

**PENGEMBANGAN *SOFTWARE STRESS METER* UNTUK SISWA KELAS X SMA NEGERI 2
KEDIRI**

***THE DEVELOPMENT OF STRESS METER SOFTWARE FOR 10th GRADE STUDENT IN STATE
SENIOR HIGH SCHOOL 2 OF KEDIRI***

Imam Ariffudin

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
(imam.kons@gmail.com)

Drs. Mohammad Nursalim, M. Si.

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
(mochamad_nursalim@yahoo.com)

Abstract

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMAN 2 Kediri, diketahui bahwa sebanyak 85% dari 35 responden kelas X mengalami stres akademik. Respon yang ditunjukkan siswa beragam, misalnya membolos, tidak mengerjakan PR dan mengeluh pusing. Guru BK menyadari bahwa penanganan terhadap stres siswa sangat penting, namun sampai saat ini penanganan yang diberikan masih belum menyeluruh, karena keterbatasan tenaga ahli dan waktu.

Tujuan penelitian ini adalah menghasilkan produk berupa *software stress meter* untuk siswa kelas X SMA negeri 2 Kediri yang memenuhi kriteria akseptabilitas. Media ini berisi tentang kuesioner pengukur skor stres dan solusi penanganan berdasarkan tingkat stres. Penelitian pengembangan ini menggunakan model pengembangan *Borg and Gall* (1983) yang disederhanakan oleh tim Puslitjaknov (2008). Produk yang dihasilkan ada dua yaitu media *software stress meter* dan buku panduan aplikasi *software stress meter*. Media yang dikembangkan menerapkan konsep *mobile learning* (*m-learning*). Sehingga siswa dapat dengan mudah mengelola stres yang dialami kapanpun dan dimanapun.

Hasil penelitian menerangkan bahwa *software stress meter* memenuhi syarat kriteria akseptabilitas. Penilaian akseptabilitas dari validator ahli bimbingan dan konseling adalah aspek kegunaan memperoleh penilaian (100%). Aspek kelayakan memperoleh penilaian (96,87%). Aspek ketepatan memperoleh penilaian (98,21%). Aspek kepatutan memperoleh penilaian (98%). Rata-rata penilaian ahli bimbingan dan konseling sebesar (98,77%) dengan predikat “sangat baik, tidak perlu direvisi”. Penilaian akseptabilitas dari konselor, aspek kegunaan memperoleh penilaian (96,87%). Aspek kelayakan memperoleh penilaian (91,67%). Aspek ketepatan memperoleh penilaian (93,75%). Aspek kepatutan memperoleh penilaian (96,87%). Rata-rata penilaian konselor sebesar (98,77%) dengan predikat “sangat baik, tidak perlu direvisi”. Penilaian akseptabilitas dari siswa adalah aspek kegunaan memperoleh penilaian (95,83%). Aspek kelayakan memperoleh penilaian (77,78%). Aspek ketepatan memperoleh penilaian (75%). Aspek kepatutan memperoleh penilaian (90,28%). Rata-rata penilaian siswa sebesar (84,72%) dengan predikat “sangat baik, tidak perlu direvisi”. Berdasarkan penilaian tersebut maka *software stress meter* untuk siswa kelas X SMA Negeri 2 Kediri memenuhi kriteria akseptabilitas dan dapat digunakan di sekolah.

Kata Kunci: *Software, Stress Meter.*

Abstract

Based on result of pre-study in SMAN 2 Kediri, it is known that as many as 85% from 35 students of 10th grade suffer academic stress. The responses those're shown by students are diverse, for examples deserting, not doing homework, and complaining dizzy. The school counselor realizes that handling of student's stress is important, but until now the handling that has been given still not spread all over, because expertless and timeless.

The purpose of this research is to produce stress meter software for 10th grade student in state senior high school 2 of Kediri that meets the criteria of acceptability. This media contain of stress' score measurement and stress' managing based on stress level. This development research uses a model of research and development Borg & Gall (1983), which has been simplified by Puslitjaknov team (2008). The product consist of two, those are stress meter software and handbook. The product applies mobile learning (m-learning) concept, so the students can manage the academic stress whenever and wherever.

The result of research explains that stress meter software meets the criteria of acceptability. Acceptability's score of validation test of guidance and counseling expert in aspect of the use of stress meter software by 100%, feasibility by

96,87%, accuracy aspect by 98,21%, and propriety aspect by 98%. The average of validation test of guidance and counseling expert is 98,77%, predicated "very good and not required revision" (Mustaji, 2005). Acceptability test of conselor in aspect of the use of stress meter software by 96,87%, feasibility by 91,67%, accuracy aspect by 93,75%, and propriety aspect by 96,87%. The average of acceptability test of counselor is 94,79%, predicated "very good and not required revision" (Mustaji, 2005). Acceptability test of student in aspect of the use of stress meter software by 95,83%, feasibility by 77,78%, accuracy aspect by 75%, and propriety aspect by 90,28%. The average of validation test of student is 84,72%, predicated "very good and not required revision" (Mustaji, 2005). Therefore, it means that the development of stress meter software for 10th grade student in state senior high shcool 2 of Kediri meets the acceptable criteria.

Keywords : Software, Stress Meter.

PENDAHULUAN

Stres merupakan kondisi yang pasti dialami oleh individu dan tak terelakkan dari kehidupan makhluk hidup. Stres adalah suatu keadaan yang disebabkan oleh adanya tuntutan internal maupun eksternal (stimulus) sehingga individu akan bereaksi baik secara fisiologis maupun psikologis (respon) serta melakukan usaha-usaha penyesuaian diri terhadap situasi tersebut (proses) (Rendro dan Ronald, 2010).

Stres yang terjadi pada siswa bukanlah hal yang baru dalam dunia pendidikan. Sering kita jumpai kasus-kasus stres siswa yang berkaitan dengan kehidupan sekolahnya, misalnya stres yang dialami siswa karena penerapan kurikulum 2013 yang baru. Sebagaimana dikutip dari Tempo.co (2014), menjelaskan bahwa penerapan Kurikulum 2013 ternyata membuat peserta didik *stress* karena banyaknya pelajaran dan tugas sekolah yang harus diselesaikan. Tidak hanya tentang tugas dan mata pelajaran, kegiatan seperti ujian juga memiliki dampak yang besar terhadap stres siswa. Ahli psikologi, Hellen Damayanti dalam antaranews (2015) mejelaskan bahwa ujian dan tugas merupakan faktor tertinggi yang dapat memunculkan stres, sebesar 44% siswa merasa stres saat menghadapi ujian dan tugas.

Penelitian terbaru yang dipublikasikan *Journal of Experimental Education* dalam batamtoday.com (2014) juga menjelaskan bahwa terlalu banyak PR (pekerjaan rumah) berdampak negatif pada siswa. Dari hasil survei, sebanyak 56 persen dari siswa menganggap pekerjaan rumah merupakan sumber utama stres. Sementara 43 persen melihat ujian sebagai stressor utama, sedangkan 33 persen menempatkan tekanan tersebut (pekerjaan rumah) untuk mendapatkan nilai bagus. Hanya kurang dari 1 persen dari siswa mengatakan pekerjaan rumah tidak membuat stres.

Selain itu, kasus yang berhubungan dengan stres siswa akibat masalah akademik juga tidak sembarangan. Dikutip dari herdi.web.id (2014), menurut data Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI), sejak tahun 2004-2007, jumlah siswa bunuh diri akibat ujian nasional sekitar 16 orang. Sedangkan beberapa data media menyebutkan bahwa dalam kurun waktu 2008-2014, terdapat 7 orang

pelajar yang bunuh diri. Ini berarti sejak tahun 2004 hingga tahun 2014 setidaknya terdapat 23 orang pelajar yang mengakhiri hidupnya dengan cara bunuh diri.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan kuesioner stres akademik (diadopsi dari tesse DASS 42) menunjukkan hasil tingkat stres akademik sebagai berikut: X MIA 85%, X IIS 33%, XI MIA 31%, XI ISS 41%, XII MIA 50%, dan XII ISS 27%. Sehingga dapat diketahui bahwa tingkat stres akademik tertinggi dialami oleh siswa kelas X MIA, yakni sebesar 85%. Adapun klasifikasi siswa yang mengalami stres akademik adalah sebagai berikut: rendah sebanyak 27%, sedang sebanyak 45%, tinggi sebanyak 10%, sangat tinggi sebanyak 3%, dan 15% siswa sisanya mengalami stres normal.

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa dan guru BK diketahui bahwa stres yang dialami siswa dipicu oleh berbagai hal, misalnya padatnya jadwal mata pelajaran, tuntutan untuk memahami seluruh mata pelajaran, tugas-tugas, serta berbagai aktivitas setelah KBM.

Hasil wawancara dengan siswa dan guru BK juga menunjukkan bahwa respon terhadap stres yang ditunjukkan oleh siswa beragam, diantaranya terdapat siswa yang membolos pada mata pelajaran tertentu, tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, dan ada juga yang sampai mengeluh sakit kepala serta mual-mual karena stres yang dialami. Bentuk perilaku menyimpang dan psikosomatis yang ditunjukkan oleh siswa pada dasarnya bersumber dari kecemasan berlebih yang mengakibatkan stres.

Lebih buruk lagi, ketika stres yang mereka alami tidak tertangani dengan baik dapat berpotensi menjerumuskan mereka pada pelarian yang negatif, misalnya terlibat kenakalan remaja seperti merokok, membolos saat jam pelajaran, dan lainnya (Limonso, 2015).

Hasil wawancara dengan guru BK SMAN 2 Kediri diperoleh informasi bahwa upaya penanganan yang diberikan kepada siswa yang mengalami stress masih kurang maksimal dan bersifat konvensional. Penanganan guru BK masih kurang maksimal karena penanganan yang diberikan tidak menyeluruh kepada semua siswa

yang mengalami stres. Hal ini dapat terjadi karena siswa cenderung tertutup terhadap stres yang dialami, dan jarang yang bercerita kepada guru BK. Sehingga penanganan yang diberikan hanya kepada siswa tertentu yang datang ke ruang BK. Sedangkan penanganan yang bersifat konvensional berarti, penanganan yang diberikan hanya sebatas konseling individu atau konseling kelompok. Selain itu, *assessment* untuk mengukur tingkat stres setiap siswa juga belum ada. Padahal, bentuk penanganan yang diberikan kepada siswa yang mengalami stres berbeda setiap tingkatannya.

Oleh karena itu, diperlukan solusi alternatif yang dapat mengatasi semua masalah tersebut. Pengembangan suatu produk atau media adalah solusi yang dianggap paling tepat. Produk yang dikembangkan adalah produk yang mampu mengidentifikasi tingkat stres, mampu menjangkau seluruh siswa, mampu memanfaatkan perkembangan IT dan mampu memandirikan siswa dalam mengatasi stres yang dialami. Mengacu pada pernyataan ini, maka produk yang paling tepat untuk dikembangkan adalah produk multimedia untuk layanan BK dalam bentuk *aplication software*. Adapun produk ini diberi nama "*Software Stress Meter*".

Pemilihan pengembangan multimedia layanan BK dalam bentuk *software* didasarkan oleh paradigma pendidikan abad 21 yang menyatakan bahwa dalam pembelajaran abad 21 siswa dituntut untuk memiliki berbagai macam keterampilan, termasuk keterampilan teknologi. Sebagaimana yang dijelaskan oleh P21 (*Partnership for 21st Century Learning*) dalam Sopian (2015) bahwa pembelajaran di abad 21 menuntut peserta didik untuk memiliki keterampilan, pengetahuan dan kemampuan dibidang teknologi, media dan informasi, keterampilan pembelajaran dan inovasi serta keterampilan hidup dan karir.

Heinich (dalam Sridiarsih, 2014) menyatakan bahwa *software* sebagai media belajar mempunyai beberapa keuntungan dari pada media yang lain, diantaranya:

1. Memungkinkan siswa belajar sesuai kemampuan dan kecepatannya dalam memahami pengetahuan dan informasi yang ditayangkan.
2. *Software* memiliki kemampuan pengintegrasian audio visual seperti gambar, musik, dan animasi sehingga lebih menarik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan model pengembangan Borg & Gall (1983) yang telah disederhanakan menjadi lima tahapan oleh tim Puslitjaknov (2008) yaitu sebagai berikut:

1. Menganalisis produk yang akan dikembangkan
2. Mengembangkan produk awal

3. Validasi ahli dan revisi
4. Ujicoba lapangan skala kecil dan revisi
5. Ujicoba lapangan skala besar dan produk akhir.

Dimana penelitian hanya sampai pada tahap validasi ahli dan revisi, tanpa dilakukan uji lapangan dalam skala kecil maupun skala besar.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah angket penilaian yang digunakan untuk mengetahui akseptabilitas produk yang dikembangkan. Uji validasi produk dilakukan oleh dua dosen Bimbingan dan Konseling sebagai ahli materi, dua guru BK SMAN 2 Kediri sebagai uji pengguna, dan 6 siswa SMAN 2 Kediri kelas X MIA 3 sebagai uji pengguna.

Selama proses pengembangan media *software stress meter*, peneliti berkonsultasi dengan dosen jurusan Kurikulum dan Teknologi Pendidikan sebagai ahli media.

Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kualitatif dan analisis statistik deskriptif. Analisis dekriptif kualitatif digunakan untuk menganalisis data yang bersifat kualitatif dengan mendeskripsikan dan menarik kesimpulan dari komentar atau saran perbaikan ahli media, ahli materi, dan pengguna. Sedangkan analisis statistik deskriptif digunakan untuk menganalisis data yang bersifat kuantitatif dengan menggunakan rumus statistik deskriptif dengan penyajiannya dalam bentuk prosentase. Analisis data kuantitatif menggunakan rumus prosentasi, yaitu

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

P = Nilai persentasi yang diperoleh

F = Frekuensi jawaban alternatif

N = *Number of case* (jumlah frekuensi/ banyaknya individu)

(Sudijono, 2009)

Kriteria penilaian produk digunakan untuk memberi makna atau arti terhadap angka presentase. Menurut Mustaji (2005) menjelaskan tingkat kelayakan kriteria revisi produk yaitu:

Tabel 3.1 Kriteria Penilaian Produk

Nilai	Pernyataan
81% - 100%	Sangat baik, tidak perlu direvisi
66% - 80%	Baik, tidak perlu direvisi
56% - 65%	Kurang baik, Perlu direvisi
0% - 55%	Tidak baik, perlu direvisi

HASIL PENGEMBANGAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Analisis Data Kuantitatif dari Validator

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan pada dua ahli materi, diketahui bahwa rata-rata hasil penilaian terhadap produk *software stress meter* dan buku panduan penggunaan *software stress meter* adalah sebesar 98,77% dan 98,96%. Maka dapat disimpulkan bahwa *software stress meter* menurut ahli materi memenuhi kriteria akseptabilitas dengan predikat “Sangat Baik” (Mustaji, 2005).

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan pada satu ahli media, diketahui bahwa rata-rata hasil penilaian terhadap produk *software stress meter* dan buku panduan penggunaan *software stress meter* adalah sebesar 90,97% dan 86,46%. Maka dapat disimpulkan bahwa *software stress meter* menurut ahli media memenuhi kriteria akseptabilitas dengan predikat “Sangat Baik” (Mustaji, 2005).

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan pada dua calon pengguna (konselor), diketahui bahwa rata-rata hasil penilaian terhadap produk *software stress meter* dan buku panduan penggunaan *software stress meter* adalah sebesar 94,79% dan 92,47%. Maka dapat disimpulkan bahwa *software stress meter* menurut calon pengguna (konselor) memenuhi kriteria akseptabilitas dengan predikat “Sangat Baik” (Mustaji, 2005).

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan pada enam calon pengguna (siswa), diketahui bahwa rata-rata hasil penilaian terhadap produk *software stress meter* dan buku panduan penggunaan *software stress meter* adalah sebesar 84,72% dan 89,01%. Maka dapat disimpulkan bahwa *software stress meter* menurut calon pengguna (siswa) memenuhi kriteria akseptabilitas dengan predikat “Sangat Baik” (Mustaji, 2005).

B. Hasil Analisis Data Kualitatif dari Validator

Pemisahan buku panduan untuk siswa dan guru BK, penggantian istilah “Panduan 1, Panduan 2, dst” pada daftar isi menjadi “Bab 1 : Pengantar, Bab 2 : Petunjuk Penggunaan, dst”, dan penambahan hasil validitas dan reliabilitas instrument pada buku panduan.

Cover buku panduan perlu dibuat lebih menarik dengan memadukan beberapa warna agar tidak terkesan monoton, dan menambahkan koleksi musik relaksasi pada *software stress meter*.

Masukan tertulis yang diperoleh dari para reviewer dan para validator dijadikan suatu saran

serta masukan dalam hal memberikan evaluasi pada bagian – bagian yang dirasa kurang menarik dan kurang tepat untuk dimasukkan dalam produk *software stress meter* dan buku panduan penggunaan *software stress meter* yang dikembangkan.

PEMBAHASAN

Secara keseluruhan proses penelitian pengembangan yang dilakukan telah terlaksanakan dengan baik berdasarkan model pengembangan Puslitjaknov (2008) yang dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan peneliti. Model pengembangan yang dilaksanakan dalam penelitian pengembangan ini diantaranya: 1) Analisis produk yang akan dikembangkan, 2) Pengembangan produk, 3) Validasi Ahli (materi dan media), 4) Uji pengguna dan finalisasi produk.

Tahap satu adalah analisis produk yang akan dikembangkan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMAN 2 Kediri, didapatkan data deskriptif dan data kuantitatif tentang permasalahan siswa disana. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru dan siswa diketahui bahwa permasalahan yang sedang terjadi pada siswa permasalahan stres akademik. Stres akademik muncul karena rutinitas siswa mengikuti kegiatan akademik, seperti beban tugas, beban pelajaran, kegiatan ekstra dan intrakurikuler, dll. Adapun respon yang ditunjukkan siswa, misalnya membolos, tidak mengerjakan PR, dan mengeluhkan pusing-pusing.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan kuesioner stres akademik (diadopsi dari tesse DASS 42) menunjukkan hasil tingkat stres akademik sebagai berikut: X MIA 85%, X IIS 33%, XI MIA 31%, XI ISS 41%, XII MIA 50%, dan XII ISS 27%.

Tahap kedua adalah pengembangan produk. Berdasarkan latar belakang masalah maka solusi yang dipilih untuk mengatasi permasalahan siswa adalah dengan mengembangkan media. Media yang dikembangkan adalah *software stress meter*.

Tahap ketiga adalah validasi ahli. Penilaian akseptabilitas dari validator ahli materi terhadap *software stress meter* yang dikembangkan adalah aspek kegunaan mencapai 100%, aspek kelayakan mencapai 96,87%, aspek ketepatan mencapai 98,21%, dan aspek kepatutan mencapai 100%. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kualitas *software stress meter* yang dikembangkan menurut ahli materi mencapai 98,77%.

Penilaian akseptabilitas dari validator ahli materi terhadap buku panduan *software stress meter* yang dikembangkan adalah aspek kegunaan mencapai 100%, aspek kelayakan 97,22%, aspek ketepatan 98,61%, dan aspek kepatutan mencapai 100%. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kualitas buku panduan penggunaan *software stress meter* yang dikembangkan menurut ahli materi mencapai 98,96%.

Setelah diperoleh nilai dari masing-masing validator maka dilakukan penarikan kesimpulan kualitas *software stress meter* berdasarkan kriteria interpretasi skor yang telah ditentukan sebelumnya. Berdasarkan kriteria interpretasi skor (Mustaji, 2005), maka berdasarkan aspek akseptabilitas materi/isi, akseptabilitas kegrafikan, dan akseptabilitas penyajian dapat disimpulkan bahwa kualitas *software stress meter* dan buku panduan penggunaan *software stress meter* yang dikembangkan memenuhi kriteria Akseptabilitas produk dengan predikat Sangat Baik.

Komentar, masukan, dan saran dari ahli materi hanya diberikan kepada buku panduan penggunaan saja, beberapa hal yang menjadi revisi adalah Pemisahan buku panduan untuk siswa dan guru BK, pengantian istilah "Panduan 1, Panduan 2, dst" pada daftar isi menjadi "Bab 1 : Pengantar, Bab 2 : Petunjuk Penggunaan, dst", dan penambahan hasil validitas dan reliabilitas instrumen.

Sebelum diujikan kepada calon pengguna, media ini dikonsultasikan terlebih dahulu kepada ahli media untuk mengetahui kelayakan *software stress meter* beserta buku panduannya. Dari konsultasi media ini diketahui bahwa rerata kelayakan media *software stress meter* beserta buku panduannya masing-masing mencapai 90,97% dan 86,46%, berdasarkan kriteria (Mustaji, 2005) media ini mendapat predikat sangat baik dan tidak perlu direvisi. Sehingga dapat disimpulkan media ini layak untuk diuji cobakan kepada calon pengguna.

Tahap keempat adalah uji coba calon pengguna. Berdasarkan hasil penilaian oleh validator ahli calon pengguna (konselor) terhadap *software stress meter* dan buku panduan penggunaan yang dikembangkan sesuai dengan empat kriteria akseptabilitas yaitu, kegunaan, kelayakan, ketepatan dan kepatutan yang telah dipaparkan pada bagian sebelumnya, menunjukkan hasil akseptabilitas produk *software stress meter* sebagai berikut: aspek kegunaan 96,87%, aspek kelayakan 91,67%, aspek ketepatan 93,75%, dan aspek kepatutan 96,87%. Maka dapat

disimpulkan bahwa nilai akhir dari akseptabilitas produk *software stress meter* adalah 94,79%.

Sedangkan nilai akseptabilitas produk buku panduan penggunaan *software stress meter* adalah sebagai berikut: aspek kegunaan 100%, aspek kelayakan 79,69%, aspek ketepatan 96,43%, dan aspek kepatutan 93,75%. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai akhir dari akseptabilitas produk buku panduan penggunaan *software stress meter* adalah 92,47%.

Setelah diperoleh penilaian dari konselor kemudian dilakukan penarikan kesimpulan berdasarkan kriteria interpretasi skor produk *software stress meter* dan buku panduan penggunaan *software stress meter*, yaitu memenuhi akseptabilitas produk dengan predikat "Sangat Baik".

Masukan dari konselor yang berupa saran hanya diberikan pada buku panduan penggunaan *software stress meter* saja. Saran dari konselor yang perlu revisi adalah mengubah tampilan buku panduan (cover) agar didesain lebih menarik bagi pembacanya (warna, gambar dan tulisan).

Berdasarkan hasil penilaian uji calon pengguna (siswa) terhadap *software stress meter* dan buku panduan penggunaan *software stress meter* yang dikembangkan sesuai dengan empat kriteria akseptabilitas yaitu, kegunaan, kelayakan, ketepatan dan kepatutan yang telah dipaparkan pada bagian sebelumnya, menunjukkan hasil akseptabilitas produk *software stress meter* sebagai berikut: aspek kegunaan 95,83% aspek kelayakan 77,78%, aspek ketepatan 75%, dan aspek kepatutan 90,28%. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai akhir dari akseptabilitas produk *software stress meter* adalah 84,72%.

Sedangkan nilai akseptabilitas produk buku panduan penggunaan *software stress meter* adalah sebagai berikut: aspek kegunaan 91,66, aspek kelayakan 80,36%, aspek ketepatan 90,97%, dan aspek kepatutan 93,06%. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai akhir dari akseptabilitas produk buku panduan penggunaan *software stress meter* adalah 89,01%.

Setelah diperoleh penilaian dari siswa kemudian dilakukan penarikan kesimpulan berdasarkan kriteria interpretasi skor yaitu, *software stress meter* dan buku panduan penggunaan *software stress meter* memenuhi akseptabilitas produk dengan predikat Sangat Baik.

Masukan dari siswa yang berupa saran hanya diberikan pada buku panduan penggunaan *software*

stress meter saja. Sebanyak empat siswa menyarankan untuk memperbaiki cover menjadi lebih menarik, satu siswa memberikan komentar bahwa buku panduan penggunaan sudah menjelaskan tata cara penggunaan *software*, dan sisanya tidak memberikan komentar, kritik, ataupun saran perbaikan.

PENUTUP

A. Simpulan

Penelitian pengembangan media KRR berbasis *software* dalam layanan informasi bimbingan konseling siswa sekolah menengah pertama menggunakan metode pengembangan Borg & Gall (1983) yang telah disederhanakan oleh tim puslitjaknov (2008). Tahapan penelitian yang telah dilakukan yaitu analisis produk yang akan dikembangkan, proses pengembangan produk, konsultasi ahli media, uji ahli bimbingan dan konseling, uji pengguna produk dan akseptabilitas produk.

Berdasarkan hasil penilaian dan analisis pengembangan produk, dapat disimpulkan bahwa Media *Software Stress Meter* telah memenuhi kriteria akseptabilitas. Adapun rincian hasil pengembangan tersebut adalah prosentase media *software stress meter* keseluruhan dari uji ahli Bimbingan dan Konseling sebesar 98,77% dan prosentase bagian dalam buku panduan keseluruhan dari ahli Bimbingan dan Konseling sebesar 98,96%. Menurut Mustaji (2005), hasil tersebut telah memenuhi kriteria sangat baik dan tidak perlu revisi. Hasil penilaian dan analisis dari pengguna produk (guru BK) yaitu prosentase media *software stress meter* keseluruhan sebesar 94,79% dan prosentase bagian dalam buku panduan keseluruhan sebesar 92,47%, sehingga memenuhi kriteria sangat baik dan tidak perlu revisi. Sedangkan hasil penilaian dan analisis dari pengguna produk (siswa) yaitu prosentase media *software stress meter* keseluruhan sebesar 84,72% dan prosentase bagian dalam buku panduan keseluruhan sebesar 89,01%, sehingga memenuhi kriteria sangat baik dan tidak perlu revisi.

Dengan demikian, media *Software Stress Meter* untuk Siswa Kelas X SMAN 2 Kediri memenuhi kriteria akseptabilitas untuk diaplikasikan oleh guru bimbingan konseling dan siswa sekolah menengah atas (khususnya kelas X).

B. Saran

Berdasarkan simpulan diatas, terdapat beberapa saran yang ditujukan untuk beberapa pihak, yaitu :

1. Guru Bimbingan dan Konseling (Konselor)

Konselor dapat menggunakan media ini untuk membantu siswa dalam mengukur dan mengelola stres yang dialami.

2. Peserta Didik (Siswa)

Peserta didik diharapkan dapat memanfaatkan dengan baik media *software stress* yang dikembangkan oleh peneliti sehingga siswa dapat mengelola stres yang sedang dialami.

3. Peneliti Selanjutnya

Sekalipun *software stress meter* ini merupakan produk yang telah memenuhi kriteria akseptabilitas, namun produk ini belum diujikan aspek efektifitasnya, baik dalam skala kecil ataupun besar. Oleh karena itu untuk penelitian yang selanjut dapat mengimplementasikan produk ini ke dalam uji coba skala kecil ataupun besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Batamtoday. 2014. Penelitian Menunjukkan, PR yang Terlalu Banyak Bisa Berdampak Buruk Bagi Siswa, (online) <http://www.batamtoday.com/berita40264-Penelitian-Menunjukkan,-PR-yang-Terlalu-Banyak-Bisa-Berdampak-Buruk-Bagi-Siswa.html>, diakses 20 Januari 2016.
- Hamzah, Herdiansyah. 2014. Kekerasan Negara Terhadap Dunia Pendidikan, (online) <http://www.herdi.web.id/kekerasan-negara-terhadap-dunia-pendidikan/>, diakses 20 Januari 2016
- Irfan, Achmad. 2015. 44 persen remaja stress dan galau hadapi ujian, (online) <http://www.antaranews.com/berita/483300/44-persen-remaja-stress-dan-galau-hadapi-ujian>, diakses 20 Januari 2016.
- Limonso, Martin. 2015. Manajemen Stres, (online) <http://m.kompasiana.com/ladiesman777/manajemen-stres-54f95d01a33311f8847b5098>, diakses 24 September 2015
- Mustaji. 2005. *Pembelajaran Berbasis Konstruktivistik: Penerapan dalam Pembelajaran Berbasis Masalah*. Surabaya: UNESA Press.
- Puslitjaknov. 2008. *Metode Penelitian Pengembangan*. Jakarta : Pusat Penelitian Kebijakan dan Inovasi Pendidikan Badan Penelitian dan Pengembangan Departemen Pendidikan Nasional, (online) <http://www.infokurusu.net/download/0604091354MetodePengembPembelajaran.pdf> diakses 6 Mei 2015

Rendro and Ronald. 2010. *Beyond Borders: Communication Medernity & History*. London: STIKOM The London School of Public Relations.

Rozandi, Dasril. 2014. Selain Guru, Kurikulum 2013 Bikin Murid Stress, (online) <http://nasional.tempo.co/read/news/2014/12/08/079627191/selain-guru-kurikulum-2013-bikin-murid-stress>, diakses 20 Januari 2016.

Sopian, Yana R. 2015. Pendidikan abad 21, (online) <http://litbang.kemdikbud.go.id/index.php/index-berita-kurikulum/243-kurikulum-2013-pergeseran-para-digma-belajar-abad-21>, diakses 22 Oktober 2015

Sridiasih, Ledy Novia. 2014. *Pengembangan Software Inventory Gaya Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama*. Skripsi tidak dipublikasikan. Unesa.

Sudijono, Anas. 2009. *Statistik untuk Penelitian*. Jakarta: Rajawali Press.

