

**PENGEMBANGAN WEBSITE BANTU DIRI BAGI PESERTA
DIDIK SEKOLAH MENENGAH ATAS YANG MENJADI
KORBAN *GASLIGHTING***



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Oleh:

HEGGA HERAWATI

1106619067

SKRIPSI

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan

**PROGRAM STUDI (S1) BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA SIDANG SKRIPSI**

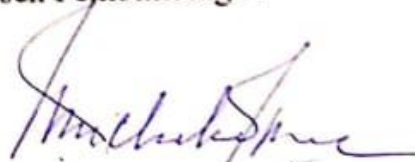
Judul : Pengembangan Website Bantu Diri Bagi Peserta Didik Sekolah Menengah Atas yang Menjadi Korban *Gaslighting*
Nama Mahasiswa : Hegga Herawati
Nomor Registrasi : 1106619067
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Tanggal Ujian : Jum'at, 18 Agustus 2023

Dosen Pembimbing I



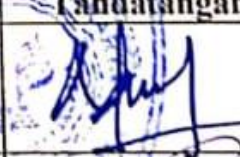

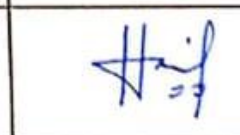
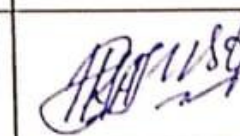
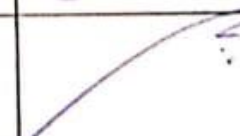
Dr. Herdi, M.Pd.
198408052009121004

Dosen Pembimbing II



Dra. Michiko Mamesah, M.Psi.
NIP. 195905021989032002

PANITIA SIDANG SKRIPSI

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Fahrurrozi, M.Pd. (Penanggungjawab)*		01 September 2023
Dr. Wirda Hanim, M.Psi. (Wakil Penanggungjawab)**		01 September 2023
Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons. (Ketua Penguji)***		29 Agustus 2023
Dewi Justitia, M.Pd., Kons. (Anggota Penguji I)****		29 Agustus 2023
Wening Cahyawulan, M.Pd. (Anggota Penguji II)****		28 Agustus 2023

Catatan:

* Dekan FIP

** Wakil Dekan I

*** Koordinator Program Studi

**** Dosen penguji selain Pembimbing dan Koordinator Program Studi

**PENGEMBANGAN WEBSITE BANTU DIRI BAGI PESERTA DIDIK
SEKOLAH MENENGAH ATAS YANG MENJADI KORBAN
GASLIGHTING**

(2023)

Hegga Herawati

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengembangkan website bantu diri bagi peserta didik tingkat Sekolah Menengah Atas yang menjadi korban *gaslighting*. Penelitian dilakukan di SMAN 01 Gunungputri. Metode penelitian menggunakan *Desain Based Research* (McKenney & Reeves, 2012). Model penelitian menggunakan memiliki tiga tahapan, yaitu Analisis dan Eksplorasi dengan peneliti melakukan kajian literatur, diskusi dengan dosen pembimbing, dan kunjungan lapangan ke lokasi penelitian, Desain dan Konstruksi dengan peneliti merancang desain website, Evaluasi dan Refleksi dengan peneliti melakukan uji ahli dan keterbacaan pengguna. Jumlah sampel sebanyak 135 partisipan menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur menggunakan adaptasi *Victim Gaslighting Questionnaire* versi bahasa Indonesia yang valid dan reliabel, instrumen kebutuhan media, dan instrumen kualitas media. Teknik analisis data menggunakan statistika deskriptif. Penelitian menghasilkan gambaran peserta didik yang menjadi korban *gaslighting* dan Website Helpline: *Heal The Gaslight Effects*. Korban *gaslighting* menghadapi ketidaksepakatan dan kehilangan kepercayaan diri karena pelaku. Hasil penilaian website dari uji ahli media sebesar 87,5% (sangat layak), penilaian ahli materi sebesar 91,25% (sangat layak), penilaian praktisi bimbingan konseling sebesar 97% (sangat layak), dan keterbacaan pengguna sebesar 89% (sangat layak). Menu pada website yaitu beranda, asesmen, pengetahuan tentang *gaslighting*, *heal the gaslight effects*, dan kontak pengembang. Website ini dapat digunakan sebagai layanan preventif maupun kuratif bagi peserta didik Sekolah Menengah Atas terkait pengetahuan dan bantu diri seputar *gaslighting*, serta guru bimbingan dan konseling dapat memanfaatkan website ini sebagai media pendukung layanan BK di sekolah.

Kata kunci: Gaslighting, Website, Heal The Gaslight Effects

**DEVELOPMENT OF A SELF-HELP WEBSITE FOR HIGH SCHOOL
STUDENTS WHO ARE VICTIMS OF GASLIGHTING
(2023)**

Hegga Herawati

ABSTRACT

This research aims to develop a self-help website for high school students who are victims of gaslighting. The research was conducted at SMAN 01 Gunungputri. The research method used Design Based Research (McKenney & Reeves, 2012). This research model used three processes, namely Analysis and Exploration with researchers conducting literature reviews, discussions with supervisors, and field visits to research locations, Design and Construction with researchers designing website designs, Evaluation and Reflection with researchers conducting expert tests and user readability. The sample size was 135 participants using purposive sampling technique. The measuring instrument used a valid and reliable Indonesian version of the Victim Gaslighting Questionnaire adaptation, a media needs instrument, and a media quality instrument. The data analysis technique used descriptive statistics. The research produced a description of students who were victims of gaslighting and the Helplance Website: Heal The Gaslight Effects. Victims of gaslighting peer disagreement and loss of self trust due to the perpetrator. The website assessment results from the media expert test were 87.5% (very feasible), material expert assessment was 91.25% (very feasible), counseling guidance practitioner assessment was 97% (very feasible), and user readability was 89% (very feasible). The menus on the website are homepage, assessment, knowledge about gaslighting, heal the gaslight effects, and contact the developer. This website can be used as a preventive and curative implementation for high school students related to knowledge and self-help around gaslighting, and guidance and counseling teachers can utilize this website as a supporting media for guidance and counseling at school.

Keywords: Gaslighting, Website, Heal The Gaslight Effects

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Hegga Herawati

No. Registrasi : 1106619067

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Pengembangan Website Bantu Diri Bagi Peserta didik Sekolah Menengah Atas yang Menjadi Korban *Gaslighting*”** adalah:

1. dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian/pengembangan pada bulan Januari – Agustus 2023.
2. bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, Agustus 2023

Yang membuat pernyataan,



METERAL
TEMPEL
932EBAKX640630221

(Hegga Herawati)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : HEGGA HERAWATI
NIM : 1106619067
Fakultas/Prodi : FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN/BIMBINGAN DAN KONSELING
Alamat email : heggaherawati237@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

PENGEMBANGAN WEBSITE BANTU DIRI BAGI PESERTA DIDIK SEKOLAH MENENGAH ATAS
YANG MENJADI KORBAN GASLIGHTING

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta

Penulis

(HEGGA HERAWATI)
nama dan tanda tangan

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Perhaps you dislike something which is good for you and like something which is bad for you. Allah knows and you do not know.” (Qur’an 2:216)

“Hanya berarti aku gagal kali ini bukan berarti aku akan selamanya gagal dan selalu gagal. Teruslah berusaha, bertahan, dan mencoba lagi. Aku akan selalu belajar dari pengalaman-pengalamanku.” (Anonim)

“Aku bahagia karena aku hanya satu di dunia ini.”

Segala bentuk perjuangan yang dilalui, skripsi ini kupersembahkan teruntuk:

1. Seorang pejuang mimpi, yaitu diriku sendiri yang telah *survive* dan mengalahkan egomu sendiri ketika lelah untuk berjuang. Kamu hebat sudah sampai di fase ini dalam kehidupanmu.
2. Mama yang merupakan perempuan hebat dalam kehidupanku, memiliki hati lembut dan tungkai baja yang senantiasa memberikan motivasi, selalu berjuang, dan memberikan cinta tiada henti sehingga aku bisa tumbuh dengan baik sampai saat ini.
3. Bapak yang merupakan laki-laki yang paling dekat dengan diriku. Terima kasih atas do’a yang senantiasa terlantunkan untukku dan pembelajaran kehidupan lain sehingga membentuk diriku yang seperti ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT. atas segala rahmat, karunia, serta taufik dan hidayah-Nya yang diberikan kepada peneliti sehingga mampu menyelesaikan penelitian ini. Sholawat serta salam tercurahkan kepada Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya.

Selama masa penyusunan skripsi ini peneliti melalui berbagai macam pengalaman yang pastinya memberi kesan yang mendalam. Berbagai emosi, pikiran, dan tenaga bersatu membentuk sebuah ikatan, namun peneliti menyakini jika pengalaman-pengalaman yang didapatkan memberikan warna yang menarik untuk dijadikan kenangan selama masa akhir studi sebagai seorang mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Jakarta.

Keberhasilan dalam menyelesaikan penelitian ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

Prof. Dr. Fahrurrozi, M.Pd dan Dr. Wirda Hanum, M.Psi selaku Dekan dan Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberi ijin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian.

Dr. Happy Karlina Marjo, M. Pd, Kons. selaku ketua Program Studi (S1) Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.

Dr. Herdi, M. Pd. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan masukan, dukungan, dan bimbingan untuk peneliti menyusun skripsi ini.

Dra. Michiko Mamesah, M. Psi. selaku Pembimbing Akademik dan dosen pembimbing II serta seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membimbing dan memberikan ilmu serta inspirasi bagi peneliti.

Kedua orang tua terkasih, mama yang merupakan tombak motivasi dan bapak yang senantiasa menjadi perisai bagi peneliti. Terima kasih telah mendukung, memberikan semangat, dan mendo'akan peneliti selama masa akhir penyelesaian

studi.

Koordinator Bimbingan dan Konseling SMAN 1 Gunungputri dan peserta didik SMAN 1 Gunungputri yang sudah memberikan waktunya untuk membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.

Teman-teman Prodi Bimbingan dan Konseling angkatan 2019 dan kawan-kawan satu bimbingan yang sudah mau bersama-sama menjalani dan saling memberikan semangat satu sama lain.

Teman-teman di KPM UNJ, khususnya kawan-kawan BPH Kadiv 2022 yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan menjadi pengingat selama peneliti menyelesaikan penelitian ini.

Demikianlah kata pengantar ini peneliti sampaikan kepada pihak-pihak terkait. Penelitian ini diselesaikan dengan baik adanya, dan peneliti berharap jika penelitian ini memberikan kebermanfaatan di masa yang akan mendatang.

Jakarta, Agustus 2023

Peneliti

Hegga Herawati

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB II.....	9
KAJIAN TEORITIK.....	9
A. Deskripsi Teoritik.....	9
1. <i>Gaslighting</i>	9
2. Website Bantu Diri	15
B. Hasil Penelitian yang Relevan	20
C. Kerangka Konsep Pengembangan	21

D. Rancangan Model.....	24
BAB III	28
METODOLOGI PENELITIAN.....	28
A. Tujuan Penelitian	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Pendekatan dan Metode Penelitian	28
D. Prosedur Pengembangan	29
1. Analisis dan Eksplorasi.....	30
a. Analisis.....	30
b. Eksplorasi.....	34
2. Pembuatan Desain dan Konstruksi.....	35
a. Desain: Menjelajahi Solusi	35
b. Desain: Pemetaan Solusi	35
c. Konstruksi	36
3. Evaluasi dan Refleksi.....	37
a. Evaluasi	37
b. Refleksi	39
E. Instrumen Penelitian.....	39
1. Definisi Konseptual	39
2. Definisi Operasional	40
3. Uji Produk.....	42
F. Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV	47
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Deskripsi Hasil Model Pengembangan	47
B. Nama Produk.....	47

C. Karakteristik Produk	49
D. Analisis Data	51
1. Analisis dan Eksplorasi.....	51
2. Desain dan Kontruksi.....	56
3. Evaluasi.....	67
a. Uji Ahli Media	67
b. Uji Ahli Materi.....	68
c. Uji Praktisi Bimbingan dan Konseling	69
d. Uji Keterbacaan Pengguna.....	70
4. Hasil Revisi Media.....	71
a. Hasil Revisi Setelah Uji Ahli Media.....	71
b. Hasil Revisi Setelah Uji Ahli Materi	77
c. Hasil Revisi Setelah Uji Keterbacaan Pengguna	79
E. Prosedur Pemanfaatan Produk	81
F. Pembahasan.....	82
G. Keterbatasan Penelitian.....	90
BAB V.....	86
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	86
A. Kesimpulan	86
B. Implikasi.....	87
C. Saran.....	87
DAFTAR PUSTAKA	89

DAFTAR TABEL

Tabel 3.6 Reliabilitas	33
Tabel 3.1 Kisi-Kisi <i>Victim Gaslighting Questionnaire</i>	40
Tabel 3.2 Kisi-kisi Kebutuhan Media Website Bantu Diri	42
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Uji Ahli Media	43
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Uji Ahli Materi.....	43
Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen Praktisi Bimbingan dan Konseling	44
Tabel 3.6 Kisi-kisi Instrumen Uji Pengguna.....	45
Tabel 3.7 Pengambilan Keputusan Hasil Uji Produk.....	46
Tabel 4.1 Filosofis Logo Website Helplance	49
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas <i>Victim Gaslighting Questionnaire</i>	53
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas <i>Victim Gaslighting Questionnaire</i>	54
Tabel 4.4 Strategi SWOT	56
Tabel 4.5 Hasil Validasi Ahli Media.....	68
Tabel 4.6 Hasil Validasi Ahli Materi	69
Tabel 4.7 Penilaian Praktisi Bimbingan dan Konseling	70
Tabel 4.8 Hasil Uji Pengguna	71
Tabel 4.9 Revisi Ahli Media	73
Tabel 4.10 Revisi Ahli Materi.....	78
Tabel 4.11 Revisi Keterbacaan Pengguna.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Bagan Prosedur Penelitian	29
Gambar 3.2 Tampilan Website	37
Gambar 4.1 Logo Website Helplance	47
Gambar 4.2 Tampilan Beranda	58
Gambar 4.3 Menu Pengetahuan (1)	59
Gambar 4.4 Gambar Menu Pengetahuan (2)	62
Gambar 4.5 Menu Asesmen	63
Gambar 4.6 Tampilan Bantu Diri Sesi 1	64
Gambar 4.7 Tampilan Bantu Diri Sesi 2	64
Gambar 4.8 Tampilan Bantu Diri Sesi 3	65
Gambar 4.9 Tampilan Bantu Diri Sesi 4	66
Gambar 4.10 Tampilan Bantu Diri Sesi 5	67
Gambar 4.11 Revisi Beranda	75
Gambar 4.12 Penambahan Ilustrasi	76
Gambar 4.13 Penambahan Video Animasi	77
Gambar 4.14 Hasil Revisi Uji Ahli Materi	79
Gambar 4.15 Revisi FAQs	81
Gambar 4.16 Revisi Halaman Kuis	81

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. Lembar Uji Ahli Media	94
LAMPIRAN 2. Lembar Uji Ahli Materi.....	98
LAMPIRAN 3. Lembar Uji Praktisi Bimbingan dan Konseling	101
LAMPIRAN 4. Lembar Uji Pengguna.....	107
LAMPIRAN 5. Bukti Izin Adaptasi Instrumen	111
LAMPIRAN 6. <i>Victim Gaslighting</i> Questionnaire	112
LAMPIRAN 7. Instrumen Kebutuhan Media.....	116
LAMPIRAN 8. Uji Ahli Instrumen <i>Victim Gaslighting Questionnaire</i>	122
LAMPIRAN 9. Validitas dan Reliabilitas <i>Victim Gaslighting Questionnaire</i> ...	122
LAMPIRAN 10. Survei <i>Gaslighting</i>	127
LAMPIRAN 11. Kebutuhan Media	134
LAMPIRAN 12. Hasil Uji Validasi Media.....	137
LAMPIRAN 13. Hasil Uji Validasi Materi	139
LAMPIRAN 14. Hasil Uji Praktisi Bimbingan dan Konseling	142
LAMPIRAN 15. Hasil Uji Keterbacaan Pengguna	147
LAMPIRAN 16. Tabel Kegiatan Penelitian	150
LAMPIRAN 17. <i>Storyboard Website</i>	151
LAMPIRAN 18. Surat Izin Penelitian	210
LAMPIRAN 19. Daftar Riwayat Hidup	211