

Laporan Penelitian

**PENGEMBANGAN MODEL LAYANAN KONSULTASI BERBASIS
COGNITIVE BEHAVIOR UNTUK MENINGKATKAN *ACADEMIC
HARDINESS* SISWA SMA DI KOTA SEMARANG**

Karya ilmiah untuk melengkapi syarat pengajuan kenaikan pangkat pada Fakultas
Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan Program Studi
Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Oleh:

M. Harwansyah Putra Sinaga, M.Pd.,Kons.

NIP. 19921105 202012 1 014



**PRODI BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UIN SUMATERA UTARA MEDAN**

2022

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Harwansyah Putra Sinaga, M.Pd., Kons.
NIP : 19921105 202012 1 014
Alamat : Jl. Singosari LK. Kel. Gading, Kec. Datuk Bandar, Kota
Tanjungbalai, Sumatera Utara
Judul Penelitian : Pengembangan Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa SMA di Kota Semarang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa hasil penelitian saya ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan dapat disebutkan di dalam kutipan dan sumber pustaka.

Apabila dikemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

Medan, Mei 2022

Hormat Saya,

M. Harwansyah Putra Sinaga, M.Pd., Kons.

REKOMENDASI

Setelah membaca dan menelaah hasil penelitian yang berjudul “**Pengembangan Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa SMA di Kota Semarang**” yang dilaksanakan oleh M. Harwansyah Putra Sinaga, M.Pd., Kons maka saya berkesimpulan bahwa hasil penelitian ini dapat diterima sebagai karya tulis berupa hasil penelitian. Demikianlah rekomendasi ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Mei 2022

Konsultan,

Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi.
NIP. 198212092009122002

ABSTRAK

Sinaga, M. H. P. 2022. 'Pengembangan Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa SMA di Kota Semarang'.

Kata Kunci: *Academic Hardiness*, *Cognitive Behavior*, Konsultasi, ,

Academic hardiness adalah kepribadian seorang siswa yang tahan banting terhadap tuntutan dan beban akademik di sekolah. Siswa yang memiliki *academic hardiness* yang baik akan memiliki komitmen dalam pelaksanaan beban dan tuntutan akademik, memiliki kontrol terhadap diri dan peristiwa yang terjadi khususnya terhadap beban dan tuntutan yang diberikan kepadanya serta memandang bahwa beban dan tuntutan tersebut sebagai tantangan yang harus diselesaikan. *Academic hardiness* siswa dapat dikembangkan melalui layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* dimana layanan konsultasi yang diintegrasikan dengan pendekatan *cognitive behavior*. Tujuan penelitian ini adalah: 1) memperoleh deskripsi *academic hardiness* pada siswa SMA di Kota Semarang, 2) memperoleh deskripsi pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang untuk meningkatkan *academic hardiness*, 3) memperoleh analisis kebutuhan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa di SMA Kota Semarang, 4) menghasilkan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa SMA di Kota Semarang ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan, dan ketepatan, dan 5) menguji keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa SMA di Kota Semarang ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan, dan ketepatannya.

Metode penelitian ini menggunakan metode *research and development* dengan langkah penelitian meliputi: *research and information collecting*, *planning*, *develop preliminary form of product*, *preliminary field testing*, *main product revision*, *main field testing*, dan *operational product revision*. Subjek uji coba sebanyak 36 siswa. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologis *academic hardiness*, angket, wawancara, observasi dan validasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik parametrik dengan menggunakan *t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) tingkat *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang sebelum diberikan perlakuan diketahui mayoritas pada kategori rendah, 2) layanan konsultasi di SMA Kota Semarang sudah terprogram namun pelaksanaannya belum maksimal untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa, 3) guru BK/Konselor sekolah di SMA Kota Semarang membutuhkan model layanan konsultasi *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness*, 4) diperoleh layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang berdasarkan kriteria kelayakan model yakni aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan dan ketepatan, dan 5) model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* efektif untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa.

Saran (1) Bagi Kepala Sekolah, memberikan kesempatan, dukungan, dan fasilitas kepada guru BK/Konselor sekolah untuk melaksanakan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*, (2) Bagi guru BK/Konselor sekolah, hendaknya menerapkan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa serta senantiasa mengembangkan kompetensi yang dimilikinya khususnya dalam memberikan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*, dan (3) Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan bidang kajian ini dalam berbagai variabel dan sudut pandang serta menguji keefektifan model ini secara lebih luas.

PRAKATA

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan nikmat dan rahmat-Nya. Berkat karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan laporan penelitian ini yang berjudul ‘Pengembangan Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa SMA di Kota Semarang’. Laporan penelitian ini disusun sebagai salah satu persyaratan pengajuan kenaikan pangkat pada Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan. Shalawat dan salam dihadiahkan kepada teladan terbaik sepanjang zaman yakni Nabi Muhammad saw.

Keberhasilan ini didapat berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penyelesaian laporan penelitian ini. Peneliti menyadari, bahwa penelitian ini mungkin masih terdapat keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak sangat peneliti harapkan. Semoga hasil penelitian ini bermanfaat dan merupakan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Medan, Mei 2022

Peneliti

M. Harwansyah Putra Sinaga, M.Pd., Kons.

DAFTAR ISI

Lembar Pernyataan Orisinilitas Penelitian	i
Rekomendasi	ii
Abstrak	iii
Prakata	iv
Daftar Isi	v
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Cakupan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah	9
1.5 Tujuan Penelitian	9
1.6 Manfaat Penelitian	10
1.7 Spesifikasi Produk	10
1.8 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan	11
BAB II LANDASAN TEORI	13
2.1. Kajian Pustaka	13
2.2. Kerangka Teoretis	17
2.2.1. <i>Academic Hardiness</i>	17
2.2.2. Layanan Konsultasi	28
2.2.3. Model Layanan Konsultasi Berbasis <i>Cognitive</i> <i>Behavior</i> untuk Meningkatkan <i>Academic Hardiness</i>	40
2.3. Kerangka Berpikir	42
BAB III METODE PENELITIAN	45
3.1. Model Pengembangan	45
3.2. Prosedur Pengembangan	47
3.3. Sumber Data dan Subyek Pengembangan	53
3.4. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	54
3.5. Uji Validitas dan Reliabilitas	62
3.6. Teknik Analisis Data	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	66
4.1. Hasil Penelitian	66

4.2. Pengembangan Model	75
4.3. Uji Efektif Model: Uji Lapangan	83
4.4. Hasil Uji Efektifitas Model: Untuk Meningkatkan <i>Academic Hardiness</i> Siswa SMA di Kota Semarang	92
4.5. Uji Hipotesis	94
4.6. Pembahasan Hasil Penelitian dan Produk Akhir	95
BAB V PENUTUP	101
5.1. Simpulan	101
5.2. Implikasi	102
5.3. Saran	102
Daftar Pustaka	104

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Tahun pertama pembelajaran di SMA sederajat merupakan tahun transisi bagi siswa. Sebab pada tahun ini siswa akan mulai memasuki lingkungan sekolah yang berbeda dari sebelumnya. Jika pada saat SMP, siswa masih dapat belajar dengan adanya bantuan yang dominan dari guru dan orang tua dalam menyelesaikan tugas dan tuntutan akademik. Sebaliknya pada masa SMA siswa dituntut lebih aktif serta mandiri dalam menyelesaikan tugas dan tuntutan akademik. Guru juga tidak akan memberikan bantuan yang dominan kepada siswa dalam menghadapi tugas dan tuntutan akademik. Hal ini karena anggapan guru terhadap siswa adalah siswa mulai belajar mandiri dan bisa bekerja sendiri. Selayaknya tugas dan tuntutan tersebut harus dapat diselesaikan dengan baik oleh siswa. Tak jarang pula siswa merasa terbebani oleh tugas dan tuntutan akademik yang berbeda di masa SMP sebelumnya. Untuk itu, selayaknya siswa memiliki *hardiness* yang tinggi sehingga ia mampu mencegah tekanan atau stres dalam menyelesaikan tugas dan beban akademik.

Hardiness adalah sifat kepribadian atau gaya kognitif yang ditandai dengan semakin meningkatnya tingkat komitmen, kontrol dan keberanian menghadapi tantangan. *Hardiness* dihubungkan dengan aspek kesehatan dan kinerja yang baik dalam kondisi penuh tekanan (Amiruddin & Ambarini, 2014). Menurut Cole, Field dan Harris bahwa *hardiness* dipercaya dapat mempengaruhi bagaimana individu mengalami dan mengatasi situasi hidup yang menekan (Harrison & Brower, 2013). Individu dengan *hardiness* menjalani berbagai aktivitas dengan menyenangkan, menganggap masalah sebagai konsekuensi pilihan serta sebagai stimulus untuk belajar. Menurut Maddi (dalam Spiridon & Evangelia, 2013) *hardiness* menjadi sebuah pencegah terjadinya stress dan telah terbukti meningkatkan kinerja pada berbagai usia dan kelompok kerja. Dalam beberapa penelitian oleh Maddi, Lifton dkk (dalam Spiridon & Evangelia, 2013) telah terbukti bahwa *hardiness* menjadi prediktor dalam efektivitas kinerja pada mahasiswa, memiliki hubungan positif dengan tingkat retensi dan kreativitas di kalangan mahasiswa dan memiliki hubungan negatif terkait dengan stress akademik dan sejumlah keluhan kesehatan pada mahasiswa.

Selanjutnya dalam konteks belajar siswa yang memiliki *hardiness* yang tinggi akan memiliki motivasi untuk belajar keras dan memiliki komitmen untuk terlibat di kelas dibandingkan siswa yang memiliki *hardiness* yang rendah (Spiridon & Evangelia, 2013).

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sheard dan Golby (dalam Spiridon & Evangelia, 2013) bahwa mahasiswa yang memiliki *hardiness* yang tinggi akan menunjukkan pola tindakan yang mengatasi stres di universitas dan mengubah stres yang berpotensi bencana menjadi peluang bagi dirinya. Hasilnya seseorang yang memiliki *academic hardiness* yang baik akan memiliki komitmen dalam pelaksanaan beban dan tuntutan akademik, memiliki kontrol terhadap diri dan peristiwa yang terjadi khususnya terhadap beban dan tuntutan yang diberikan kepadanya serta memandang bahwa beban dan tuntutan tersebut sebagai tantangan yang harus diselesaikan.

Menurut Ahmadi, Zainalipour dan Rahmani (2013) bahwa sifat *hardiness* dirumuskan oleh Kobasa berdasarkan kerangka teoritik psikologi eksistensial yang telah memperkenalkan tingkat dan intensitas hidup yang damai. Kobasa (dalam Ahmadi, Zainalipour, & Rahmani, 2013) mendefinisikan sifat *hardiness* sebagai kombinasi dari keyakinan tentang diri sendiri dan dunia yang menggunakan teori eksistensial. Hal ini mencakup aspek komitmen, kontrol dan tantangan. Individu dengan karakter *hardiness* memiliki ciri sebagai berikut: (a) ia percaya bahwa ia dapat mengontrol peristiwa dan dapat mempengaruhi mereka. Ia percaya bahwa stress psikologis dapat diubah, (b) ia bisa merasakan penghormatan yang mendalam dan komitmen untuk kegiatan yang ia harus lakukan dan terlibat dalam kegiatan sehari-hari, (c) ia mengharapkan perubahan simultan perilakunya dengan perjuangan yang menarik untuk hidup. Untuk itu dapat diketahui bahwa sifat *hardiness* merupakan suatu sifat yang diperlukan dalam menghadapi stress (Ahmadi, Zainalipour, & Rahmani, 2013).

Kehidupan akademik siswa di SMA pada tahun ajaran baru merupakan suatu kondisi yang membutuhkan penyesuaian diri oleh para siswa tersebut. Salah satu penyesuaian kondisi yang harus dilakukan oleh para siswa adalah penyesuaian terhadap beban dan tuntutan akademik yang berbeda saat duduk di bangku SMP. Tidak jarang pula beban dan tuntutan tersebut menyebabkan stress akademik pada siswa (Zamroni, 2013). Stress akademik ini memberikan banyak akibat yang buruk pada siswa itu sendiri jika stress tersebut tidak ditangani dengan baik.

Senada dengan penemuan di SMA di Kota Semarang yakni SMA Nasima, SMA Islam Al Azhar, SMA Kesatrian 1, SMA Kesatrian 2 dan SMA Mataram Kota Semarang ditemukan siswa yang mengalami stress akademik. Berbagai dampak stress akademik tersebut terlihat dari rendahnya prestasi akademik siswa, siswa cenderung belajar biasa-biasa saja, tidak ada motivasi tinggi terhadap pelajaran, bolos dalam pelajaran, tinggal kelas dan bahkan berhenti atau dikeluarkan oleh sekolah. Dari hasil observasi yang peneliti lakukan, ditemukan gejala siswa yang frustrasi dan stress dalam menghadapi dan menyelesaikan beban dan tuntutan

akademik khususnya pada siswa SMA di tahun ajaran pertama. Tidak sampai di situ, dari hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada beberapa guru BK bahwa tanda-tanda dari frustrasi dan stress akademik banyak dialami oleh siswa dari berbagai sekolah. Sekitar 70% dari setiap sekolah menjumpai para siswa dengan gejala stres akademik seperti rendahnya prestasi akademik, siswa cenderung belajar biasa-biasa saja dan rendahnya motivasi belajar.

Kasus-kasus tersebut memunculkan masalah tersendiri bagi siswa. Di satu sisi peserta didik perlu mendapatkan dukungan dan bantuan dari guru bidang studi, guru BK, wali kelas, dan juga orang tua dalam menghadapi proses belajar dan tuntutan akademik di sekolah. Sementara, dukungan dan bantuan dari guru tidak selalu dapat diakses oleh siswa. Sedangkan tuntutan akademik ini jika tidak dapat mereka atasi maka para siswa akan mudah terkena *academic stress* (stres akademik). Banyak stres akademik yang dialami oleh siswa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rakhmawati dan Nurhalimah (2014) menemukan dari 121 siswa bahwa 14.9% mengalami stres pada kategori yang tinggi, 68,6% pada kategori sedang dan 16.5% pada kategori rendah. Sumber stres yang paling dominan adalah beban akademik sebesar 91.7% dan harapan sebesar 83.5%. Sutjiato dkk (2015) juga menemukan sebanyak 87 siswa diketahui mengalami stres sebanyak 46%. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa siswa di Indonesia rentan mengalami gangguan stres pada saat transisi, misal dari jenjang SD menuju SMP, SMP menuju SMA dan SMA menuju perguruan tinggi.

Fenomena stres akademik yang dialami oleh siswa merupakan salah satu dampak dari minimnya dukungan guru terhadap *academic hardiness* pada siswa. Dikarenakan minimnya dukungan guru terhadap *academic hardiness* pada siswa, maka siswa cenderung mengalami stress akademik. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *academic hardiness* berkorelasi negatif dengan indeks dari stres kerja dan berkorelasi negatif dengan kesehatan mental, mengatasi stres, serta peningkatan akademik (Subramanian & Vinothkumar, 2009; Ngai, dkk. 2008; Maddi, 2006; Maddi, dkk. 2009). Sebagai tambahan, Maddi (2012) mengatakan bahwa *hardiness* memiliki hubungan yang positif dengan eksistensi diri, spiritual, indeks harapan hidup, orientasi akademik, sikap terhadap sekolah, kepuasan hidup, sikap kompetisi dan sama sekali tidak berhubungan dengan sifat perfeksionis seseorang. Siswa dengan *academic hardiness* yang tinggi memprediksi kemampuan mereka mempersepsikan situasi baru yang sulit dan menantang dengan cara yang positif, sehingga mereka cenderung menjadi positif dan tidak rentan terhadap stres. Alice & Shanisi (Ahmadi, Zainalipour, & Rahmani, 2013) meneliti hubungan *hardiness*, prestasi akademik dan kemampuan sosial. Mereka menemukan bahwa *academic hardiness* berhubungan dengan prestasi akademik.

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Zamroni (2013) diketahui dari 149 siswa bahwa 16% mengalami *academic hardiness* yang rendah. Faktor yang menyebabkan siswa mengalami stres, 58% siswa mengatakan karena tugas akademik, 21% siswa mengatakan waktu yang terlalu singkat, 13% siswa mengatakan sulit berinteraksi dengan staf pengajar, dan 8% siswa mengatakan sulit beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Kondisi menunjukkan bahwa tugas akademik yang banyak dan menantang sering membuat siswa mengarah kepada ketidakpastian yang timbul dari pengalaman yang bersifat baharu. Ketidakpastian ini akan menimbulkan pikiran dan perasaan yang cemas sehingga menjadi tekanan yang jika terus dibiarkan akan menjadi rentan terhadap stress. Kondisi ini muncul dikarenakan rendahnya *academic hardiness* pada siswa sehingga siswa tidak mampu mengubah stress negatif menjadi positif untuk berkembang secara optimal.

Penanganan stress akademik yang dialami siswa ini membutuhkan penanganan yang serius dari berbagai pihak seperti guru BK, guru bidang studi dan wali kelas serta orang tua yang berinteraksi sehari-hari dengan siswa di rumah. Salah satu penanganan yang harus dilakukan adalah dengan meningkatkan *academic hardiness* pada diri siswa sehingga siswa dapat tahan terhadap tuntutan dan beban akademik di sekolah. Proses bantuan yang diberikan kepada siswa dalam meningkatkan *academic hardiness* memerlukan kerjasama atau kolaborasi antara semua pihak. Salah satu bentuk kolaborasi yang dibangun oleh guru BK adalah melalui layanan konsultasi.

Layanan konsultasi adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling yang mendayagunakan potensi peran orang-orang di sekitar klien (peserta didik) untuk memberikan bantuan secara tidak langsung dari konselor. Layanan ini memungkinkan terjadinya kolaborasi yang akan menguntungkan pihak konselor sebagai konsultan dan pihak kepala sekolah, guru bidang studi dan orang tua sebagai konsulti.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Gansle dan George (2008) menyatakan bahwa pelayanan konsultasi konselor dan guru dapat membantu siswa dalam menyelesaikan masalah keterampilan. Selain itu, menurut Hurwitz, Kratochwill, & Serlin (2015) bahwa layanan konsultasi memberikan perubahan pada siswa dalam bidang akademik, sosial maupun perilaku yang dilakukan oleh konselor kepada guru. Tidak hanya itu, penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa pemberian layanan konsultasi akan memberikan perubahan yang konsisten kepada konseli dengan melibatkan guru sebagai konsulti.

Penelitian yang dilakukan oleh Warren (2013) tentang layanan konsultasi kepada guru. Layanan konsultasi ini dimaksudkan untuk menyediakan dukungan berupa bantuan terhadap sosio emosional guru di sekolah. Konselor sekolah sebagai konsultan memegang peranan

yang vital dalam menyediakan layanan konsultasi untuk kepribadian guru. Sebab guru juga memiliki *irrational belief* yang perlu diubah. *Irrational belief* tersebut memberikan pengaruh terhadap proses belajar mengajar, siswa dan prestasi siswa. Berdasarkan penelitian ini, dapat diketahui bahwa layanan konsultasi yang disediakan oleh konselor merupakan layanan yang bermanfaat dan dibutuhkan oleh guru di sekolah.

Berdasarkan penelitian di atas dapat diketahui bahwa pelayanan bimbingan dan konseling yang salah satu bentuk layanannya adalah layanan konsultasi merupakan pelayanan yang sangat dibutuhkan di sekolah untuk membantu mengembangkan berbagai aspek dari diri siswa. Namun fokus dalam penelitian ini adalah peningkatan *academic hardiness* pada diri siswa dengan menggunakan layanan konsultasi. Secara empiris, Haidarabi (2014) telah menunjukkan bahwa layanan konsultasi efektif dalam meningkatkan *hardiness* tetapi belum ada ditemukan penelitian yang menjelaskan layanan konsultasi berbasis pendekatan tertentu untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Maka yang membedakan penelitian ini dengan penelitian lainnya dalam bidang konsultasi adalah peningkatan *academic hardiness* dengan menggunakan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*.

Manfaat yang banyak dari layanan konsultasi seyogianya memberikan dampak besar bagi seluruh elemen masyarakat sekolah. Sayangnya, hal ini justru tidak dirasakan khususnya oleh siswa melalui perlakuan guru bidang studi. Studi pendahuluan yang dilaksanakan oleh peneliti pada 09 - 14 Januari 2017 bahwa layanan konsultasi yang dilakukan oleh guru BK di sekolah cenderung membahas masalah yang tampak atau gejala yang timbul dari perilaku siswa yang menyimpang. Guru BK dengan pihak lain tidak banyak membahas tentang penyebab terjadinya gejala yang ditimbulkan dari stres akademik tersebut.

Beberapa permasalahan yang sering dibahas dalam layanan konsultasi di sekolah SMA Kota Semarang adalah permasalahan membolos sekolah, siswa yang tidak mengerjakan PR, siswa yang datang terlambat, dan siswa dengan prestasi rendah. Tetapi sangat jarang membahas hal yang berkaitan dengan *hardiness* siswa dalam menghadapi akademik.

Di sisi lain, ditemukan adanya kasus dimana guru bidang studi atau kepala sekolah memberikan permasalahan siswa langsung kepada guru BK atau konselor sekolah tanpa adanya kerja sama atau kolaborasi antara kepala sekolah atau guru bidang studi ke guru BK. Sehingga ini menjadikan peran guru BK tempat untuk menyelesaikan siswa yang memiliki permasalahan saja. Tidak hanya itu, kasus yang paling sering ditemukan adalah ketika guru piket mendapatkan siswa yang sering terlambat datang ke sekolah untuk langsung diproses oleh guru BK tanpa memberikan penanganan terlebih dahulu kepada siswa. Seharusnya guru

piket dan guru bidang studi juga mampu memberikan penanganan berupa bimbingan kepada siswa yang mengalami masalah.

Layanan konsultasi yang terjadi selama ini di sekolah adalah dimana guru BK/Konselor sekolah bersama guru bidang studi mendiskusikan perilaku dan perkembangan siswa menjelang pemberian hasil belajar siswa (raport), guru bidang studi memberikan siswa yang bermasalah dan mendiskusikan permasalahan siswa tersebut di ruangan BK dan di depan siswa yang bersangkutan, layanan konsultasi tidak dilaksanakan di waktu khusus melainkan dilaksanakan pada saat-saat insidental seperti ketika berbincang di kantin, di meja piket, bahkan saat perjalanan pulang sekolah.

Kondisi ini menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konsultasi belum berjalan efektif di sekolah. Pelayanan konsultasi yang belum berjalan dengan efektif ditandai dengan tidak adanya proses konsultasi yang dilakukan oleh guru bidang studi kepada guru BK secara berkala dan berkesinambungan serta ketidakmampuan guru bidang studi dalam memberikan penanganan dan bimbingan yang tepat kepada siswa sebagai bentuk kerja sama dengan guru BK. Pelaksanaan layanan konsultasi yang dilakukan oleh guru BK hanya bersifat insidental dan hanya membahas tentang masalah yang tampak pada siswa. Hasilnya para guru bidang studi tidak memberikan penanganan terhadap masalah siswa khususnya yang berhubungan dengan sifat *hardiness*-nya.

Tidak bisa dipungkiri bahwa layanan konsultasi memiliki potensi yang besar untuk membantu guru BK/Konselor sekolah dan guru bidang studi dalam mencapai keberhasilan pada program masing-masing di institusi sekolah. Adapun potensi atau kekuatan yang dimiliki layanan konsultasi berupa memungkinkan adanya kolaborasi antara guru BK/Konselor sekolah dalam kegiatan akademik di sekolah, membantu guru bidang studi mengenal kondisi psikologis siswa, guru BK/Konselor sekolah mendapat informasi yang lebih banyak terkait kondisi dan aktivitas belajar siswa, guru BK/Konselor sekolah dapat memanfaatkan peran guru bidang studi dalam memberikan bantuan kepada siswa, dan guru BK/Konselor sekolah dapat memanfaatkan informasi yang diperoleh melalui layanan konsultasi sebagai bentuk asesmen kondisi siswa di kelas selama proses pembelajaran.

Meski layanan konsultasi di lapangan memiliki kekuatan atau potensi yang besar, ia juga memiliki kelemahan seperti guru BK/Konselor tidak memiliki konsep/model baku dari layanan konsultasi yang ada, guru BK/Konselor tidak siap berperan sebagai konsultan, proses konsultasi tidak dilakukan secara berkala dan berkesinambungan, proses konsultasi hanya berfokus pada masalah-masalah yang bersifat insidental, dan juga layanan konsultasi belum dikenal baik oleh masyarakat sekolah. Ini semua adalah kelemahan atau masalah yang ada

dalam proses pelayanan konsultasi yang diselenggarakan di sekolah. Kelemahan ini jika tidak diatasi maka akan menghambat dalam mencapai keberhasilan program bimbingan dan konseling di sekolah.

Sementara jika keberhasilan layanan konsultasi ini dicapai, maka banyak peluang yang bisa diraih seperti *trust* masyarakat sekolah terhadap program bimbingan dan konseling khususnya guru BK/Konselor sekolah, tercapainya keberhasilan program BK di sekolah, adanya kemudahan bagi guru BK/Konselor sekolah dalam memberikan bantuan kepada seluruh siswa melalui layanan konsultasi dan juga sebagai sarana mempromosikan eksistensi dan peran BK dalam satuan pendidikan serta terciptanya harmonisasi penanganan yang dilakukan kepada siswa oleh kepala sekolah, guru bidang studi serta orang tua berupa penyamaan strategi penanganan (pendidikan dan pembelajaran) serta terciptanya harmonisasi penanganan yang dilakukan kepada siswa oleh kepala sekolah, guru bidang studi serta orang tua berupa penyamaan visi dan misi dari proses pendidikan dan pembelajaran yang berlangsung serta terciptanya harmonisasi penanganan yang dilakukan kepada siswa oleh kepala sekolah, guru bidang studi serta orang tua berupa penyamaan visi dan misi dari proses pendidikan dan pembelajaran yang berlangsung serta terciptanya harmonisasi penanganan yang dilakukan kepada siswa oleh kepala sekolah, guru bidang studi serta orang tua berupa penyamaan strategi perlakuan (pendidikan dan pembelajaran) yang diberikan kepada siswa.

Namun peluang yang ada tersebut bukan berarti tanpa adanya ancaman yang menyertai. Tantangan dalam pelaksanaan layanan konsultasi tersebut juga harus dicoba untuk disingkirkan agar ancaman tersebut tidak menghalangi diperolehnya peluang yang nantinya akan didapatkan. Adapun tantangan yang terjadi ialah belum adanya layanan konsultasi yang dilakukan oleh guru bidang studi secara berkala dan berkesinambungan, pemahaman guru bidang studi terhadap layanan konsultasi belum benar seutuhnya, belum ada *trust* dari masyarakat sekolah terhadap BK maupun guru BK/Konselor sekolah, dan tidak adanya waktu yang tersedia secara khusus untuk melaksanakan layanan konsultasi bagi masyarakat sekolah.

Melalui analisis kekuatan, kelemahan, peluang dan tantangan (SWOT) terkait kondisi layanan konsultasi di lapangan, maka peneliti merasa perlu untuk mengembangkan satu layanan model konsultasi yang mudah untuk diimplementasikan di sekolah oleh guru BK/Konselor sekolah. Hal ini guna memanfaatkan kekuatan (*Strength*) yang ada pada layanan konsultasi di sekolah untuk menutupi kelemahan (*Weakness*) yang ada, serta kekuatan tersebut dapat meraih peluang (*Opportunities*) sebanyak mungkin serta menangkal segala ancaman (*Threatness*) yang datang yang menjauhkan peluang. Analisa ini menjadi titik tolak dari peneliti untuk mengadakan penelitian dan pengembangan pada layanan konsultasi.

Berdasarkan hal tersebut maka penelitian ini bermaksud akan mengembangkan sebuah model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk membantu meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang. Sehingga dengan tingginya *academic hardiness* pada siswa melalui layanan konsultasi yang diberikan kepada guru, maka memungkinkan siswa untuk mengembangkan potensi diri menjadi lebih berkembang. Hal ini tidak bisa dilakukan sendiri oleh guru BK tanpa adanya usaha dan bantuan dari pihak lain seperti guru dan orang tua. Maka layanan konsultasi yang melibatkan guru akan menjadi sangat efektif dalam membantu siswa dalam meningkatkan *academic hardiness*-nya.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

- 1.2.1. Ditemukan siswa yang mengalami stres akademik seperti malas belajar, prestasi rendah, dan sering bolos serta memiliki motivasi belajar yang rendah.
- 1.2.2. Salah satu penyebab stres akademik yang dialami oleh siswa adalah rendahnya dukungan guru dan orang tua terhadap *academic hardiness* pada siswa seperti bantuan guru dan orang tua dalam meningkatkan *academic hardiness* siswa
- 1.2.3. Permasalahan *academic hardiness* bagi siswa perlu mendapatkan perhatian yang serius serta layanan yang tepat untuk diatasi oleh guru BK, guru bidang studi dan orang tua.
- 1.2.4. Layanan konsultasi yang selama ini berjalan cenderung hanya membahas masalah yang tampak pada siswa dan bersifat insidental.
- 1.2.5. Layanan konsultasi yang diberikan kepada guru bidang studi tidak dilakukan secara berkala dan berkesinambungan untuk mengatasi rendahnya *academic hardiness* pada siswa

1.3. Cakupan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan untuk memfokuskan arah penelitian, maka ruang lingkup penelitian ini adalah pengembangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *Academic Hardiness* pada Siswa SMA Kota Semarang. Adapun yang diteliti ada 2 hal yaitu: (1) Layanan konsultasi berbasis *Cognitive Behavior* dan, (2) *Academic Hardiness* pada siswa SMA.

1.4.Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah di atas dapat dibuat rumusan masalah dalam pengembangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA Kota Semarang sebagai berikut:

- 1.4.1. Bagaimana tingkat *academic hardiness* pada siswa SMA di Kota Semarang?
- 1.4.2. Bagaimana pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa?
- 1.4.3. Bagaimana kebutuhan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa di SMA Kota Semarang?
- 1.4.4. Bagaimana kelayakan desain model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa SMA di Kota Semarang ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan, dan ketepatannya?
- 1.4.5. Bagaimanakah keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa SMA di Kota Semarang ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan, dan ketepatannya?

1.5.Tujuan Penelitian

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk menghasilkan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa SMA Kota Semarang. Adapun tujuan secara terperinci adalah sebagai berikut:

- 1.5.1. Memperoleh gambaran *academic stress* pada siswa SMA di Kota Semarang
- 1.5.2. Memperoleh gambaran pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa
- 1.5.3. Memperoleh analisis kebutuhan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa di SMA Kota Semarang
- 1.5.4. Menghasilkan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa SMA di Kota Semarang ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan, dan ketepatannya
- 1.5.5. Menguji keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa SMA di Kota Semarang ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan, dan ketepatannya

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

1.6.1.1. Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan terhadap ilmu bimbingan dan konseling khususnya tentang layanan konsultasi

1.6.1.2. Hasil temuan penelitian ini dapat menjadi bahan kajian teoritik bagi mahasiswa program studi bimbingan dan konseling khususnya dan peneliti pada umumnya.

1.6.2. Manfaat Praktis

1.6.2.1. Bagi Konselor

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai panduan bagi konselor dalam melaksanakan layanan konsultasi sebagai salah satu layanan yang dapat membantu meningkatkan *academic hardiness* pada siswa SMA.

1.6.2.2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat peneliti gunakan secara langsung sebagai panduan dalam melaksanakan layanan konsultasi sebagai salah satu layanan bimbingan dan konseling yang membantu meningkatkan *academic hardiness* siswa. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti lain sebagai kajian untuk melakukan penelitian dalam bidang bimbingan dan konseling khususnya layanan konsultasi.

1.7. Spesifikasi Produk

Produk yang dikembangkan dalam penelitian dan pengembangan atau *research and development* menekankan pada serangkaian kegiatan yang menghasilkan produk yang berguna. Produk yang diharapkan dalam penelitian dan pengembangan adalah modul 'Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Pada Siswa SMA di Kota Semarang'. Model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* disusun berdasarkan pada model layanan konsultasi secara umum dan teori *academic hardiness*. Sehingga memiliki spesifikasi yang berbeda dari model layanan konsultasi yang sudah ada di sekolah. Model dan produk yang dikembangkan mencakup: Bagian *Pertama*: (1) Rasional, yaitu dasar pemikiran dan filosofi pengembangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa, (2) Konsep Kunci *Cognitive Behavior*, yaitu pandangan tentang eksistensi manusia, gangguan emosional dan teori ABCDEF dari kepribadian, (3) Tujuan, yaitu tujuan yang ingin dicapai dari penggunaan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic*

hardiness siswa, (4) Isi Model, (5) Sistem Pendukung, yaitu dukungan dari sistem pendidikan di lembaga terkait dengan layanan konsultasi, (6) Prosedur/Tahapan, yaitu tahapan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa yang terdiri atas 13 (tiga belas) langkah pelaksanaan, (7) Evaluasi dan Tindak Lanjut. Pada bagian *Kedua*, Panduan Pelaksanaan terdiri dari (1) Tujuan Panduan, (2) Sasaran, (3) Petunjuk Umum, (4) Petunjuk Khusus, (5) Strategi Pengembangan Berbasis *Cognitive Behavior*, (6) Materi/Topik, dan (7) Evaluasi dan Tindak Lanjut.

Model dikembangkan berdasarkan 4 (empat) kriteria standar aspek evaluasi produk yaitu kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan dan ketepatan. Standar kebermanfaatan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa diharapkan bermanfaat bagi guru bidang studi sebagai konsulti sehingga dapat membantu meningkatkan *academic hardiness* siswa. Selain itu juga bermanfaat bagi guru BK/Konselor sekolah dalam menjalankan perannya sebagai konsultan ketika proses konsultasi dengan guru bidang studi terjadi.

Standar kemudahan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa mengacu kepada kemudahan pemahaman materi, petunjuk penggunaan, langkah-langkah kegiatan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*.

Standar kepatutan yang dimaksud mengacu pada penyelenggaraan proses evaluasi yang menghargai kepentingan semua pihak yang terkait. Sedangkan standar ketepatan mengacu pada *content validity* terkait isi model layanan konsultasi memenuhi syarat dari segi teoritis.

1.8. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

1.8.1. Asumsi Pengembangan

Asumsi dasar pengembangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk mengurangi *academic hardiness* pada siswa SMA Kota Semarang adalah sebagai berikut:

- 1) Layanan konsultasi merupakan pemberian bantuan oleh guru BK atau konselor sekolah kepada siswa dengan melibatkan pihak tertentu yang memiliki peran penting dalam kehidupan siswa.
- 2) Rendahnya *academic hardiness* pada siswa merupakan masalah yang membutuhkan penanganan segera (layanan responsif) oleh guru BK atau konselor sekolah yang harus bekerja sama dengan pihak-pihak tertentu untuk mengatasinya. Dengan demikian,

melalui model layanan konsultasi yang dirancang berdasarkan analisis kondisi di lapangan dan teori yang ada, maka peneliti akan membuat model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*.

- 3) *Cognitive behavior* merupakan salah satu pendekatan yang menekankan perubahan kognisi yang berujung pada perubahan perilaku
- 4) Model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* memberikan bantuan untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa. Model layanan ini melibatkan pihak lain yang nantinya akan memberikan perlakuan langsung kepada siswa, sementara guru BK atau konselor bertindak sebagai konsultan yang menjadi asesor dari kondisi siswa serta merancang tindakan bersama konsulti terkait *treatment* yang harus dilakukan untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa.

1.8.2. Keterbatasan Pengembangan

Pengembangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk mengurangi *academic hardiness* pada siswa SMA Kota Semarang memiliki banyak keterbatasan, yakni:

- 1) Penelitian ini hanya dilakukan sampai pengembangan jenis layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* sebagai produk
- 2) Penyusunan model ini belum digeneralisasikan secara luas, hanya dikembangkan pada 1 (satu) sekolah di kota Semarang. Sehingga perlu adanya tindak lanjut untuk pengembangan secara luas.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1. Kajian Pustaka

Berikut ini peneliti akan uraikan kajian pustaka berupa hasil penelitian dan konsep terkait layanan konsultasi. Hal ini sebagai upaya untuk menganalisis berbagai konsep tentang layanan konsultasi. Pemaparan ini menjadi rujukan bagi peneliti untuk menegaskan tentang manfaat dari layanan konsultasi bagi siswa yang dilaksanakan oleh para konsultan. Selain itu, melalui kajian pustaka ini juga dapat memberikan bahwa model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa sejauh ini belum ditemukan. Hal ini yang akan membedakan penelitian ini dengan penelitian yang telah dilakukan oleh para peneliti sebelumnya.

Menurut Segool, Tara, dan John (2007) dalam penelitiannya bahwa layanan konsultasi yang dilaksanakan oleh konselor dan orang tua terbukti efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Penelitian ini berupa upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan konsultasi. Dari studi kasus yang dilaksanakan dalam penelitian ini terbukti bahwa siswa dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah dapat dibantu melalui layanan konsultasi.

Dalam penelitian Tara et.all (2007) menerangkan bahwa bagaimana cara dalam menuliskan laporan penulisan layanan konsultasi. Meski tujuan dari penelitian ini adalah menyarankan tentang penulisan laporan layanan konsultasi namun dalam penelitian ini menggunakan studi kasus tentang penanganan hubungan interaksi sosial siswa yang tidak baik. Pelayanan konsultasi yang melibatkan orang tua terbukti efektif dalam meningkat hubungan interaksi sosial siswa. Penelitian ini menjadi acuan bagi peneliti bahwa layanan konsultasi memberikan penanganan yang tepat pada masalah interaksi sosial siswa.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan Warren, J.M dan Edwin R.G. (2013) menerangkan bahwa layanan konsultasi yang diberikan konselor sebagai konsultan kepada guru dapat membantu mempromosikan secara positif kesehatan mental di antara guru dan membantu kesuksesan siswa di sekolah. Kesuksesan siswa di sekolah dipengaruhi oleh interaksi proses belajar siswa dan guru di kelas,

maka hubungan positif yang terjalin antara guru dan siswa akan sangat membantu siswa dalam mencapai prestasi yang cemerlang.

Selanjutnya menurut Schultz, Arora, dan Mautone (2015) berpendapat bahwa pelaksanaan layanan konsultasi sangat bermanfaat di lingkungan sekolah sebab layanan konsultasi menjadi salah satu layanan yang digunakan berbasis data (*Evidence Based Practised*). Tidak hanya itu, menurut Cappella, dkk (2016) menyimpulkan beberapa penelitian yang dilakukan terhadap layanan konsultasi bahwa layanan konsultasi mampu menjadi layanan yang sangat tepat dengan kebutuhan dari siswa di kelas. Penelitian ini menunjukkan karena selama pelayanan konsultasi memungkinkan adanya kerjasama antara guru bidang studi dan konselor sekolah terhadap kebutuhan siswa. Proses *assesment* kebutuhan siswa tidak hanya dilakukan oleh konselor sekolah namun juga dilakukan oleh guru bidang studi selama dalam proses pembelajaran di kelas. Bukan hanya memberikan bantuan yang tepat dengan kebutuhan siswa, melalui konsultasi juga memberikan peluang kepada guru untuk mengevaluasi proses belajar mengajar yang ia lakukan selama di kelas. Maka dari uraian penelitian ini dapat diketahui bahwa pelayanan konsultasi yang dilakukan oleh konselor memiliki banyak manfaat.

Menurut penelitian yang dilakukan Dederling, Goecke, dan Rauh, (2014) bahwa layanan konsultasi tidak hanya sekedar bermanfaat bagi guru bidang studi, orang tua dan siswa namun juga bermanfaat bagi sekolah itu sendiri. Hal ini dikarenakan layanan konsultasi memberikan peluang dalam perbaikan sistem sekolah. Layanan konsultasi memungkinkan kolaborasi dengan seluruh elemen sekolah termasuk para pemangku jabatan di sekolah. Konselor sekolah dapat memberikan penilaian terkait sistem sekolah yang tidak berjalan dengan baik. Penilaian berbasis data tersebut akan memberikan evaluasi diri sekolah dengan sistem yang lebih baik.

Lebih lanjut penelitian yang dilakukan oleh Merino (2014) menyimpulkan bahwa layanan konsultasi memberikan manfaat yang baik kepada konsultan maupun konsulti secara bersama-sama. setidaknya ada dua hal yang konsultan dan konsulti peroleh dari pelaksanaan layanan konsultasi yakni (a) perubahan

pemikiran yang terjadi selama proses konsultasi, dan (b) pemahaman baru yang lebih baik dengan waktu yang relatif panjang. Tidak berhenti sampai di situ, layanan konsultasi juga memberikan kesempatan untuk membuat hubungan antara pembangunan pendidikan dan pembangunan ekonomi dan sosial yang lebih kuat dan lebih tahan lama, dengan asumsi konsulti dapat mengembangkan keterampilan yang memadai dan dapat mengumpulkan sumber daya yang cukup untuk program. Konsep ini amat diperlukan oleh para konsultan sekolah (konselor sekolah) dalam membangun hubungan yang baik dalam urusan pendidikan, ekonomi dan sosial peserta didik.

Selanjutnya menurut Li dan Vazquez-Nuttall (2009) bahwa konselor yang berperan sebagai konsultan sekolah merupakan agen dari *social justice* bagi anak-anak yang memiliki keanekaragaman budaya di sekolah. Melalui layanan konsultasi, konselor dapat mengangkat isu sosial, ekonomi, lingkungan, politik dan budaya dalam proses konsultasi sehingga guru (konsultee) memiliki cara pandang yang lebih luas mengenai latar belakang siswa di sekolah. Selain menjalin kerjasama yang baik antara konselor dan elemen sekolah yang lainnya, layanan konsultasi bahwa memberikan bantuan advokasi bagi siswa dengan budaya dan bahasa yang berbeda dari kebanyakan siswa di sekolahnya.

Selanjutnya menurut Sherblom & Bahr (2008) bahwa layanan konsultasi dapat digunakan untuk mempromosikan praktik pendidikan yang menumbuhkan lingkungan sekolah yang positif kepada semua siswa. Sebab menurut Campos dan Weil (dalam Sherblom & Bahr, 2008) seorang konselor sebagai konsultan berada dalam posisi advokasi untuk pendekatan yang proaktif dan konstruktif untuk menangani isu-isu keberagaman khususnya pada orientasi kasih sayang. Hal ini akan memberikan bantuan siswa pada perkembangan identitas mereka. Layanan konsultasi menjadi salah satu alternatif layanan yang tepat bagi siswa yang mengalami kesulitan berupa kekurangan pengetahuan, keterampilan, percaya diri dan objektivitas. Konsultan dapat memainkan peran penting dalam membantu agen-agen perubahan di sekolah-sekolah mengidentifikasi perbedaan antara inklusif, adil, dan wacana mereka peduli dan pengecualian yang sebenarnya, ketidakadilan, dan kurangnya perhatian yang mungkin dialami oleh siswa.

Menurut Lilles, dkk (2008) menyatakan bahwa layanan konsultasi dapat membantu memfasilitasi kesulitan-kesulitan yang dialami siswa dalam membaca. Keterampilan membaca merupakan salah satu keterampilan yang sangat penting bagi siswa untuk dimiliki. Melalui layanan konsultasi, konselor sekolah dapat memberikan bantuan dan sumber kepada guru bidang studi untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam membaca. Begitu banyaknya manfaat yang dapat diperoleh melalui layanan konsultasi bahkan Villeneuve dan Hutchinson (2012) dalam penelitiannya menyatakan bahwa layanan ini memungkinkan membangun sinergisitas kerjasama dengan ahli lain dalam membantu siswa dengan disabilitas tertentu di sekolah.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Morrow, Hooker, dan Cate (2015) menyimpulkan bahwa layanan konsultasi dapat mencegah siswa di sekolah dari perbuatan *bullying* baik sebagai korban maupun sebagai pelaku. Hal ini dikarenakan melalui layanan konsultasi, konselor sekolah dapat menjalin kerjasama dengan semua masyarakat sekolah untuk mencegah dan memantau perilaku *bullying* di sekolah.

Secara khusus penelitian yang dilakukan oleh Ingen, Eskelson, dan Allsopp (2016) menunjukkan bahwa untuk membantu siswa meraih kesuksesan pada mata pelajaran mengharuskan guru bidang studi tertentu untuk aktif melakukan konsultasi kepada para ahli khususnya konselor sekolah untuk. Hal ini guna membantu guru bidang studi mengenali potensi siswa terhadap mata pelajaran tersebut dan bagaimana proses belajar yang efektif bagi masing-masing siswa. sebab guru bidang studi membutuhkan data psikologis tentang diri siswa dari konselor.

Selanjutnya menurut Swanger-Gagne, Garbacz, dan Sheridan (2009) dalam penelitiannya menyatakan bahwa bukan saja membantu siswa melalui guru bidang studi di sekolah, namun juga mencegah siswa dari kegagalan akademik dengan mengimplementasi layanan konsultasi dari setting keluarga siswa. Keluarga merupakan komponen terpenting dalam kehidupan siswa, maka memberikan layanan konsultasi kepada anggota keluarga merupakan usaha yang

sangat tepat untuk mencegah kegagalan siswa dalam kegiatan akademik di sekolah.

Dari beberapa penelitian tersebut maka peneliti menjadikan kajian pustaka tersebut sebagai asumsi bahwa layanan konsultasi memberikan manfaat yang besar jika dijalankan secara maksimal di sekolah. Layanan konsultasi tersebut tidak hanya akan membantu siswa saja, namun juga akan membantu guru bidang studi serta orang tua. Melalui layanan konsultasi, guru bidang studi dapat memanfaatkan informasi yang ada pada guru BK/Konselor sekolah terkait kondisi psikologis siswa. Tidak hanya itu, guru juga akan terbantu untuk memecahkan berbagai problem yang dihadapinya selama berada di kelas pada saat proses belajar mengajar. Maka peneliti meyakini bahwa kajian pustaka tersebut menjadi asumsi bahwa berbagai permasalahan siswa dapat diatasi dengan memaksimalkan layanan konsultasi kepada guru bidang studi khususnya untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Hal ini dibuktikan oleh hasil temuan dari penelitian sebelumnya. Namun meski manfaat dari layanan konsultasi diakui berdampak pada siswa dan orang tua serta guru bidang studi, namun belum ditemukan adanya layanan konsultasi yang berbasis *cognitive behavior*. Hasil dari penelitian ini adalah model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Hal ini akan menjadi pembeda hasil dari penelitian ini dengan penelitian-penelitian lainnya. Sehingga dapat dibedakan dengan jelas bahwa hasil dari penelitian ini adanya model layanan konsultasi yang bernuansa pendekatan *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA. Layanan konsultasi ini diberikan oleh guru BK/Konselor sekolah kepada guru bidang studi, selanjutnya guru bidang studi dapat memberikan *treatment* kepada siswa agar *academic hardiness* siswa dapat meningkat.

2.2. Kerangka Teoretis

2.2.1. Academic Hardiness

2.2.1.1. Pengertian Academic Hardiness

Kegiatan akademik di sekolah merupakan rutinitas sehari-hari bagi siswa. Menghadapi tugas dan tuntutan akademik di sekolah diperlukan kepribadian

hardiness dalam diri siswa. Hal ini dikarenakan *hardiness* menjadi salah satu pencegah siswa mengalami stres dan frustrasi akademik.

Berawal dari *hardiness*, teori ini kemudian dibentuk dan disusun dalam konsep atau *setting* pendidikan. Dimana kata *hardiness* dalam bahasa Indonesia merupakan ketangguhan, yaitu salah satu karakteristik kepribadian yang mempunyai daya tahan dan kemampuan terhadap kecemasan. Kobasa dkk (1982) mengatakan *hardiness* merupakan konstelasi dari karakteristik kepribadian yang mempunyai sumber perlawanan di saat individu menemui suatu kejadian yang menimbulkan stres dan dapat membantu untuk melindungi individu dari pengaruh negatif stres. Individu dengan tipe kepribadian ini memiliki karakter untuk mau terlibat dalam kejadian ketegangan yang sedang dihadapi, mempunyai keyakinan yang kuat untuk dapat mengontrol dan mengantisipasi perubahan itu tanpa harus mengalami keputusasaan dan mampu memandang setiap perubahan yang terjadi di dalam hidupnya sebagai sesuatu yang dapat memacu prestasinya. Individu berkepribadian *hardiness* juga tetap akan mengalami stres, akan tetapi hal itu dipandang sebagai sesuatu yang menarik, sebagai sesuatu yang dapat dikendalikan oleh dirinya, dan sebagai nilai-nilai potensial bagi perkembangan kepribadiannya (Funk dan Houston, 1987). Konsep *hardiness* ini bisa juga disebut dengan kepribadian ketabahan, atau *hardy personality*. Kobasa, dkk (1982) mengidentifikasi sekumpulan ciri kepribadian yang menetralkan stres yang berkaitan dengan pekerjaan. Kumpulan ciri ini dikatakan sebagai keteguhan hati (*hardiness*), melibatkan kemampuan untuk secara sudut pandang atau secara keperilakuan mengubah bentuk stresor yang negatif menjadi tantangan yang positif.

Kobasa (1979) menyatakan bahwa dalam *hardiness* ini menunjukkan adanya tiga aspek yakni *commitment*, *control*, dan *challenge*. Secara teoritis gabungan dari ketiga aspek ini merupakan unidimensial dan bukan multidimensial dan merupakan faktor utama (Funk dan Houston, 1987). Namun dari beberapa studi ditemukan bahwa hubungan dari ketiga aspek ini bukan merupakan kesatuan dan ketiga aspek tersebut memiliki hubungan yang relatif lemah.

Konsep *Academic Hardiness* Benishek dan Lopez merupakan bentukan dari dua teori berorientasi kognitif, *hardiness* Kobasa dan teori Dweck tentang motivasi akademik, yang mungkin berguna dalam memahami mengapa beberapa siswa bertahan ketika menghadapi kesulitan akademik sedangkan yang lainnya tidak. Teori *hardiness* Kobasa sendiri (Kobasa, 1982) menunjukkan bahwa tiga proses penilaian kognitif (kontrol, komitmen, dan tantangan) berhubungan dengan ketekunan ketika menghadapi keadaan kehidupan yang sulit. Sedangkan teori motivasi akademik memberi pemahaman yang lebih baik bagaimana prestasi akademik dipengaruhi oleh tujuan akademik siswa.

Kedua teori tersebut saling komplementer memberikan kerangka untuk memahami bagaimana siswa dapat bereaksi terhadap tantangan akademis. Siswa yang memandang diri mereka memiliki kemampuan untuk mencapai tujuan akademik melalui pengaturan diri usaha dan emosional (yaitu, kontrol), yang bersedia untuk melakukan pengorbanan pribadi untuk unggul secara akademis (yaitu, komitmen), dan yang sengaja mencari pekerjaan sulit tertentu karena melakukannya dapat memberikan pertumbuhan pribadi jangka panjang (yaitu, tantangan) mungkin lebih cenderung untuk berjalan dari orientasi berbasis pembelajaran daripada orientasi berbasis-prestasi. Konseptualisasi ini membimbing pengembangan versi awal dari *Academic Hardiness Scale* (AHS) (Benishek dan Lopez, 2001).

Review penelitian mereka yang luas pada motivasi akademik diantara anak usia sekolah, Dweck dan Leggett (1988) mengidentifikasi dua pola perilaku kognitif-afektif yang berbeda dalam kinerja akademik dan terkait jenis tujuan yang siswa kejar. Siswa yang mengejar tujuan kinerja berusaha untuk membuktikan kecocokan kemampuan mereka dan menghindari mereka dan menghindari menunjukkan ketidakmampuan mereka. Mereka menganggap kemampuan sebagai suatu entitas nyata, kegagalan pada tugas yang diberikan mengakibatkan perasaan ketidakmampuan dan kurangnya kemampuan intelektual. Ketika dihadapkan terutama dengan tugas menantang atau dihadapkan dengan pengalaman kegagalan awal, siswa ini menunjukkan

kerentanan yang meningkat terhadap pengaruh negatif dan menurunkan ketekunan dalam melaksanakan tugas.

Siswa yang mengejar tujuan pembelajaran, sebaliknya, melihat tantangan akademik sebagai kesempatan untuk memperoleh keterampilan baru dan untuk meningkatkan kompetensi mereka. Mereka melihat kemampuan sebagai keterampilan tambahan yang dapat ditingkatkan sebagai salah satu pengetahuan dan menjadi lebih kompeten. Kegagalan dan kesalahan dianggap bagian proses pembelajaran yang alami. Siswa-siswa ini melaporkan gairah yang kurang negatif, tingkat yang lebih besar dari keterlibatan dalam tugas, dan ketekunan lebih dalam merespon terhadap tugas-tugas sulit dan kegagalan awal. Misalnya, Chan (2003) menemukan bahwa siswa yang menerima pujian atas usaha mereka lebih daripada kemampuan intelektual mereka (yaitu, mereka yang dalam kondisi orientasi-belajar) lebih mungkin untuk menikmati tugas meskipun kesulitan dan kemungkinan kegagalan lebih tinggi.

Bahkan, para siswa benar-benar suka lebih tugas sulit dan tidak melihat kurangnya keberhasilan mereka sebagai refleksi dari seorang defisit intelektual. Sebaliknya, siswa yang dipuji karena kecerdasan mereka (yaitu, mereka dalam kondisi yang berorientasi-prestasi) kurang menyukai tugas yang menantang dan kurang mungkin untuk bertahan ketika mereka mengalami kegagalan. Hasil serupa telah ditemukan dengan siswa yang transisi ke SMP, saat karya akademis menjadi lebih menantang daripada mungkin di tingkat sebelumnya.

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *academic hardiness* merupakan suatu karakteristik kepribadian siswa yang memiliki daya tahan dan kekuatan dalam menghadapi kejadian-kejadian yang menekan di sekolah yang di dalamnya terdapat aspek *control*, *commitment*, dan *challenge*.

2.2.1.2. Karakteristik *Academic Hardiness*

Academic hardiness merupakan seperangkat kepribadian yang ditampilkan oleh individu atau siswa dalam menghadapi beban dan tuntutan akademik.

Kepribadian tersebut juga dapat dilihat dengan meninjau berbagai aspek karakteristik dari *academic hardiness* itu sendiri

Berangkat dari teori *hardiness* Kobasa (1982), kepribadian *hardiness* dalam *setting* akademik, berorientasi pada tiga karakteristik sebagai sumber kekuatan melawan stres dalam kehidupan siswa, yaitu:

a. Pengendalian (*control* vs ketidakberdayaan (*powerlessness*))

Control adalah aspek dari kepribadian *hardiness* yang berupa kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat meramal, mengontrol, dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya apabila berhadapan dengan hal-hal yang tak terduga. Individu ini aktif mempengaruhi lingkungannya dengan menanggapi dan mengambil manfaat sesuai dengan tujuan dan cita-cita hidupnya. Individu dengan *control* yang lebih kuat akan selalu optimis dalam menghadapi hal-hal tak terduga. Kobasa menyatakan bahwa individu yang memiliki *control* yang tinggi akan cenderung lebih berhasil dalam menghadapi masalah daripada individu yang *control*-nya rendah.

Sedangkan *powerlessness* adalah perasaan pasif yang selalu merasa akan disakiti oleh hal-hal yang tidak dapat dikendalikan, kurang memiliki inisiatif dan kurang dapat merasakan adanya sumber-sumber di dalam dirinya sehingga individu ini merasa tidak berdaya jika menghadapi hal-hal yang menimbulkan ketegangan.

b. Keterlibatan (*commitment*) vs pengasingan diri (*alienation*)

Commitment adalah kecenderungan individu untuk terlibat dalam segala aktivitas, terlibat dengan orang-orang maupun peristiwa-peristiwa kehidupan dan mempercayai bahwa semua itu merupakan sesuatu yang menarik, bertujuan, dan mempunyai arti. Di samping itu, individu dengan keterlibatan yang kuat lebih suka melibatkan diri ke dalam aktivitas sosial. Dan tidak mudah menyerah pada tekanan. Jika menghadapi masalah, individu tersebut akan mencoba mencari jalan keluarnya sesuai dengan nilai-nilai tujuan dan kemampuan yang ada di dalam dirinya.

Sebaliknya, individu dengan *alienation* akan mudah bosan dan merasa tidak berarti, menarik diri terhadap tugas-tugas yang harus dikerjakan, pasif, dan lebih suka menghindari dari berbagai aktivitas. Individu dengan *alienation* akan menilai kejadian yang penuh tekanan sebagai sesuatu yang hanya dapat ditahan dan tidak dapat diperbaiki sehingga cenderung memiliki jalan keluar yang mengacu pada peredaan emosi dalam usahanya untuk mengurangi perasaan yang kurang enak.

c. Tantangan (*challenge*) vs ancaman (*threat*)

Challenge adalah kecenderungan individu untuk memandang suatu perubahan bukan sebagai ancaman tetapi sesuatu yang normal dalam kehidupan dan merupakan kesempatan untuk tumbuh dan berkembang. Individu yang memiliki *challenge* adalah individu yang dinamik dan memiliki keinginan serta kemampuan yang kuat untuk maju. Jika menghadapi masalah, individu dengan *challenge* yang kuat akan memiliki perasaan positif terhadap perubahan dan akan tahu kemana mencari sumber yang akan membantunya untuk memecahkan masalah. Serta mudah menemukan cara agar dapat menghadapi keadaan yang menimbulkan stres dan menganggap stres bukan ancaman.

Sebaliknya, individu dengan *threatened* menganggap sesuatu itu harus stabil karena individu yang demikian akan selalu merasa khawatir dengan adanya perubahan sebagai ancaman bukan tantangan bagi dirinya.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik hardiness terdiri dari tiga aspek yakni kontrol, merupakan suatu kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi kejadian dan pengalamannya ketika berhadapan dengan hal-hal tak terduga. Individu dengan kontrol yang tinggi lebih optimis dan lebih berhasil dalam mengatasi masalah. Komitmen, merupakan suatu kecenderungan untuk melibatkan diri ke dalam apapun yang dihadapi atau dilakukan. Orang dengan komitmen yang lebih kuat mudah tertarik dan terlibat ke dalam apapun yang sedang dikerjakan dan tidak mudah menyerah. Tantangan, yaitu kecenderungan memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai sesuatu yang sangat

bermanfaat bagi perkembangannya dan memandang hidup sebagai suatu tantangan yang mengasyikkan. Individu ini bersifat dinamis serta memiliki kemampuan dan keinginan untuk terus maju.

2.2.1.3. Fungsi *Academic Hardiness*

Keberadaan *academic hardiness* pada siswa memberikan kekuatan pada siswa dalam menghadapi tuntutan dan beban akademik. *Academic hardiness* itu juga menjadi salah satu faktor yang mampu menjadikan siswa meraih prestasi yang optimal.

Menurut Kobasa (1982) *hardiness* dalam diri seseorang individu berfungsi sebagai:

a. Membantu dalam proses adaptasi individu

Hardiness yang tinggi akan sangat terbantu dalam melakukan proses adaptasi terhadap hal-hal baru, sehingga stres yang ditimbulkan tidak banyak. Sebuah penelitian membuktikan bahwa etnis Cina Kanada yang tinggal di Toronto, yang memiliki ketabahan hati lebih tinggi, lebih mudah beradaptasi dan mengurangi efek kecemasan serta tetap memiliki harga diri yang tinggi ketika mengalami diskriminasi. Sebuah penelitian lain memiliki hasil yang senada, menunjukkan bahwa ketabahan hati dapat membantu penyesuaian diri remaja pria yang melakukan wajib militer.

b. Toleransi terhadap frustrasi

Sebuah penelitian terhadap dua kelompok mahasiswa, yaitu kelompok yang memiliki ketabahan hati tinggi dan yang rendah, menunjukkan bahwa mereka yang memiliki ketabahan hati tinggi menunjukkan tingkat frustrasi yang lebih rendah dibanding mereka yang ketabahan hatinya rendah.

Senada dengan hasil penelitian itu, penelitian lain menyimpulkan bahwa ketabahan hati dapat membantu mahasiswa untuk tidak berpikir akan melakukan bunuh diri ketika sedang stres dan putus asa.

c. Mengurangi akibat buruk dari stres

Kobasa yang banyak meneliti *hardiness* menyebutkan bahwa ketabahan hati sangat efektif berperan ketika terjadi periode stres dalam kehidupan

seseorang. Demikian pula pernyataan beberapa tokoh lain. Hal ini dapat terjadi karena mereka tidak terlalu menganggap stres sebagai suatu ancaman.

d. Mengurangi kemungkinan terjadinya *burnout*

Burnout, yaitu situasi kehilangan kontrol pribadi karena terlalu besarnya tekanan pekerjaan terhadap diri, sangat rentan dialami oleh pekerja-pekerja *emergency* seperti perawat dan sebagainya, yang memiliki beban kerja tinggi. Untuk individu yang memiliki beban kerja tinggi, ketabahan hati sangat dibutuhkan untuk mengurangi *burnout* yang sangat mungkin timbul. Sebuah penelitian memberikan hasil yang sesuai dengan pernyataan itu, yaitu perawat yang memiliki ketabahan hati tinggi, ternyata lebih sulit mengalami *burnout* dibanding perawat yang ketabahan hatinya rendah.

e. Mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan coping yang berhasil

Coping adalah penyesuaian secara kognitif dan perilaku menuju keadaan yang lebih baik, bertoleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terdapat dalam situasi stres. Ketabahan hati membuat individu dapat melakukan *coping* yang cocok dengan masalah yang sedang dihadapi. Individu dengan ketabahan hati tinggi cenderung memandang situasi yang menyebabkan stres sebagai hal positif, dan karena itu mereka dapat lebih jernih dalam menentukan *coping* yang sesuai.

f. Meningkatkan ketahanan diri terhadap stres

Hardiness dapat menjaga individu untuk tetap sehat walaupun mengalami kejadian-kejadian yang penuh stres. Karena lebih tahan terhadap stres, individu juga akan lebih sehat dan tidak mudah jatuh sakit karena caranya menghadapi stres lebih baik dibanding individu yang ketabahan hatinya rendah.

g. Membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan.

Kobasa, dkk (1982) menyatakan bahwa *hardiness* dapat membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan, baik dalam keadaan stres ataupun tidak.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *hardiness* yang ada dalam diri seorang individu berfungsi membantu dalam proses adaptasi individu, lebih memiliki toleransi terhadap frustrasi, mengurangi akibat buruk dari stres, mengurangi kemungkinan adanya *burnout*, mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan *coping* yang berhasil, lebih sulit untuk jatuh sakit yang biasanya disebabkan oleh stres, membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan.

2.2.1.4. Faktor yang Mempengaruhi *Academic Hardiness*

Hardiness sebagai bagian dari kepribadian merupakan sekumpulan sikap yang ditampilkan secara konsisten. Konsistensi tersebut tidak luput dari faktor-faktor yang mempengaruhinya sehingga terinternalisasi dalam diri individu.

Kobasa dkk (1982) mengatakan *hardiness* merupakan konstelasi dari karakteristik kepribadian yang mempunyai sumber perlawanan di saat individu menemui suatu kejadian yang menimbulkan stres dan dapat membantu untuk melindungi individu dari pengaruh negatif stres. Hal ini berarti mengarah pada bahwa individu akan merasakan bahwa suatu keadaan yang menekan adalah sebagai jalan untuk individu tetap memiliki kesedian dan kontrol terhadap apa yang sudah terjadi dan justru menjadikan hal tersebut sebuah tantangan bukan sebagai beban yang menekan diri.

Pada *setting* pendidikan disebutkan seseorang yang memiliki karakteristik kepribadian *hardiness* dipengaruhi oleh salah satunya faktor kompetensi. Menurut Maddi, dkk (2009) bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara sifat tahan banting akademik (*academic hardiness*) dan kinerja matematika yang akibatnya mendukung bukti yang dapat tembus. Misalnya, para pelajar dengan sikap keras akan lebih termotivasi untuk belajar materi

kelas dan lebih kuat berkomitmen untuk kelas mereka daripada mereka yang tidak memiliki sikap semacam itu. Dari pernyataan ini maka dapat diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *academic hardiness* adalah kebutuhan kompetensi yang dimiliki oleh seseorang tersebut. Semakin tinggi *academic hardiness* pada diri seseorang maka semakin tinggi pula kompetensi yang dimiliki oleh orang tersebut.

Pernyataan di atas juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Dweck dan Leggett tentang model motivasi akademik. Hasilnya bahwa perbedaan *hardiness* antar kalangan siswa harus berkaitan dengan perbedaan motivasi penting dalam sikap siswa terhadap pembelajaran dan prestasi yang lebih tinggi. Kepribadian *academic hardiness* yang dimiliki siswa mendorong siswa untuk lebih termotivasi dan tertantang dengan keadaan akademik, sehingga meningkatkan pula keinginan berprestasi atau berkompetensi untuk dapat terpenuhi. Dalam review penelitian yang dilakukan pada motivasi akademik di antara anak usia sekolah, Kobasa (1982) mengidentifikasi dua pola perilaku kognitif-afektif yang berbeda dalam kinerja akademik dan terkait jenis tujuan yang siswa kejar. Siswa yang mengejar tujuan kinerja berusaha untuk membuktikan kecocokan kemampuan mereka dan mereka menghindari menunjukkan ketidakmampuannya. Karena mereka menganggap kemampuan sebagai suatu entitas nyata, kegagalan pada tugas yang diberikan mengakibatkan perasaan ketidakmampuan dan kurangnya kemampuan intelektual. Ketika dihadapkan terutama dengan tugas menantang atau dihadapkan dengan pengalaman kegagalan awal, siswa ini menunjukkan kerentanan yang meningkat terhadap pengaruh negatif dan menurunkan ketekunan dalam melaksanakan tugas. Sehingga siswa yang seperti ini dapat dikatakan bahwa dengan kompetensi yang dimilikinya kurang maka menimbulkan kekuatan sifat tahan bantingnya pun juga rendah.

Siswa yang mengejar tujuan pembelajaran, sebaliknya, melihat tantangan akademik sebagai kesempatan untuk memperoleh keterampilan baru dan untuk meningkatkan kompetensi mereka. Kebutuhan untuk kompetensi siswa pada akhirnya juga membuat siswa lebih mampu memiliki *academic hardiness* yang

tinggi. Mereka melihat kemampuan sebagai keterampilan tambahan yang dapat ditingkatkan sebagai salah satu pengetahuan dan menjadi lebih kompeten. Kegagalan dan kesalahan dianggap bagian proses pembelajaran yang alami. Siswa-siswa ini memiliki semangat yang kuat, keterlibatan yang tinggi dalam tugas, dan ketekunan lebih dalam menghadapi tugas-tugas sulit dan kegagalan awal. Misalnya, Benishek dan Lopez (2001) menemukan bahwa siswa yang menerima pujian atas usaha mereka lebih daripada kemampuan intelektual mereka (yaitu, mereka yang dalam kondisi orientasi belajar) lebih mungkin untuk menikmati tugas meskipun kesulitan dan kemungkinan kegagalan lebih tinggi.

Bahkan, para siswa benar-benar suka lebih tugas sulit dan tidak melihat kurangnya keberhasilan mereka sebagai refleksi dari seorang defisit intelektual. Sebaliknya, siswa yang yang dipuji karena kecerdasan mereka (yaitu, mereka dalam kondisi yang berorientasi-prestasi) kurang menyukai tugas yang menantang dan kurang mungkin untuk bertahan ketika mereka mengalami kegagalan. Hasil serupa telah ditemukan dengan siswa yang transisi ke SMP, saat karya akademis menjadi lebih menantang daripada mungkin di tingkat sebelumnya.

Tampak semakin jelas, adanya dua perbedaan pola perilaku kognitif afektif yang berbeda dalam kinerja akademik dan terkait jenis tujuan yang siswa kejar, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat *academic hardiness* yang dimiliki oleh siswa dipengaruhi oleh kebutuhan kompetensi yang dimiliki oleh siswa. Siswa yang mengejar tujuan pembelajaran menganggap bahwa kegagalan dan kesalahan dianggap bagian proses pembelajaran yang alami. Siswa-siswa ini memiliki tingkat yang lebih besar dari keterlibatan dalam tugas, dan ketekunan lebih dalam merespon terhadap tugas-tugas sulit dan kegagalan awal sebab mereka memiliki kebutuhan kompetensi yang lebih dibanding siswa lain. Sebaliknya siswa yang menganggap dirinya kurang memiliki kompetensi maka *academic hardiness* yang dimilikipun semakin rendah. Dari berbagai uraian di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang mampu memiliki kemampuan tahan banting (*academic hardiness*) ketika ia mampu terpenuhi kebutuhan psikologisnya seperti memiliki kesempatan untuk meningkatkan kompetensinya, mampu menjalin

hubungan yang baik dengan orang lain, dan mampu menggerakkan dirinya untuk suatu tujuan yang ingin dicapai.

2.2.2. Layanan Konsultasi

2.2.2.1. Pengertian Layanan Konsultasi

Salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling adalah layanan konsultasi. Layanan konsultasi memainkan peran yang sangat penting dalam pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah. Layanan ini melibatkan banyak peran untuk bersama mensukseskan program dan tujuan dari bimbingan dan konseling. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling tidak akan optimal tanpa adanya bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak. Untuk itu, pelaksanaan layanan konsultasi sangat memberikan manfaat yang besar bagi sekolah, orang tua dan siswa.

Menurut American School Counselor Association, konsultasi adalah *‘a process of sharing with another person or group of persons information and ideas, of combining knowledge into patterns, and making mutually agreed upon decisions about the next step needed’*. Konsultasi berarti sebuah proses berbagi informasi dan ide kepada individu atau sekelompok individu untuk menggabungkan pengetahuan menjadi pola, membuat kesepakatan menjadi keputusan dan yang menjadi langkah yang berikutnya yang perlu dilakukan.

Dinkmeyer (Myrick, 2011) mencoba memberikan penjelasan yang lebih komprehensif yakni konsultasi melibatkan berbagi informasi, ide, koordinasi, membandingkan pengamatan, tertulis, dan mengembangkan hipotesis tentatif untuk tindakan. Berbeda dengan hubungan superior-inferior terlibat dalam beberapa konsultasi, penekanan ditempatkan pada perencanaan bersama dan kolaborasi. Tujuannya adalah untuk mengembangkan rekomendasi tentatif yang mempengaruhi keunikan anak-anak, guru, dan pengaturan.

Selain Dinkmeyer, ada Gerald Caplan yang dikenal dengan tulisannya yang klasik sebagai rujukan utama dalam mendefinisikan konsultasi. Menurutnya konsultasi adalah proses interaksi antara dua orang-orang profesional konsultan, - yang spesialis, dan konsulti itu, yang membutuhkan bantuan konsultan terkait

masalah pekerjaan saat ini dimana ia mengalami kesulitan dan yang ia telah memutuskan dalam daerah kompetensi khusus yang lain. Masalah pekerjaan melibatkan manajemen atau perlakuan satu atau lebih klien dari konsulti atau perencanaan atau pelaksanaan program untuk melayani klien tersebut (Myick, 2011).

Definisinya tersebut dibatasi kepada interaksi profesional mereka di mana konsultan tidak memiliki tanggung jawab untuk klien. Tanggung jawab untuk melaksanakan rencana yang dikembangkan melalui program konsultasi tetap dengan konsulti tersebut.

Sementara Dougherty (Neukrug, 2007) menjelaskan bahwa konsultasi adalah suatu proses di mana pelayanan profesional membantu konsulti dengan suatu pekerjaan yang berkaitan dengan masalah dalam suatu sistem klien, dengan tujuan memberi bantuan konsulti dan klien melalui cara-cara tertentu. Konsultasi mencakup suatu hubungan segitiga di mana perhatian dari konsultan dan konselee adalah pihak ketiga, yang bisa berbentuk individu atau sistem. Karena ini mencakup menyelidiki pihak ketiga, konsultan sering meningkatkan pemahaman dirinya terhadap orang yang datang kepadanya. Penting untuk diingat bahwa walaupun konsultasi dapat menjadi terapi, tetapi konsultasi adalah bukan terapi. Konsultasi bukan pengalaman konseling tatap muka.

Selanjutnya menurut Prayitno (2014) layanan konsultasi adalah layanan BK yang membantu peserta didik dan atau pihak lain dalam memperoleh wawasan, pemahaman, dan cara-cara dan atau perlakuan yang perlu dilaksanakan kepada pihak ketiga sesuai dengan tuntutan karakter cerdas yang terpuji.

Peran konselor sebagai konsultan mencakup bekerja dengan guru, orang tua, administrator, dan spesialis pendidikan lain pada hal-hal yang melibatkan pemahaman dan manajemen siswa. Konsultasi adalah sesuatu yang terjadi ketika seseorang dalam kehidupan siswa berkumpul dan membicarakan cara-cara untuk membantu siswa.

Dari penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa layanan konsultasi adalah layanan perbantuan yang diberikan oleh seorang profesional yakni konselor yang berperan sebagai konsultan kepada seseorang atau sekelompok individu sebagai

konsulti untuk merencanakan perlakuan yang akan diberikan kepada pihak ketiga atau orang yang berada di luar pihak konsultasi.

Layanan konsultasi menjadi sebuah intervensi yang dibutuhkan khususnya dalam program bimbingan dan konseling perkembangan di sekolah. Biasanya jumlah konselor dan konseli selalu tidak seimbang sementara waktu yang diberikan oleh konselor sangat terbatas dalam memberikan bimbingan kepada seluruh konsellee. Maka salah satu intervensi dan strategi konselor dalam melaksanakan bimbingan adalah dengan memaksimalkan layanan konsultasi di sekolah.

Kadang-kadang proses membantu siswa untuk memodifikasi perilaku mereka dimulai dengan perubahan perlakuan oleh orang dewasa yang signifikan berinteraksi dalam hidup mereka. Hal ini memungkinkan konselor mengadakan strategi konsultasi yang melibatkan orang dewasa yang berpengaruh secara signifikan dengan siswa. Hal ini lebih berhasil daripada layanan kepada siswa secara langsung. Kebanyakan konselor melihat konsultasi dan konseling sebagai layanan yang kompatibel dan sering menggunakan mereka bersama-sama dalam pendekatan membantu terpadu (Myrick, 2011: 330).

Konsultasi dengan guru dan orang tua siswa didasarkan pada asumsi bahwa mereka memiliki waktu yang lebih banyak dengan siswa. Intervensi secara langsung seperti konseling individual maupun bimbingan dan konseling kelompok digunakan untuk membantu siswa terkait permasalahan interpersonal dan keterampilan dan membantu konselor dalam menilai situasi mereka. Menurut Sullivan dan Wrigth (dalam Myrick, 2011: 330) untuk meningkatkan hubungan guru dan murid atau orang tua dan anak-anak, konsultasi merupakan kunci suksesnya. Guru dan orang tua berada di posisi yang paling tepat untuk melaksanakan dan mendukung teknik dan strategi perbantuan yang didesain oleh konselor.

Dalam kehidupan sehari-hari sangat sulit membedakan makna kolaborasi dan konsultasi. Bahkan di awal-awal perkembangan profesi bimbingan dan konseling, banyak ahli yang menyatakan bahwa terma keduanya memiliki makna yang sama (Myrick, 2011: 338). Namun berbagai pandangan ahli selanjutnya

mengemukakan bahwa antara kolaborasi dan konsultasi sebagai fungsi gabungan dalam proses yang kompleks berdasarkan posisi advokasi siswa dan konselor sebagai pemimpin (Baker, et.al., 2009). Sedangkan menurut ASCA, konsultasi merupakan suatu layanan responsif yang diberikan oleh konselor dalam sistem pelayanan (*delivery system*). Konselor berkonsultasi dengan orang tua, guru dan lembaga masyarakat lain tentang strategi membantu siswa dan keluarganya.

Dalam praktiknya, konsultasi memiliki keterampilan khusus yang fokus dan berbeda dari kolaborasi karena konsultasi merupakan salah satu intervensi dari konselor. Misalnya bagi konselor sekolah, konsultasi dan kolaborasi berbeda dalam hal tanggung jawab. Konsultan tidak bertanggung jawab dalam menjalankan rencana aksi meskipun antara konsultan dan konsulti memainkan peran penting dalam membantu sampai rencana tersebut terlaksana. Hal ini penting untuk menjelaskan perbedaan peran, fungsi, tanggung jawab dan akuntabilitas konselor. Sebaliknya konsulti yang harus menginisiasi rencana, membuat keputusan serta mengevaluasi hasil. Membantu konsulti berpikir melalui rencana bukan merupakan kolaborasi. Kolaborasi terjadi ketika konsultan setuju untuk menjadi bagian dari rencana. Dalam proses kolaborasi, perencanaan dan pelaksanaan merupakan usaha bersama (Schmidt, 2008).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa proses konsultasi dan konsultasi sangat berbeda dalam dari segi proses. Keterlibatan konsultan (konselor) dalam pelaksanaan rencana aksi merupakan kunci pembeda dari kegiatan kolaborasi atau kolaborasi. Sementara dalam penelitian ini peneliti memfokuskan kegiatan atau layanan konsultasi. Hal ini berarti konselor memainkan peran sebagai konsultan. Kegiatan konsultasi akan berlangsung secara tatap muka dan konsultan tidak menjadi bagian dari eksekutor dari pelaksanaan rencana aksi.

2.2.2.2. Pendekatan dalam Layanan Konsultasi

Sama seperti pelayanan konseling pada umumnya, pelaksanaan layanan konsultasi juga tidak terlepas dari pendekatan atau teori tertentu yang melatarbelakangi teori itu diciptakan. Layanan konsultasi juga memiliki pendekatan atau sudut pandang dalam setiap memandang manusia (konsulti)

dalam kegiatan atau proses konsultasi. Pendekatan tersebut diharapkan menjadi acuan dalam pelaksanaan konsultasi sehingga pelaksanaan layanan konsultasi dapat berjalan dengan baik dan sesuai standar.

Menurut Myrick (2011) terdapat empat pendekatan dasar untuk konsultasi. Hal ini digambarkan sebagai model atau perspektif umum. Keempat pendekatan ini masing-masing memiliki fokus tersendiri dalam proses konsultasinya. Adapun keempat pendekatan tersebut antara lain (1) *Diagnostic-Prespective Approach*, (2) *Staff Development and Training Approach*, (3) *Case Management Approach*, dan (4) *Process Approach*

1. *Diagnostic-Prespective Approach*

Pendekatan ini adalah yang tertua dan paling mapan dibanding semua pendekatan terlepas dari bidang dan setting pelaksanaannya. Konselor-konsultan diminta untuk membantu menganalisis situasi atau masalah hingga memberikan rekomendasi. Pendekatan ini yang paling sering digunakan selama proses bantuan kepada siswa. Guru, konselor, psikolog sekolah, pekerja sosial, dan administrator dapat hadir untuk mendiskusikan masalah siswa. Informasi disajikan dan dianalisis; alternatif dibuat hingga menjadi rekomendasi mengenai strategi pendidikan atau penempatan bagi anak.

2. *Staff Development and Training Approach*

Pendekatan ini berkaitan dengan pelatihan dan pengembangan staf untuk meningkatkan keterampilan mereka. Kadang-kadang kurangnya keterampilan kerja tertentu membuat seseorang mengalami kesulitan menuju sukses. Pada kesempatan tertentu, mereka perlu meninjau keterampilan dan sikap mereka atau didorong untuk berpikir tentang ide-ide dan teknik baru yang mereka dapat gunakan. Hal ini dapat dilakukan melalui konsultasi dengan pendekatan pengembangan dan pelatihan staf. Secara berkala, konsultan dari luar sekolah boleh berupa pengawas sekolah atau kepala sekolah diminta untuk memimpin kegiatan yang dapat meningkatkan keterampilan staf di sekolah. Aktivitas ini menjadi bagian dari rencana pengembangan staf dan dilaksanakan di tahun ajaran baru sebagai persiapan.

3. Case Management Approach

Konsultasi ini berfokus pada kasus tertentu yang menjadi perhatian guru (konsulti). Pihak ketiga, biasanya siswa atau kelompok siswa, memiliki masalah yang mempengaruhi konsulti dalam beberapa cara. Konsultan membicarakan sebuah kasus dengan konsulti dengan langkah sebagai berikut: (1) mengidentifikasi masalah, (2) mengidentifikasi hasil yang ingin dicapai, (3) mengobservasi situasi untuk informasi yang relevan, (4) mengidentifikasi perilaku atau peristiwa yang mempengaruhi siswa, (5) mengembangkan rencana terakrit perilaku dan peristiwa yang terjadi, (6) mencoba rencana yang sudah disepakati, dan (7) mengobservasi hasil dan membandingkan apa yang terjadi dengan apa yang diinginkan oleh konsulti.

4. Process Approach

Pada pendekatan ini, konsultasn mecoba membantu konsulti untuk meningkatkan kesadaran mereka terhadap sistem di tempat mereka bekerja dan sistem pribadi yang biasa mereka gunakan untuk membuat keputusan, memecahkan masalah, dan mengatur tujuan. Kekuatan dan kelemahan seseorang dalam sistem dianggap dan menjadi perhatian khusus dimana seseorang tersebut mengkomunikasikan sistem kepada orang lain. Sistem berbeda dengan struktur. Struktur mengacu pada hal-hal seperti gedung sekolah, jumlah fakultas dan staf, ruang kelas, kurikulum sekolah, buku, materi, dan jadwal. Sistem mengacu pada hubungan interpersonal yang ada dalam struktur dan proses dimana keputusan dibuat. Jika bagian dari masalah adalah sistem itu sendiri, maka beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk membantu adalah mengubah sistem.

Semua pendekatan konsultasi tersebut sangat memungkinkan dilakukan di sekolah dan khususnya dalam pelaksanaan program bimbingan dan konseling. Namun tentu saja hal ini menuntut keterampilan dan pengalaman konselor dalam mempraktikkan pendekatan tersebut.

Sementara Neukrug (2007) mengungkapkan bahwa model konsultasi adalah bagaimana seorang konsultan membawa dirinya dalam hubungan konsultasi. Menurut Neukrug (2007: 213) model konsultasi terbagi dalam dua jenis, yakni:

a. Konsultasi yang berpusat pada konsultan

- Konsultan ahli. Di sini konsultan secara khusus dibawa ke dalam organisasi karena keahliannya dan disuruh untuk menggunakan pengetahuan untuk memberikan solusi pada masalah tertentu.
- Konsultan perspektif (mode dokter-pasien). Di sini konsultan mengumpulkan informasi, mendiagnosis masalah, dan membuat rekomendasi kepada konsulti mengenai bagaimana memecahkan masalah.
- Pelatih dan/atau pendidik. Dalam mode ini, konsultan disewa untuk datang ke suatu sistem dan mengajari atau melatih pegawai.

b. Konsultasi yang berpusat pada sistem

- Konsultan sebagai negosiator dan/atau fasilitator. Di sini konsultan memainkan peran fasilitatif dengan memberi bantuan kepada individu dalam sistem untuk berkomunikasi dengan yang lain, saling memahami, dan memecahkan konflik di antara mereka.
- Konsultan sebagai kolaborator. Konsultan dalam kasus ini berkolaborasi dengan individu dan sistem. Persekutuan dikembangkan di mana konsultan menawarkan keahlian tetapi juga bersandar pada individu dalam sistem untuk menawarkan masukan ke dalam masalah dan pemecahan.
- Konsultan yang berorientasi proses. Konsultan ini percaya bahwa ia tidak mempunyai jawaban atau tidak memunculkan keahliannya yang merupakan resolusi yang paling efektif, menghasilkan penghargaan diri yang paling tinggi, rasa memiliki masalah, akan ada bagi anggota sistem untuk menemukan solusi mereka sendiri. Konsultan percaya bahwa anggota sistem dapat berubah jika konsultan dapat memberikan lingkungan yang mendukung untuk terjadinya perubahan.

Dalam memilih model, konsultan perlu mengetahui jenis kepribadian para konsulti dan situasi yang dihadapinya, orang seperti apa yang akan dihadapi, dan masalah yang akan diatasi. Hal ini dikarenakan pertimbangan tersebut dapat mempengaruhi proses dan keberhasilan dari proses konsultasi.

Namun penelitian ini akan mencoba mengkonstruksi sebuah model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*. Hal ini dikarenakan model layanan yang ada masih terlalu umum untuk dipakai oleh para konselor di sekolah. Para konselor di sekolah memerlukan layanan konsultasi yang aplikatif dan efektif. Maka pendekatan layanan konsultasi tersebut dirasa belum cukup untuk membantu para konselor melaksanakan layanan konsultasi di sekolah. Untuk itu penelitian ini memandang pentingnya sebuah model pengembangan layanan konsultasi agar dapat membantu konselor dalam menjalankan perannya sebagai konsultan. Adapun model pengembangan yang akan peneliti bangun adalah pengembangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*.

2.2.2.3. Tahap-Tahap Layanan Konsultasi

Sama seperti layanan yang lainnya dalam bimbingan dan konseling, layanan konsultasi juga memiliki tahap dalam praktiknya. Tahap ini dimaksudkan agar pelaksanaan layanan konsultasi merujuk pada standar baku yang disepakati dan tidak lepas dari aturan. Hal ini akan sangat membantu konselor dalam menjalankan perannya sebagai konsultan.

Menurut Myrick (2011: 348) ada tujuh tahap dalam pelaksanaan layanan konsultasi. Tahap tersebut adalah sebagai berikut:

1. Langkah 1: mengidentifikasi masalah. Disini konsultan menjadi seorang pendengar, membantu konsulti menceritakan situasi yang dialaminya
2. Langkah 2: mengklarifikasi situasi konsulti. Adapun peran konsultan adalah menjadi pendengar yang selektif serta memberi perhatian pada (a) perasaan konsulti dan konsellee, (b) perilaku spesifik konsulti dan konsellee, (c) harapan konsulti terhadap situasi yang dialaminya, (d) apa usaha yang sudah dilakukan oleh konsulti, dan (e) menegaskan perilaku dan cara berpikir konsulti
3. Langkah 3: mengidentifikasi tujuan. Konsultan menspesifikkan hasil perilaku yang dapat diamati.

4. Langkah 4: mengobservasi dan merekam perilaku. Konsultan memperoleh data secara garis besar pada perilaku yang diinginkan dan tidak diinginkan oleh konsulti
5. Langkah 5: mengembangkan rencana aksi (intervensi konsulti). Hal ini biasanya sesuatu yang dapat dilakukan selama dua minggu ke depan. Ada beberapa hal yang harus dipertimbangkan oleh seorang konsultan yakni (a) apa intervensi yang mungkin dapat dilakukan oleh konsulti? (b) bagaimana intervensi tersebut berjalan (terkait peran, diskusi, konsekuensi, keterampilan yang diperlukan dan prosedur pelaksanaan)? dan (c) kapan langkah awal dari rencana aksi akan dilaksanakan?
6. Langkah 6: konsulti melaksanakan rencana aksi. Konsultan memberikan waktu kepada konsulti untuk melaksanakan rencananya.
7. Langkah 7: Tindak lanjut. Konsultan memberikan kesempatan kepada konsulti untuk melakukan evaluasi dan mendiskusikan langkah selanjutnya.

Sementara menurut Neukrug (2007: 216) terdapat enam langkah dalam layanan konsultasi yakni:

Tahap 1: Masa sebelum masuk

Dalam tahap awal konsultasi, konsultan memahami dan menyuarakan kepada diri sendiri dan orang lain apa yang diminta untuk dilakukan. Konsultan harus mempunyai pendekatan konsultasi yang jelas dan memahami bagaimana pendekatan ini diimplementasikan dalam situasi tertentu. Tahap sebelum masuk ini mencakup kontak awal dengan sistem konsultasi, di mana konsultan menjelaskan tujuan konsultasi dan pendekatannya. Beberapa jalan untuk melakukan ini melalui surat kepada employee, atau dengan memiliki konsulti atau calon konsulti menjelaskan tujuan.

Tahap 2: Masuk, Penjelasan Masalah, dan Pembuatan Kontrak

Tahap kedua konsultasi adalah suatu proses tiga gigi yang mencakup pembuatan kontak dengan sistem yang berkonsultasi, mengeksplorasi permasalahan, dan mendefinisikan kontrak antara konsultan dan sistem

yang berkonsultasi. Konsultan membuat kontak dengan sistem yang berkonsultasi dalam berbagai cara. Seorang konsultan mungkin melangsungkan pertemuan dengan semua kelompok kerja yang berbeda, sementara konsultan lainnya mungkin memutuskan untuk bertemu secara individual dengan masing-masing karyawan. Mungkin ada juga konsultan yang melakukan keduanya. Perbedaan ini didasarkan pada luasnya model konsultasi.

Setelah mengadakan kontak dengan anggota sistem, konsultan perlu memeriksa sistem dalam suatu cara tertentu sehingga ia akan memperoleh pemahaman masalah awal. Ini memungkinkan konsultan untuk membicarakan kontrak dengan organisasi. Masalah yang dibicarakan meliputi biaya; mengatur pertemuan; menentukan material yang dibutuhkan; menentukan tujuan, sasaran, dan peran dasar; dan mengatur perkiraan tanggal berakhirnya konsultasi.

Tahap 3. Mengumpulkan informasi, konfirmasi masalah, dan penentuan tujuan
Fase pengumpulan informasi adalah proses pengambilan data yang penting. Berdasarkan penilaian permasalahan dan kontrak, konsultan dapat memperoleh data yang reliable dan valid. Proses pengumpulan data ini berkisar dari pemerolehan data numerik tertentu, untuk mengirimkan data kuesioner kepada karyawan, untuk memunculkan data (informasi) dari kelompok kecil dan individu. Data kemudian dianalisis, disintesis, dan diinterpretasikan. Proses ini memungkinkan konsultan untuk mengkonfirmasi, menolak, atau memperbaiki identifikasi awal dari masalah yang diperoleh. Identifikasi masalah akhir memungkinkan konsultan untuk menyusun tujuan yang dapat dicapai oleh organisasi dan mulai menilai metode yang digunakan.

Tahap 4: Pencarian solusi dan pemilihan intervensi

Selama tahap keempat konsultan mulai menentukan strategi untuk berubah. Walaupun intervensi dapat beragam sesuai fungsi dari gaya konsultan dan orientasi teoritis, tanpa mempertimbangkan jenis dan orientasi, masalah yang dituju seharusnya lebih kurang sama. Masing-

masing konselor akan bekerja pada masalah yang teridentifikasi sama. Masing-masing konsultan akan menentukan masalah secara kontekstual dan mendorong sistem untuk membuat perubahan yang mendalam yang akan mencegah masalah di masa yang akan datang (sistemik dan perkembangan).

Tahap 5: Evaluasi

Seorang konsultan yang baik akan memerlukan umpan balik. Ia ingin mengetahui apa yang sudah dikerjakan, apa yang belum dikerjakan, dan apa keunggulan dan kelemahannya. Evaluasi mencakup bertanya kepada partisipan mengenai pendapatnya terhadap intervensi yang telah dibuat dan apakah tujuan tercapai atau tidak (perubahan proses). Evaluasi dapat dipenuhi melalui analisis statistik terhadap perilaku yang diubah (penilaian sumatif), dan/atau melengkapi penilaian yang berkelanjutan melalui anggota yang terlibat dalam proses konsultasi karena ini terjadi (penilaian formatif). Penilaian formatif dapat dilakukan secara verbal maupun tertulis. Pada saat itu, konsultan perlu menilai ulang apa yang telah ia lakukan.

Tahap 6: Penghentian

Tahap akhir dari hubungan konsultasi adalah penghentian, yang menandakan akhir hubungan konsultasi akibat dari keberhasilan yang tertunda atau tujuan tidak tercapai. Penghentian terjadi pada waktu yang ditetapkan terdahulu pada fase tahap 2, walaupun tanggal penghentian yang ditentukan akan direvisi berdasarkan pada informasi baru yang dikumpulkan selama proses konsultasi. Apakah konsultasi berhasil atau tidak, penting bagi konsultan untuk meninjau hasil hubungan konsultasi bersama-sama semua pihak yang terlibat. Jika intervensi tidak berhasil, konsultan dan individu yang terlibat seharusnya mencoba proses yang terjadi sehingga bisa dibuat rencana masa depan untuk mengoreksi situasi. Dalam kasus apapun, akhir dari hubungan mencakup rasa kehilangan, dan individu yang terlibat seharusnya diberi kesempatan untuk membagi perasaan mengenai

akhir dari hubungan konsultasi.

Tahap-tahap tersebut merupakan tahap yang dianjurkan untuk dilaksanakan oleh para konsultan. Namun tahap-tahap tersebut perlu diwarnai dengan pendekatan yang akan peneliti terapkan. Tahap-tahap tersebut akan peneliti olah sehingga tahap-tahap tersebut nantinya akan berbasis *cognitive behavior* sesuai dengan fokus penelitian peneliti. Sehingga dapat diperoleh dengan jelas bagaimana tahap pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*.

2.2.2.4. Sasaran Layanan Konsultasi

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, layanan konsultasi diperuntukkan kepada seluruh masyarakat sekolah yang memiliki hubungan yang signifikan terhadap siswa. Hubungan yang mempengaruhi siswa dalam bidang pribadi, sosial, akademik dan perilaku. Namun secara umum sasaran layanan konsultasi biasanya diberikan kepada guru bidang studi atau wali kelas dan orang tua siswa.

a. Konsultasi dengan Guru

Guru memegang peranan penting dalam pelaksanaan proses belajar mengajar di kelas. Guru juga banyak berinteraksi dengan siswa baik di kelas ketika mengampu mata pelajaran dan dalam keseharian di sekolah. Konsultasi dengan guru dimulai dari pemberian pemahaman kepada guru dalam pelibatangannya pada program bimbingan dan konseling. Guru perlu mengetahui apa pentingnya keterlibatangannya dalam pelayanan bimbingan dan konseling. Pengetahuan guru tentang ini akan membantu konselor dalam menjalankan tugas sebagai konsultan. Di samping itu, guru juga mengetahui bagaimana cara dan strategi yang dapat diberikan dalam memberikan bimbingan di kelas kepada siswa.

b. Konsultasi dengan Orang Tua

Tidak bisa dipungkiri bahwa keterlibatan peran orang tua sangat mempengaruhi keberhasilan program bimbingan dan konseling. Keterlibatan ini dimaksudkan agar orang tua juga melakukan proses pembimbingan kepada anak-anaknya di rumah sesuai dengan peran masing-masing. Hal ini dikarenakan orang

tua memegang peranan penting dalam tumbuh kembang anak. Orang tua juga mengetahui banyak hal tentang kondisi anak-anaknya dimana informasi tersebut dapat digunakan oleh konselor untuk merancang strategi lanjutannya.

Namun ketika konselor melakukan konsultasi dengan orang tua siswa, ada beberapa hal yang harus diantisipasi oleh konselor. Pertama, lokus kontrol dalam keluarga harus dibuka. Kedua, batasan peran masing-masing dan ketiga, masalah spesifik dalam keluarga dan hubungan konsultasi yang harus dijalankan.

Sementara fokus sasaran dari layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* ini adalah para guru di sekolah. Pertimbangan ini diambil dikarenakan guru memainkan peran yang sangat besar di sekolah. Tidak hanya itu, guru juga adalah subyek yang paling mudah ditemukan di sekolah. Layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* ini tidak menjadikan orang tua menjadi bagian dari sasaran konsultasi. Peneliti membatasi sasaran konsultasi sebatas guru bidang studi di sekolah.

2.2.3. Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness*

2.2.3.1. Pengertian

Layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan oleh guru BK/Konselor sekolah sebagai konsultan kepada guru bidang studi sebagai konsulti untuk merencanakan perlakuan yang akan diberikan kepada siswa sebagai konseli dengan mengintegrasikan nilai-nilai dari pendekatan *cognitive behavior* khususnya *Rational Emotive Behavior Therapy* yaitu (1) A: *Activating Event*, (2) B: *Belief*, (3) C: *Consequence*, (4) D: *Dispute*, (5) E: *Effects*, dan (6) F: *Feeling*. Nilai-nilai ABCDEF tersebut diintegrasikan ke dalam layanan konsultasi dengan maksud agar guru bidang studi mampu memberikan perlakuan untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa.

2.2.3.2. Tahapan-Tahapan Pelaksanaan

Tahapan merupakan langkah-langkah yang harus dilalui dalam melaksanakan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan

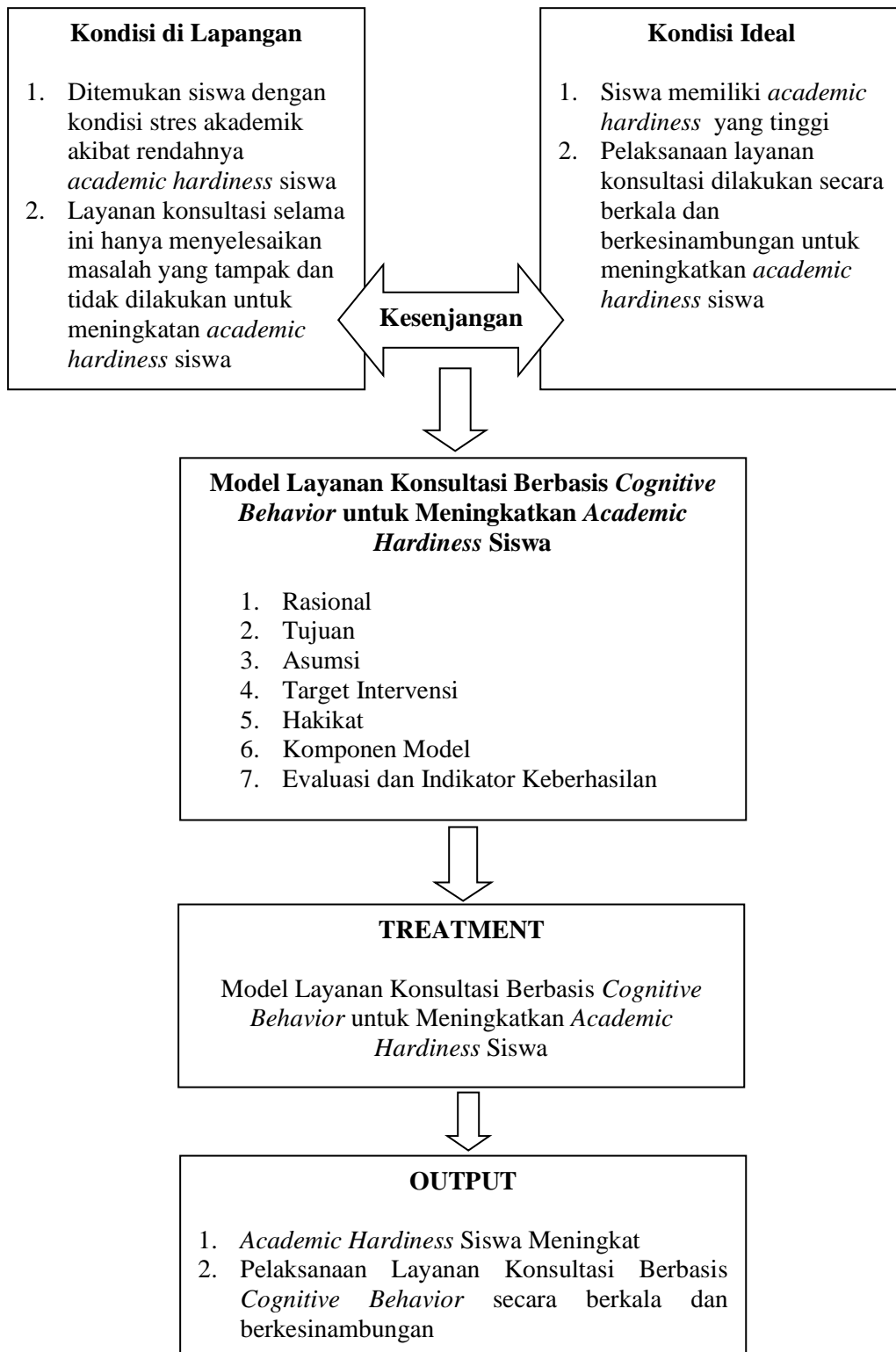
academic hardiness siswa. Tahapan-tahapan pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa terdiri dari:

- Tahap 1: Konsultan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa yaitu konsultan menyampaikan informasi terkait definisi konsultasi, peran dan fungsi masing-masing, serta urgensi layanan ini. Selanjutnya, konsultan juga menyampaikan cara kerja *cognitive behavior* dalam pelaksanaan kegiatan layanan konsultasi ini.
- Tahap 2: Konsultan dan konsulti menyepakati topik atau permasalahan yang akan dibahas yaitu kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah dan alasan pentingnya proses konsultasi yang akan dijalani
- Tahap 3: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi konsekuensi (C) berupa perilaku, emosi atau kognisi konsulti terkait kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah
- Tahap 4: Konsultan dan konsulti mendiskusikan kejadian pengaktifnya (A) terkait kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah
- Tahap 5: Konsultan dan konsulti mendiskusikan bahwa keyakinan (B) di balik kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah (A) berkaitan langsung dengan konsekuensi (C) konsulti
- Tahap 6: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi keyakinan (B) yang irasional dan yang rasional terkait kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah
- Tahap 7: Konsultan dan konsulti mendiskusikan hubungan keyakinan (B) dan konsekuensi (C) yang irasional terkait kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah
- Tahap 8: Konsultan membantu konsulti untuk menantang (D) keyakinan (B) konsulti yang irasional dengan pemahaman yang lebih mendalam terkait kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah
- Tahap 9: Konsultan membantu memperkuat keyakinan (B) konsulti yang rasional terkait kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah

- Tahap 10: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi dampak atau efek (E) dari hasil penentangan (D) keyakinan (B) yang irasional pada diri konsulti terkait kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah
- Tahap 11: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi perasaan (F) yang diperoleh konsultan setelah memiliki keyakinan (B) yang rasional terkait kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah
- Tahap 12: Konsultan dan konseli mengembangkan rencana aksi. Rencana aksi harus bersifat spesifik, konkrit, terukur dan dapat diobservasi
- Tahap 13: Konsulti melaksanakan rencana aksi.
- Tahap 14: Konsultan dan konsulti melakukan evaluasi dan tindak lanjut. Pada kegiatan ini konsultan memberikan kesempatan kepada konsulti untuk melakukan evaluasi terhadap rencana aksi yang sudah dijalankan oleh konsulti dan mendiskusikan tindak lanjutnya.

2.3.Kerangka Berpikir

Penelitian ini dipandu oleh kerangka berpikir dalam mengembangkan wawasan yang mendalam dan fokus pada isu-isu dari layanan konsultasi dan *academic hardiness* yang sedang diteliti. Kerangka berpikir menunjukkan keterkaitan antara variabel dalam melakukan penelitian. Kerangka berpikir pengembangan model layanan konsultasi berbasis *behavior therapy* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dapat dilihat dari gambar berikut ini:



Gambar 2.1. Kerangka Berpikir Pengembangan Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa

Kerangka berpikir dalam pengembangan ini melibatkan beberapa variabel yakni layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* dan *academic hardiness* siswa. *Academic hardiness* merupakan kemampuan siswa untuk menahan dan melawan stresor yang dihadapi dalam kegiatan akademik sehingga tidak menimbulkan stress pada setiap kegiatan akademik di sekolah. Sementara layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* adalah kegiatan konsultasi yang diberikan oleh konselor kepada guru bidang studi dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dan *Social Cognitive Therapy* (SCT) kepada guru bidang studi memberikan perlakuan kepada siswa dengan tujuan tertentu. Sehingga dari perpaduan dari kedua pendekatan tersebut maka diperoleh layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* atau *Rational Emotive-Social Behavior Consultation* (RESB-C) yang nantinya akan membantu guru bidang studi dalam meningkatkan *academic hardiness* siswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Model Pengembangan

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan Penelitian dan Pengembangan atau *Research and Development (R & D)*, pendekatan ini dipilih untuk dapat memenuhi tujuan penelitian yaitu untuk mendapatkan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang. Borg and Gall (1983) menjelaskan bahwa:

Research and development is an industry-based development model in which the findings of research are used to design new products and procedures, which then are systematically field- tested, evaluated, and refined until they meet specified criteria of effectiveness, quality, or similar standards.

Borg and Gall menjelaskan bahwa penelitian dan pengembangan adalah model pengembangan berbasis industri dimana temuan penelitian digunakan untuk merancang prosedur dan produk baru, yang kemudian secara sistematis diuji lapangan, dievaluasi, dan disempurnakan sampai produk tersebut memenuhi kriteria tertentu dari efektivitas, kualitas, atau standar yang sama.

Secara konseptual, pendekatan penelitian dan pengembangan mencakup 10 langkah umum (Borg and Gall, 1983) meliputi:

1. *Research and Information Collecting* (Penelitian dan pengumpulan informasi)

Termasuk dalam langkah ini yaitu studi literatur yang berkaitan dengan permasalahan yang dikaji, observasi lapangan, dan persiapan untuk merumuskan kerangka kerja penelitian.

Setelah informasi dapat ditunjukkan secara faktual, maka selanjutnya mengumpulkan informasi yang dimanfaatkan sebagai bahan untuk menyusun produk. Harapannya produk tersebut dapat digunakan sebagai solusi masalah tersebut.

2. *Planning* (Perencanaan)

Termasuk dalam langkah ini yaitu merumuskan kecakapan dan keahlian yang berkaitan dengan permasalahan, menentukan tujuan yang akan dicapai pada setiap tahapan, dan jika mungkin atau diperlukan melaksanakan studi kelayakan secara terbatas.

3. *Develop preliminary form of product* (Pengembangan desain awal)

Mengembangkan bentuk permulaan dari produk layanan konsultasi yang akan dihasilkan. Termasuk dalam tahap ini adalah persiapan komponen pendukung, menyiapkan pedoman dan buku petunjuk dan melakukan evaluasi terhadap kelayakan alat-alat pendukung.

Hasil akhir dari kegiatan penelitian dan pengembangan adalah berupa desain produk baru, yang lengkap dengan spesifikasinya. Desain metode ini masih bersifat hipotetik, artinya efektivitasnya belum terbukti dan akan dapat diketahui setelah melakukan pengujian-pengujian.

4. *Preliminary field testing* (Uji Skala Terbatas)

Termasuk dalam tahap ini yaitu melakukan uji coba lapangan awal dalam skala terbatas. Dalam penelitian ini dilakukan melalui validasi desain. Validasi desain merupakan proses kegiatan untuk menilai apakah rancangan produk, secara rasional akan lebih efektif dari model yang lama atau tidak. Validasi produk dapat dilakukan dengan cara menghadirkan beberapa pakar atau tenaga ahli yang sudah berpengalaman untuk menilai produk baru yang dirancang tersebut/sering juga disebut sebagai keterbacaan model. Setiap pakar diminta untuk menilai produk, agar dapat diketahui kelebihan dan kelemahannya.

5. *Main product revision* (Revisi Produk Awal / Perbaikan desain)

Setelah desain produk divalidasi melalui diskusi dengan ahli dan praktisi, akan diketahui kelemahannya. Kelemahan tersebut selanjutnya dicoba untuk dikurangi dengan cara memperbaiki desain.

6. *Main field testing* (Uji coba Produk)

Pengujian dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan informasi apakah produk baru tersebut lebih efektif dan efisien dibandingkan produk yang lama. Hasil yang diperoleh dari uji coba ini dalam bentuk evaluasi terhadap pencapaian hasil uji coba yang dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pada umumnya langkah ini menggunakan rancangan penelitian eksperimen.

7. *Operational product revision* (Revisi Produk)

Melakukan perbaikan atau penyempurnaan terhadap hasil uji coba lebih luas.

8. *Operational field testing* (Uji coba Pemakaian)

Tujuan langkah ini adalah untuk menentukan apakah suatu produk yang dikembangkan benar-benar siap dipakai dilapangan tanpa harus dilakukan pengarahan atau pendampingan oleh peneliti/pengembang produk.

9. *Final produk revision* (Revisi Produk Akhir)

Melakukan perbaikan akhir terhadap produk yang dikembangkan guna menghasilkan produk akhir (final).

10. *Dissemination and implementation* (Diseminasi dan Produksi Masal)

Tahapan terakhir dari penelitian dan pengembangan yaitu menyebarluaskan produk yang dikembangkan kepada khalayak atau masyarakat luas, terutama dalam kancah pendidikan. Langkah pokok dalam fase ini adalah mengkomunikasikan dan mensosialisasikan temuan produk, baik dalam bentuk seminar hasil penelitian, publikasi pada jurnal, maupun pemaparan *stakeholder* yang terkait dengan temuan penelitian.

Prosedur atau langkah-langkah dalam model penelitian dan pengembangan yang dirumuskan oleh Borg dan Gall di atas, penerapannya dalam pengembangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang, tidak dilaksanakan sampai pada tahap desiminasi dan implementasi produk. Peneliti membatasi prosedur penelitian pengembangan ini hanya sampai pada tahap *operational field testing* (revisi produk). Hal ini dikarenakan fokus pada penelitian ini adalah pengembangan sebuah produk atau model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* dan operasionalisasi produk tersebut.

Dari data yang peneliti peroleh bahwa SMA di Kota Semarang membutuhkan model layanan konsultasi untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. *Academic hardiness* yang rendah dapat memberikan dampak yang buruk bagi siswa itu sendiri. Kebutuhan ini ditunjukkan dari hasil observasi dan wawancara dengan para guru BK/Konselor Sekolah di SMA di Kota Semarang sepakat bahwa membutuhkan model layanan konsultasi untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Oleh karena itu, hasil yang dicapai dalam penelitian ini adalah adanya produk berupa layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Produk dari penelitian ini tidak sampai pada tahap *dissemination and implementation*, namun hanya sampai *operational product revision* (revisi produk) dengan melalui tahap uji efektivitas terbatas.

3.2. Prosedur Pengembangan

Penelitian ini menggunakan metode dan desain penelitian pengembangan (*research and development*) yang didasarkan pada prinsip-prinsip dan langkah-langkah yang dikemukakan oleh Borg dan Gall, dengan penyederhanaan langkah-langkah menjadi enam tahapan yaitu: (1) *Research and Collecting Information*; (2) *Planning*; (3) *Develop*

Preliminary Form of Product; (4) *Preliminary Field Testing*; (5) *Main Product Revision*; (6) *Main Field Testing*; dan (7) *Operational Product Revision*. Ketujuh tahapan yang dimaksud adalah sebagai berikut:

3.2.1. Tahap I: *Research and Information Collecting*

3.2.1.1. Studi Pendahuluan

Studi pendahuluan yaitu mencari informasi untuk memotret kondisi faktual dan kondisi obyektif di SMA Kota Semarang, yang mencakup:

1. Mendeskripsikan temuan tentang kondisi obyektif pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang
2. Mendeskripsikan temuan tentang kondisi *academic hardiness* di SMA Kota Semarang
3. Mendeskripsikan temuan tentang kebutuhan aktual siswa SMA Kota Semarang terhadap layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* dalam meningkatkan *academic hardiness* siswa.

3.2.1.2. Telaah Teori

1. Mengkaji konsep teori layanan konsultasi, *cognitive behavior*, serta mengkaji *academic hardiness*.
2. Mengkaji hasil-hasil penelitian yang relevan dengan pengembangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa.
3. Mengkaji ketentuan formal pelaksanaan layanan konsultasi di SMA.

Pelaksanaan studi pendahuluan di SMA Kota Semarang, mengidentifikasi kebutuhan aktual siswa terkait *academic hardiness* serta memotret kondisi objektif dan kondisi faktual pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang. Selanjutnya, peneliti melakukan kajian teoretis tentang konsep *cognitive behavior*, *academic hardiness*, dan ketentuan formal pelaksanaan layanan konsultasi di SMA, serta analisis hasil penelitian yang relevan. Langkah terakhir membandingkan kondisi temuan lapangan dengan konsep ideal, baik itu *academic hardiness* maupun pelaksanaan layanan konsultasi guna melihat tingkat kesenjangan antara kondisi objektif dan kondisi ideal. Dari hasil temuan kesenjangan tersebut selanjutnya dijadikan dasar untuk menyusun model hipotetik.

3.2.2. Tahap II: *Planning*

Langkah-langkah yang dilakukan dalam tahap ini adalah sebagai berikut:

1. Analisis kesenjangan antara model hipotetik layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* dengan kondisi faktual di lapangan.

2. Merancang model hipotetik layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa yang dikembangkan berdasarkan kajian teoretik, kondisi obyektif di SMA Kota Semarang, hasil kajian terdahulu yang relevan, dan ketentuan formal pelaksanaan layanan konsultasi di SMA.
3. Mendeskripsikan kerangka kerja kolaboratif dengan guru bimbingan dan konseling di SMA Kota Semarang

3.2.3. Tahap III: *Develop Preliminary Form of Product*

Pada tahapan ini yang dilakukan peneliti adalah mengembangkan bentuk permulaan dari produk dengan menyiapkan komponen pendukung yaitu: (1) rasional; (2) visi dan misi; (3) tujuan; (4) isi layanan konsultasi; (5) tahapan layanan konsultasi; (6) dukungan sistem; dan (7) evaluasi dan tindak lanjut.

3.2.4. Tahap IV: *Preliminary Field Testing*

Pada tahap ini dilakukan uji coba lapangan awal dalam skala terbatas melalui validasi desain untuk menilai apakah rancangan produk secara rasional akan lebih efektif dari model yang lama atau tidak. Adapun langkah yang dilakukan dalam tahap ini ialah:

1. Uji kelayakan melalui validasi pakar sebanyak 4 (empat) orang ahli bimbingan dan konseling untuk menilai aspek-aspek model hipotetik dan kelayakan model dari sisi keilmuan bimbingan dan konseling
2. Untuk kelayakan model di lapangan, dibutuhkan 4 (empat) orang praktisi untuk menilai kelayakan komponen model dan kontribusi model terhadap tujuan bimbingan dan konseling, peluang keterlaksanaan, kesesuaian model dengan karakteristik anggota kelompok.
3. Mendeskripsikan hasil dari berbagai masukan dan saran untuk memperbaiki model hipotetik.

3.2.5. Tahap V: *Main Product Revision*

Berdasarkan hasil pelaksanaan uji kelayakan peneliti melakukan kegiatan sebagai berikut:

1. Mengevaluasi hasil uji kelayakan model hipotetik.
2. Memperbaiki model hipotetik secara kolaboratif
3. Tersusun model hipotetik layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa di SMA Kota Semarang (Model teruji I).

3.2.6. Tahap VI: *Main Field Testing*

Pelaksanaan uji lapangan dilakukan peneliti bersama guru bimbingan dan konseling, melalui langkah-langkah berikut ini:

1. Menyusun rencana kegiatan uji lapangan.
2. Melaksanakan uji lapangan.
3. Mendeskripsikan hasil pelaksanaan uji lapangan.

Tempat pelaksanaan uji lapangan yaitu di SMA Nasima Kota Semarang dengan melibatkan 1 (satu) orang guru bimbingan dan konseling sebagai konsultan dan 2 orang guru bidang studi sebagai konsulti. Dari hasil uji lapangan diperoleh data yang diperlukan sebagai bahan penyempurnaan model hipotetik serta mengetahui keefektifan model dalam upaya meningkatkan *academic hardiness* siswa.

Selanjutnya untuk mengukur keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa, desain yang digunakan oleh peneliti adalah *multiple group pretest-posttest design*. Pada desain ini terdapat dua kelompok. Evaluasi awal pada kelompok pertama (eksperimen) dilakukan sebelum diberikan *treatment* dan evaluasi akhir setelah pemberian *treatment* kepada siswa. Sementara pada kelompok kontrol tidak diberikan *treatment* namun tetap diberikan *pretest* dan *post test*. *Treatment* yang dimaksud adalah upaya yang dilakukan oleh guru bidang studi untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa setelah melakukan konsultasi dengan guru BK atau konselor sekolah. Dengan demikian hasil dari pelaksanaan layanan konsultasi dan *treatment* dapat diketahui dengan akurat karena dapat membandingkan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Secara visual disajikan sebagai berikut:

Tabel 3.1. Desain Uji Efektifitas Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa

Evaluasi Awal	Perlakuan	Evaluasi Akhir
O1	X	O2
O1	-	O2

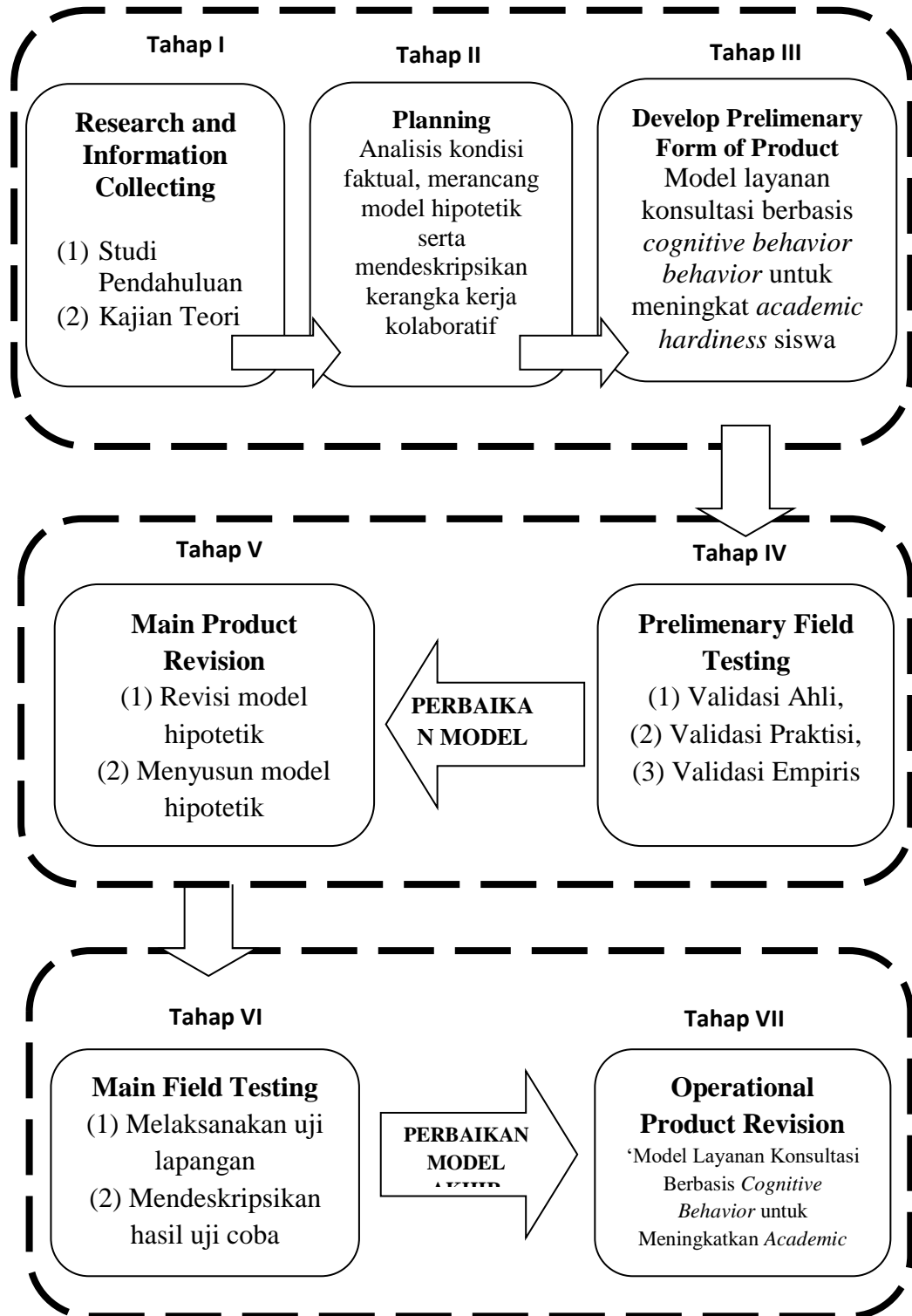
Tahap VII: *Operational Product Revision*

Langkah-langkah yang ditempuh dalam tahap ini adalah sebagai berikut:

1. Mengevaluasi hasil uji lapangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa (Teruji I).
2. Memperbaiki model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa secara kolaboratif.
3. Tersusun “model akhir” layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa (Teruji II).

Hasil yang diperoleh dari uji lapangan kemudian dianalisis untuk dijadikan sebagai dasar menyempurnakan model teruji I. Pelaksanaan penyempurnaannya dilakukan secara kolaboratif antara peneliti dan guru bimbingan dan konseling. Melalui proses tersebut maka model teruji tahap ke II (model akhir) dapat dihasilkan. Secara keseluruhan langkah-langkah pengembangannya dapat dilihat pada gambar 3.1.

Berdasarkan pada kerangka di atas dan karakteristik permasalahan dalam penelitian ini, maka untuk memperoleh keterangan data dan informasi yang jelas serta akurat terkait dengan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang, penelitian ini menggunakan *Research and Development* (R&D) dengan bobot metode kualitatif dan kuantitatif yang berimbang, atau penggunaan metode kuantitatif dan kualitatif secara terpadu. Metode kuantitatif digunakan untuk mengkaji tingkat *academic hardiness* siswa dan keefektifan layanan konsultasi berbasis *behavior cognitive*, sedangkan metode kualitatif digunakan untuk memaparkan pelaksanaan layanan konsultasi yang selama ini dilaksanakan dan yang telah dikembangkan, serta validasi (ahli dan praktisi) rancangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa.



Gambar 3.1.
Prosedur Penelitian Pengembangan Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa

3.3.Sumber Data dan Subyek Pengembangan

3.3.1. Sumber Data

Sumber data pada penelitian ini adalah SMA di Kota Semarang. Data yang peneliti peroleh dari guru BK atau konselor sekolah, guru bidang studi dan siswa. Data-data tersebut berupa fenomena dari *academic hardiness* yang terjadi pada siswa, intensitas pelaksanaan konsultasi yang dilakukan oleh guru bidang studi dan juga proses pemberian layanan konsultasi yang dilaksanakan oleh guru BK atau konselor sekolah. Teknik penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*.

Menurut Creswell (2015), *cluster sampling* dilakukan ketika peneliti tidak dapat dengan mudah mengidentifikasi populasi dikarenakan populasinya begitu luas, seperti sulitnya memperoleh daftar yang lengkap dari anggota populasi. *Cluster sampling* biasanya mencakup populasi seperti kota/kabupaten maupun provinsi. Untuk menentukan penduduk mana yang akan dijadikan sumber data, maka pengambilan sampelnya berdasarkan daerah populasi yang telah ditetapkan. Berikut adalah beberapa tahap yang digunakan oleh peneliti dalam menentukan sampel:

1. Tahap Pertama, peneliti memilih populasi dan membagi populasi berdasarkan distrik (kecamatan) untuk penarikan sampel tahap pertama yang kemudian diambil sampelnya daerahnya. Dalam hal ini peneliti telah menentuka populasi penelitiannya mencakup SMA di Kota Semarang. Secara teritori, Semarang terbagi menjadi 16 kecamatan terdiri dari kecamatan Banyumanik, Candisari, Gajah Mungkur, Gayamsari, Genuk, Gunungpati, Mijen, Ngaliyan, Pedurungan, Semarang Barat, Semarang Selatan, Semarang Tengah, Semarang Tengah, Semarang Timur, Semarang Utaraa, Tembalang dan Tugu.
2. Tahap kedua, sampel daerah yang telah dihasilkan sebelumnya dibagi lagi menjadi cakupan yang lebih kecil hingga pada unit-unit yang diinginkan, kemudian karakteristik sampel yang diinginkan oleh peneliti adalah SMA dengan siswa yang memiliki *academic hardiness* yang rendah dan membutuhkan model layanan konsultasi untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Selanjutnya peneliti akan mengidentifikasi SMA dengan siswa yang memiliki tingkat *academic hardiness* dan membutuhkan model layanan konsultasi untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa.

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel penelitian dari siswa SMA Nasima Kota Semarang. Penentuan sampel bagi guru bidang studi berdasarkan intensitas guru bidang studi yang paling sering mengadakan konsultasi di sekolah. Guru bidang studi tersebut akan

diberikan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Selanjutnya penentuan sampel siswa didasarkan dari hasil perolehan instrument (skala) yang merupakan *pre test* atau evaluasi awal yang diberikan kepada siswa SMA Nasima Kota Semarang untuk mengetahui perolehan hasil tingkat *academic hardiness* siswa di SMA Nasima Kota Semarang dan untuk mengetahui siswa dengan perolehan hasil dari instrumen skala psikologi yang di bawah rata-rata atau rendah. Kelas dengan siswa yang paling banyak memiliki tingkat *academic hardiness* yang rendah diambil sebagai subyek penelitian.

3.3.2. Subyek Pengembangan

Subyek dalam penelitian ini terbagi dalam dua kelompok yaitu guru bidang studi dan siswa kelas X di SMA Nasima Kota Semarang. Pengambilan subyek pengembangan dilakukan dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling* yaitu penentuan subyek yang memiliki tujuan. Adapun kriteria subyek dalam pengembangan ini ialah sebagai berikut:

Tabel 3.2. Kriteria Subyek Pengembangan

Guru	Siswa
<ul style="list-style-type: none"> • Subyek berada dalam satu sekolah 	<ul style="list-style-type: none"> • Subyek berada dalam satu sekolah
<ul style="list-style-type: none"> • Subyek dengan intensitas konsultasi paling tinggi 	<ul style="list-style-type: none"> • Subyek yang memiliki <i>academic hardiness yang rendah</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Subyek mengajar bidang studi tertentu di kelas 	<ul style="list-style-type: none"> • Subyek berada dalam satu angkatan yang sama

3.4. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik dan instrumen pengumpulan data dimaksudkan untuk mengumpulkan data yang dapat digunakan sebagai dasar untuk menetapkan tingkat keefektifan, efisiensi, dan/atau daya tarik dari produk yang dihasilkan, maka jenis data dalam penelitian ini yaitu data kualitatif dan data kuantitatif:

Tabel. 3.3. Jenis dan Instumen Pengumpulan Data

Tahap	Instrumen	Subyek	Tujuan	Analisis
I	Pedoman Observasi	1. Konselor/Guru BK	1. Untuk mengetahui kondisi objektif pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang	Deskriptif Kualitatif Miles dan Huberman
		2. Guru Bidang Studi		
	Pedoman Wawancara	1. Kepala Sekolah	1. Untuk mengetahui kondisi objektif pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang	
		2. Koordinator BK/Guru BK		
		3. Guru Bidang Studi		

			kebutuhan aktual siswa SMA di Kota Semarang terhadap layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> dalam meningkatkan <i>academic hardiness</i>	
	Pedoman Studi Dokumentasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Konsultasi 2. Laporan Pelaksanaan Layanan Konsultasi 	1. Untuk mengetahui program pelaksanaan layanan konsultasi di sekolah	
	Angket Pelaksanaan Layanan Konsultasi	1. Guru BK/Konselor Sekolah	Untuk mengetahui kondisi objektif pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang	
	Skala <i>Academic Hardiness</i> Siswa	2. Siswa kelas X di SMA Negeri 1 Kota Semarang	Untuk mengetahui tingkat <i>academic hardiness</i> sebelum diberikan tindakan	Deskripsi Kuantitatif T-Test
IV	Skala Penilaian	<ul style="list-style-type: none"> • Ahli Program BK <ol style="list-style-type: none"> 1. Jeffrey M. Warren 2. Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd. Kons. 3. Mulawarman, Ph.D 4. Sunawan, Ph.D • 4 (Empat) orang Praktisi BK 	Untuk mengetahui kelayakan model layanan konsultasi berbasis <i>Cognitive Behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan dan ketepatannya	Skala Likert dan Deskripsi Kualitatif Miles dan Huberman
VI	Kuesioner	• Guru Bidang Studi (konsulti)	Untuk menganalisa kelayakan layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa	Deskriptif Kualitatif Miles dan Huberman serta Delphi
	Skala <i>Accademic Hardiness</i>	Siswa	Untuk mengetahui tingkat <i>academic hardiness</i> siswa setelah diberikan perlakuan oleh guru bidang studi pasca layanan konsultasi berbasis	T-Test Satu Sampel

3.4.1. Data Kualitatif

Pengumpulan data secara kualitatif dilakukan dengan wawancara, observasi, serta validasi ahli dan validasi paraktisi.

3.4.1.1. Wawancara

Creswell (2015: 429) mengatakan bahwa wawancara (*interview*) terjadi ketika peneliti menanyakan berbagai pertanyaan terbuka (*open-ended questions*) umum kepada seorang partisipan atau lebih dan mencatat jawaban mereka. Dalam penelitian wawancara yang dilakukan pada studi pendahuluan digunakan untuk mengungkap data dan informasi tentang kondisi faktual pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Negeri 1 Kota Semarang. Untuk memperoleh data yang diinginkan, peneliti menggunakan *One-on-One Interveiw*. Cresswell (2015: 431) mengemukakan bahwa *one-on-one Interveiw* adalah proses pengumpulan data dengan cara peneliti mengajukan pertanyaan kepada seorang partisipan satu per satu dan mencatatnya. Berikut adalah kisi-kisi pedoman wawancara layanan konsultasi.

Tabel 3.4. Kisi-Kisi Pedoman Wawancara

Variabel	Indikator	Deskriptor
Kondisi faktual layanan konsultasi di SMA Negeri 1 Kota Semarang	Perencanaan	1. Siapa saja yang dilibatkan dalam perencanaan layanan konsultasi?
	Pelaksanaan	1. Bagaimana model pelaksanaan layanan konsultasi selama ini? 2. Siapakah yang lebih sering menjadi konsultee?
	Materi/Permasalahan	1. Materi/topik apa saja yang dibahas dalam layanan konsultasi
	Tahapan Pelaksanaan	1. Bagaimana peran konselor/guru BK dalam pelaksanaan layanan konsultasi? 2. Tahap atau prosedur apa saja yang dilalui dalam pelaksanaan layanan konsultasi?
	Sarana	1. Apa saja sarana penunjang dalam pelaksanaan layanan konsultasi
	Waktu	1. Kapan pelaksanaan layanan konsultasi dilaksanakan

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Berapa kali pelaksanaan layanan konsultasi dalam satu semester 3. Berapa jam/menit yang dibutuhkan dalam sekali pelaksanaan layanan konsultasi 4. Berapa kali pertemuan dalam layanan konsultasi untuk membahas topik secara tuntas
Evaluasi dan Tindak Lanjut	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa manfaat yang tampak pada konsultee setelah mengikuti layanan konsultasi 2. Apa manfaat yang tampak pada konsultee setelah mengikuti layanan konsultasi 3. Apa manfaat yang tampak pada siswa setelah mengikuti layanan konsultasi 4. Bagaimana prosedur evaluasi yang dilakukan 5. Apa saja tindak lanjut yang dilakukan setelah pelaksanaan konsultasi 6. Bagaimana tingkat ketercapaian tujuan dalam setiap pertemuan layanan konsultasi
Faktor penunjang dan penghambat pelaksanaan layanan konsultasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Faktor apa saja penunjang keberhasilan dari layanan konsultasi 2. Pada tahap manakah yang dimungkinkan banyak ditemui hambatan dalam proses pelaksanaan layanan konsultasi? Berikan alasannya? 3. Kendala apa saja yang muncul dalam pelaksanaan layanan konsultasi: segi waktu, biaya, guru dan orang tua sebagai konsultee, konselor sebagai konsultan (pelaksanaan layanan konsultasi),

kepala sekolah sebagai penentu kebijakan, dan faktor lain?

3.4.1.2. Observasi

Creswell (2015: 422) mendefinisikan observasi sebagai proses pengumpulan informasi *open-ended* (terbuka) tangan pertama dengan mengobservasi atau mengamati orang dan tempat di lokasi penelitian. Dalam penelitian observasi digunakan untuk: (a) mengetahui pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Nasima Kota Semarang yang selama ini dilakukan dan pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* (model yang dikembangkan dalam penelitian ini), (b) mengetahui perkembangan *academic hardiness* siswa selama pemberian perlakuan dengan model pengembangan yang sedang diujicobakan. Untuk mempermudah pengambilan data maka sebelum melakukan observasi, peneliti menyiapkan pedoman observasi. Berikut adalah kisi-kisi pedoman observasi layanan konsultasi.

Tabel 3.5. Kisi-Kisi Pedoman Observasi Layanan Konsultasi

Variabel	Indikator	Deskriptor
Pelaksanaan layanan konsultasi (kondisi faktual dan model yang dikembangkan)	Langkah I (Mengidentifikasi Masalah)	<ul style="list-style-type: none"> • Konsultan membantu konsulti menceritakan situasi yang dialaminya
	Langkah II (Klarifikasi Situasi Konsulti)	<ul style="list-style-type: none"> • Konsultan menjadi pendengar yang efektif serta memberikan perhatian pada: <ul style="list-style-type: none"> • Perasaan konsulti dan konselee • Perilaku spesifik konsulti dan konselee • Harapan konsulti terhadap situasi yang dialaminya • Apa usaha yang sudah dilakukan konsulti • Menegaskan perilaku dan cara berpikir konsulti
	Langkah III (Identifikasi Tujuan)	<ul style="list-style-type: none"> • Konsultan menspesifikkan perilaku yang dapat diamati
	Langkah IV (Observasi dan Merekam Perilaku)	<ul style="list-style-type: none"> • Konsultan memperoleh data secara garis besar pada perilaku yang diinginkan dan tidak diinginkan oleh konsulti
	Langkah V (Mengembangkan Rencana Aksi)	<ul style="list-style-type: none"> • Konsultan memberikan pertimbangan terhadap: <ul style="list-style-type: none"> • Apa intervensi yang mungkin dapat dilakukan oleh konsulti • bagaimana intervensi tersebut berjalan • kapan langkah awal dari rencana

		aksi akan dilaksanakan		
Langkah (Pelaksanaan Rencana Aksi)	VI	Konsultan memberikan waktu kepada konsulti untuk melaksanakan rencananya		
Langkah (Tindak Lanjut)	VII	Konsultan memberikan kesempatan kepada konsulti untuk melakukan evaluasi dan mendiskusikan langkah selanjutnya.		

3.4.1.3. Studi Dokumentasi

Menurut Cresswell (2015) bahwa dokumen terdiri atas catatan publik dan pribadi yang didapatkan peneliti tentang tempat atau partisipan dalam suatu penelitian. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Maka dokumen yang akan dilihat dari pelaksanaan layanan konsultasi di sekolah berupa dokumen-dokumen yang berhubungan dengan pelaksanaan layanan konsultasi.

Tabel. 3.6. Kisi-Kisi Studi Dokumentasi Layanan Konsultasi

Variabel		Indikator	Deskriptor
Dokumun Rencana Pelaksanaan Layanan Konsultasi		<ul style="list-style-type: none"> Program Pelaksanaan Layanan Konsultasi Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Konsultasi 	<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor menunjukkan program dan rencana pelaksanaan layanan (RPL) Konsultasi
Dokumen Laporan Pelaksanaan Layanan Konsultasi		<ul style="list-style-type: none"> Laporan Pelaksanaan Layanan Konsultasi 	<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor menunjukkan laporan pelaksanaan layanan konsultasi

3.4.1.4. Kuesioner

Penggunaan kuesioner dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mendapatkan pernyataan-pernyataan tertulis dari responden baik sumber data maupun subyek penelitian (partisipan). Dalam penelitian ini, kuesioner digunakan untuk:

- Untuk mengetahui kelayakan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa setelah dijalani oleh guru. Kuesioner ini memuat pandangan atau pendapat dari guru bidang studi sebagai konsulti setelah mendapatkan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*
- Untuk menganalisa kelayakan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dengan menggunakan teknik delphi.

Kuesione ini disebar kepada para ahli BK dan praktisi guna mendapatkan komentar terkait model yang ada.

3.4.2. Data Kuantitatif

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data kuantitatif adalah jenis skala Interval. Creswell (2015) mengemukakan bahwa skala interval menyediakan pilihan respon terhadap pertanyaan dengan asumsi setiap pilihan respon memiliki interval yang sama. Skala ini biasanya menggunakan 4 (empat) atau lebih pilihan respon. Pilihan respon menggunakan skala Likert. Untuk mengetahui tingkat *academic hardiness* siswa, maka skala yang digunakan adalah skala *academic hardiness*.

Skala *hardiness* adalah alat pengumpulan data yang dikembangkan oleh Moreno-Jimenez, B., dkk (2014). HQ telah mendapatkan uji validitas dan reliabilitas, dengan hasil nilai koefisien alpha pada aspek control = 0.78, aspek komitmen 0.74, dan aspek tantangan = 0.81.

Secara operasional skala *academic hardiness* ini digunakan untuk: (a) mengetahui tingkat *academic hardiness* siswa secara umum, dan sebagai dasar menyusun model hipotetik, (b) menentukan subyek penelitian dalam pelaksanaan model yang dikembangkan, dan (c) mengetahui tingkat *academic hardiness* siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan oleh guru bidang studi setelah layanan konsultasi (efektifitas model yang dikembangkan). Berikut ini adalah kisi-kisi skala *academic hardiness* siswa.

Tabel. 3.7. Kisi-Kisi Skala *Academic Hardiness*

Aspek	Indikator	No. Item
Control	• Saya melakukan semua yang saya bisa untuk memastikan dan mengontrol hasil pekerjaan saya.	3
	• Sesuatu yang diinginkan hanya diperoleh dari usaha pribadi	6
	• Mengendalikan situasi adalah satu-satunya hal yang menjamin kesuksesan	9
	• Hal berjalan dengan baik ketika saya mempersiapkan semuanya secara baik	12
	• Berkerja sungguh-sungguh dan serius untuk hasil yang diinginkan	15
Komitment	• Saya melibatkan diri secara serius dalam apa yang saya lakukan, karena itu adalah cara terbaik untuk mencapai tujuan saya sendiri	1
	• Saya menganggap bahwa pekerjaan yang saya lakukan adalah nilai bagi masyarakat dan saya tidak keberatan menempatkan semua usaha saya	4
	• Saya khawatir dan saya mengidentifikasi diri dengan pekerjaan saya	7
	• Pekerjaan sehari-hari saya memenuhi saya dan membuat saya benar-benar didedikasikan untuk itu	10

	• Kegembiraan saya sendiri adalah apa yang membuat saya pergi ke depan dengan selesainya kegiatan saya	14
Tantangan	• Bahkan ketika itu mengandaikan usaha yang lebih besar, saya memilih pekerjaan yang kira pengalaman baru bagi saya	2
	• Dalam pekerjaan saya, saya merasa tertarik untuk inovasi dan perkembangan di persidangan	5
	• Dalam pekerjaan saya, saya merasa tertarik dengan tugas dan situasi yang melibatkan tantangan pribadi	8
	• Untuk memperpanjang saya bisa, saya mencoba untuk memiliki pengalaman baru dalam pekerjaan sehari-hari saya	11
	• Bila mungkin saya mencari situasi yang baru dan berbeda di lingkungan kerja saya	13

Pada skala ini diberikan 5 (lima) alternatif jawaban yaitu sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju. Dengan memiliki masing-masing skor yang berbeda, apabila pertanyaan positif maka jawaban sangat sesuai (SS) skornya 5, jawaban sesuai (S) skornya 4, jawaban ragu-ragu (R) skornya 3, jawaban tidak sesuai (TS) skornya 2, dan sangat tidak sesuai (STS) skornya 1, sebaliknya apabila pertanyaan negatif jawaban sangat tidak sesuai (STS) skornya 5, jawaban tidak sesuai (TS) skornya 4, jawaban ragu-ragu (R) skornya 3, jawaban sesuai (S) skornya 2 dan jawaban sangat sesuai (SS) skornya 1.

Dalam penelitian ini penentuan skor menggunakan skala Likert. Menurut Riduwan dan Sunarto (2013: 20) skala pengukuran Likert dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Bentuk pernyataan yang diajukan dalam angket ini adalah pernyataan *favorable* (positif) dan *unfavorable* (negatif). Pada skala entrepreneurship, kriteria jawaban yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel. 3.8. Skoring Skala *Academic Hardiness* Siswa

<i>Favorable</i>		Skor	<i>Unfavorable</i>		Skor
Sangat Sesuai	SS	5	Sangat Sesuai	SS	1
Sesuai	S	4	Sesuai	S	2
Ragu-Ragu	R	3	Ragu-Ragu	R	3
Tidak Sesuai	TS	2	Tidak Sesuai	TS	4
Sangat Tidak Sesuai	STS	1	Sangat Tidak Sesuai	STS	5

Academic Hardiness ada siswa dapat dikategorikan menjadi tiga kelompok yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Untuk mengkategorikannya terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$i = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan:

i : interval

NT : nilai tertinggi

NR : nilai terendah

K : jumlah kategori

3.5. Uji Validitas dan Reliabilitas

3.5.1. Validitas

Validitas tes menyangkut apa yang diukur tes dan seberapa baik tes tersebut bisa mengukur (Anastasi & Urbina, 1997: 125). Sehingga sebuah instrumen disebut valid apabila ia mampu mengukur apa yang ingin diukur. Dalam penelitian ini, skala *academic hardiness* perlu diuji validitasnya dan uji validitas yang akan digunakan adalah validitas isi (*content validity*). Validitas isi adalah melibatkan pengujian sistematis atas isi tes untuk menentukan apakah tes itu mencakup sampel representatif dari domain perilaku yang harus diukur (Anastasi & Urbina, 1997: 127).

Karenanya validitas isi memerlukan pengujian yang kritis dan hati-hati guna menentukan apakah isi dan tujuan yang diukur dengan suatu alat ukur mempresentasikan domain isi yang ditetapkan. Dalam membuat keputusan tentang apakah suatu instrumen valid atau tidak, biasanya dilakukan oleh pakar (*expert judgment*). Pakar tersebut menilai isi instrumen guna menentukan apakah ada kesesuaian antara tes yang disusun dengan domain isi atau tujuan yang diukur.

Sementara validasi model hipotetik layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dilakukan kepada 4 orang pakar BK dan 4 orang praktisi (guru BK/Konselor Sekolah).

3.5.2. Reliabilitas

Reliabilitas merujuk pada konsistensi skor yang dicapai oleh orang yang sama ketika mereka diuji ulang dengan tes yang sama pada kesempatan yang berbeda, atau dengan seperangkat butir-butir ekuivalen yang berbeda atau dalam kondisi pengujian yang berbeda. (Anastasi & Urbina, 1997: 94). Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan pada skala *academic hardiness*. Adapun teknik yang digunakan adalah dengan menggunakan rumus *alpha cronbach*. Rumus alpha digunakan untuk mencari reliabilitas instrumen yang skornya

merupakan rentangan antara beberapa nilai (misalnya 0-10 atau 0-100) atau yang terbentuk skala 1-3 atau 1-5. Instrumen dikatakan reliabel jika r hitung $>$ dari pada r table untuk taraf signifikan 5%. Adapun rumus alpha adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{(k-1)} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_{b2}}{\sigma_{2t}} \right]$$

Keterangan :

r_{11} : reliabilitas instrumen

k : banyaknya butir pertanyaan/banyaknya soal

$\sum \sigma_{b2}$: jumlah varians butir

σ_{2t} : varians total

Sedangkan untuk menguji reliabilitas data kualitatif, dilakukan metode triangulasi. Triangulasi adalah proses menguatkan bukti dari individu yang berbeda, tipe data yang berbeda, atau metode pengumpulan data yang berbeda dalam deskripsi penelitian kualitatif (Creswell, 2015: 512).

3.6. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan 2 (dua) metode penelitian yaitu kualitatif dan kuantitatif secara terpadu, maka analisis data dilakukan secara terpadu.

3.6.1. Analisis Data Kualitatif

Analisis data kualitatif digunakan untuk menganalisis instrumen dari metode pengumpulan data berupa wawancara, observasi dan studi dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan mengacu pada konsep Miles dan Huberman yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan verifikasi data/kesimpulan. Dari hasil analisis akan diperoleh data secara deskriptif.

Sementara untuk menganalisis kelayakan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa digunakan teknik delphi. Menurut Helmer dan Dalkey (1962) teknik delphi mewakili alat komunikasi yang sangat berguna di antara kelompok para ahli dan juga memfasilitasi formasi penentuan atau keputusan kelompok. Pemilihan teknik delphi pada penelitian ini dikarenakan prosedur kerjanya yang sistematis dan bersifat siklus sehingga diharapkan teknik ini mampu merangkum pendapat dan penilaian para ahli serta responden terkait dengan desain layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*. Analisis dan *judgement* terhadap model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* ini akan dilakukan sebanyak dua putaran (*two-round*). Metode delphi ini memberikan hasil analisis yang mendalam terhadap produk penelitian yang sedang

dikembangkan yaitu model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang. Adapun tahapan yang dilakukan yakni:

Tahap I: Mengembangkan Pertanyaan Delphi

Pada tahapan ini, peneliti merumuskan pertanyaan Delphi yakni bagaimana keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang

Tahap II: Menentukan Responden

Pada tahapan ini, peneliti mengidentifikasi dan menentukan para ahli bimbingan dan konseling untuk mengkomunikasikan pertanyaan delphi yang sudah dibuat pada tahap sebelumnya.

Tahap III: Menentukan Ukuran Responden

Pada tahapan ini, peneliti menentukan ukuran (jumlah) dari responden. Adapun jumlah responden dari analisis model keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa sebanyak 4 (empat) orang ahli bimbingan dan konseling dan 4 (dua) orang guru BK/Konselor Sekolah sebagai praktisi

Tahap IV: Mengembangkan Kuesioner I

Pada tahapan ini, peneliti memberikan kuesioner berupa keefektifan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan dan ketepatannya kepada para ahli dan praktisi untuk diisi juga dari aspek isi model.

Tahap V: Analisis Kuesioner I

Pada tahapan ini, kuesioner yang sudah diberikan dan diisi oleh para responden dikumpulkan lalu dianalisis oleh para peneliti. Dari kuesioner yang terkumpul ini peneliti akan membuat ringkasan dan komentar yang mencerminkan dari keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan dan ketepatannya.

Tahap VI: Mengembangkan Kuesioner II

Pada tahapan ini, peneliti menyusun dan menyempurnakan kembali kuesioner I yang telah diisi dan diberi komentar oleh para responden. Peneliti akan menyusun kembali kuesioner ini dengan pernyataan yang lebih mudah dipahami mengingat komentar dari

para responden begitu beragam. Lalu kuesioner II ini diberikan kepada lagi para responden.

Tahap VII: Analisa Kuesioner II

Pada tahapan ini, peneliti meringkas komentar dari para responden menjadi satu. Ringkasan tentang keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan dan ketepatannya dimaksud agar semua komentar para responden menjadi satu kesatuan dan mudah dipahami.

Tahap VIII: Menyusun Laporan

Pada tahapan akhir ini, peneliti menyusun laporan tentang proses dan hasil dari pertanyaan delphi ini. Laporan tersebut berupa komentar dan masukan dari para responden terkait keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang ditinjau dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan dan ketepatannya.

3.6.2. Analisis Data Kuantitatif

Tahap pengembangan (*development*) menggunakan analisis data secara deskriptif kuantitatif. Instrumen yang dianalisis yaitu skala penilaian kelayakan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang. Peneliti akan menganalisis skala ini berdasarkan kriteria masing-masing, yaitu hasil analisis validasi ahli dan validasi praktisi.

Selanjutnya untuk menguji signifikansi perbedaan mean *academic hardiness* siswa antara kelompok eksperimen dan control dari setelah diberikan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* digunakan adalah uji t-test. Uji t-test digunakan untuk menguji signifikansi perbedaan mean antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum X^2 d}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

Md : Mean dari deviasi (d) antara *posttest* dan *pretest*

Xd : Perbedaan deviasi dengan mean deviasi

N : Banyak subjek

Df : atau db adalah N-1

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

Pada bab ini diuraikan data hasil studi pendahuluan dan pembahasannya yang mencakup tentang gambaran umum pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Nasima, SMA Islam Al-Azhar 15, SMA Kesatrian 1, SMA Kesatrian 2 dan SMA Mataram Kota Semarang, kondisi awal *academic hardiness* siswa, model pengembangan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang, serta efektivitas dari model yang dikembangkan untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa.

Pengembangan model ini dilakukan guna menindaklanjuti model layanan konsultasi yang sudah dilaksanakan di lapangan. Layanan konsultasi yang dilaksanakan di lapangan masih mengalami banyak kekurangan di antaranya pelaksanaannya yang dilakukan dengan mengikuti arah pembicaraan saja, tidak memiliki waktu khusus, tidak berbasis pendekatan tertentu dan tidak membahas *academic hardiness* siswa. berdasarkan keadaan tersebut di atas maka peneliti menawarkan sebuah model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa.

Layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* ini dikembangkan untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Diharapkan melalui *academic hardiness* siswa yang tinggi, siswa dapat terhindar dari stress dan frustrasi akademik yang disebabkan oleh tuntutan dan beban akademik di sekolah.

Hasil studi pendahuluan bertujuan memperoleh data awal dan empiris tentang gambaran pelaksanaan layanan konsultasi di sekolah dan gambaran kondisi *academic hardiness* siswa. Hasil penelitian dalam studi pendahuluan ini yang dijadikan sebagai pertimbangan atau acuan untuk mengembangkan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hadiness* siswa SMA di Kota Semarang.

Pada penelitian ini akan menghasilkan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas pada instrumen skala *academic hardiness* siswa yang akan digunakan dalam penelitian. Uji validitas dan reliabilitas diberikan kepada siswa SMA Nasima kelas X IPA 1 dan SMA Kesatrian 2 kelas X IPS 1 sebanyak 55 orang. *Try out* dilaksanakan guna mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen. Pengujian

instrumen ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach*, dapat dikatakan *reliable* jika besar korelasinya minimal $\alpha \geq 0,70$. Penggunaan angka minimal tersebut sebagai pedoman dalam pemilihan item berdasar pada korelasi item total yang digunakan dengan batasan $r \geq 0,261$. Jika butir soal memiliki $r \geq 0,261$ maka butir instrumen tersebut dinyatakan valid. Setiap pernyataan dapat dilihat validitasnya pada *Corrected Item Total Correlation*. Sedangkan reliabilitasnya dapat dilihat pada hasil yang terdapat pada *Alpha Cronbach*.

Hasil pengujian instrumen pada instrumen terdapat pada lampiran uji validitas dan reliabilitas yang terdiri dari 16 item dengan $N = 55$ dengan $t_{\text{tabel}} = 0,266$, maka hasil perhitungan validitas diperoleh $r_{xy} = 0,7301$ artinya $r_{xy} \geq r_{\text{tabel}}$ atau $0,9942 \geq 0,266$. Hasil pengujian validitas dan reliabilitas dari 16 item tersebut dinyatakan valid lalu digunakan untuk mengungkap tingkat *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang.

Berdasarkan tujuan penelitian, maka hasil penelitian meliputi deskripsi pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang, tingkat *academic hardiness* siswa SMA Kota Semarang, model pengembangan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa serta keefektifan dari model yang dikembangkan untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa.

4.1.1. Deskripsi Pelaksanaan Layanan Konsultasi di SMA Kota Semarang

Penjelasan tentang deskripsi pelaksanaan layanan konsultasi di lapangan diperoleh melalui studi pendahuluan yang bertujuan untuk memperoleh data awal berupa data empiris tentang pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang serta deskripsi tingkat *academic hardiness* siswa. Hasil studi pendahuluan ditambah dengan kajian literatur dan penelitian yang relevan, menjadi bahan pertimbangan peneliti guna mengembangkan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Hasil studi pendahuluan untuk mengetahui deskripsi pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang adalah dengan memberikan angket dan melakukan wawancara dengan 5 orang guru BK atau konselor sekolah serta melakukan observasi saat guru BK atau konselor sekolah melaksanakan layanan konsultasi. Secara lebih rinci, hasil studi pendahuluan ini berkenaan dengan perencanaan, pelaksanaan, materi/permasalahan, tahapan pelaksanaan, sarana, waktu, dan evaluasi serta tindak lanjut dari layanan konsultasi. Secara garis besar deskripsi layanan konsultasi dapat dilihat dari tabel berikut ini:

**Tabel 4.1. Tabulasi Hasil Angket Layanan Konsultasi
SMA di Kota Semarang**

ASPEK	DESKRIPSI	PILIHAN	JLH	%
Perencanaan	1. Apakah Layanan konsultasi telah terprogram dalam program BK di sekolah?	Ya, karena	2	33.3
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi memahami urgensi pelaksanaan layanan konsultasi 		
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi mengetahui layanan konsultasi dari program BK di sekolah 	1	16.7
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi mau berkonsultasi kepada guru BK/Konselor sekolah 	-	-
		<ul style="list-style-type: none"> Kepercayaan guru bidang studi terhadap guru BK/Konselor sekolah tinggi 	2	33.3
		<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor sekolah memahami urgensi pelaksanaan layanan konsultasi 	-	-
		<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor sekolah memahami seluk beluk pelaksanaan layanan konsultasi 	2	33.3
		<ul style="list-style-type: none"> Adanya waktu khusus yang disediakan sekolah dan guru bidang studi untuk melaksanakan layanan konsultasi 	-	-
		Tidak, karena	2	33.3
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi tidak memahami urgensi pelaksanaan layanan konsultasi 		
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi tidak mengetahui layanan konsultasi dari program BK di sekolah 	-	-
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi enggan untuk berkonsultasi kepada guru BK/Konselor sekolah 	-	-
		<ul style="list-style-type: none"> Kepercayaan guru bidang studi terhadap guru BK/Konselor sekolah rendah 	1	16.7
		<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor sekolah tidak memahami urgensi pelaksanaan layanan konsultasi 	1	16.7
		<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor sekolah tidak memahami segala seluk beluk pelaksanaan layanan konsultasi 	1	16.7
		<ul style="list-style-type: none"> Tidak adanya waktu khusus yang disediakan sekolah dan guru bidang studi untuk 	-	-

		melaksanakan layanan konsultasi		
Pelaksanaan	2.	<p>2. Apa dasar dari pelaksanaan layanan konsultasi?</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Need asesment</i> 4 66.7 • Inisiatif guru BK/Konselor Sekolah 1 16.7 • Inisiatif guru bidang studi - - • Inisiatif siswa - - • Inisiatif kepala sekolah - - • Lain lain - - 		
	3.	<p>3. Bagaimana intensitas pelaksanaan layanan konsultasi di sekolah?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Satu kali perminggu 3 50 • Satu kali perbulan - - • Dua kali perbulan - - • Satu kali persemester 1 16.7 • Jika dibutuhkan 2 33.3 		
	4.	<p>4. Apakah pelaksanaan layanan konsultasi berbasis pendekatan tertentu?</p> <p>Ya</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Diagnostic Prespective Approach</i> • <i>Staff Development and Training Approach</i> • <i>Case Management Approach</i> • <i>Process Approach</i> • <i>Consultant-Centered Consultation</i> • <i>System-Centered Consultation</i> • Lain-lain 1 16.7 <p>Tidak, karena</p> <ul style="list-style-type: none"> • Konselor tidak memahami pendekatan dalam pelaksanaan layanan konsultasi • Proses konsultasi yang mengalir mengikuti suasana yang ada - - 		
	Materi/Permasalahan	5.	<p>5. Topik apa yang paling sering dibahas dalam layanan konsultasi?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prestasi belajar siswa di akhir semester 1 16.7 • Hasil belajar harian siswa - - • Perilaku siswa yang melanggar tata tertib sekolah 1 16.7 • Lain-lain 5 83.3 	
		6.	<p>6. Apakah <i>academic hardiness</i> sudah pernah dibahas?</p> <p>Sudah,</p> <ul style="list-style-type: none"> • Satu minggu terakhir • Satu bulan terakhir 1 16.7 • Satu semester terakhir 1 16.7 <p>Belum, karena</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Academic hardiness</i> belum diketahui banyak orang 2 33.3 • <i>Academic hardiness</i> tidak sesuai kebutuhan siswa - - • Lain-lain - - 	
	Tahapan Pelaksanaan	7.	<p>7. Apakah ada tahapan yang digunakan dalam</p> <p>Ya,</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi masalah; mengklarifikasi situasi konsulti; mengidentifikasi tujuan; mengobservasi dan 	

		pelaksanaan layanan konsultasi?	merekam perilaku; mengembangkan rencana aksi; konsultasi melaksanakan rencana aksi; dan tindak lanjut.		
			<ul style="list-style-type: none"> Fase sebelum masuk; masuk untuk penjelajahan masa dan pembuatan kontrak; mengumpulkan informasi; pencarian solusi dan pemilihan intervensi; evaluasi; dan terminasi. 	-	-
			Tidak, karena	-	-
			<ul style="list-style-type: none"> Karena konselor tidak memahami tahapan dari layanan konsultasi 		
			<ul style="list-style-type: none"> Karena proses konsultasi mengalir berdasarkan arah pembicaraan dengan guru 	-	-
Sarana	8.	Apa saja sarana yang tersedia untuk pelaksanaan layanan konsultasi?	<ul style="list-style-type: none"> Ruang BK (khusus pelaksanaan layanan konsultasi) 	3	50
			<ul style="list-style-type: none"> Meja 	-	-
			<ul style="list-style-type: none"> Kursi 	-	-
			<ul style="list-style-type: none"> Waktu 	-	-
			<ul style="list-style-type: none"> Lain-lain 	1	16.7
Waktu	9.	Waktu khusus pelaksanaan layanan konsultasi?	<ul style="list-style-type: none"> Saat rapat dewan guru 	-	-
			<ul style="list-style-type: none"> Saat rapat kenaikan kelas 	-	-
			<ul style="list-style-type: none"> Saat di luar jam sekolah 	-	-
			<ul style="list-style-type: none"> Kapan saja saat dianggap perlu 	4	66.7
Evaluasi dan Tindak Lanjut	10.	Apakah ada evaluasi dari pelaksanaan layanan konsultasi?	Ya,	2	33.3
			<ul style="list-style-type: none"> Sesaat setelah pelaksanaan layanan konsultasi 		
			<ul style="list-style-type: none"> Saat penyusunan program BK 	-	-
			<ul style="list-style-type: none"> Saat awal semester 	2	33.3
			<ul style="list-style-type: none"> Jika dibutuhkan 	-	-
			Tidak, karena	-	-
			<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor sekolah tidak memahami evaluasi layanan konsultasi 		
			<ul style="list-style-type: none"> Tidak ada kesempatan dalam melakukan evaluasi 	-	-
			<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi tidak bersedia untuk melakukan evaluasi 	-	-
	11.	Apakah ada tindak lanjut dari pelaksanaan layanan konsultasi?	Ya	4	66.7
			<ul style="list-style-type: none"> Adanya rencana pertemuan selanjutnya untuk konsultasi 		
			<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi melaporkan hasil pelaksanaan rencana aksi kepada guru BK/Konselor Sekolah 	1	16.7

		<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor sekolah dan guru bidang studi merumuskan rencana aksi selanjutnya 	1	16.7
		Tidak, karena	-	-
		<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor sekolah tidak memahami bentuk tindak lanjut dari pelaksanaan layanan konsultasi 		
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi enggan untuk melaporkan hasil rencana aksinya 	-	-
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi tidak mau melakukan konsultasi kembali 	-	-
Faktor penunjang dan penghambat pelaksanaan layanan konsultasi	12. Apa saja faktor pendukung layanan konsultasi?	<ul style="list-style-type: none"> Kepercayaan guru bidang studi terhadap guru BK/Konselor sekolah tinggi 	3	50
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi mengetahui layanan konsultasi sebagai program BK di sekolah 	1	16.7
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi memahami urgensi dari pelaksanaan layanan konsultasi 	1	16.7
		<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor sekolah memahami segala seluk beluk pelaksanaan layanan konsultasi 	2	33.3
		<ul style="list-style-type: none"> Adanya waktu khusus yang disediakan sekolah dan guru bidang studi 	-	-
		<ul style="list-style-type: none"> Lain-lain 	-	-
	13. Apa saja faktor penghambat layanan konsultasi?	<ul style="list-style-type: none"> Kepercayaan guru bidang studi terhadap guru BK/Konselor sekolah rendah 	3	50
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi tidak mengetahui layanan konsultasi sebagai program BK di sekolah 	3	50
		<ul style="list-style-type: none"> Guru bidang studi tidak memahami urgensi dari pelaksanaan layanan konsultasi 	-	-
		<ul style="list-style-type: none"> Guru BK/Konselor sekolah tidak memahami segala seluk beluk pelaksanaan layanan konsultasi 	2	33.3
		<ul style="list-style-type: none"> Tidak adanya waktu khusus yang disediakan sekolah dan guru bidang studi 	4	66.7
		<ul style="list-style-type: none"> Lain-lain 	-	-

4.1.1.1. Perencanaan Layanan Konsultasi

Berdasarkan hasil angket serta wawancara yang dilakukan dengan guru BK atau konselor sekolah di SMA Kota Semarang tentang perencanaan layanan konsultasi, diperoleh

hasil bahwa perencanaan layanan konsultasi sudah terencana dalam program bimbingan dan konseling sekolah. Dalam perencanaan layanan konsultasi, guru BK atau konselor sekolah melakukan sesuai dengan kebutuhan yang ada di sekolah atau *need asesment*. Namun tidak menutup kemungkinan bahwa pelaksanaan layanan konsultasi ini juga dilakukan atas dasar inisiatif guru BK atau Konselor sekolah, sehingga pelaksanaan layanan konsultasi di sekolah cenderung berjalan secara insidental. Keterlaksanaan layanan ini dikarenakan guru bidang studi yang memahami urgensi pelaksanaan layanan konsultasi (33.3%), guru bidang studi mengetahui layanan konsultasi dari program BK di sekolah (16,7%), kepercayaan guru bidang studi terhadap guru BK atau konselor sekolah tinggi (33.3%), guru BK memahami seluk beluk pelaksanaan layanan konsultasi (33.3%). Pelaksanaan layanan konsultasi yang dilakukan di sini adalah layanan konsultasi yang dilakukan oleh guru BK atau konselor sekolah kepada guru bidang studi atau wali kelas. Pelaksanaan layanan konsultasi yang dilakukan oleh guru BK atau konselor sekolah dibukti dengan dokumentasi.

Namun di sekolah, guru BK atau Konselor sekolah melaporkan bahwa layanan konsultasi di sekolahnya tidak berjalan, hal ini dikarenakan guru bidang studi tidak memahami urgensi pelaksanaan layanan konsultasi (33.3%), kepercayaan guru bidang studi terhadap guru BK atau konselor sekolah rendah (16.7%), guru BK atau Konselor sekolah tidak memahami urgensi pelaksanaan layanan konsultasi (16.7%), dan guru BK atau Konselor sekolah tidak memahami seluk beluk pelaksanaan layanan konsultasi (16.7%)

4.1.1.2. Pelaksanaan Layanan Konsultasi

Berdasarkan hasil penyebaran angket dan wawancara yang dilaksanakan dengan guru BK atau konselor sekolah di SMA Kota Semarang tentang pelaksanaan layanan konsultasi, diperoleh hasil bahwa pelaksanaan layanan konsultasi di 5 sekolah bermacam-macam. Dari segi intensitas pelaksanaan, layanan konsultasi dilaksanakan satu kali perminggu (50%), satu kali persemester (16.75), dan lainnya jika dibutuhkan (33.3%). Selain itu, pelaksanaan layanan konsultasi di sekolah pada umumnya menggunakan pendekatan *Diagnostic Perspective Approach* (50%) dan pendekatan lainnya (16.7%).

4.1.1.3. Materi/Permasalahan

Pelaksanaan layanan konsultasi yang dilakukan di sekolah pada umumnya membahas terkait kondisi keluarga siswa, konflik siswa dengan teman, pergaulan remaja, motivasi belajar, tantangan masa depan (83.5%), lalu prestasi belajar siswa (16.7%) dan perilaku siswa yang melanggar tata tertib (16.7%).

Terkait permasalahan *academic hardiness* siswa, guru BK atau konselor sekolah melaporkan bahwa ada yang sudah membahas satu bulan terakhir (16.7%), satu semester

terakhir (16.7%) dan ada juga yang belum dikarenakan *academic hardiness* belum banyak diketahui orang (33.3%).

4.1.1.4. Tahapan Layanan Konsultasi

Pada tahapan pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang, para guru BK atau Konselor melaporkan bahwa mereka menggunakan tahap Mengidentifikasi masalah; mengklarifikasi situasi konsulti; mengidentifikasi tujuan; mengobservasi dan merekam perilaku; mengembangkan rencana aksi; konsulti melaksanakan rencana aksi; dan tindak lanjut (66.7%). Tahapan ini merupakan tahapan yang masih bersifat umum.

4.1.1.5. Sarana

Pelaksanaan layanan konsultasi di sekolah memerlukan sarana dan prasarana dalam pelaksanaannya. Tanpa sarana yang memadai, mustahil pelaksanaan layanan dapat berjalan dengan baik. Adapun sarana yang tersedia untuk melaksanakan layanan konsultasi SMA di Kota Semarang adalah adanya ruang BK (khusus pelaksanaan pelayanan konsultasi) (50%) dan sarana yang lainnya (16.7%).

4.1.1.5. Waktu

Pelaksanaan layanan konsultasi di SMA Kota Semarang tidak memiliki waktu tertentu dan tidak diberikan waktu khusus untuk pelaksanaannya. Sehingga pada guru BK atau konselor sekolah melaporkann bahwa waktu pelaksanaan layanan konsultasi dilakukan hanya saat dianggap perlu (66.7%)

4.1.1.6. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Secara umum, guru BK atau Konselor sekolah melakukan evaluasi pelaksanaan layanan konsultasi sesaat setelah pelaksanaan layanan konsultasi (33.3%) dan saat awal semester (33.3%). Hal ini dilakukan karena guru BK atau konselor sekolah melakukan penilaian segera dan evaluasi untuk meninjau keberhasilan program untuk menyusun program baru.

Sementara tindak lanjut yang biasanya ditempuh oleh guru BK atau konselor sekolah adalah adanya rencana pertemuan selanjutnya untuk berkonsultasi (66.7%), guru bidang studi melaporkan hasil pelaksanaan rencana aksi kepada guru BK atau Konselor sekolah (16.7%), dan guru BK atau konselor sekolah dan guru bidang studi merumuskan rencana aksi selanjutnya (16.7%).

4.1.1.7. Faktor Penunjang dan Penghambat

Adapun faktor-faktor penunjang adalah hal-hal yang membantu keterlaksanaan layanan konsultasi. Beberapa faktor penunjang tersebut adalah guru bidang studi mengetahui layanan konsultasi sebagai program BK di sekolah (16.7%), guru bidang studi memahami

urgensi dari pelaksanaan layanan konsultasi (16.7%), guru BK atau Konselor sekolah memahami seluk beluk pelaksanaan layanan konsultasi (33.3%). Sementara ditemukan juga faktor-faktor yang menghambat keterlaksanaan layanan di sekolah, seperti kepercayaan guru BK atau konselor sekolah rendah (50%), guru bidang studi tidak mengetahui layanan konsultasi dari program sekolah (50%), guru BK atau konselo sekolah tidak memahami seluk beluk pelaksanaan layanan konsultasi (33.3%) dan tidak adanya waktu khusus yang disediakan sekolah dan para guru bidang studi (66.7%).

4.1.2. Deskripsi Tingkat *Academic Hardiness* siswa SMA di Kota Semarang

Deskripsi tentang kondisi *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang diperoleh dari hasil penyebaran skala *academic hardiness* di 5 SMA di Kota Semarang yaitu SMA Nasima, SMA Islam Al – Azhar 15, SMA Kesatrian 1, SMA Mataram dan SMA Kesatrian 2. Berdasarkan skala *academic hardiness* yang diberikan kepada 193 siswa kelas X SMA di Kota Semarang diperoleh Deskripsi tentang *academic hardiness* sebagai berikut:.

Tabel 4.2. Kondisi Awal *Academic Hardiness* Siswa SMA di Kota Semarang

No.	Sekolah	Kriteria			Jumlah
		Tinggi	Sedang	Rendah	
1	SMA Nasima	1 2.8%	15 41.7%	20 55.5%	36
2	SMA Islam Al Azhar	0 0%	4 20%	16 80%	20
3	SMA Kesatrian 1	1 4%	10 31%	22 65%	33
4	SMA Kesatrian 2	0 0%	11 41%	16 59%	27
5	SMA Mataram	5 23.8	2 9.5%	14 66.7%	21
Jumlah		7 (5.1%)	42 (30.7%)	88 (64.2%)	137

Tabel di atas menunjukkan jumlah atau frekuensi tingkat *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang pada kategori tinggi sebanyak 7 siswa (5.1%), kategori sedang sebanyak 42 siswa (30.7%), dan kategori rendah sebanyak 88 siswa (64.2%). Data ini memperkuat asumsi dasar bahwa tingkat *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang dari lima sekolah masih perlu ditingkatkan.

4.1.3. Hasil Pembahasan Studi Pendahuluan

Peneliti melaksanakan *research and collecting information* sebagai studi pendahuluan di SMA Kota Semarang dengan mengidentifikasi kondisi *academic hardiness* siswa dan memotret kondisi objektif pelaksanaan layanan konsultasi di sekolah. Setelah itu, peneliti

mengkaji konsep *academic hardiness*, *cognitive behavior*, ketentuan formal pelaksanaan layanan konsultasi di SMA dan analisis hasil penelitian terdahulu yang relevan. Langkah terakhir adalah membanding kondisi temuan di lapangan dengan konsep ideal, baik itu *academic hardiness* maupun pelaksanaan layanan konsultasi guna melihat tingkat kesenjangan antara kondisi objektif dengan kondisi ideal. Tingkat kesenjangan tersebut yang selanjutnya digunakan sebagai dasar merancang model hipotetik.

Berdasarkan hasil kajian empiris pada studi lapangan dapat diasumsikan beberapa hasil, yaitu layanan konsultasi telah diprogramkan dalam program bimbingan dan konseling di sekolah. Namun dalam pelaksanaannya belum maksimal. Hal ini dikarenakan beberapa hambatan dari segi kompetensi konselor, persepsi guru bidang studi atau wali kelas, dan waktu pelaksanaan. Oleh karena itu, secara khusus layanan konsultasi dengan pendekatan *cognitive behavior* belum pernah dilaksanakan di SMA Kota Semarang. Topik tentang *academic hardiness* juga belum pernah dibahas karena topik dalam layanan konsultasi mengikuti arah pembicaraan konsulti dan konselor secara khusus tidak memprogramkan topik tersebut. Dari 137 siswa 5 sekolah diberikan skala psikologi *academic hardiness* diperoleh siswa pada kategori tinggi sebanyak 7 siswa (5.1%), kategori sedang sebanyak 42 siswa (30.7%), dan kategori rendah sebanyak 88 siswa (64.2%).

Hasil pembahasan studi pendahuluan di atas menunjukkan bahwa *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang masih perlu ditingkatkan. Layanan konsultasi yang selama ini berjalan belum mampu membantu guru bidang studi atau wali kelas dalam meningkatkan *academic hardiness* siswa karena berbagai hambatan yang terjadi dalam pelaksanaannya. Oleh karena itu, diperlukan pengembangan pada layanan konsultasi baik dari segi konten maupun cara pelaksanaannya. Konsep yang tepat diterapkan dalam layanan konsultasi untuk meningkatkan *academic hardiness* adalah pendekatan *cognitive behavior*. Hal ini dikarenakan dalam proses layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* memungkinkan konsulti untuk memiliki tugas yang harus ia kerjakan di luar sesi konsultasi. Tugas tersebut dapat membantu guru bidang studi atau wali kelas dalam menilai sendiri kinerja pengajaran dan merancang tindakan yang tepat untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa melalui proses pembelajaran di kelas.

4.2. Pengembangan Model

Model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* ini dikembangkan berdasarkan analisis paduan antara temuan empiris di lapangan, yaitu pelaksanaan layanan konsultasi dan tingkat *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang, dan kaidah-kaidah layanan

konsultasi yang bersifat konseptual, ketentuan formal pelaksanaan layanan konsultasi, dan konsep *cognitive behavior*. Secara operasional proses pengembangan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* melalui 7 tahap yaitu: (1) *Research and Collecting Information*; (2) *Planning*; (3) *Develop Preliminary Form of Product*; (4) *Preliminary Field Testing*; (5) *Main Product Revision*; (6) *Main Field Testing*; dan (7) *Operational Product Revision*.

4.2.1. Desain Model Hipotetik

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tahap pertama, selanjutnya peneliti merancang model hipotetik layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang. Desain model hipotetiknya sebagai berikut:

Tabel. 4.5. Desain model hipotetik layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang

No.	Komponen	Penjelasan
1.	Rasional	<p>Pendekatan <i>cognitive behavior</i> yang diintegrasikan dalam layanan konsultasi memungkinkan konsulti dan konsultan untuk memodifikasi keyakinan, kognitif, dan tindakan secara kolaboratif meskipun tetap menekankan pentingnya hubungan terapeutik. Pendekatan ini memungkinkan konsulti untuk memutuskan apakah ia akan mematuhi, meninggalkan, atau memodifikasi aturan yang memberikan kebebasan dan fleksibilitas lebih besar kepada klien terkait pikiran, perasaan dan perilakunya sendiri. Pendekatan ini cukup direktif, dan konselor sebagai konsultan sering dipersepsikan sebagai pakar oleh para konsulti. Namun demikian perlu diketahui bahwa konsultan tidak memfasilitasi konsulti untuk bergantung pada konsultan sebab konsulti memahami konsultan sebagai pakar yang serba tahu merupakan penghambat proses konsultasi.</p> <p>Layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa adalah layanan yang diberikan konsultan kepada konsulti agar konsulti melakukan peran dan <i>treatment</i> tertentu dalam rangka meningkatkan <i>academic hardiness</i> klien. Layanan konsultasi akan dilaksanakan dalam nuansa <i>cognitive behavior</i>. Konsultan akan mengimplementasikan pendekatan <i>cognitive behavior</i> dalam proses layanan konsultasi guna meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa.</p>
2.	Konsep Kunci	<p>Pendekatan <i>cognitive behavior</i> adalah pendekatan yang berfokus pada wawasan yang menekankan pengakuan dan mengubah pikiran negatif dan keyakinan maladaptif. Inti dari <i>cognitive behavior</i> didasarkan pada alasan teoritis bahwa cara manusia merasa dan berperilaku ditentukan oleh bagaimana mereka memandang dan menstruktur pengalaman mereka. Asumsi teoritis kognitif adalah bahwa komunikasi internal manusia dapat diakses oleh introspeksi yakni</p>

		kepercayaan konseli memiliki makna yang sangat pribadi dan makna ini dapat ditemukan oleh konseli daripada yang diajarkan atau ditafsirkan oleh konseli.
3	Tujuan	<p>a. Tujuan Umum</p> <p>Layanan konsultasi secara umum bertujuan untuk membantu pihak lain dalam memperoleh wawasan, pemahaman, dan cara-cara dan atau perlakuan yang perlu dilaksanakan kepada pihak ketiga. Dalam hal ini, layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa adalah bantuan yang diberikan konsultan kepada konsulti untuk dapat memberikan perlakuan yang tepat kepada siswa agar siswa memiliki <i>academic hardiness</i> yang tinggi.</p> <p>b. Tujuan Khusus</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru bidang studi atau wali kelas dapat memahami pentingnya kolaborasi dalam meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa • Guru bidang studi atau wali kelas dapat bekerja sama dengan konselor sekolah dalam meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa • Guru bidang studi atau wali kelas dapat memahami faktor-faktor yang mempengaruhi <i>academic hardiness</i> siswa • Guru bidang studi atau wali kelas dapat memberikan perlakuan yang tepat untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa
4	Isi Model	<ol style="list-style-type: none"> 1. Orientasi layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa 2. <i>Academic hardiness</i> Siswa 3. <i>Beliefs</i> konsulti 4. Rencana aksi
5	Dukungan Sistem	<p>Dukungan sistem bertujuan memberikan dukungan kepada guru BK atau konselor sekolah dalam memperlancar penyelenggaraan layanan, mendukung efektivitas dan efisiensi pelaksanaan program layanan bimbingan dan konseling. Program layanan bimbingan dan konseling yang dimaksud adalah layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa. Kegiatan dukungan sistem yang dimaksud adalah berkenaan dengan pengembangan program, pengembangan staf, penataan kebijakan, prosedur, dan petunjuk teknis.</p>
6	Tahap Pelaksanaan	<p>Tahap 1: Orientasi layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa</p> <p>Tahap 2: Konsultan dan konsulti menyepakati topik yang akan dibahas</p> <p>Tahap 3: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi konsekuensi (C) berupa perilaku, emosi dan kognisi</p> <p>Tahap 4: Konsultan dan konsulti mendiskusikan kejadian pengaktifnya (A) yakni kondisi <i>academic hardiness</i> siswa</p> <p>Tahap 5: Konsultan dan konsulti mendiskusikan bahwa keyakinan (B) terkait rendahnya <i>academic hardiness</i> siswa</p> <p>Tahap 6: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi keyakinan (B) yang irasional dan yang rasional</p>

		<p>Tahap 7: Konsultan dan konsulti mendiskusikan hubungan keyakinan (B) dan konsekuensi (C) yang irasional</p> <p>Tahap 8: Konsultan membantu konsulti untuk menantang (D) keyakinan (B) konsulti yang irasional</p> <p>Tahap 9: Konsultan membantu memperkuat keyakinan (B) konsulti yang rasional</p> <p>Tahap 10: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi dampak atau efek (E) dari hasil penentangan (D) keyakinan (B) yang irasional</p> <p>Tahap 11: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi perasaan (F) yang diperoleh konsultan setelah memiliki keyakinan (B) yang rasional</p> <p>Tahap 12: Konsultan dan konseli mengembangkan rencana aksi</p> <p>Tahap 13: Konsulti melaksanakan rencana aksi</p> <p>Tahap 14: Konsultan dan konsulti melakukan evaluasi dan tindak lanjut</p> <p>Seluruh tahap tersebut dilaksanakan dalam 3 kali sesi (pertemuan)</p>
7	Evaluasi dan Tindak Lanjut	Evaluasi dikenal sebagai bentuk penilaian. Evaluasi terdiri dari evaluasi proses dan hasil. Sementara tindak lanjut dilakukan dengan mengadakan pengamatan secara berkala, laporan atau informasi dari konsulti

4.2.2. Uji Kelayakan Model: Validasi Ahli dan Praktisi

Guna menghasilkan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa teruji efektif, maka diperlukan adanya uji kelayakan model secara rasional. Uji kelayakan model secara rasional dilakukan melalui penilaian pakar sejumlah 4 orang (validator ahli/pakar) yakni Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons. dari Universitas Negeri Semarang dengan bidang keahlian bimbingan dan konseling, Dr. Awalya, M.Pd., Kons. dari Universitas Negeri Semarang dengan bidang keahlian pelaksanaan manajemen bimbingan dan konseling, Jeffrey M. Warren, Ph.D dari Pembroke University dengan bidang keahlian layanan konsultasi serta Dr. Muh. Farozin, M.Pd. dari Universitas Negeri Yogyakarta dengan bidang keahlian layanan responsif dalam bimbingan dan konseling. Sedangkan penilaian praktisi/guru BK atau konselor sekolah yang berjumlah 4 orang (validator praktisi) yakni Rizky Meutia Ramadita, S.Psi. sebagai guru BK SMA Nasima Kota Semarang, Ari Ayuaningsih, S.Psi. sebagai guru BK SMA Islam 15 Al Azhar Kota Semarang, Dra. Sri Murtini, M.Si. sebagai guru BK SMA Kesatrian 1 Kota Semarang dan Fikie Saputra, S.Pd. sebagai guru BK SMA Kesatrian 2 Kota Semarang

Secara operasional validasi ahli/pakar dimaksudkan untuk menilai kelayakan setiap komponen model dari sisi keilmuan bimbingan dan konseling, sedangkan validasi praktisi untuk menilai kelayakan model yang dikembangkan untuk diimplementasikan di sekolah.

4.2.2.1. Strategi Uji Kelayakan

Strategi yang digunakan untuk mencapai tujuan uji kelayakan model adalah dengan pengkajian secara komprehensif model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* yang dikembangkan dalam persiapan/petunjuk pelaksanaan model yang menjadi acuan untuk diimplementasikan.

Uji kelayakan model dilakukan dengan menggunakan teknik respon terperinci. Peneliti menyampaikan model yang disertai dengan instrumen penilaian berupa lembar yang berbentuk skala (data kuantitatif) dan saran/masukan (data kualitatif).

4.2.2.2. Hasil Uji Kelayakan Pakar

Uji kelayakan model dilakukan oleh tiga pakar (ahli) bimbingan dan konseling, antara lain:

Tabel 4.6. Uji kelayakan Pakar Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa SMA di Kota Semarang

No.	Nama	Saran Perbaikan	Skor	Kriteria	Kesimpulan
1	Prof. Dr. Munging Eddy Wibowo, M.Pd., Kons	<ul style="list-style-type: none"> Penggunaan bahasa disesuaikan dengan kondisi konselor sekolah Tahapan kegiatan harus lebih operasional 	79	Sangat Baik	Dapat dipergunakan tanpa perbaikan
2	Dr. Awalya, M.Pd., Kons.	Model layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa SMA di Kota Semarang sudah sesuai dengan kriteria dan sangat baik	77	Sangat Baik	Dapat digunakan tanpa perbaikan
3	Jeffrey M. Warren, Ph.D	<i>Very impressive model. Consider clarifying that irrational beliefs are assessed and addressed in the model first. Then practical solutions</i>	59	<i>Excellent</i>	<i>It can be used without correction</i>

can be developed to further support the teacher's (consultee's) efforts to work with the student. As such the elegant solution. Without addressing the irrational beliefs, the practical solutions will likely no be effective because the teacher's faulty beliefs will impede. Nice work.

4	Dr. Muh Farozin, M.Pd.	<ul style="list-style-type: none"> • Istilah hardiness: sifat kepribagian atau gaya kognitif (perlu penegasan), klien diganti konseli • Konsep kunci: <i>cognitive behavior-</i> konsultasi menjadi <i>cognitive behavior</i> & konsultasi atau konsultasi berbasis <i>behavior</i> • Isi model: apakah perlu peran konsultan dan konsulti dalam pelaksanaan konsultasi • Tahap: apakah mungkin dapat nampak 	46	Baik	Dapat digunakan dengan sedikit perbaikan
---	------------------------	--	----	------	--

tahapannya
tetapi nampak
juga peran
konsultan dan
konsulti.

4.2.2.3. Hasil Uji Kelayakan Praktisi

Guru BK atau Konselor sekolah yang menjadi validator praktisi ada 4 orang guru dari SMA Nasima, SMA Islam Al Azhar 15, SMA Kesatrian 1 dan SMA Kesatrian 2 di Kota Semarang. Semua guru BK atau konselor sekolah tersebut adalah guru yang sudah berpengalaman dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan konsultasi. Berikut adalah daftar guru dan penilaian yang diberikan:

Tabel 4.7. Uji kelayakan Praktisi Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa SMA di Kota Semarang

No.	Nama Guru	Asal Sekolah	Skor	Saran	Simpulan
1	Rizky Meutia Ramadita, S.Psi	SMA Nasima Kota Semarang	22	Menurut hasil pengamatan saya, model ini sudah cukup baik dan mewakili untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa	Sangat baik, sehingga dapat digunakan tanpa perbaikan
2	Ari Ayuaningsih, S.Psi	SMA Islam Al Azhar 15 Kota Semarang	18	Alangkah baiknya untuk ditambahkan media pembelajaran berupa video motivasi yang terkait tentang <i>academic hardiness</i> sehingga siswa memiliki gambaran dampak dari <i>academic hardiness</i> siswa yang rendah dan cara untuk meningkatkan, supaya memiliki motivasi untuk memiliki <i>academic hardiness</i> yang tinggi	Baik, sehingga dapat digunakan dengan sedikit perbaikan
3	Dra. Sri Murtini, M.Si.	SMA Kesatrian 1 Kota Semarang	22	Apabila bisa dilaksanakan dengan rutin maka bisa meningkatkan keberanian siswa dalam menghadapi	Sangat baik, sehingga dapat digunakan tanpa

				tantangan	perbaikan
4	Fikie Saputra, S.Pd.	SMA Kesatrian Kota Semarang	24	Sudah sangat bagus dari tesis yang dimunculkan, karena judul yang dimunculkan masih sangat awam di beberapa telinga guru BK dan bisa menambah wawasan, apalagi penelitiannya menggunakan R&D	Sangat baik, sehingga dapat digunakan tanpa perbaikan

4.2.3. Hasil Pengembangan: Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa SMA di Kota Semarang

Model layanan konsultasi yang dikembangkan berdasarkan masukan para ahli dan praktisi berisi 7 komponen utama. Berikut ini disajikan dalam bentuk tabel:

Tabel 4.8. Model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang

No.	Komponen	Penjelasan
1.	Rasional	Tidak mengalami perubahan
2.	Konsep Kunci	Tidak mengalami perubahan
3	Tujuan	Tidak mengalami perubahan
4	Isi Model	Tidak mengalami perubahan
5	Dukungan Sistem	Tidak mengalami perubahan
6	Tahap Pelaksanaan	<p>Tahap 1: Orientasi layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa</p> <p>Tahap 2: Konsultan dan konsulti menyepakati topik yang akan dibahas</p> <p>Tahap 3: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi konsekuensi (C) berupa perilaku, emosi dan kognisi</p> <p>Tahap 4: Konsultan dan konsulti mendiskusikan kejadian pengaktifnya (A) yakni kondisi <i>academic hardiness</i> siswa</p> <p>Tahap 5: Konsultan dan konsulti mendiskusikan bahwa keyakinan (B) terkait rendahnya <i>academic hardiness</i> siswa</p> <p>Tahap 6: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi keyakinan (B) yang irasional dan yang rasional</p> <p>Tahap 7: Konsultan dan konsulti mendiskusikan hubungan keyakinan (B) dan konsekuensi (C) yang irasional</p> <p>Tahap 8: Konsultan membantu konsulti untuk menantang (D) keyakinan (B) konsulti yang irasional</p> <p>Tahap 9: Konsultan membantu memperkuat keyakinan (B) konsulti yang rasional</p> <p>Tahap 10: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi dampak atau efek (E) dari hasil penentangan (D) keyakinan (B) yang irasional</p> <p>Tahap 11: Konsultan membantu konsulti mengidentifikasi perasaan (F) yang diperoleh konsultan setelah memiliki keyakinan (B) yang rasional</p>

		<p>Tahap 12: Konsultan dan konseli mengembangkan rencana aksi</p> <p>Tahap 13: Konsulti melaksanakan rencana aksi</p> <p>Tahap 14: Konsultan dan konsulti melakukan evaluasi dan tindak lanjut</p> <p>Semua tahapan tersebut dilaksanakan dalam 4 kali sesi (pertemuan)</p>
7	Evaluasi dan Tindak Lanjut	Tidak mengalami perubahan

Model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* juga dilengkapi dengan panduan praktis pelaksanaan layanan.

4.3. Uji Efektif Model: Uji Lapangan

Uji coba lapangan dilakukan untuk mengetahui tingkat keefektifan dari model yang dikembangkan dalam meningkatkan *academic hardiness* siswa. Uji coba lapangan dilaksanakan oleh peneliti bersama dengan guru BK atau Konselor sekolah di SMA Nasima Kota Semarang. Adapun penjabaran uji coba lapangan adalah sebagai berikut:

4.3.1. Persiapan Uji Lapangan

Sebelum pelaksanaan uji lapangan, terlebih dahulu ada beberapa hal yang harus peneliti persiapkan. Hal ini mengingat bahwa layanan konsultasi yang dikembangkan oleh peneliti merujuk pada kegiatan yang harus dilakukan oleh guru BK atau Konselor sekolah kepada guru bidang studi atau wali kelas. Adapun hal-hal yang peneliti persiapkan untuk pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* sebagai berikut:

- a. Mengatur waktu untuk pelaksanaan *coaching* bersama dengan guru BK atau Konselor sekolah SMA Nasima Kota Semarang. Hal ini dilakukan agar guru BK atau Konselor sekolah dapat memahami dengan utuh deskripsi pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Berdasarkan hal ini, diperoleh kesepakatan bersama terkait dengan jadwal pelaksanaan *coaching* antara peneliti dan guru BK atau Konselor sekolah
- b. Mempersiapkan sarana dan prasarana yang diperlukan dalam pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa
- c. Menyiapkan kelengkapan administrasi layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa seperti RPL, materi, lembar observasi, lembar penilaian segera (*laisseg*), lembar *self report*, lembar rencana aksi dan lain-lain
- d. Menyiapkan skala *academic hardiness* untuk digunakan pada kegiatan post test.

4.3.2. Pelaksanaan Uji Lapangan

Uji lapangan dilaksanakan di SMA Nasima Kota Semarang dengan melibatkan 2 orang wali kelas. Proses pelaksanaan layanan konsultasi dilaksanakan dengan 4 kali pertemuan. Adapun jadwal pelaksanaan uji lapangan sebagai berikut:

Tabel. 4.9. Jadwal Pelaksanaan Uji Lapangan Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa

No.	Hari dan Tanggal	Kegiatan
1	Rabu, 10 Mei 2017	<i>Coaching</i> dengan guru BK/Konselor sekolah
2	Sabtu, 13 Mei 2017	<i>Coaching</i> dengan guru bidang studi
3	Senin, 22 Mei 2017	Sesi 1: Pelaksanaan layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa
4	Rabu, 24 Mei 2017	Sesi 2: Pelaksanaan layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa
5	Senin, 29 Mei 2017	Sesi 3: Pelaksanaan layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa
6	Sabtu, 03 Juni 2017	Sesi 4: Pelaksanaan layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa
7	Rabu, 07 Juni 2017	Pelaksanaan <i>Post Test</i> terhadap siswa

Layanan konsultasi dilaksanakan secara kontiniu berdasarkan hasil kesepakatan guru BK atau konselor sekolah bersama wali kelas dimana guru BK atau konselor sebagai konsultan dan wali kelas sebagai konsulti. Sehingga pelaksanaan layanan konsultasi dilakukan dengan rentang waktu 2 – 3 hari dari satu pertemuan ke pertemuan selanjutnya.

4.3.2.1. *Coaching* dengan guru BK

Coaching merupakan pertemuan yang dilakukan oleh peneliti dan guru BK/Konselor sekolah dalam upaya agar guru BK/Konselor sekolah sebagai pelaksana layanan ini memahami petunjuk pelaksanaan secara umum dan teknis dan layanan ini. Sehingga dari proses *coaching* ini guru BK/Konselor sekolah memahami tugas dan peran yang harus dilaksanakannya selama proses layanan yang telah direncanakan. Kegiatan ini berlangsung di ruangan BK pada hari Rabu tanggal 10 Mei 2017 pukul 11.00 – 12.00 wib. (*Berita acara terlampir*)

4.3.2.2. *Coaching* dengan guru bidang studi/wali kelas

Pada pertemuan dihadiri oleh peneliti, guru BK/Konselor sekolah dan wali kelas. Pada pertemuan ini peneliti menjelaskan arah, tujuan dan desain dari pelaksanaan layanan konsultasi. Tak lupa juga peneliti meminta kesediaan wali kelas untuk menjadi koonsulti

dalam kegiatan yang akan dilaksanakan selama 4 kali pertemuan. Sehingga hasil dari pertemuan ini diperoleh kesediaan wali kelas menjadi konsulti serta jadwal pertemuan wali kelas dengan guru BK/Konselor sekolah. Kegiatan ini berlangsung di ruangan BK pada hari Sabtu tanggal 13 Mei 2017 pukul 09.00 – 10.00 wib. (*Berita acara terlampir*)

4.3.2.3. Sesi 1

Sesi 1 pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dilakukan dengan 4 tahapan kegiatan. Layanan dilaksanakan pada hari Senin tanggal 22 Mei 2017 pukul 10.30 – 11.30 wib di ruangan BK SMA Nasima Kota Semarang. Topik yang dibahas dalam kegiatan ini adalah orientasi konsulti terhadap pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa.

Secara rinci, konsultan dan konsulti menyepakati topik yang dibahas pada sesi ini hingga sampai 4 sesi ke depan. Selain menyepakati topik, konsultan juga menyampaikan definisi, fungsi, dan peran masing-masing serta urgensinya pelaksanaan layanan ini. Tidak hanya itu, dalam proses ini konsultan dan konsulti juga sudah membahas dampak yang terjadi pada diri konsulti berupa perilaku, emosi atau kognisi dari topik yang sudah disepakati sebelumnya.

4.3.2.4. Sesi 2

Sesi 2 pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dilakukan dengan 3 tahapan kegiatan. Layanan dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 24 Mei 2017 pukul 09.00 – 10.00 wib di ruangan BK SMA Nasima Kota Semarang. Topik yang dibahas dalam kegiatan ini adalah seputar *beliefs*, mulai dari definisi hingga yang ada pada diri konsulti, baik itu *rational beliefs* maupun *irrational beliefs* yang mempengaruhi perilaku, emosi dan kognisi konsulti. Pada sesi ini konsultan membantu konsulti dalam mengidentifikasi *rational beliefs* dan *irrational beliefs* pada diri konsulti yang berkaitan dengan kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah dan hubungannya terhadap perilaku, emosi dan kognisi konsulti saat ini.

4.3.2.5. Sesi 3

Sesi 3 pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dilakukan dengan 6 tahapan kegiatan. Layanan dilaksanakan pada hari Senin tanggal 29 Mei 2017 pukul 10.30 – 11.30 wib di ruangan BK SMA Nasima Kota Semarang. Topik yang dibahas dalam kegiatan ini adalah dampak yang dirasakan oleh konsulti dari *beliefs* yang ada pada diri konsulti. Pada kegiatan ini, lembar *self report* konsulti menjadi topik yang dibahas sehingga semakin mempertegas *beliefs* yang

dimiliki oleh konsulti. Pembahasan *self report* konsulti terhadap *beliefs*, selanjutnya dibantu diidentifikasi oleh konsultan berupa dampaknya. Setelah konsultan membantu mengidentifikasi dampaknya berupa, maka konsultan memberikan pernyataan penentangan terhadap *belief* yang mempengaruhi perilaku, emosi dan kognisi konsulti. Proses penentangan (*despute*) cukup memakan waktu yang sedikit panjang, sebab proses ini mengharuskan konsultan membuat ragu *beliefs* yang saat ini ada pada diri konsulti. Sebagai bentuk dispensasi terhadap pernyataan penantangan tersebut, konsultan mengarahkan konsulti pada hal-hal dan perasaan-perasaan baru yang akan diperolehnya sebagai dampak jika *beliefs* yang selama ini ada pada dirinya di-*restructuring* kembali. Sehingga konsulti memandang dengan *rational beliefs* terkait kondisi *academic hardiness* siswa yang rendah. sebagai akhir dari sesi ini adalah perumusan rencana aksi. Konsultan membantu konsulti dalam membangun rencana aksi yang harus dilakukan oleh konsulti sebagai wujud perubahan *beliefs* yang dialami oleh konsulti. Rencana aksi ini akan menjadi bantuan (*treatment*) yang akan diberikan oleh konsulti kepada siswa. Selanjutnya dari sesi ini ke sesi berikutnya adalah konsulti diberikan waktu dan kesempatan untuk melaksanakan rencana aksi yang sudah disusunnya dan konsultan memonitoring rencana aksi yang dilakukan oleh konsulti.

4.3.2.6. Sesi 4

Sesi 4 pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dilakukan dengan 1 tahapan kegiatan. Layanan dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 03 Juni 2017 pukul 08.00 – 09.00 wib di ruangan BK SMA Nasima Kota Semarang. Topik yang dibahas dalam kegiatan ini adalah evaluasi dan tindak lanjut. Konsultan dan konsulti secara bersama menilai rencana aksi yang sudah ditetapkan pada pertemuan sebelumnya, mulai dari hambatan dan pendukungnya. Setelah itu, konsultan dan konsulti secara bersama-sama pula merumuskan tindak lanjut dari kegiatan ini, apakah kegiatan ini berakhir atau masih diperlukan konsultasi. Konsultan memandang bahwa layanan konsultasi yang dilakukan sudah mencapai tujuan yang diinginkan yakni adanya bantuan yang diberikan oleh konsulti untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa sebagai dampak dari perubahan *belief* konsulti.

4.3.2.7. Pelaksanaan Post Test Terhadap Siswa

Evaluasi jangka pendek atau penilaian jangka pendek dilakukan peneliti setelah konsulti memberikan bantuan (*treatment*) kepada siswa di kelas selama proses belajar mengajar berlangsung. Apabila hasil *post test* lebih tinggi daripada *pre test*, maka kegiatan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dinilai efektif.

4.3.3. Evaluasi Uji Lapangan

Evaluasi pelaksanaan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dilakukan dengan penilaian segera (*laisseg*) dan pertanyaan deskriptif untuk pemahaman konsulti terkait dengan pembahasan yang dibahas dalam proses kegiatan.

Progres atau kemajuan setiap sesi konsultasi ditunjukkan dari penjabaran U-C-A (*Understanding, Comfort, Action*) dan aspek kebermanfaatan, yakni:

- a. *Understanding*, menilai pemahaman baru konsulti setelah sesi layanan berakhir
- b. *Comfort*, menilai perasaan positif yang dimiliki konsulti setelah sesi layanan berakhir
- c. *Action*, menilai rencana aksi yang akan dilakukan oleh konsulti setelah sesi layanan berakhir
- d. Aspek kebermanfaatan merupakan manfaat yang dapat dirasakan oleh konsulti

Adapun deskripsi dari lembar penilaian (*laisseg*) konsulti adalah sebagai berikut:

Tabel. 4.10. Deskripsi Penilaian Konsulti terhadap Pelaksanaan Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa

Sesi	<i>Understanding</i>	<i>Comfort</i>	<i>Action</i>	Kebermanfaatan
I	<ul style="list-style-type: none"> • Peran konsultasi BK sangat penting untuk membantu siswa dengan kerjasama dengan wali kelas • Sifat tahan banting dalam belajar siswa dipengaruhi oleh internal dan eksternal siswa 	<ul style="list-style-type: none"> • Senang karena menjadi tahu bahwa BK memiliki layanan konsultasi untuk bekerjasama menangani kasus siswa 	<ul style="list-style-type: none"> • Mendalami kembali sifat belajar siswa dan tahan bantingnya (<i>hardiness</i>) terhadap beban akademik serta melaksanakan konsultasi kembali terkait kasus-kasus siswa 	<ul style="list-style-type: none"> • Saya menjadi tahu bahwa kerjasama BK dan guru bidang studi memiliki konsep
II	<ul style="list-style-type: none"> • Keyakinan atau pemikiran kita tentang suatu hal sangat mempengaruhi uhi 	<ul style="list-style-type: none"> • Senang karena tahu bagaimana proses keyakinan (<i>belief</i>) mempengaruhi emosi, 	<ul style="list-style-type: none"> • Saya akan mengecek apakah saya memiliki <i>rational beliefs</i> dan <i>irrational beliefs</i> yang 	<ul style="list-style-type: none"> • Saya mendapatkan informasi tentang <i>beliefs</i>

		perasaan, emosi dan perilaku. Sehingga kita perlu senantiasa memperhatikan apakah keyakinan atau pemikiran (<i>belief</i>) kita sudah tepat (baik) atau belum	perilaku kita	membuat <i>academic hardiness</i> siswa rendah	
III	<ul style="list-style-type: none"> Ternyata tanpa disadari banyak pemikiran yang harus diubah agar menjadi pemikiran yang menguntungkan bagi emosi, kognisi dan perilaku 	<ul style="list-style-type: none"> Rasanya sedikit merasa bersalah bahwa selama ini cenderung menyalahkan siswa terhadap prestasi belajar mereka, sehingga ke depannya harus lebih semangat dalam membantu siswa 	<ul style="list-style-type: none"> Merencanakan perubahan bersama dengan guru BK dan melaksanakan rencana aksi 	<ul style="list-style-type: none"> Semakin melaksanakan konsultasi, semakin jelas hubungan kerjasamanya dalam membantu siswa antara guru BK dan wali kelas 	
IV	<ul style="list-style-type: none"> Kerjasama yang dilakukan antara wali kelas dan guru BK sangat membantu guru bidang studi dalam proses mengajar dan siswa itu sendiri 	<ul style="list-style-type: none"> Senang, sebab selain bisa mengetahui kondisi psikologis siswa, juga ada teman berdiskusi tentang masalah siswa dan penyelesaiannya 	<ul style="list-style-type: none"> Setelah ini jika nanti menemukan masalah siswa lagi, akan berkonsultasi dengan guru BK tentang penyelesaiannya 	<ul style="list-style-type: none"> Saya jadi tahu manfaat dan proses layanan konsultasi yang berbeda dengan sistem supervisi 	

Tidak hanya dari konsulti, penilaian juga diberikan kepada guru BK/Konselor yang sudah memberikan konsultasi kepada guru BK. Guru BK/Konselor sekolah diberikan skala

penilaian pelaksanaan layanan konsultasi yang telah dilakukannya. Sehingga melalui penilaian tersebut, peneliti dapat menilai dan mengevaluasi model ini baik dari pihak konsultan maupun konsulti dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, ketepatan dan kepatutannya.

Tabel 4.11. Penilaian Konsultan terhadap Pelaksanaan Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa

No.	Aspek yang dinilai	Penilaian					Keterangan
		1	2	3	4	5	
1	Kebermanfaatan pelaksanaan layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa bagi guru BK atau konselor di SMA					√	
						√	
						√	
2	Kemudahan pelaksanaan layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa di sekolah					√	
						√	
						√	
3	Ketepatan					√	

4	Kepatutan	Kepatutan layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa diimplementasikan di SMA	√
		Kepatutan pelaksanaan layanan konsultasi berbasis <i>cognitive behavior</i> untuk meningkatkan <i>academic hardiness</i> siswa di SMA berdasarkan kebijakan / aturan penyelenggaraan BK di SMA	√

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa konsultan memberikan penilaian yang baik dari segi kebermanfaatan, kemudahan, ketepatan dan kepatutan pada model ini saat diimplementasikan. Hal ini menunjukkan bahwa model ini sangat baik untuk diimplementasikan dengan merujuk pada aspek kebermanfaatan, kemudahan, ketepatan serta kepatutan di sekolah khususnya SMA.

Selanjutnya untuk mengetahui keefektifan model, dilakukan tes akhir (*post test*) dengan menggunakan skala *academic hardiness* yang diberikan kepada siswa setelah siswa memperoleh perlakuan dan bantuan (*treatment*) dari konsulti. Kegiatan *post test* diberikan setelah seluruh sesi kegiatan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa selesai dilaksanakan.

4.3.4. Kendala yang dihadapi

Dalam mengimplementasikan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa, peneliti menemukan beberapa kendala yakni:

- a. Kesiediaan guru wali kelas (konsulti) dalam melaksanakan layanan konsultasi dengan suka rela. Sebab pemahaman tentang layanan konsultasi terkadang banyak dipahami sebagai bentuk supervisi yang menurut guru wali kelas bahwa guru BK atau konselor tidak berhak melakukannya
- b. Keterbatasan waktu konsulti untuk melaksanakan layanan konsultasi. Konsulti sebagai guru bidang studi dan sebagai wali kelas juga memiliki kesibukan tersendiri selama berada di sekolah, dari mulai aktivitas mengajar sampai menyiapkan berbagai

persiapan administrasi atau perangkat pembelajaran. Hal ini juga membuat peneliti dan guru BK atau konselor harus bersabar menunggu waktu yang tepat agar konsulti mau melakukan konsultasi. Tak jarang pula waktu yang sudah disepakati harus diundur karena konsulti membatalkan secara tiba-tiba dikarenakan memiliki tugas yang harus ia kerjakan

- c. Keterbatasan pemahaman guru BK atau Konselor sekolah dalam mengimplementasikan pendekatan *cognitive behavior* dalam kegiatan konsulti. Tak jarang pula ditemukan di sesi-sesi awal, konselor mengikuti arah pembicaraan konsulti sehingga hampir melupakan tujuan dari proses konsultasi dan peran yang sedang dijalankan.

4.3.5. Dampak Pelaksanaan Uji Lapangan

- a. Berdasarkan analisis *laiseg* menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa memberikan perubahan positif bagi konsulti dan siswa. Hal ini dilihat dari pernyataan-pernyataan konsulti dalam lembar evaluasi segera (*laiseg*), seperti merasa senang juga sempat merasa bersalah serta membuat konsulti lebih memahami tentang *beliefs* dan *academic hardiness*
- b. Dari aspek manfaat, dapat dilihat bahwa konsulti merasakan manfaat yang banyak seperti pengetahuannya tentang konsep layanan konsultasi, pengetahuan tentang *beliefs*, serta mengetahui perbedaan layanan konsultasi dengan sistem supervisi, dan yang paling terpenting terlihat manfaat kerjasama dalam membantu berbagai permasalahan siswa. Tidak hanya penilaian dari konsulti, penilaian dari konsultan juga menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa memberikan manfaat bagi guru BK/Konselor sekolah, guru bidang studi atau wali kelas dan siswa. Tidak hanya dari aspek kebermanfaatan, pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa juga mudah dan tepat serta patut dilaksanakan di sekolah oleh guru BK/Konselor sekolah di tingkat SMA dan sesuai dengan kebijakan dan peraturan penyelenggaraan BK di SMA.
- c. Pelaksanaan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa memberikan pemahaman baru kepada guru BK atau Konselor sekolah mulai dari persiapan pelaksanaan sampai pada penilaian pelaksanaan. Secara operasional dampak positif pelaksanaan model ini, guru

BK atau Konselor sekolah bisa melaksanakan layanan konsultasi dengan pendekatan *cognitive behavior*, sehingga pelaksanaan layanan konsultasi yang selama ini berjalan dapat lebih diperjelas langkah dan arah tujuan pelaksanaannya.

4.4. Hasil Uji Efektifitas Model: Untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa SMA di Kota Semarang

Keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang terlihat dari adanya pelaksanaan perlakuan yang dilakukan oleh guru wali kelas (konsulti) kepada siswa di kelas dalam proses pembelajaran serta adanya peningkatan tingkat *academic hardiness* siswa sebelum dilaksanakannya layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* dan sesudahnya.

4.4.1. Perbandingan Skor *Pre Test* dan *Post Test*

Perbandingan skor *academic hardiness* siswa yang diperoleh pada saat *pre test* dan *post test* sebagai berikut:

Tabel 4.12. Perbandingan Skor *Pre Test* dan *Post Test* pada Kelompok Eksperimen

No. Subyek	Skor Pre Tes	Kategori	Skor Post Test	Kategori
1	33	RENDAH	64	TINGGI
2	31	RENDAH	53	SEDANG
3	43	SEDANG	68	TINGGI
4	33	RENDAH	58	SEDANG
5	52	SEDANG	63	TINGGI
6	35	RENDAH	61	TINGGI
7	34	RENDAH	61	TINGGI
8	37	RENDAH	67	TINGGI
9	67	TINGGI	55	SEDANG
10	39	SEDANG	72	TINGGI
11	37	RENDAH	47	SEDANG
12	32	RENDAH	61	TINGGI
13	46	SEDANG	57	SEDANG
14	31	RENDAH	69	TINGGI
15	33	RENDAH	61	TINGGI
16	37	RENDAH	65	TINGGI
17	38	SEDANG	65	TINGGI
18	40	SEDANG	66	TINGGI
Rata-Rata	38.8	SEDANG	61.8	TINGGI

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa terjadi kenaikan skor *academic hardiness* siswa setelah diberikan *treatment* oleh guru wali kelas (konsulti) dibandingkan dengan skor *academic hardiness* siswa sebelum diberikan *treatment* oleh konsulti.

Secara keseluruhan skor *academic hardiness* siswa mengalami kenaikan 23 poin atau sebesar 59.2%. Peningkatan skor *academic hardiness* siswa tidak lepas dari *treatment* yang diberikan oleh konsulti setelah mengikuti layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* pada setiap sesinya. Ketersediaan konsulti untuk mengimplementasikan rencana aksi yang disepakati dalam proses konsultasi juga menunjang peningkatan skor *academic hardiness* siswa. Ini menunjukkan adanya perubahan yang signifikan dari *academic hardiness* siswa melalui layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*.

Sementara pada kelompok kontrol, ditemukan data sebagai berikut:

Tabel 4.13. Perbandingan Skor Pre Test dan Post Test pada Kelompok Kontrol

No. Subjek	Skor Pre Test	Kriteria	Skor Post Test	Kriteria
1	40	SEDANG	32	RENDAH
2	34	RENDAH	43	SEDANG
3	46	SEDANG	52	SEDANG
4	37	RENDAH	41	SEDANG
5	35	RENDAH	45	SEDANG
6	36	RENDAH	42	SEDANG
7	28	RENDAH	44	SEDANG
8	36	RENDAH	44	SEDANG
9	40	SEDANG	40	SEDANG
10	34	RENDAH	67	TINGGI
11	55	SEDANG	62	TINGGI
12	39	SEDANG	44	SEDANG
13	42	SEDANG	52	SEDANG
14	35	RENDAH	48	SEDANG
15	39	SEDANG	61	TINGGI
16	42	SEDANG	42	SEDANG
17	35	RENDAH	50	SEDANG
18	42	SEDANG	47	SEDANG
Rata-Rata	38.6	SEDANG	47.6	SEDANG

Berdasarkan tabel di atas, layanan konsultasi yang biasa diberikan oleh konsultan kepada konsulti untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa terdapat juga kenaikan skor sebanyak 19 poin atau sebesar 49.2%. Hal ini menunjukkan bahwa layanan konsultasi tanpa berbasis pendekatan *cognitive behavior* terbukti juga mampu meningkatkan *academic hardiness* siswa, hanya saja perubahannya tidak sebesar layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* lebih efektif untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang.

Dari kedua hasil tabel tersebut dapat disederhanakan menjadi sebagai berikut:

Tabel 4.14. Paired Table Statistics

		Mean	N	SD
Eksperimen	Pre Test	38.7778	18	8.93477
	Post Test	61.8333	18	6.17633
Kontrol	Pre Test	38.6111	18	5.80202
	Post Test	47.5556	18	8.68550

Berdasarkan tabel di atas diperoleh data nilai rata-rata sebelum diberikan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa pada kelompok eksperimen adalah 38.78 jumlah data 18, standar deviasi 8.93 dengan standar eror mean 2.106. Nilai rata-rata setelah diberikan layanan menjadi 61.83 jumlah data 18, standar deviasi 6.17 dengan standar eror mean 1.455. Sedangkan rata-rata pada kelompok kontrol sebelum diberikan layanan konsultasi konvensional adalah 38.61 jumlah data 18, standar deviasi 5.80 dengan standar eror mean 1.367. Sementara setelah diberikan layanan konsultasi konvensional rata-rata menjadi 47.55 jumlah data 18, standar deviasi 8.68 dengan standar eror mean 2.047.

4.5. Uji Hipotesis

Uji keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dianalisis dengan uji beda rata-rata *t-test*. Berikut ini disajikan hasil uji efektifitas model yang dikembangkan untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dengan menggunakan bantuan perangkat SPSS 16.00 *for windows*.

Tabel 4.15. Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig
Eksperimen Pre & Post	18	-.138	.584
Kontrol Pre dan Post	18	.278	.265

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa pada kelompok eksperimen nilai korelasi sebesar 0,138 dengan taraf signifikansi 0,949, Sedangkan pada kelas kontrol nilai korelasi 2.78 dengan taraf signifikansi 0,00, dan disignifikasikan 0,05 maka $-0.138 < 0.278 < 0.05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Berarti terdapat hubungan yang kuat pada layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* dengan layanan konsultasi konvensional.

Tabel. 4.16. Uji Beda Rerata *Academic Hardiness* Siswa

Paired Samples Test								
Paired Differences								
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Eksperimen pretest - posttest	-2.30556E1	11.54262	2.72062	-28.79556	-17.31555	-8.474	17	.000
Kontrol pretest – post test	-8.94444	9.00635	2.12282	-13.42320	-4.46569	-4.213	17	.001

Berdasarkan analisis data hipotesis dengan kriteria $t_{hitung} \leq -t_{tabel (1-\alpha)}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil uji beda pada tabel di atas menunjukkan bahwa jumlah $t_{hitung} \leq -t_{tabel (1-\alpha)}$ dengan hasil t_{hitung} : -8.474, $p \leq 0.05$ maka $-8.474 \leq -0.95$. Hal ini dibuktikan dari nilai t hitung yang lebih besar dari pada t tabel, dan berdasarkan nilai signifikansi yang bernilai lebih besar atau sama dengan 0.05. Maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* efektif untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dibanding layanan konsultasi konvensional.

4.6. Pembahasan Hasil Penelitian dan Produk Akhir

Beban dan tuntutan akademik di sekolah merupakan kewajiban setiap siswa dalam menyelesaikannya. Beban dan tuntutan akademik tersebut merupakan syarat bagi setiap individu untuk dapat naik ke jenjang berikutnya. Sejak sekolah dasar hingga ke perguruan tinggi, beban dan tuntutan akademik selalu ada sesuai dengan tahap perkembangan dan pendidikan siswa. Namun tidak bisa dipungkiri bahwa ada siswa yang sanggup menyelesaikan dan menuntaskan beban dan tuntutan akademik tersebut ada pula yang tidak sanggup menyelesaikan beban dan tuntutan akademik tersebut. Siswa yang tidak sanggup dalam menyelesaikan beban dan tuntutan akademik tersebut dapat mengalami stres akademik akibat rendahnya *academic hardiness* seperti rendahnya prestasi akademik, siswa cenderung belajar biasa-biasa saja dan rendahnya motivasi belajar. Dari sebaran skala yang diberikan kepada seluruh siswa kelas X di 5 sekolah diperoleh data bahwa kondisi *academic hardiness* siswa mayoritas tergolong pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang perlu ditingkatkan.

Fenomena seperti ini merupakan bentuk dari minimnya dukungan guru terhadap *academic hardiness* pada siswa. Sehingga dukungan dan bantuan ini membutuhkan peran seluruh pihak dalam penyelesaiannya. Kepala sekolah, guru bidang studi atau wali kelas serta

guru BK/Konselor sekolah harus bekerja sama dalam membantu siswa yang mengalami gejala stres akademik. Salah satu bentuk kerjasama yang dilaksanakan oleh guru bidang studi atau wali kelas, kepala sekolah dan guru BK/Konselor sekolah adalah layanan konsultasi untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa.

Layanan konsultasi merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang mendayagunakan potensi peran orang-orang di sekitar konseli (peserta didik) untuk memberikan bantuan secara tidak langsung dari konselor. Layanan ini memungkinkan terjadinya kolaborasi yang akan menguntungkan pihak konselor sebagai konsultan dan pihak kepala sekolah, guru bidang studi dan orang tua sebagai konsulti. Layanan konsultasi merupakan layanan yang memiliki banyak manfaat bagi guru BK/Konselor sekolah, guru bidang studi, dan siswa itu sendiri. Hal ini sejalan dengan pendapat Gansle dan George (2008) menyatakan bahwa pelayanan konsultasi konselor dan guru dapat membantu siswa dalam menyelesaikan masalah keterampilan.

Selain itu, menurut Hurwitz, Kratochwill, & Serlin (2015) bahwa layanan konsultasi memberikan perubahan pada siswa dalam bidang akademik, sosial maupun perilaku yang dilakukan oleh konselor kepada guru. Tidak hanya itu, penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa pemberian layanan konsultasi akan memberikan perubahan yang konsisten kepada konseli dengan melibatkan guru sebagai konsulti.

Warren (2013) juga menambahkan bahwa layanan konsultasi menyediakan dukungan berupa bantuan terhadap sosio emosional guru di sekolah. Konselor sekolah sebagai konsultan memegang peranan yang vital dalam menyediakan layanan konsultasi untuk kepribadian guru. Sebab guru juga memiliki *irrational belief* yang perlu diubah. *Irrational belief* tersebut memberikan pengaruh terhadap proses belajar mengajar, siswa dan prestasi siswa. Haidarabi (2014) secara eksplisit juga menegaskan bahwa layanan konsultasi dapat meningkatkan *hardiness* seseorang. Hal ini menjadi keyakinan bahwa layanan konsultasi dapat digunakan untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa di sekolah.

Meski hasil penelitian di atas menegaskan tentang keefektifan layanan konsultasi serta manfaat besar yang ada pada layanan konsultasi, namun pelaksanaan layanan konsultasi untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa di sekolah belum memiliki standar baku dan efektif. Para guru BK/Konselor sekolah menyatakan kebingungan dari pelaksanaan layanan konsultasi, tidak mengetahui seluk beluk layanan konsultasi, melaksanakan layanan konsultasi tidak sesuai dengan standar dalam pelaksanaannya. Akibatnya, pelaksanaan layanan konsultasi tidak memberikan manfaat yang dapat dirasakan oleh guru bidang studi atau wali kelas dan siswa.

Selain itu, pelaksanaan layanan konsultasi juga berjalan sesuai dengan arah pembicaraan tanpa topik yang dipersiapkan oleh guru BK/Konselor sekolah. Pelaksanaannya ada juga yang bersifat insiden, ada yang terprogram dan ada juga yang tidak dilaksanakan, dilaksanakan di kantin, saat bertemu di jalan dan tidak adanya waktu khusus pelaksanaan layanan konsultasi dan tidak memiliki pendekatan tertentu. Maka, peneliti merasa penting untuk mengembangkan layanan konsultasi yang berbasis pendekatan tertentu sehingga memberikan deksripsi yang jelas dan utuh tentang pelaksanaan layanan konsultasi untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa di sekolah.

Dari kondisi faktual di lapangan dan kesenjangan teori yang ada, maka peneliti memandang perlu adanya pengembangan model layanan konsultasi untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Adapun model layanan konsultasi yang peneliti kembangkan adalah model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Pendekatan *cognitive behavior* diambil dikarenakan pendekatan ini menekankan pada perubahan kognisi pada diri konsulti dalam proses konsultasi. Pendekatan ini memandang bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh *core beliefs* yang individu tersebut miliki. Sebelum sesuatu sampai pada *core beliefs*, individu menilai dengan *automatic thought* sebagai penilaian pertama yang nantinya harus melewati *immediate thought* hingga sampai kepada *core beliefs*. Selain itu, Pendekatan ini menekankan bahwa permasalahan individu dimulai dari cara pandang individu tersebut dalam melihat situasi. Sehingga intervensi yang harus diberikan kepada individu adalah dengan mengidentifikasi *core belief* yang merugikan (*irrational beliefs*) lalu menantanginya agar berubah menjadi *core belief* yang menguntungkan (*rational belief*). Tidak hanya itu, pendekatan *cognitive behavior* ini memungkinkan konsulti untuk mengerjakan *homework* di luar proses konsultasi, sehingga *homework* ini yang nantinya dapat konsulti laksanakan sebagai bantuan (*treatment*) kepada siswa. *Homework* tersebut bisa berupa tugas yang harus konsulti laksanakan di luar sesi konsultasi bisa berupa pengisian lembar identifikasi maupun pelaksanaan komitmen yang konsulti sudah sepakati.

Atas dasar pertimbangan tersebut, maka peneliti mengembangkan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Model pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dirancang sedemikian rupa sehingga menghasilkan modul dan panduan yang dapat dilaksanakan oleh guru BK/Konselor sekolah secara praktis. Selain penyediaan modul dan panduan, pengujian keefektifan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* juga dilakukan.

Namun sebelum model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* ini dilaksanakan untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa, terlebih dahulu model ini divalidasi oleh 4 orang ahli dalam bidang bimbingan dan konseling, manajemen bimbingan dan konseling, layanan konsultasi serta layanan responsif. Tidak hanya dari para ahli, penilaian (validasi) dari para praktisi layanan bimbingan dan konseling di sekolah juga dilakukan dari 4 sekolah. Hal ini dilaksanakan agar model ini mendapatkan perbaikan dari yang sudah dirancang sebelumnya. Setelah mendapat masukan dan komentar serta penilaian dari para ahli dan praktisi, maka model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa diperbaiki sesuai dengan saran dan masukan dari para ahli dan praktisi. Setelah dilakukan perbaikan model, selanjutnya model dilaksanakan dan diuji keefektifannya.

Dari hasil uji keefektifan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa yang dilaksanakan oleh guru BK/Konselor sekolah kepada wali kelas diperoleh hasil bahwa layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* terbukti lebih efektif untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dibandingkan layanan konsultasi konvensional, meski pengujian keefektifannya dilakukan hanya di satu sekolah saja.

Keefektifan layanan konsultasi juga dinyatakan oleh Warren dan Edwin R.G. (2013) bahwa layanan konsultasi yang diberikan konselor sebagai konsultan kepada guru dapat membantu mempromosikan secara positif kesehatan mental di antara guru dan membantu kesuksesan siswa di sekolah. Dari penelitian ini dan yang dilakukan oleh peneliti, peneliti memperoleh hasil bahwa guru bidang studi atau wali kelas setelah melaksanakan layanan konsultasi memperoleh banyak pengetahuan terkait strategi pengajaran dan penanganan siswa di kelas dan mengetahui perkembangan siswa. Tidak hanya itu, guru bidang studi atau wali kelas memperoleh cara yang efektif dalam memberikan bantuan kepada siswa. Dengan demikian, guru selain memiliki teman dalam berbagi atau bercerita terkait problema yang ia hadapi dalam pengajaran mata pelajaran juga memperoleh kemampuan membantu siswa.

Sebaliknya siswa juga mendapatkan manfaat yang banyak. Selain terciptanya hubungan yang jauh lebih baik antara guru bidang studi atau wali kelas kepada siswa, siswa juga mendapatkan keuntungan yang positif bagi dirinya. Penelitian ini membuktikan bahwa *academic hardiness* siswa telah meningkat setelah diberikan bantuan oleh guru bidang studi atau wali kelas setelah menerima layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*.

Selain keuntungan tersebut, proses konsultasi yang dilaksanakan oleh konselor sebagai konsultan dan guru bidang studi sebagai konsulti memberikan keuntungan dari sisi hubungan.

Setidaknya terjadi hubungan yang positif antara konsultan dan konsulti sebagai teman sejawat yang bersifat kolaboratif. Selain itu, pelaksanaan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* ini juga memberikan perubahan pemikiran bagi konsultan dan khususnya konsulti dan pemahaman baru yang relatif lebih panjang (Merino, 2014).

Selain membantu konsulti, pelaksanaan layanan konsultasi juga menjadikan konselor berperan sebagai konsultan juga sebagai *social justice* bagi siswa (Li dan Vazquez, 2009). Hal ini dikarenakan peran yang dijalankan konselor sebagai konsultan membantu memberikan pemahaman guru bidang studi atau wali kelas dalam memahami berbagai latar belakang diri siswa, sehingga melalui kegiatan ini akan tercipta pemahaman konsulti terhadap kondisi siswa semakin luas dan komprehensif. Pernyataan ini didukung oleh Sherblom dan Bahr (2008) bahwa peran konsultan juga berada pada posisi advokasi dimana konselor yang melaksanakan layanan konsultasi menangani siswa yang memiliki keberagaman latar belakang baik pendidikan, budaya, agama, ras, maupun suku. Sehingga melalui peran advokasi yang dilakukan oleh para konsultan, siswa memperoleh hak-haknya dan dapat menjalankan kewajibannya dalam praktik pembelajaran di sekolah.

Keuntungan pelaksanaan layanan konsultasi yang dilakukan di sekolah juga memberikan bantuan kepada siswa dalam menangani kesulitan belajar mereka (Lilles, 2008). Sebab kesulitan belajar siswa sangat erat kaitannya dengan guru bidang studi, sehingga melalui layanan konsultasi yang diberikan oleh konselor, konselor memiliki kesempatan untuk memberikan pandangan-pandangan baru kepada guru bidang studi terkait proses belajar mengajar dan memberikan informasi terkait kondisi psikologis siswa dalam belajar. Sehingga dalam membantu siswa, memungkinkan kerjasama yang terjadi antara guru bidang studi atau wali kelas dan konselor terarah dan terprogram (Villeneuve dan Hutchinson, 2012).

Dari penelitian tersebut, layanan konsultasi terbukti efektif dalam membantu siswa dalam berbagai persoalan yang mereka hadapi, selain itu juga memberikan keuntungan dan berbagai dampak positif bagi guru dalam proses belajar mengajar. Selain penelitian tersebut, layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* juga mampu membantu siswa untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa dengan mendayagunakan peran guru bidang studi atau wali kelas.

Setelah model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa diketahui keefektifannya, selanjutnya disusun evaluasi hasil uji keefektifan tersebut. Hasil evaluasi tersebut digunakan dengan maksud memperbaiki dan menyempurnakan model layanan sehingga dari penyempurnaan tersebut diperoleh model akhir dari layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic*

hardiness siswa. Meski layanan konsultasi dalam berbagai penelitian terbukti efektif, namun peran guru bidang studi atau wali kelas untuk aktif melaksanakan konsultasi kepada guru BK/Konselor sekolah diperlukan (Ingen, Eskelson, dan Allsopp, 2016). Hal ini dikarenakan agar guru bidang studi atau wali kelas senantiasa mampu mengenali potensi diri siswa yang bersifat dinamis.

BAB V

PENUTUP

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ‘Pengembangan Model Layanan Konsultasi Berbasis *Cognitive Behavior* untuk Meningkatkan *Academic Hardiness* Siswa SMA di Kota Semarang’, maka diperoleh simpulan sebagai berikut:

- 5.1.1. Tingkat *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang yang diperoleh melalui penyebaran skala *academic hardiness*, diketahui mayoritas pada kategori rendah.
- 5.1.2. Layanan konsultasi di SMA Kota Semarang sudah diprogramkan dalam program bimbingan dan konseling sekolah oleh guru BK/Konselor sekolah. Namun pelaksanaannya belum maksimal. Hal ini dibuktikan dengan ketiadaan waktu khusus pelaksanaan layanan konsultasi, keengganan guru bidang studi atau wali kelas untuk berkonsultasi, ketidakpahaman guru BK/Konselor sekolah tentang seluk beluk layanan konsultasi serta pelaksanaan layanan konsultasi yang tidak memiliki model.
- 5.1.3. Hasil dari penyebaran angket dan wawancara yang dilaksanakan kepada guru BK/Konselor sekolah SMA di Kota Semarang diketahui bahwa guru BK/Konselor sekolah belum memiliki model layanan konsultasi untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Sehingga guru BK/Konselor sekolah membutuhkan sebuah model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa
- 5.1.4. Hasil dari penilaian 3 orang ahli dan 4 orang praktisi bimbingan dan konseling diperoleh bahwa model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa SMA di Kota Semarang dapat diimplementasikan oleh guru BK/Konselor sekolah. Hal ini didasarkan pada kriteria kelayakan model yaitu aspek kebermanfaatan, kemudahan, kepatutan dan ketepatan.
- 5.1.5. Model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* efektif untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA di Kota Semarang. Hal ini didasarkan pada analisis akhir bahwa *academic hardiness* siswa mengalami peningkatan secara signifikan setelah diberikan bantuan (*treatment*) oleh guru bidang studi atau wali kelas setelah guru bidang studi atau wali kelas tersebut melaksanakan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* bersama guru BK/Konselor sekolah. Model layanan ini dinilai

efektif dari aspek kebermanfaatan, kemudahan, ketepatan dan kepatutan oleh guru BK/Konselor sekolah sebagai pelaksana layanan konsultasi (konsultan)

5.2. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan dalam penelitian ini, ada beberapa implikasi terhadap hasil-hasil penelitian ini yaitu:

5.2.1. Teoritis

Hasil pengembangan model yang dirancang dapat dijadikan sebagai panduan untuk digunakan dalam tataran ilmiah. Proses desain dan pengembangan model didasarkan pada penelitian terdahulu melalui studi pendahuluan yang kemudian divalidasi dan diujicobakan menggunakan metode *research and development*.

5.2.2. Praktisi

Bagi guru BK/Konselor di SMA dapat menggunakan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa SMA. Selain itu, pihak sekolah sebagai pemangku kebijakan menjadikan model ini sebagai pertimbangan dalam penentuan kebijakan atau acuan penyusunan program BK di SMA khususnya yang berkaitan dengan program layanan konsultasi

5.3. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diajukan beberapa saran kepada pihak terkait, yaitu:

5.3.1. Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah diharapkan dapat lebih memperhatikan dan memberikan ruang gerak bagi guru BK/Konselor sekolah dalam memberikan layanan konsultasi bagi guru bidang studi atau wali kelas. Selain itu, kepala sekolah diharapkan dapat memberikan kesempatan, dukungan, dan memfasilitasi guru BK/Konselor sekolah untuk melaksanakan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*.

5.3.2. Bagi Guru BK/Konselor Sekolah

Guru BK/Konselor sekolah hendaknya menerapkan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*, karena model ini setelah diujicobakan terbukti efektif untuk meningkatkan *academic hardiness* siswa. Sebelum menerapkan Guru BK/Konselor sekolah perlu memperkenalkan kepada seluruh masyarakat sekolah bahwa layanan konsultasi merupakan salah satu program dari BK di sekolah. Selanjutnya guru BK/Konselor sekolah diharapkan untuk terus mengembangkan kompetensi yang dimilikinya khususnya dalam memberikan layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior*.

5.3.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dalam kajian yang sama diharapkan dapat mengembangkan model ini dengan topik yang lain selain *academic hardiness* dan juga menguji keefektifannya dalam daerah yang lebih luas dibandingkan satu sekolah, sehingga perbaikan model layanan konsultasi berbasis *cognitive behavior* dapat terus dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- ASCA National Model. (2005). *A Framework for School Counseling Programs*. Alexandria, VA: American School Counselor Association.
- Anastasi, A., & Urbina, S. (1997). *Psychological Testing, Seventh Edition*. New Jersey: A Viacom Company.
- Baker, S. B., T.A., Westforth D., Victoria C., Wells, S.C. Schrek. (2009). School Counselor Consultation: A Pathway to Advocacy, Collaboration, and Leadership. *Professional School Counseling*, 12 (3), 200-206
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action*. Englewood Cliffs: NJ: Prentice-Hall.
- Benishek, L., & Lopez, F. G. (2001). Development and Initial Validation of Measure of Academic Hardiness. *Journal of Career Assessment*, 333-352.
- Borg, R. W., & Gall M. D. (1983). *Fourth Edition Educational Research An Introduction*. New York: Longman Inc
- Cappella, E., Jackson, D. R., Kim, H. Y., Bilal, C., Holland, S., & Atkins, M. S. (2016). Implementation of Teacher Consultation and Coaching in Urban Schools: A Mixed Method Study. *School Mental Health*, 222-237.
- Chan, D. (2003). Hardiness and Its Role in The Stress-Burnout Relationship Among Prospective Chinese Teachers in Hongkong. *Journal of Teaching and Teacher Education*, 381-395.
- Creswell, J. (2015). *Fifth Edition EDUCATIONAL RESEARCH, Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative*. New York: Inc. Pearson Education
- Dederling, K., Goecke, M., & Rauh, M. (2014). Professional Background and Working Practices of Consultants in School Development: Initial Empirical Findings from Germany. *Springer Science+Business Media Dordrecht* , -.
- Ellis, A. (1962). *Reason and Emotion in Psychotherapy*. Secaucus: NJ: Citadel.
- Funk, S., & Houston, B. (1987). A Critical Analysis of The Hardiness Scale's Validity and Utility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 572-578.
- Gansle, A.K & George H.N. (2008). Consulting with Teachers Regarding Academic Skills: Problem Solving for Basic Skills. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*. Vol. 4. No. 2.
- Haidarabadi, Z. G. (2014). The Comparison of Effectiveness of Realita Therapy, Positive Looking and Integrated Model on Increase of Mothers Hardiness (Who Have Blind Children) of Tehran City. *Kuwait Chapter of Arabian Journal of Business and Management Review*, 130-145.

- Hall, A. S., & Gushee, A. G. (2000). Diagnosis and Treatment with Attention Deficit Hyperactive Youth: Mental Health Consultation with School Counselor. *Journal of Mental Health Counseling*, 295-305.
- Helmer, N., & Dalkey, O. (1962). *An Experimental of the DELPHI Method to the Use of Experts*. Santa Monica, CA: Rand Corporation
- Hurwitz, J. T., Kratochwill, T. R., & Serlin, R. C. (2015). Size and Consistency of Problem Solving Consultation Outcomes: An Empirical Analysis. *Journal of School Psychology*, 161-178.
- Ingen, S. V., Eskelson, S. L., & Allsopp, D. (2016). Evidence of the Need to Prepare Prospective Teachers to Engage in Mathematics Consultations. *Mathematics Teacher Education and Development*, 73-91.
- Kobasa, S. (1979). Stressfull Life Events, Personality and Health: An Inquiry into Hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1-11.
- Kobasa, S., Maddi, S., & Kahn, S. (1982). Hardiness and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 168-177.
- Li, C., & Vazquez-Nuttall, E. (2009). School Consultants as Agents of Social Justice for Multicultural Children and Families. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 26-44.
- Lilles, E., Griffiths, A. J., Lee, A., Cardenas, S., Chacko, Y., & Jimerson, S. R. (2008). A Consultation Model to Facilitate Reading Success. *The California School Psychologist*, 19-32.
- Maddi, S., Harvey, R., D.M., K., Fazel, M., & N, R. (2009). The Personality Construct of Hardiness, IV: Expressed in Positive Cognition and Emotions Concerning Oneself and Developmentally Relevant Activities. *Journal of Humanistic Psychology*, 292-305.
- Maddi, S., Harvey, R., Khoshaba, D., Fazel, M., & Ressurreccion, N. (2012). The Relationship of Hardiness adn Some Other Relevant Variables to College Performance. *Journal of Humanistic Psychology*, 190-205.
- Merino-Soto, C. (2014). Lessons Learned From a Consultation Process Overseas. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 340-344.
- Moreno-Jimenez, B., Rodrigues-Munoz, A., Hernadez, E. G., & Blanco, L. M. (2014). Development and Validation of The Occupational Hardiness Questionnaire. *Psicothema*, 207-214.
- Morrow, M. T., Hooker, S. D., & Cate, R. L. (2015). Consultation in Bullying Prevention: An Elementary School Case Study. *School Community Journal*, 85-111.
- Myrick, R. D. (2011). *Developmental Guidance and Counseling: A Practical Approach Fifth Edition*. Minneapolis. Educational Media Corporation

- Neukrug, Ed. (2007). *The World of the Counselor An Introduction to the Counseling Profession*. Belmont: Thomson Higher Education
- Ngai, S., N.P., N., Cheung, C., & To, S. (2008). Service Participation Hardiness and Developmental Outcomes among Low-Income Young People in Hongkong. *International Journal of Adolescence and Youth*, 185-203.
- Prayitno dan Erman Amti. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rhineka Cipta
- Prayitno. (2014). *Konseling Integritas*. Padang: Universitas Negeri Padang
- Rakhmawati, I., P., F., & Nurhalimah. (2014). Sumber Stress Akademik dan Pengaruhnya Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Keperawatan DKI Jakarta. *Jurnal Keperawatan*, 72-84.
- Schmidt, J.J. (2008). *Counseling in School: Essential Services and Comprehensive Programs (5th ed)*. Boston: Allyn & Bacon
- Schultz, B. K., Arora, P., & Mautone, J. A. (2015). Consultation and Coaching to Increase the Uptake of Evidence Based Practices: Introduction to the Special Issue. *School Mental Health*, 1-5.
- Segool, N.K., Tara, M.B., & John, S.C. (2007). *Enhancing Accountability in Behavioral Consultation Through the Use of Single-Case Designs*. Int
- Sherblom, S. A., & Bahr, M. W. (2008). Homosexuality and Normality: Basic Knowledge and Practical Considerations for School Consultation. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 81-100.
- Subramanian, S., & Vinothkumar, M. (2009). Hardiness Personality, Self Esteem and Occupational Stress among IT Professional. *Journal of the Indian Academy oof Applied Psychology*, 48-56.
- Sutjiato, M., G.D., K., & A.A.T., T. (2015). Hubungan Faktor Internal dan Eksternal dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *JIKMU*, 30-42.
- Swanger-Gagne, M. S., Garbacz, S. A., & Sheridan, S. M. (2009). Intervention Implementation Integrity Within Conjoint Behavioral Consultation: Strategies for Working with Families. *School Mental Health*, 131-142.
- Tara, M.B., Natasha, K.S. , Andy V.P., et.all. (2007). Writing Comprehensive Behavioral Consultation Reports: Critical Elements. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*. Vo. 3., No. 03
- Villeneuve, M., & Hutchinson, N. L. (2012). Enabling Outcomes for Students with Developmental Disabilities through Collaborative Consultation. *The Qualitative Report*, 1-29.

- Warren, J. M. (2010). School Counselor System Support Using Mental Health Intervention. *The New York State School Association Journal*, 30-39.
- Warren, J. M. (2013). School Counselor Consultation: Teacher Experiences With Rational Emotive Behavior Therapy. *Journal of Rational Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 1-15.
- Warren, J. M., & E.R., G. (2013). Effects of Cognitive Behavioral Consultation on Irrational and Efficacy Beliefs of Elementary School Teachers. *The Profesional Counselor*, 6-15.
- Warren, J. M., & R, G. (2015). Addressing Barriers to Effective RTI through School Counselor Consultation: A Social Justice Approach. *Electronic Journal for Inclusive Education*, 1-27.
- Warren, J. M., & Robinson, G. (2015). Addressing Barriers tp Effective RTI Through School Counselor Consultation: A Social Justice Approach. *Electronic Journal for Inclusive Education*, 3(4).
- Warren, J. M., & Stanley, B. (2013). School Counselor Consultation: Enhancing Teacher Performance Through Rational Emotive-Social Behavioral Consultation. *ACA Professional Informatioan*, 1-15.
- Zamroni. (2013). Survei Mengenai Academic Hardiness Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang (tidak diterbitkan).