

PENGARUH *GENDHING* TERHADAP *DISTRES YANG DIALAMI OLEH SISWA UNDERACHIEVER*

Penelitian Dilakukan Pada Siswa Program Rintisan Sekolah
Bertaraf Internasional (RSBI) SMA Negeri 3 Surakarta
Tahun Pelajaran 2010/2011

Tesis

Disusun Guna Memenuhi Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Magister (S2) Sains Psikologi



Oleh :

SUYONO

NIM. S 300 090 015

**PROGRAM STUDI MAGISTER SAINS PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2011**

PENGARUH *GENDHING* TERHADAP *DISTRES YANG DIALAMI OLEH SISWA UNDERACHIEVER*

Penelitian Dilakukan Pada Siswa Program Rintisan Sekolah
Bertaraf Internasional (RSBI) SMA Negeri 3 Surakarta
Tahun Pelajaran 2010/2011

Tesis

Disusun Guna Memenuhi Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Magister (S2) Sains Psikologi

Oleh :

Suyono

NIM. S 300 090 015

Telah disetujui oleh :

Pembimbing

Tanggal :

Dr. Nanik Prihartanti, M.Si

Dra. Wiwin Dinar Prastiti, M. Si.

PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya ;

Nama : Suyono
NIM : S 300090015
Program Studi : Magister Sains Psikologi
Judul : PENGARUH *GENDHING* TERHADAP
DISTRES YANG DIALAMI OLEH SISWA *UNDERACHIEVER*

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya serahkan ini, benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dan ringkasan-ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan sumbernya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa tesis ini hasil jiplakan, maka gelar dan ijazah saya yang diberikan oleh Universitas Muhammadiyah Surakarta batal saya terima.

Surakarta,
Hormat saya

Suyono

PENGESAHAN

ABSTRACTION

THE INFLUENCE OF GENDHING AGAINST DISTRES WHICH HAPPENS AT THE UNDERACHIEVER STUDENT

Underachiever is individual dissability to show the achievement according to his/her potency. The case can happen at the student of the program of International Level School Preparation, although since the beginning of the recruitment has been tried by the long selection system. It starts from the report point of Junior High School, academic test, the point of national exam with the condition minimum 75 and intelligence minimum 110. The result of the early survey of data shows that the student feels inconvenient caused by the claim of the parents as well as the school, deals with the school status which the society consider it elite, so that feeling troubles his/her study or make the student distressed. Finally his/her achievement does not correspond with the hope or underachiever. The goal of this observation is to know the influence of gendhing againt distress that happen at the underachiever student. The hypothesis which is brought in this observation is to know if there is gendhing influence againt distress which happens at the underachiever student.

The population of the survey is the underachiever students of SMA Negeri 3 Surakarta with the program of International Level School Preparation. The survey sample amount 48 students with above average of the distress score. The technique of taking the sample is used purposive random sampling while the data gathering is used distress scale.

The result of data analizing is used F (anova) test with the result $F_{\text{amounts}} = 9,754$ while $F_{\text{tabel}} = 2,32$ with the level of 5% significantion, so it can be known that there is the difference of distress score between the previous therapy with the later one which is known by the re-average score of distress 15,25. The conclusion of this observation is there is the influence of gendhing againt distress which happens at the underachiever student.

Key word : underachiever, distress, gendhing

ABSTRAKSI

PENGARUH GENDHING TERHADAP DISTRES YANG DIALAMI OLEH SISWA UNDERACHIEVER

Underachiever adalah ketidakmampuan individu untuk menunjukkan prestasi sesuai dengan potensi yang dimiliki. Kasus tersebut dapat terjadi pada siswa program Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional (RSBI), meskipun sejak awal rekrutmen telah diupayakan sistem seleksi yang panjang. Mulai dari nilai rapor SLTP, tes akademik, nilai ujian nasional yang disyaratkan minimal 75 dan inteligensi minimal 110. Hasil survey awal diperoleh data bahwa siswa merasakan adanya ketidaknyamanan perasaan yang disebabkan adanya tuntutan dari orang tua maupun sekolah, terkait dengan status sekolah yang oleh masyarakat dianggap elit, sehingga perasaan tersebut mengganggu kegiatan belajarnya (*distres*) akhirnya prestasi tidak sesuai dengan harapan (*underachiever*). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh gendhing terhadap distres yang dialami siswa *underachiever* tersebut. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh gendhing terhadap distres yang dialami siswa *underachiever*.

Populasi dari penelitian ini adalah siswa-siswi SMA Negeri 3 Surakarta Program Rintisan Sekolah Bertraf Internasional (RSBI) yang *underachiever*. Sampel penelitian ini berjumlah 48 siswa dengan skor distres rata-rata ke atas. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah *purposive random-sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala distres.

Hasil analisa data dilakukan dengan menggunakan uji F (anova) dengan hasil F hitung sebesar 9,754 sedang F_{tabel} dengan db 2/45 sebesar 2,32 dengan taraf signifikansi 5% sehingga bisa diketahui bahwa ada perbedaan skor distres antara sebelum perlakuan dengan setelah perlakuan, yang ditunjukkan rerata skor distres sebelum perlakuan sebesar 23,50 sedang paska perlakuan dengan rerata skor distres sebesar 15,25. Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah ada pengaruh gendhing terhadap distres yang dialami siswa *underachiever*.

Kata kunci : *underachiever*, distres, gendhing

MOTTO

Sesungguhnya sesudah kesulitan akan datang kemudahan, maka kerjakanlah urusanmu dengan sesungguh-sungguhnya dan hanya kepada Alloh-lah kamu berharap.

(QS Alam Nasyrah ; 6-8)

Sabar adalah cara utama dalam menghadapi kesulitan agar mencapai kemenangan gemilang. Sabar bukan berarti pasrah terhadap keadaan, melainkan pasti dalam mencari penyelesaian.

(Syech Abdul Kadir Al-Jaelani)

Apakah kalian tidak melihat bahwa Alloh-lah yang telah memudahkan bagi kalian segala apa yang di langit dan segala apa yang di bumi. Dialah yang telah menurunkan atas kalian nikmat-Nya yang lahir dan batin.

(QS Luqman ; 20)

PERSEMBAHAN

1. Buat istri saya, Rochmah
2. Buat anak-anak saya, Adi Wiyata, Nina Martyastuti dan Dika Candrawati
3. Buat cucu saya, Cheryl Cindy Fatehah
4. Buat ibu saya, Ratmi
5. Buat bapak saya, Soedarno almarhum

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Berkat rakhmat Tuhan Yang Maha Esa, maka tesis sederhana yang berjudul "Pengaruh *Gendhing* Terhadap Distres Yang Dialami Siswa *Underachiever*" ini dapat terselesaikan meskipun di tengah kesibukan, baik yang bersifat kedinasan maupun keluarga. Untuk itu penulis mengucapkan syukur kepadaNya.

Penulisan tesis ini dilakukan untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Magister Sains Psikologi dari Program Studi Magister Sains Psikologi Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dengan pertimbangan bahwa *gendhing* yang merupakan cabang budaya khususnya di bidang seni, kurang mendapat apresiasi oleh kalangan muda, maka sekaligus untuk mengangkat budaya lokal tersebut agar tidak musnah, maka penelitian ini juga bermaksud untuk mengkaji tentang pengaruh *gendhing* terhadap distres yang dialami oleh siswa *underachiever*, khususnya siswa program RSBI SMA Negeri 3 Surakarta Tahun Pelajaran 2010/2011.

Terima kasih penulis ucapan kepada :

1. Dr. Nanik Prihartanti, M. Si. Ketua Program Studi Magister Sains Psikologi Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta sekaligus Pembimbing I penulisan tesis, yang telah memberikan ijin penelitian dan bimbingannya.
2. Dra. Wiwin Dinar Prastiti, M. Si. selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga tesis ini cepat selesai.
3. Kepala SMA Negeri 3 Surakarta yang telah memberikan suport, bimbingan dan ijin penelitian sehingga tesis ini dapat terselesaikan.

4. Semua pihak yang tidak dapat disebut satu persatu, yang telah membantu kelancaran penyusunan tesis ini.

Menyadari akan kekurangan penulis, maka kritik dan saran dari manapun datangnya sangat penulis harapkan demi perbaikan penulisan selanjutnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, 1 Oktober 2011

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TESIS	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN ABSTRAK	v
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Distres Siswa <i>Underachiever</i>	10
1. Pengertian	10
2. Gejala-gejala distres	12

3. Faktor-faktor yang memengaruhi	13
4. Proses terjadinya distres	15
B. Gendhing Dalam Perspektif Musik Jawa	16
1. Pengertian dan Perkembangan Gendhing	16
2. Pemilahan Gendhing	19
C. Gendhing Untuk Menurunkan Distres	24
1. Keterkaitan gendhing dengan suasana hati	24
2. Respon kesenangan terhadap gendhing dan sistem kekebalan tubuh	26
3. Penelitian yang relevan	26
4. Kerangka pemikiran	29
D. Pengajuan Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Identifikasi Variabel	31
B. Difinisi Operasional	31
C. Populasi dan Sampel	32
D. Metode dan Alat Pengumpulan Data	33
1. Metode pengumpulan data	33
2. Alat pengumpulan data	33
E. Desain Penelitian	39
F. Prosedur Penelitian	40
G. Teknik Analisa Data	41
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	42
A. Persiapan Penelitian	43

1. Uji Instrumen	43
2. Seleksi (<i>screening</i>) Subyek	45
B. Pelaksanaan Penelitian	48
1. Lokasi dan Jadual Perlakuan	48
2. Gambaran Singkat Sesi-sesi Perlakuan	50
C. Analisa Data	54
1. Data Hasil Pengukuran	54
2. Uji Normalitas Data	57
3. Hasil Analisis	57
D. Pembahasan	59
1. Pembahasan Hasil Penelitian	59
2. Dinamika Pengaruh Terapi Dalam Menurunkan Distres	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel

1.	Hasil Survey Awal	4
2.	Keluhan Gangguan	5
3.	Perbedaan Gendhing Lancaran, Ketawang dan Ladrang	20
4.	Komparasi Gendhing Gecul, Prenes dan Kasmaran	32
5.	Blueprint Skala Distres	34
6.	Model Rancangan Penelitian	40
7.	Blueprint Skala Distres Sebelum Uji Coba	44
8.	Blueprint Skala Distres Setelah Uji Coba	45
9.	Anggota Kelompok I	47
10.	Anggota Kelompok II	47
11.	Anggota Kelompok III	48
12.	Komposisi Kelas	49
13.	Jadual Penelitian	49
14.	Hasil Pengukuran Distres Kelompok Gendhing Gecul	54
15.	Hasil Pengukuran Distres Kelompok Gendhing Prenes	55
16.	Hasil Pengukuran Kelompok Gendhing Kasmaran	56
17.	Rerata Skor Distres	56
18.	Selisih Skor Pre-Test dan Pos-test	58
19.	Penurunan Skor Distres Kelompok Gendhing Gecul	63
20.	Penurunan Skor Distres Kelompok Gendhing Prenes	63
21.	Penurunan Skor Distres Kelompok Gendhing Kasmaran	63

22. Perilaku Dalam Proses Perlakuan Untuk Kelompok Gecul	65
23. Perilaku Dalam Proses Perlakuan Untuk Kelompok Prenes	65
24. Perilaku Dalam Proses Perlakuan Untuk Kelompok Kasmaran	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar/Bagan

1. Kerangka Pemikiran	29
2. Rerata Skor Distres	61

DAFTAR LAMPIRAN

1.	Data Kasar Hasil Uji Coba	76
2.	Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	101
3.	Analisa Data	104
4.	Skala Distres	122
5.	Lembar Laporan Diri	124
6.	Catatan Hasil Observasi	125
7.	Data <i>Underachiever</i>	126
8.	Data Skor Distres	130
9.	Data Mean Keatas Skor Distres	134
10.	Kelompok Eksperimen	136
11.	Ijin Penelitian	139
12.	Bukti Penelitian	140
13.	Lembar Testimoni	141