa temannya. Pingin memiliki grup di medsos baru.	Melampiaskan perasaan marahnya di medsos, tapi kemudian postingannya dihapus. Memilih diam.
11	SP	Disindir di grup medsos. Dijelek-jelekan di grup medsos.	Marah dan sedih. Dijauhi teman-temannya.	Klarifikasi langsung. Memilih diam.
12	YS	Foto aib disebar. Diejek dan disindir di medsos.	Sedih dan marah. Beberapa teman menjauhinya. Susah cari teman.	Diam dan menarik diri dari grup medsos.

Pengaruh internet memiliki pengaruh yang cukup besar bagi seseorang.

Kipling Williams⁷ dalam penelitiannya menemukan bahwa reaksi seseorang yang

⁷ Faturochman, dkk. 2012. *Psikologi untuk Kesejahteraan Masyarakat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 103.

diabaikan dalam sebuah ruang percakapan (*chat room*) di dunia maya. William menemukan bahwa partisipan yang diabaikan dalam sebuah percakapan melalui internet akan menunjukkan reaksi-reaksi yang negatif, termasuk di antaranya dengan mengirimkan pesan-pesan yang bernada provokatif. Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun terjadi di dunia maya dan partisipan tidak saling bertatap muka secara langsung, reaksi yang muncul akibat adanya pengabaian dalam percakapan ditemukan sama baik di dunia nyata maupun di dunia maya.

AP salah seorang peserta pelatihan mengungkapkan bahwa dirinya merasa bingung dan tidak tahu apa yang harus dilakukan. AP sempat tidak mau masuk sekolah beberapa hari, dan tidak mau bercerita pada orang tuanya, karena takut dibawa ke Rumah Sakit. Menurut penelitian di Kawanku⁸, ditemukan hanya dua dari lima korban *cyberbullying* yang mau melapor ke orang tuanya. Alasannya, apabila mereka melapor kepada orang tuanya, maka HP miliknya akan disita oleh orang tuanya, sehingga ia tidak lagi bisa menggunakan HP dalam bersosialisasi dan bermain game.

2. Bentuk-bentuk *Cyberbullying* Peserta Pelatihan

Dari hasil FGD tersebut, nampak bahwa bentuk-bentuk *cyberbullying* yang dialami para peserta pelatihan adalah sebagai berikut :

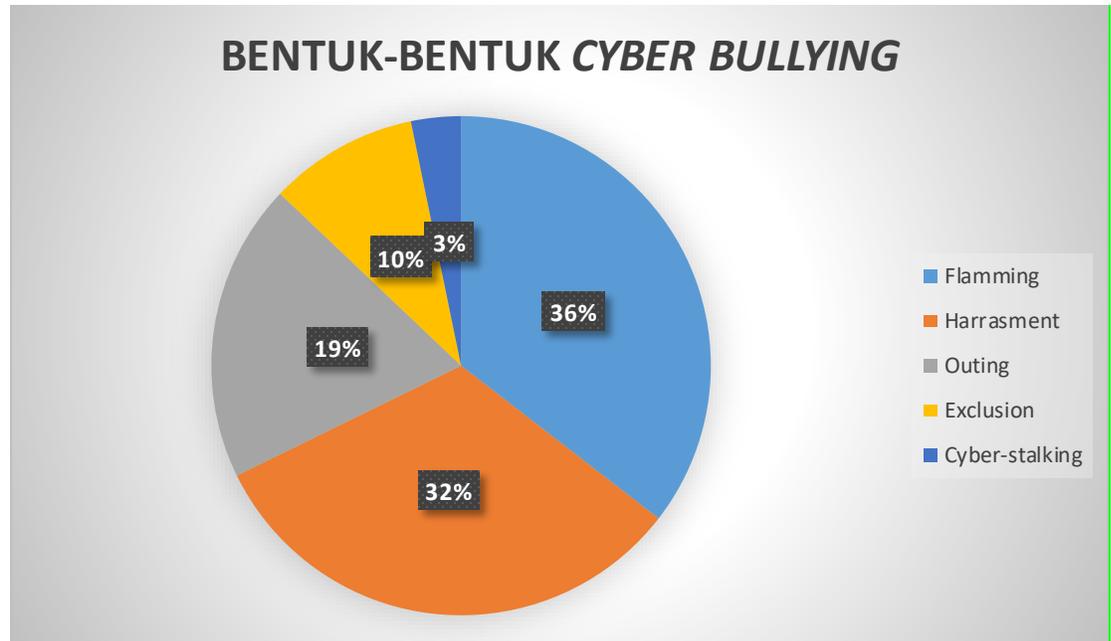
Tabel 4.7.
Bentuk-bentuk *Cyberbullying* yang Dialami Peserta Pelatihan

⁸ Kawanku. 2014. *Celebrate Your Weirdness. Positeens: Positive Teens Against Bullying*. Jakarta: Ice Cube. hal. 91.

No.	Inisial	Bentuk-bentuk Cyberbullying	Bentuk-bentuk Cyberbullying menurut Draa & Sydney
1	AP	Dikata-katain di medsos. Teman-teman satu kelas mendiamkan di medsos.	<i>Flamming, Harrasment</i>
2	MR	Dibully dengan kata-kata kasar dan ujaran kebencian di medsos. Dikeluarkan dari grup angkatan.	<i>Flamming, Harrasment, Exclusion, Cyber-stalking</i>
3	BA	Foto-foto aib di instagram disebar. Dihina dan diejek di medsos.	<i>Outing, Flamming</i>
4	VR	Foto-foto aib pernah di sebar. Dimarahi di WAG.	<i>Exclusion, Harrasment</i>
5	KQ	Disindir dan diejek di grup. Diberi label egois, sok-sokan.	<i>Flamming, Harrasment</i>
6	RR	Foto-foto aib di instagram disebar. Diejek orang tua dan fisiknya.	<i>Outing, Flamming, Harrasment</i>
7	UA	Foto aib disebar. Diejek dan difitnah. Dibicarakan di belakang. Disindir di grup medsos.	<i>Outing, Flamming, Harrasment</i>
8	AA	Diejek dan dihina di medsos. Dilabeling sebagai anak Alay, karena suka korea-korea. Didiamkan dan diasingkan teman-teman sekolahnya di medsos.	<i>Flamming, Harrasment, Outing</i>
9	WD	Diejek tentang orang tuanya di medsos. Dihina tentang pribadinya di medsos.	<i>Flamming, Harrasment</i>
10	CF	Diejek foto instagramnya. Dilabeling norak di medsos. Dikeluarkan dari grup medsos.	<i>Outing, Harrasment, Flamming, Exclusion</i>
11	SP	Disindir di grup medsos. Dijelek-jelekan di grup medsos.	<i>Flamming, Harrasment</i>
12	YS	Foto aib disebar. Diejek dan disindir di medsos.	<i>Outing, Flamming</i>

Bentuk-bentuk *cyberbullying* yang dialami peserta pelatihan dapat diamati sebagai berikut :

Diagram 4.7. Bentuk-bentuk *Cyberbullying* yang Dialami Peserta Pelatihan



Cyberbullying memiliki pengaruh yang sangat besar dalam kehidupan orang, terutama yang menjadi korbannya. Dalam gambar grafik tersebut terlihat, bahwa bentuk *cyberbullying* terbanyak yang diterima oleh peserta pelatihan adalah *flaming* sebesar 36%. Bentuknya bisa berupa: dihina dan diejek di medsos, dipanas-panasi sehingga terjadi perdebatan, disindir dan dijelek-jelekan di grup medsos, dilabeling buruk di medsos, dan orang tuanya menjadi bahan ejekan. Selanjutnya *harrasment* menempati urutan kedua sebagai bentuk *cyberbullying* bagi peserta pelatihan dengan persentase sebesar 32%. Bentuk *harrasment* ini antara lain adalah: dikata-katain di medsos, *dibully* dengan kata-kata kasar dan ujaran kebencian di medsos, meneror pihak lain dengan pesan-pesan yang menyakiti melalui medsos. Urutan ketiga adalah *outing* yaitu sebesar 19% berupa penyebaran percakapan dan foto-foto pribadi seseorang yang

bertujuan mengolok-olok orang tersebut, biasanya mereka menyebut dengan menyebar foto aib. Kemudian bentuk *exclusion* menduduki urutan keempat dengan persentase sebesar 10%, dengan cara mengeluarkan dari grup media sosial. Selanjutnya *cyberstalking* merupakan bentuk *cyberbullying* yang berupa ancaman terhadap orang lain lewat medsos dan mengintimidasi seseorang lewat medsos.

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Kawanku⁹ ditemukan bahwa bentuk *cyberbullying* yang sering diterima oleh korban adalah 53,97% diejek dengan kata-kata kasar; 40,48% digosipin; 39,7% akun *twitter* dan *facebook* dibajak; dan 1,59% dipermalukan dikarenakan foto-foto pribadi mereka disebarluaskan.

3. Dampak *Cyberbullying* bagi Peserta Pelatihan

Menurut Burnstein, dkk¹⁰ korban *bullying* di masa remaja cenderung mengalami depresi dan berniat mencoba bunuh diri dibandingkan dengan yang tidak terlibat dalam *bullying*. Studi lain mengungkapkan bahwa korban *bullying* bermasalah terhadap kesehatannya (seperti sakit kepala, pusing, sulit tidur dan merasa cemas).

Sedangkan dampak *cyberbullying* dalam berbagai aspek kehidupan peserta pelatihan ini antara lain : sedih dan sakit hati. Tersinggung dan down. Memendam amarah. Bingung dan tidak tahu apa yang harus dilakukan. Malas belajar. Tidak mau masuk sekolah. Semua teman satu angkatan dan kakak kelas membencinya. Miskin

⁹ Kawanku. 2014. *Celebrate Your Weirdness. Positeens: Positive Teens Against Bullying*. Jakarta: Ice Cube. hal. 91

¹⁰ John W. Santrock. 2012. *Life-Span Development. Jilid I*. Jakarta: Penerbit Erlangga. hal. 383.

pergaulan di sekolah. Teman-teman sekelasnya tidak mau bekerja kelompok dengannya. Stress karena ditinggalkan teman-temannya (dikucilkan). Susah cari teman. Menjadi pendiam dan kurang percaya diri. Menjadi takut bertindak, karena takut salah. Mengundurkan diri dari organisasi remaja masjid. Trauma dan takut, karena pernah didorong temannya hingga jatuh. Masa bodoh. Menjadi tidak peduli dengan medsos.

Dalam sebuah penelitiannya, Kawanku¹¹ menyebutkan bahwa dampak *cyberbullying* yang pernah dialami korespondennya adalah 38,10% merasa terasing dan enggak punya teman; 35,71% malas membuka akun *twitter* dan *facebook*; 14,29% tidak mau masuk sekolah; serta 11,90% merasa depresi.

E. Intervensi

1. Tujuan Intervensi

Tujuan dari intervensi yang dilakukan pada siswa kelas X dan kelas XI yang menjadi korban *cyberbullying* berkategori tinggi dan sedang, adalah untuk meningkatkan harga diri (*self-esteem*) siswa melalui pelatihan ketrampilan sosial. Secara khusus, tujuan dilaksanakan pelatihan “Remaja KUAT” yaitu :

- a. Peserta dapat menyadari dan mengenali potensi dirinya.

¹¹ Kawanku. 2014. *Celebrate Your Weirdness.....* hal. 91

- b. Peserta dapat meminimalisir dan mengubah pikiran negatif yang menghambat interaksi sosialnya.
- c. Peserta dapat memiliki persepsi positif terhadap hal-hal yang dialaminya.
- d. Peserta dapat memiliki sikap positif terhadap lingkungan sosialnya.
- e. Peserta dapat mencoba membangun subungan sosial yang lebih positif dengan teman sebayanya.

2. Target Intervensi

Target intervensi yang akan dilakukan pada beberapa siswa kelas X dan kelas XI bertujuan untuk meningkatkan harga diri (*self-esteem*) melalui pelatihan ketrampilan sosial. Modul yang digunakan yaitu “Remaja KUAT” (*Know, Understand, Active and Try to make a better social life*). Perkembangan *self-esteem* pada individu dipengaruhi oleh ketrampilan sosial individu dalam menampilkan peran dalam lingkungan sosialnya. Menurut Cartledge & Milburn¹² ketrampilan sosial merupakan ketrampilan untuk berinteraksi dengan orang lain dalam konteks sosial dengan cara-cara khusus yang dapat diterima oleh lingkungan.

Permasalahan yang muncul karena rendahnya *self-esteem* dapat dikurangi dengan mengadakan suatu program yang dirancang khusus untuk meningkatkan *self-esteem*. Peningkatan *self-esteem* dapat dilakukan melalui penerimaan sosial

¹²Ayu Sulistyanyingsari. 2017. Tesis. “Modul Program... hal.3.

dan peningkatan kompetensi atau ketrampilan tertentu¹³. Ketrampilan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *self-esteem*. Kemampuan untuk menjalin interaksi yang baik dengan teman sebaya di sekolah merupakan tugas perkembangan penting yang perlu dikuasai oleh remaja.

3. Teknik Intervensi

Intervensi yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan pelatihan. Menurut Johnson and Johnson¹⁴ pelatihan merupakan metode yang cukup efektif untuk meningkatkan motivasi, mengubah struktur kognitif, dan menambah sikap serta ketrampilan baru. Pelatihan dilakukan dengan menggunakan metode yang mengacu pada pembelajaran berdasarkan pengalaman, yaitu proses pembelajaran yang terjadi ketika peserta melakukan suatu aktivitas, kemudian memperhatikan, menganalisis aktivitas yang dilakukan, lalu mencari pemahaman analisis yang dapat digunakan untuk membentuk perilaku yang baru. Metode penyampaian intervensi yang dilakukan adalah dengan menggunakan ceramah, diskusi, audiovisual, dan permainan.

4. Prosedur Pelaksanaan Intervensi

Intervensi yang dilakukan berupa pelatihan terkait ketrampilan sosial dengan pendekatan *cognitive behavior*. Pelatihan dilaksanakan dengan menggunakan modul “Remaja KUAT” (*Know, Understand, Active, and Try to*

¹³ Rizky Amalia Cahyani. 2018. *Laporan Kelompok Praktik Kerja Lapangan*. Program Magister Psikologi Profesi Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta. hal 14.

¹⁴ Geizy Azhari Putri. 2018. *Laporan Kelompok Praktik Kerja Lapangan*. Program Magister Psikologi Profesi Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta. hal 20.

make a better social life) yang telah divalidasi oleh Ayu Sulistyaningsari (2016). Modul “Remaja KUAT” telah diuji coba pada siswa kelas X di salah satu SMA Negeri di Yogyakarta yang pernah menjadi korban *bullying*. Hasilnya, modul “Remaja KUAT” secara signifikan dapat meningkatkan harga diri (*self-esteem*) pada korban *bullying* ($z=-3,586$; $p<0,01$). Berikut ini merupakan rancangan pelatihan ketrampilan sosial dengan menggunakan modul “Remaja KUAT”

Tabel 4.8. Prosedur Pelaksanaan Intervensi

Sesi ke-	Materi	Metode	Deskripsi	Waktu
1	<i>Getting Started</i>	Presensi	1. Semua Peserta mengisi daftar hadir 2. Pembagian fasilitas	60 menit
		Pembukaan	1. Fasilitator menyapa peserta 2. Menjelaskan tujuan pelatihan 3. Peserta menulis harapan selama pelatihan 4. Tempelkan di kertas kosong	
		<i>Pre-test</i>	Mengerjakan <i>pretest</i> ketrampilan sosial dan harga diri	
II	<i>Know Your Self</i>	Permainan	1. Kegiatan “Dari sebuah Titik” (Gambarlah apapun yang menggambarkan diri kalian dari sebuah titik di kertas tersebut!)	85 menit
		Refleksi	Menuliskan : 1. Tuliskan kelebihan/potensi dan kekurangan kamu! 2. Bagaimana hal tersebut berpengaruh pada interaksi sosial kamu ? 3. Bagaimana perasaan yang kita miliki dapat mempengaruhi perasaan orang di sekitar kita ?	
		Ceramah	Penjelasan materi ketrampilan sosial	
		Diskusi	Fasilitator mengajak peserta mendiskusikan dan menuliskan permasalahan atau pengalaman kurang menyenangkan yang pernah dialami karena kurangnya ketrampilan sosial	
Istirahat				15 menit

III	<i>Upgrade Your Thought</i>	Permainan	1. <i>Pop your own ballon</i> (Tiuplah balon sebesar-besarnya hingga meletus tanpa menggunakan alat bantu apapun selain meniupnya)	85 menit
		Refleksi	Menuliskan : 1. Bagaimana perasaan kamu saat meniup balon? 2. Apa yang kamu pikirkan saat meniup balon?	
		Ceramah	Penjelasan materi pengaruh perasaan dan pikiran pada perilaku dalam berinteraksi sosial	
		<i>Ice Breaking</i>	<i>Penguin dance</i>	
		Diskusi dan Penugasan	Peserta dibagi menjadi 3 kelompok, masing-masing kelompok didampingi oleh fasilitator	
Istirahat				60 menit
IV	<i>Active and Positive</i>	Permainan	<i>Fold and Torn</i> 1. Lipat kertas menjadi dua 2. Lipat lagi kertas menjadi dua 3. Buat sobekan dari bagian tengah bawah kertas ke bagian atas, sobek setengahnya saja, jangan sampai kertas terbelah. 4. Putar kertas 90 derajat 5. Buat sobekan kembali dari bagian tengah bawah kertas ke bagian atas, sobek secukupnya, hingga mendapatkan beberapa bagian kertas terlepas	75 menit
		Refleksi	Apa yang kalian rasakan saat melakukan instruksi tadi?	
		Ceramah	Konsep persepsi sosial	
		Permainan	<i>If andThen</i> 1. Kertas 1: tuliskan kejadian negatif yang paling membekas yang pernah kamu alami 2. Kertas 2: tuliskan kegiatan yang paling senang kamu lakukan ketika menghadapi masalah 3. Masukkan kertas 1 dalam kotak “ <i>if</i> ” dan kertas 2 dalam kotak “ <i>then</i> ”	

Istirahat				15 menit
V	<i>Try to Make a Better Social Life</i>	Permainan	Tangan Kidal 1. Silahkan menulis nama lengkap dan kelas di atas kertas yang telah disediakan dengan menggunakan tangan yang biasa digunakan untuk menulis 2. Silahkan menulis nama lengkap dan kelas di atas kertas yang telah disediakan dengan menggunakan tangan yang jarang digunakan untuk menulis	70 menit
		Refleksi	Membutuhkan pembiasaan	
		Ceramah	<i>Try to Make a Better Social Life</i>	
		<i>Post-test</i>	Mengerjakan <i>post-test</i> ketrampilan sosial dan harga diri	15 menit
		Penutup	Bekal semangat	

5. Pelaksanaan Intervensi

Pelatihan “Remaja KUAT” (*Know, Understand, Active, and Try to make a better social life*) dilaksanakan pada hari Selasa, 16 Oktober 2018 pukul 07.30 – 15.30 wib di Ruang Kresna SMA Negeri 9 Yogyakarta. Berikut ini merupakan pelaksanaan intervensi pada masing-masing sesi:

a. Sesi 1 – *Getting Started*

Sebelum pelatihan dimulai, peserta diberikan surat tugas dari Kepala Sekolah SMA Negeri 9 Yogyakarta untuk mengikuti pelatihan selama tujuh jam. Kemudian peserta masuk ruangan pelatihan dan mengisi daftar kehadiran. Semua siswa sudah masuk ruangan dan duduk, kemudian *co trainer* membuka kegiatan dengan berdoa. Selanjutnya perkenalan *trainer, co trainer*, dan seluruh peserta. Setelah itu membuat kontrak belajar dan

menyampaikan latar belakang diadakannya pelatihan, serta menyampaikan manfaat yang akan diperoleh setelah mengikuti pelatihan. Dilanjutkan dengan pengisian lembar *pre-test* tentang ketrampilan sosial dan harga diri

b. Sesi 2 – *Know Your Self*

Trainer meminta peserta untuk menggambar apapun dengan melibatkan sebuah titik. Kemudian trainer meminta sebagian peserta untuk menceritakan gambarnya. Setelah itu, *trainer* menjelaskan materi terkait ketrampilan sosial. Lalu *co trainer* membagikan kertas pada peserta agar menuliskan pengalaman kurang menyenangkan yang diakibatkan kurangnya ketrampilan sosial. Peserta mengumpulkan kertas kembali dan istirahat selama 15 menit.

c. Sesi 3 – *Upgrade Your Thought*

Co trainer membagikan balon pada semua peserta, *trainer* memberi instruksi agar peserta meniup balon sebesar mungkin hingga meletus. Namun tidak ada peserta yang meniup balon hingga meletus. *Co trainer* membagikan lembar kerja, peserta diharapkan menulis perasaan dan pikiran yang muncul ketika meniup balon. Beberapa peserta merasa biasa saja, takut, berdebar, lucu, dan malas. Sedangkan pikiran peserta saat meniup balon yaitu harus hati-hati, harus cepat meletus. Setelah itu, trainer menjelaskan terkait faktor penghambat dalam mengaplikasikan ketrampilan sosial. Setelah penyampaian materi, *co trainer* mengajak peserta untuk *ice breaking* dengan menirukan penguin *dance*. Semua peserta antusias mengikuti berbagai gerakan.

Peserta dibagi menjadi tiga kelompok, masing-masing kelompok didampingi oleh *co trainer*. *Trainer* memberikan lembar kerja “*Upgrade your thught*” pada peserta. *Co trainer* mendampingi peserta untuk mengisi lembar kerja tersebut, dan menjelaskan jika peserta kurang memahami. Setelah semua peserta mengisi lembar kerja, *trainer* melakukan evaluasi terkait pemahaman peserta dengan memberikan beberapa pertanyaan terkait pemahaman peserta dengan memberikan beberapa pertanyaan terkait materi 1 dan 2. Kemudian acara dilanjutkan dengan istirahat, sholat, dan makan selama 60 menit.

d. Sesi 4 – *Active and Positive*

Co triner memberikan kertas lipat dan penutup mata peserta dengan kain. *Trainer* memberikan instruksi pada peserta untuk melipat dan memutar kertas lipat yang telah diberikan. Kemudian peserta membuka penutup mata dan melihat hasil potongan kertas di tangan masing-masing. Hasilnya, hanya ada satu peserta yang berhasil memotong dan memutar kertas. *Trainer* bertanya pada peserta terkait pelajaran yang bisa diambil dari permainan. Peserta mengungkapkan jika setiap orang memiliki pemahaman masing-masing walaupun satu instruksi.

Trainer menjelaskan materi terkait konsep persepsi sosial, serta membangun interaksi yang positif dan aktif dengan orang lain. Kemudian *trainer* mengajak peserta untuk menuliskan hal-hal positif dan negatif yang pernah dialami. Peserta memasukkan kertas yang berisi hal negatif ke kotak “*if*”, dan kertas berisi hal positif ke kotak “*then*”. Sebagian peserta diminta

untuk membaca kertas dari setiap kotak. Peserta menyadari jika hal positif akan membawa dampak positif, begitu pula sebaliknya. Setelah itu, peserta diberikan waktu 15 menit untuk istirahat.

e. Sesi 5 – *Try to make a better social life*

Co trainer membagikan kertas kosong pada semua peserta, *trainer* memberikan instruksi agar semua peserta menulis nama dan kelasnya masing-masing. Setelah itu, *trainer* meminta peserta untuk menuliskan kembali nama dan kelas dengan menggunakan tangan yang tidak biasa digunakan. Kemudian *trainer* bertanya terkait pelajaran yang dapat diambil dari kegiatan tersebut. Peserta mengungkapkan jika tidak biasa, maka akan sulit. Kemudian *trainer* masuk ke materi selanjutnya terkait pembiasaan, yaitu segala sesuatu yang sulit akan menjadi mudah jika sudah biasa dilakukan. Hal tersebut bertujuan agar peserta memahami pentingnya pembiasaan dan berusaha. *Co trainer* membagikan lembar kerja untuk diisi peserta selama seminggu ke depan.

Setelah itu, *trainer* melakukan evaluasi kepada seluruh peserta dengan cara bertanya terkait materi yang telah dipelajari selama pelatihan berlangsung. Peserta mampu menjawab dengan baik, dan beberapa peserta bertanya terkait materi yang belum dipahami. Dilanjutkan dengan pengisian lembar *post-test* tentang ketrampilan sosial dan harga diri. Kemudian *trainer* menjelaskan cara pengisian lembar kerja yang akan dikumpulkan seminggu ke depan. Peserta diharapkan mengaplikasikan pengetahuan yang telah

didapatkan selama pelatihan. *Trainer* menutup kegiatan dengan berdoa, kemudian pamit pada seluruh peserta. Pelatihan ditutup dengan kata motivasi “*You can if you think you can*”.

6. Hasil Pelaksanaan Intervensi

a. Data Kuesioner Harga Diri Kelompok Intervensi

Kuesioner terkait harga diri (*self-esteem*) diberikan kepada siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pelatihan. Adapun hasilnya :

Tabel 4.9.
Nilai *Pre-test*, *Post-test*, *Follow Up* Harga Diri
Kelompok Intervensi

NO	NAMA SISWA	KELAS	<i>PRE-TEST</i>		<i>POST-TEST</i>		<i>FOLLOW UP</i>		<i>GAINT SCORE</i>
			SKOR	KATEGORI	SKOR	KATEGORI	SKOR	KATEGORI	
1	AP	XI MIPA 4	72	Sedang	95	Tinggi	97	Tinggi	23
2	MRN	XI MIPA 3	89	Tinggi	99	Tinggi	102	Tinggi	10
3	BAN	X MIPA 3	65	Rendah	72	Rendah	84	Rendah	7
4	VRS	XI MIPA 5	88	Tinggi	87	Sedang	89	Sedang	-1
5	KQN	X MIPA 1	75	Sedang	80	Sedang	87	Sedang	5
6	RRB	X MIPA 2	83	Sedang	85	Sedang	87	Sedang	2
7	UAI	XI MIPA 3	84	Sedang	86	Sedang	90	Sedang	2
8	AAE	X MIPA 3	69	Rendah	83	Sedang	87	Sedang	14
9	WDA	XI MIPA 2	78	Sedang	94	Sedang	97	Tinggi	16
10	CFD	XI MIPA 4	82	Sedang	84	Sedang	89	Sedang	2
11	SPP	X IPS	79	Sedang	81	Sedang	88	Sedang	2
12	Y	XI MIPA 2	74	Sedang	95	Tinggi	96	Sedang	21

Berikut ini hasil prosentase *pre-test*, *post-test*, dan *follow up* harga diri pada peserta pelatihan “Remaja KUAT”:

Tabel 4.10. *Pre-test* Harga Diri Kelompok Intervensi

Kategori	Frekuensi	Prosentase
----------	-----------	------------

Tinggi	2	16.7
Sedang	8	66.7
Rendah	2	16.7
Total	12	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa *pre-test*, sebagian besar adalah peserta pelatihan termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 8 peserta (66,7%).

Tabel 4.11. *Post-test* Harga Diri Kelompok Intervensi

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	4	33.3
Sedang	7	58.3
Rendah	1	8.3
Total	12	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa *post-test*, sebagian besar adalah peserta pelatihan termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 7 peserta (58,3%).

Tabel 4.12. *Follow up* Harga Diri Kelompok Intervensi

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	3	25.0
Sedang	8	66.7
Rendah	1	8.3
Total	12	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa *follow up*, sebagian besar adalah peserta pelatihan termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 8 peserta (66,7%).

Pada tabel di atas menunjukkan bahwa skor dari seluruh peserta meningkat dari *pre-test* ke *follow up*. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan harga diri (*self-esteem*) peserta, namun ada satu peserta menurun ketika *post-test*, yaitu peserta yang berinisial VRS. Salah satu penyebabnya adalah peserta tidak mengikuti pelatihan secara penuh, karena ijin membuat E-KTP. Namun, siswa tersebut mengalami kenaikan skor ketika *follow up*, yaitu setelah mengaplikasikan penugasan yang diberikan oleh *trainer*.

Terdapat juga satu peserta yang menunjukkan skor dari *pre-test*, *post-test* dan *follow up* memiliki skor yang selalu rendah, yaitu peserta yang memiliki inisial BAN. Tetapi siswa tersebut mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* dan juga ke *follow up*. Hal tersebut dapat disebabkan oleh keberhasilan peserta dalam mengaplikasikan materi yang telah diberikan selama pelatihan dan tidak munculnya peristiwa pencetus selama seminggu. Selama FGD dan pelatihan, peserta BAN ini terlihat sangat tertutup, dan sempat mengungkapkan bahwa sampai saat FGD dan pelatihan, peserta masih kesulitan diterima dengan baik oleh teman-temannya di kelas dalam pembentukan kelompok belajar atau kelompok kerja. Hal ini menjadi salah satu penyebab BAN memiliki skor yang selalu rendah, baik pada *pre-test*, *post-test*, maupun *follow up*. Untuk itu, diharapkan setelah pelatihan “Remaja KUAT” dapat dilakukan tindak lanjut bagi BAN untuk mendapat konseling individu, agar supaya memiliki harga diri yang tinggi. Sehingga BAN mampu mengikuti

kegiatan kelompok belajar atau kelompok kerja dengan penuh percaya diri dan menyenangkan.

Frey dan Carlock¹⁵ mengemukakan enam faktor yang harus diperhatikan dalam pengembangan harga diri, yaitu:

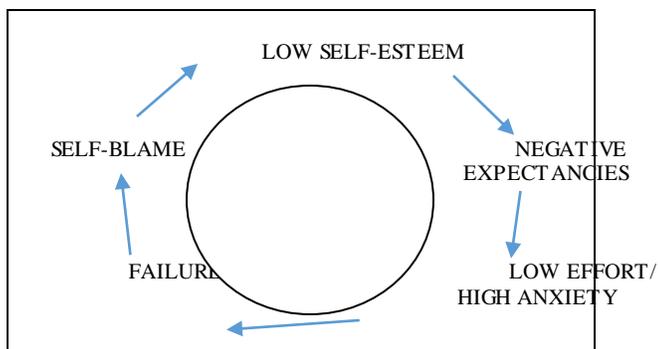
- a. Interaksi dengan manusia lain. Awal interaksi berawal dari ibu yang kemudian meluas pada figur lain yang akrab dengan individu. Ibu yang memiliki minat, afeksi, dan kehangatan akan menumbuhkan harga diri yang positif bagi anak karena anak merasa dicintai dan diterima.
- b. Sekolah. Lingkungan sekolah adalah sumber harga diri kedua setelah keluarga. Jika seseorang memiliki persepsi yang baik mengenai sekolah, ia akan memiliki harga diri yang tinggi. Bila sekolah dianggap tidak memberikan umpanbalik yang positif bagi anak, anak akan mengembangkan harga diri yang rendah.
- c. Pola asuh. Bagaimana orang tua memegah anaknya akan mempengaruhi harga diri anak. Pola asuh otoritatif terbukti lebih dapat mengembangkan harga diri anak.
- d. Keanggotaan kelompok. Jika individu merasa diterima dan dihargai oleh kelompok, mereka akan mengembangkan harga diri yang lebih baik bila dibandingkan dengan individu yang merasa terasing.

¹⁵ Komarudin Hidayat dan Khoirudin Bashori. 2016. *Psikologi Sosial. Aku, Kami, dan Kita*. Yogyakarta: Penerbit Erlangga. hal.45

- e. Kepercayaan nilai yang dianut individu. Harga diri yang tinggi dapat dicapai bila ada keseimbangan antara nilai dan kepercayaan yang dianut oleh individu dengan kenyataan yang didapatkannya sehari-hari.
- f. Kematangan dan hereditas. Perasaan negatif dapat muncul pada diri individu dengan kondisi fisik yang tidak sempurna, misalnya pada penyandang disabilitas.

Apabila seseorang yang memiliki harga diri rendah tidak mendapatkan penanganan yang seharusnya, hal itu akan merugikan individu tersebut karena situasi akan terus memburuk baginya. Harga diri rendah akan menyebabkan yang bersangkutan memiliki harapan negatif sepanjang perjalanan hidupnya. Hal ini nantinya dapat membuat individu enggan memperjuangkan apapun. Kehidupan subjek banyak diisi dengan berbagai kecemasan dalam menghadapi persoalan yang ditemuinya. Keadaan seperti ini biasanya menyebabkan subjek banyak menemui kegagalan dalam hidupnya. Rentetan kegagalan semakin menguatkan kecenderungan yang bersangkutan untuk menyalahkan diri sendiri. Perilaku menyalahkan diri sendiri yang sering dilakukannya tidak memperbaiki keadaan, tetapi hal itu justru membuat harga diri individu semakin rendah. Proses ini akan terus berulang sehingga membuat siklus.¹⁶ Jika dilukiskan, siklus tersebut akan terlihat seperti gambar berikut:

¹⁶ Komarudin Hidayat dan Khoirudin Bashori. 2016. *Psikologi Sosial. Aku, Kami, dan Kita*. Yogyakarta: Penerbit Erlangga. hal.47.



Gambar 4.1. Siklus Harga Diri Rendah

Berikut ini merupakan grafik tingkat harga diri (*self-esteem*) peserta pelatihan yang diukur selama *pre-test*, *post-test*, dan *follow up* :

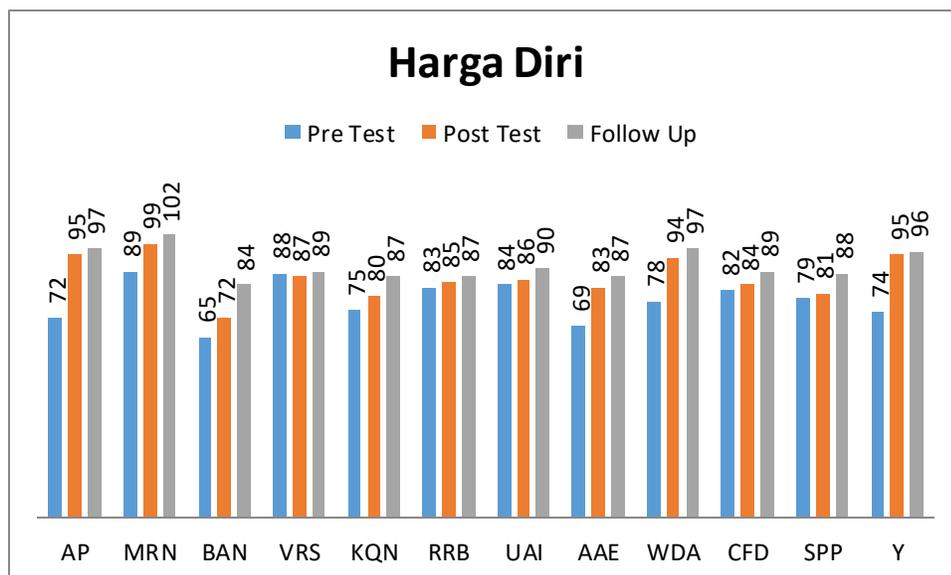


Diagram 4.8. Grafik Tingkat Harga Diri Kelompok Intervensi

1) Uji Normalitas

Langkah awal yang ditempuh sebelum melakukan pengujian hipotesis adalah melakukan uji normalitas. Uji normalitas data dilaksanakan dengan tujuan agar dapat memperoleh informasi mengenai data tersebut berdistribusi

normal atau tidak. Selain itu, uji normalitas data juga akan menentukan langkah yang harus ditempuh selanjutnya, yaitu analisis statistic yang harus digunakan, apakah statistik parametrik atau non-parametrik.

Berikut adalah hasil uji normalitas dari data-data penelitian yang telah diperoleh dari tiap-tiap kelompok sampel penelitian pada tabel berikut.

Tabel 4.13. Uji Normalitas Harga Diri Kelompok Intervensi

Kelompok Sampel	Shapiro Wilk	Asymp. Sig	Keterangan
Pre Test	0.975	0.954	Data Normal
Post Test	0.955	0.708	Data Normal

Berdasarkan tabel 4.13 dapat diketahui bahwa nilai *asymp.sig* Pre-test 0.954 dengan Shapiro Wilk 0.975. Post-test didapatkan *asymp.sig* sebesar 0.708 dan nilai Shapiro Wilk 0.955. Dapat disimpulkan bahwa Pre-test dan Post-test data berdistribusi normal. Karena nilai *asymp.sig* > 0,05.

2) Uji Paired Sampel T-Test

Untuk hasil uji *paired samples t-test* pengaruh dari kelompok sampel *pre-test* terhadap *post-test* dapat dilihat pada tabel sebagai berikut ini:

Tabel 4.14. Hasil Uji *Paired Samples T-Test* Harga Diri Kelompok Intervensi

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre Test - Post Test	-8.583	8.140	2.350	-13.755	-3.411	-3.653	11	.004

Diketahui nilai t -hitung untuk hasil *pre-test* terhadap *post-test* adalah -3.653 dengan probabilitas (Sig.) 0,004. Karena probabilitas (Sig.) $0,004 < 0,05$ maka terdapat pengaruh yang signifikan dari pre test terhadap post test.

3) Uji Independent Sampel T-Test

Untuk melihat perbedaan pengaruh antara sebelum dan sesudah dengan distribusi dilakukan dengan menguji perbedaan pada kedua kelompok, dalam hal ini dilakukan dengan uji *Independent Samples T-Test*. Hasil uji *Independent Samples T-Test* perbedaan hasil *pre-test* terhadap *post-test* dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4.15. Hasil Uji *Independent Samples Test* Harga Diri Kelompok Intervensi

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Ketrampilan Sosial	Equal variances assumed	.001	.981	-2.767	22	.011	-8.583	3.102	-15.016	-2.151
	Equal variances not assumed			-2.767	21.965	.011	-8.583	3.102	-15.016	-2.150

Dari tabel diatas dapat diketahui data di uji homogenitas didapatkan nilai sig 0,981 > 0,05 sehingga data homogenitas. Selanjutnya data di uji independent sampel t-test didapatkan nilai t hitung sebesar -2.767 dengan nilai sig 0,011. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* karena nilai sig $0,011 < 0,05$.

4) Uji One Way Anova

Untuk melihat perbedaan pengaruh antara sebelum dan sesudah dengan distribusi dilakukan dengan menguji perbedaan pada kedua kelompok, dalam hal ini dilakukan dengan uji *One Way Anova*. Hasil uji *One Way Anova* perbedaan hasil *pre-test*, *post-test* dan follow up dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4.16. Hasil Uji Anova Harga Diri Kelompok Intervensi

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1037.167	2	518.583	10.677	.000
Within Groups	1602.833	33	48.571		
Total	2640.000	35			

Dari tabel diatas dapat diketahui data di *One Way Anova* didapatkan nilai f hitung sebesar 10.677 dengan nilai sig 0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara *pre-test*, *post-test* dan follow up karena nilai sig $0,000 < 0,05$.

b. Data Kuesioner Ketrampilan Sosial Kelompok Intervensi

Kuesioner kedua yang diberikan kepada kelompok intervensi adalah kuesioner tentang ketrampilan sosial. Kuesioner ini diberikan sebelum dan sesudah pelatihan. Adapun hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.17.
Nilai Pretest dan Posttest Ketrampilan Sosial

NO	NAMA	KELAS	PRE-TEST		POST-TEST		GAIN SCORE
			SKOR	KATEGORI	SKOR	KATEGORI	

1	AP	XI MIPA 4	15	Rendah	19	Sedang	4
2	MRN	XI MIPA 3	18	Tinggi	22	Tinggi	4
3	BAN	X MIPA 3	14	Rendah	21	Sedang	7
4	VRS	XI MIPA 5	17	Sedang	18	Rendah	1
5	KQN	X MIPA 1	16	Sedang	19	Sedang	3
6	RRB	X MIPA 2	17	Sedang	21	Sedang	4
7	UAI	XI MIPA 3	16	Sedang	20	Sedang	4
8	AAE	X MIPA 3	16	Sedang	20	Sedang	4
9	WDA	XI MIPA 2	18	Tinggi	21	Sedang	3
10	CFD	XI MIPA 4	17	Sedang	22	Tinggi	5
11	SP	X IPS	15	Rendah	19	Sedang	4
12	YS	XI MIPA 2	16	Sedang	21	Sedang	5

Berikut ini hasil prosentase *pre-test* dan *post-test* ketrampilan sosial pada peserta pelatihan “Remaja KUAT”:

Tabel 4.18. *Pretest* Ketrampilan Sosial

Kategori	Frekuensi	Prosentase
Tinggi	2	16.7
Sedang	7	58.3
Rendah	3	25.0
Total	12	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa *pre-test*, sebagian besar adalah peserta pelatihan termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 7 peserta (58,3%).

Tabel 4.19. *Post-test* Ketrampilan Sosial

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	2	16.7
Sedang	9	75.0

Rendah	1	8.3
Total	12	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa *post-test*, sebagian besar adalah peserta pelatihan termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 9 peserta (75,0%).

Berdasarkan tabel hasil *pret-est* dan *post-test* di atas, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan ketrampilan sosial pada peserta pelatihan. Hal ini ditunjukkan juga dari adanya peningkatan skor skala ketrampilan sosial pada saat *pre-test* dengan setelah diberikan pelatihan pada saat *post-test*. Namun pada saat *post-test*, terdapat satu peserta dengan hasil kategori rendah, hal ini disebabkan peserta meninggalkan pelatihan karena membuat E-KTP.

Berikut ini merupakan grafik tingkat ketrampilan sosial peserta pelatihan yang diukur selama *pre-test* dan *pos-ttes*:

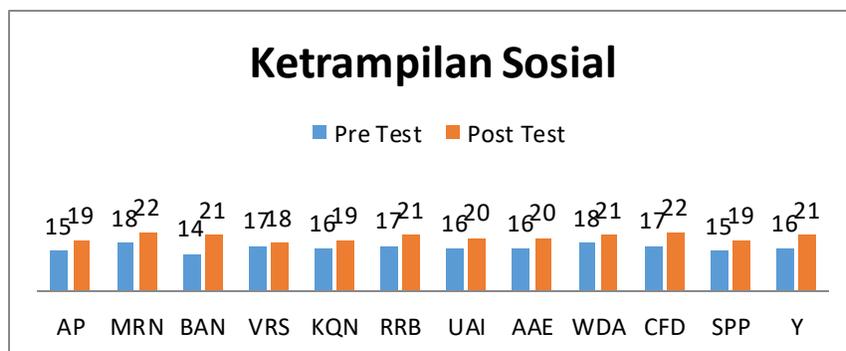


Diagram 4.9. Grafik Tingkat Ketrampilan Sosial

1) Uji Normalitas

Langkah awal yang ditempuh sebelum melakukan pengujian hipotesis adalah melakukan uji normalitas. Uji normalitas data dilaksanakan dengan tujuan agar dapat memperoleh informasi mengenai data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Selain itu, uji normalitas data juga akan menentukan langkah yang harus ditempuh selanjutnya, yaitu analisis statistik yang harus digunakan, apakah statistik parametrik atau non-parametrik.

Berikut adalah hasil uji normalitas dari data-data penelitian yang telah diperoleh dari tiap-tiap kelompok sampel penelitian pada tabel berikut.

Tabel 4.20. Hasil Uji Normalitas Ketrampilan Sosial

Kelompok Sampel	Shapiro Wilk	Asymp. Sig	Keterangan
Pre Test	0.940	0.495	Data Normal
Post Test	0.920	0.284	Data Normal

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai *asymp.sig pre-test* 0.495 dengan Shapiro Wilk 0.940. *Post-test* didapatkan *asymp.sig* sebesar 0.284 dan nilai Shapiro Wilk 0.920. Dapat disimpulkan bahwa *pre-test* dan *post-test* data berdistribusi normal. Karena nilai *asymp.sig* > 0,05.

2) Uji Paired Sampel T-Test

Untuk hasil uji *paired samples t-test* pengaruh dari kelompok sampel *pre-test* terhadap *post-test* dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4.21. Hasil Uji *Paired Samples T-Test* Ketrampilan Sosial

Paired Differences	t	df
--------------------	---	----

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 Pre Test - Post Test	-4.000	1.414	.408	-4.899	-3.101	-9.798	11	.000

Diketahui nilai t-hitung untuk hasil *pre-test* terhadap *post-test* adalah -9.798 dengan probabilitas (Sig.) 0,000. Karena probabilitas (Sig.) $0,000 < 0,05$ maka terdapat pengaruh yang signifikan dari *pre-test* terhadap *post-test*.

3) Uji Independent Sampel T-Test

Untuk melihat perbedaan pengaruh antara sebelum dan sesudah dengan distribusi dilakukan dengan menguji perbedaan pada kedua kelompok, dalam hal ini dilakukan dengan uji *Independent Samples T-Test*. Hasil uji *Independent Samples T-Test* perbedaan hasil pre test terhadap post test dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4.22. Hasil Uji *Independent Samples Test* Ketrampilan Sosial

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Ketrampilan Sosial	Equal variances assumed	.220	.644	-7.824	22	.000	-4.000	.511	-5.060	-2.940
	Equal variances not assumed			-7.824	21.926	.000	-4.000	.511	-5.060	-2.940

Dari tabel diatas dapat diketahui data di uji homogenitas didapatkan nilai sig 0,644 > 0,05 sehingga data homogenitas. Selanjutnya data di uji independent

sampel t-test didapatkan nilai t hitung sebesar -7,824 dengan nilai sig 0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* karena nilai sig $0,000 < 0,05$.

c. Data Kuesioner Harga Diri Kelompok Kontrol

Kuesioner terkait harga diri (*self-esteem*) juga diberikan kepada siswa kelompok kontrol, yaitu kelompok yang tidak mengikuti pelatihan. Kuesioner ini diberikan dengan waktu yang hampir bersamaan dengan kelompok intervensi. Adapun hasilnya sebagai berikut :

Tabel 4.33. Nilai *Pre-test* dan *Post-test* Harga Diri Kelompok Kontrol

NO	NAMA	KELAS	PRE TEST		POST TEST		GAIN SCORE
			SKOR	KATEGORI	SKOR	KATEGORI	
1	TAA	X MIPA 2	71	Rendah	71	Rendah	0
2	YCP	X MIPA 3	85	Sedang	86	Sedang	1
3	DPS	XI MIPA 1	70	Rendah	70	Rendah	0
4	BDI	XI MIPA 2	80	Sedang	80	Sedang	0
5	HVW	XI MIPA 4	73	Sedang	72	Rendah	-1
6	SRR	XI MIPA 4	65	Rendah	67	Rendah	2
7	PKW	X MIPA 1	80	Sedang	81	Sedang	1
8	ADK	XI MIPA 1	78	Sedang	79	Sedang	1
9	FRA	XI MIPA 5	84	Sedang	84	Sedang	0
10	AIR	X MIPA 4	78	Sedang	79	Sedang	1
11	MRW	X MIPA 5	78	Sedang	79	Sedang	1
12	IRW	XI MIPA 4	84	Sedang	84	Sedang	0

Berikut ini hasil prosentase *pre-test* dan *post-test* harga diri yang diberikan kepada kelompok kontrol:

Tabel 4.34. *Pre-test* Harga Diri Kelompok Kontrol

Kategori	Frekuensi	Prosentase
Tinggi	0	0

Sedang	9	75.0
Rendah	3	25.0
Total	12	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa *pre-test*, sebagian besar adalah peserta pelatihan termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 9 peserta (75,0%).

Tabel 4.35. *Post-test* Harga Diri Kelompok Kontrol

Kategori	Frekuensi	Prosentase
Tinggi	0	0
Sedang	8	66.7
Rendah	4	33.3
Total	12	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa *post-test*, sebagian besar adalah peserta pelatihan termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 7 peserta (58,3%).

Berikut ini merupakan grafik tingkat harga diri (*self-esteem*) yang diukur pada kelompok kontrol melalui *pre-test* dan *post-test*:

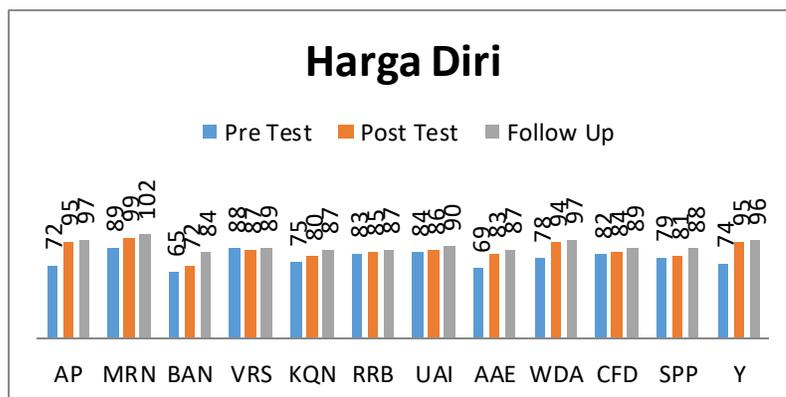


Diagram 1.15. Grafik Tingkat Harga Diri Kelompok Kontrol

1) Uji Normalitas

Langkah awal yang ditempuh sebelum melakukan pengujian hipotesis adalah melakukan uji normalitas. Uji normalitas data dilaksanakan dengan tujuan agar dapat memperoleh informasi mengenai data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Selain itu, uji normalitas data juga akan menentukan langkah yang harus ditempuh selanjutnya, yaitu analisis statistic yang harus digunakan, apakah statistik parametrik atau non-parametrik.

Berikut adalah hasil uji normalitas dari data-data penelitian yang telah diperoleh dari tiap-tiap kelompok sampel penelitian pada tabel berikut.

Tabel 4.36. Hasil Uji Normalitas Harga Diri Kelompok Kontrol

Kelompok Sampel	Shapiro Wilk	Asymp. Sig	Keterangan
<i>Pre-test</i>	0.931	0.388	Data Normal
<i>Post-test</i>	0.916	0.254	Data Normal

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai *asympt.sig pre-test* 0.388 dengan Shapiro Wilk 0.931. *Post-test* didapatkan *asympt.sig* sebesar 0.254

dan nilai Shapiro Wilk 0.916. Dapat disimpulkan bahwa *pre-test* dan *post-test* data berdistribusi normal. Karena nilai *asyp.sig* > 0,05.

2) Uji Paired Sampel T-Test

Untuk hasil uji *paired samples t-test* pengaruh dari kelompok sampel pre test terhadap post test dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4.37. Hasil Uji *Paired Samples T-Test* Haga Diri Kelompok Kontrol

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre Test - Post Test	-.500	.798	.230	-1.007	.007	-2.171	11	.053

Diketahui nilai t-hitung untuk hasil *pre-test* terhadap *post-test* adalah - 2.171 dengan probabilitas (Sig.) 0,053. Karena probabilitas (Sig.) 0,053 > 0,05 maka tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari *pre-test* terhadap *pos-test*.

3) Uji Independent Sampel T-Test

Untuk melihat perbedaan pengaruh antara sebelum dan sesudah dengan distribusi dilakukan dengan menguji perbedaan pada kedua kelompok, dalam hal ini dilakukan dengan uji *Independent Samples T-Test*. Hasil uji *Independent Samples T-Test* perbedaan hasil *pre-test* terhadap *post-test* dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4.38. Hasil Uji *Independent Samples Test* Harga Diri Kelompok Kontrol

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Harga Diri	Equal variances assumed	.008	.931	-.044	22	.965	-.167	3.790	-8.027	7.694
	Equal variances not assumed			-.044	21.982	.965	-.167	3.790	-8.028	7.694

Dari tabel diatas dapat diketahui data di uji homogenitas didapatkan nilai sig 0,931 > 0,05 sehingga data homogenitas. Selanjutnya data di uji independent sampel t-test didapatkan nilai t hitung sebesar -0.044 dengan nilai sig 0.965. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaaan antara *pre-test* dan *post-test* karena nilai sig 0,965 > 0,05. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh *pre-test* terhadap *post-test*.

d. Data Kuesioner Harga Diri Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

1) Uji Independent Sampel T-Test

Untuk melihat perbedaan pengaruh antara sebelum dan sesudah dengan distribusi dilakukan dengan menguji perbedaan pada kedua kelompok, dalam hal ini dilakukan dengan uji *Independent Samples T-Test*. Hasil uji *Independent Samples T-Test* perbedaan hasil kelompok intervensi terhadap kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.39. Hasil Uji Independent Samples Test Harga Diri Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Harga Diri	Equal variances assumed	.347	.562	3.174	22	.004	9.083	2.862	3.149	15.018
	Equal variances not assumed			3.174	20.970	.005	9.083	2.862	3.132	15.035

Dari tabel diatas dapat diketahui data di uji homogenitas didapatkan nilai sig $0,562 > 0,05$ sehingga data homogenitas. Selanjutnya data di uji independent sampel t-test didapatkan nilai t hitung sebesar 3.174 dengan nilai sig 0.004. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaaan antara kelompok intervensi terhadap kelompok kontrol karena nilai sig $0,004 < 0,05$. Sehingga H_a diterima dan H_o di tolak.

H_a : Terdapat perbedaan efektivitas pelatihan “Remaja KUAT” antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol dalam menangani korban *cyberbullying* pada siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta.

H_o : Tidak terdapat perbedaan efektivitas pelatihan “Remaja KUAT” ” antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol dalam menangani korban *cyberbullying* pada siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta.

Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat perbedaan efektivitas pelatihan “Remaja KUAT” antara

kelompok intervensi dengan kelompok kontrol dalam menangani korban *cyberbullying* pada siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta.

1. Data Kualitatif Kelompok Intervensi

Data kualitatif terkait peningkatan harga diri (*self-esteem*) dapat dilihat melalui lembar kerja dan pertanyaan terbuka yang telah diberikan pada peserta saat *follow up*. Berikut ini merupakan hasil *follow up* pelatihan yang dilakukan peserta selama seminggu setelah pelatihan:

Tabel 4.40. Hasil *Follow up* Pelatihan

Nama	Permasalahan	Perasaan	Perilaku
AP	Kurang memiliki keberanian dalam mengemukakan pendapat di kegiatan rapat.	Merasa lebih yakin dengan diri sendiri dan tenang dalam berbicara.	Sukses menyampaikan pendapat dalam kegiatan rapat, dengan diterima oleh banyak pihak.
MRN	Kurang memiliki keberanian untuk memulai pembicaraan.	Merasa lebih tenang dan lebih yakin dengan diri sendiri.	Lebih baik dalam berbicara di depan audiens, sukses melakukan presentasi dan menjawab pertanyaan yang diajukan teman. Follower sosmed bertambah.
BAN	Kurang memiliki keyakinan bisa diterima dalam kerja kelompok.	Merasa lebih yakin dengan kelebihan yang dimilikinya dan berinisiatif dalam kerja kelompok.	Lebih aktif dalam berkomunikasi pada kerja kelompok dan banyak berperan dalam kerja kelompok.
VRS	Malu dan gugup saat maju presentasi di depan kelas.	Merasa lebih tenang dan lebih yakin dengan diri sendiri.	Tidak gugup dan berani mengungkapkan pendapat, serta mampu menguasai materi
KQN	Kurang perhatian dan cuek kepada teman	Merasa lebih perhatian kepada orang lain.	Menjadi lebih ramah dan menyenangkan.
RRB	Takut dan gugup ketika maju di depan umum.	Merasa lebih santai dan tenang ketika tampil di depan umum.	Berhasil mengurangi rasa takut dan gugup ketika tampil di depan umum.

UAI	Gugup saat presentasi di depan guru.	Merasa lega.	Mulai mampu menyampaikan materi dengan lancar dan mulai berinteraksi dengan teman saat presentasi.
AAE	Kurang memiliki keberanian dalam kerja kelompok	Merasa lebih yakin akan kemampuan diri.	Mulai mampu berperan dalam kerja kelompok.
WDA	Kurang bisa menghargai orang lain	Mulai bisa menerima kekurangan orang lain.	Menjadi lebih dekat dengan banyak teman.
CFD	Sakit hati saat menerima kritik	Merasa lebih sabar dan tenang saat menghadapi kritikan	Bisa menerima kritikan orang lain dengan baik dan lapang dada.
SP	Malas dan sedih ketika masuk kelas	Biasa saja dan agak semangat.	Semangat dan mencoba menerima teman apa adanya.
YS	Gugup ketika harus presentasi di depan kelas	Meras lebih tenang dan berusaha percaya diri.	Berhasil mengurangi rasa gugup ketika tampil di depan kelas.

F. Evaluasi Pelaksanaan Intervensi

Berikut ini merupakan evaluasi pelatihan yang diberikan penilaian oleh peserta, meliputi aspek materi, trainer, dan sarana pelatihan.

Tabel 4.41. Evaluasi Pelatihan

Aspek	Penilaian					Mean
	1	2	3	4	5	
Penyelenggaraan						4,58
Tempat Pelaksanaan				4	8	4,66
Peralatan				6	6	4,50
Konsumsi				2	10	4,83
Bahan Tertulis				6	6	4,50
Iklim kerjasama/suasana				5	7	4,58
Pengendalian Waktu			1	5	6	4,41
Materi						4,53
Relevansi Materi terhadap Tujuan Pelatihan				4	8	4,66

Manfaat Materi				3	9	4,75
Kelengkapan Materi			1	6	5	4,33
Sistematika Materi				7	5	4,41
Trainer						4,26
Sikap atau Perilaku				8	4	4,33
Komunikasi dengan Peserta			1	4	7	4,50
Penguasaan Bahan				6	6	4,50
Penggunaan Bahasa			1	7	4	4,25
Antusiasme dan Suara			3	6	3	4,00
Penguasaan Kelas			2	8	2	4,00

Data tabel evaluasi pelaksanaan menunjukkan bahwa nilai evaluasi tertinggi adalah pelaksanaan penyelenggaraan, yaitu konsumsinya dengan mean 4,83 yang menurut peserta sudah sangat memadai, dengan dua kali snack dan sekali makan siang. Selanjutnya evaluasi tentang kemanfaatan materi oleh peserta diberi nilai dengan mean 4,75 yang menurut peserta mampu memberi kontribusi dalam mengatasi permasalahan peserta, selaku korban *cyberbullying*. Kemudian evaluasi tentang relevansi materi terhadap tujuan pelatihan dan evaluasi tentang tempat pelaksanaan mendapat mean 4,66. Sedang evaluasi tentang antusiasme dan suara serta evaluasi tentang penguasaan kelas *trainer* mendapat nilai paling rendah, yaitu mean 4,00. Dari hasil evaluasi pelatihan “Remaja KUAT” ini juga didapatkan mean tertinggi pada penyelenggaraan, yaitu mean 4,58. Selanjutnya mean materi, yaitu 4,53. Terakhir adalah mean *trainer*, yaitu mean 4,26.