



## Pengembangan Program Bimbingan & Konseling untuk Meningkatkan Kepribadian Tahan Banting Peserta Didik di SMA Jakarta Selatan

Yuevelyn Devina Rahmananda\*<sup>1</sup>, Herdi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

E-mail: [yuevelyn\\_1108822022@mhs.unj.ac.id](mailto:yuevelyn_1108822022@mhs.unj.ac.id), [herdi@unj.ac.id](mailto:herdi@unj.ac.id)

Article Info	Abstract
<b>Article History</b> Received: 2023-08-12 Revised: 2023-09-15 Published: 2023-10-02  <b>Keywords:</b> <i>Guidance and Counseling Program;</i> <i>Hardiness.</i>	The research aims to develop a counseling and hardiness program for class XII students at SMA Kartika VIII-1, South Jakarta. This is based on the initial findings of a need assessment using the hardiness scale instrument (SHS) which shows that the hardiness aspect is still low. The research method used is research & development. The main objective of this research is to produce a product for the development of a guidance and counseling service program at SMA Kartika VIII-1, South Jakarta. With a reliability value of 0.809 the data obtained was analyzed using descriptive quantitative analysis techniques. The hardiness value of students is in the moderate category with a frequency of 13 students. This shows that some students have fairly good hardiness characteristics, but have not fully expressed high hardiness characteristics.
Artikel Info	Abstrak
<b>Sejarah Artikel</b> Diterima: 2023-08-12 Direvisi: 2023-09-15 Dipublikasi: 2023-10-02  <b>Kata kunci:</b> <i>Program BK;</i> <i>Hardiness.</i>	Penelitian bertujuan untuk mengembangkan program konseling dan Hardiness siswa kelas XII di SMA Kartika VIII-1 Jakarta Selatan. Hal ini berdasarkan temuan awal need assessment dengan menggunakan instrumen skala hardiness (SHS) yang menunjukkan bahwa aspek hardiness masih rendah. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian & pengembangan. Tujuan utama dari penelitian ini adalah menghasilkan produk untuk pengembangan program layanan bimbingan dan konseling di SMA Kartika VIII-1 Jakarta Selatan. Dengan nilai reabilitas 0.809 data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis kuantitatif deskriptif. Nilai hardiness pada peserta didik berada pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 13 siswa. Hal ini menunjukkan sebagian siswa memiliki karakteristik hardiness cukup baik, namun belum sepenuhnya memperlihatkan karakteristik hardiness tinggi.

### I. PENDAHULUAN

#### A. Bimbingan & Konseling

Bimbingan konseling merupakan suatu layanan bantuan konselor kepada peserta didik di sekolah guna membantu peserta didik mengembangkan potensi diri serta mencapai tugas-tugas perkembangannya. Tujuan utama adanya layanan bimbingan dan konseling di sekolah adalah memberikan dukungan kepada peserta didik atas pencapaian kematangan kepribadian, keterampilan sosial, kemampuan akademik, dan bermuara pada terbentuknya kematangan karir individual yang bermanfaat. Peserta didik memiliki potensi yang dapat dikembangkan seperti kebutuhan materi dan sritua yang harus dipenuhi. Menurut Havighurts (2002) pada tugas perkembangan (development task) yang harus dilakukan oleh individu adalah menaati segala bentuk norma masyarakat dan norma kebudayaan. Peserta didik akan merasa sedih apabila tidak dapat melaksanakan tugas perkembangan dengan baik, karena suatu keberhasilan jika terlaksana dengan baik akan memberikan dampak perasaan yang baik.

Perlakuan untuk memenuhi kebutuhan peserta didik adalah dengan membuat program bimbingan konseling yang efektif dan terarah, didasarkan sesuai dengan kebutuhan kondisi masing-masing individu atau peserta didik.

#### B. Program Bimbingan & Konseling

Program bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari suatu sistem di sekolah dan mengandung unsur-unsur yang terdapat di dalam berbagai ketentuan tentang pelaksanaan bimbingan dan konseling dan berorientasikan pada pencapaian tujuan kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah. Menurut Giyono (2010) program bimbingan dan konseling adalah satuan rencana keseluruhan kegiatan bimbingan dan juga konseling yang akan dilaksanakan pada periode tertentu, yakni periode bulanan, semester dan tahunan. Menurut Depdiknas (2007) penyusunan program bimbingan konseling di sekolah dimulai dari kegiatan asesmen dilakukan dengan mengidentifikasi beberapa aspek yang akan dijadikan bahan

penyusunan program tersebut. Asesmen merupakan suatu landasan bagi program layanan bk yang akuntable. Kegiatan asesmen meliputi; (1) asesmen lingkungan meliputi kegiatan identifikasi harapan sekolah pada sarana prasarana, kualifikasi konselor, kebijakan pimpinan, (2) asesmen kebutuhan peserta didik meliputi aspek fisik, kecerdasan, motif belajar, sikap dan kebiasaan belajar, minat, masalah yang dialami. Pelaksanaan kegiatan bk dilakukan dengan perencanaan yang sudah dipersiapkan sebelumnya. Pada layanan dasar akan mengembangkan perilaku yang efektif serta mengembangkan keterampilan dalam hidup peserta didik. Strategi pada layanan dasar bimbingan klasikal yaitu diperuntukan bagi semua siswa dalam meluncurkan program yang telah dirancang oleh konselor dilakukan dengan kontak langsung kepada siswa dikelas. Evaluasi program bk dilakukan setelah melakukan layanan kegiatan program, evaluasi dilakukan sebagai bentuk penilaian tingkat keberhasilan pelaksanaan layanan bk.

### C. Kepribadian Tahan Banting (Hardiness)

Hardiness merupakan kepribadian tahan banting atau salah satu sifat kepribadian yang dapat membantu individu dalam situasi stres. Konsep tahan banting pertama kali diusulkan oleh Kobasa pada tahun 1979 berdasarkan teori eksistensi yaitu dikonseptualisasikan sebagai salah satu struktur kepribadian utama untuk memahami motivasi, kegembiraan, dan perilaku (Kobasa, 1979). Konsep ini menemukan makna dalam menghadapi stress situasi dianggap sebagai *variabel buffer dan intervening* yang memoderasi hubungan antara situasi stres dan efek fisik dan psikologis (Abdollahi et al., 2018). Hardiness merupakan kombinasi dari sikap dan keyakinan yang memotivasi individu untuk melakukan kerja keras dan strategis dalam menghadapi stress dan situasi sulit (Maddi, 2007). Kobasa mendefinisikan sifat tahan banting sebagai sifat kepribadian multi-dimensi yang terdiri dari tiga komponen atau 3C: komitmen, kontrol, dan tantangan (Kobasa, 1979).

Kecenderungan untuk menantang didefinisikan sebagai keyakinan bahwa perubahan, bukan stabilitas, sebagai cara hidup alami menciptakan peluang untuk pertumbuhan pribadi daripada ancaman terhadap keamanan seseorang (Kobasa, 1979). Oleh karena itu, komunikasi merupakan salah satu

faktor yang berperan peran penting dalam menciptakan dan memelihara sifat tahan banting (Maddi dan Khoshaba, 2005). Pada tahun 2017 Mund mengusulkan budaya sebagai yang kelima dimensi atau 5 C mempengaruhi sifat tahan banting. Dengan kata lain, dia mengusulkan agar sifat tahan banting tidak diartikan sebagai hal yang sederhana pada pendekatan terlepas dari budaya (Mund, 2017).

Masa remaja merupakan masa pencarian jati diri, dimana tahan banting menjadi point penting untuk mendukung pencarian jati diri remaja. Kemampuan merujuk pada kemampuan dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan pada pemenuhan utuh pencapaian prestasi akademik keberhasilan yang sudah dilakukan. Oleh karena itu, program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kepribadian tahan banting siswa sangat dibutuhkan bagi referensi guru bimbingan dan konseling ketika menemukan siswa sangat dibutuhkan dengan tahan banting siswa yang rendah belum sepenuhnya tinggi atau dapat dikatakan sedang dan peneliti melanjutkan untuk mengeksperimenkan konseling atau pendekatan dalam teknik tertentu agar tahan banting peserta didik tinggi.

## II. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif pendekatan kuantitatif. Bertujuan untuk mendapatkan gambaran lengkap mengenai kepribadian tahan banting peserta didik. Lokasi penelitian yaitu di SMA Jakarta Selatan. Subjek penelitian adalah siswa/i kelas XII dengan populasi sebanyak 30 orang. Teknik pengumpulan sampel pada penelitian ini yaitu menggunakan *simple random sampling*. Skala yang digunakan adalah Likert, alat pengumpulan data memakai kuesioner dengan skala ukur SHS milik Paul T Bartone sebanyak 15 butir. Dengan nilai reabilitas 0.809 data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis kuantitatif deskriptif. Berikut kisi-kisi pada instrumen:

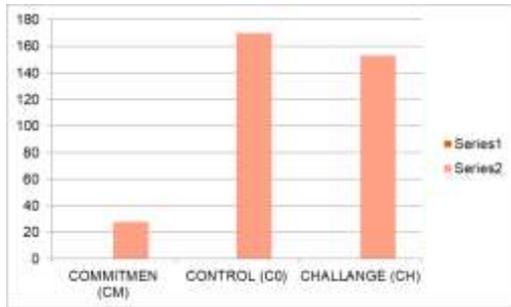
Tabel 1. Kisi-kisi instrumen

No	Indikator	Item
1.	Comitmen (CM)	1, 4, 7, 10, 13
2.	Control (CO)	2, 6, 8, 12, 15
3.	Challenge (CH)	3, 5, 9, 11, 14

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Berdasarkan data mengenai kepribadian tahan banting siswa kelas XII tahun ajaran 2023 diperoleh dari kuesioner pada sampel penelitian menunjukkan hasil sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Kepribadian Tahan Banting

#### B. Pembahasan

Berdasarkan data mengenai hardiness siswa kelas XII tahun ajaran 2022/2023 di SMA Jakarta Selatan diperoleh dari kuesioner atau angket disebar kepada sampel penelitian yang berjumlah 30 responden menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Gambaran Hardiness Siswa

Variabel	Kategori	Rentang Skor Nilai	Frekuensi
Hardines	Rendah	$X < 32$	12
	Sedang	$32 \leq X < 38$	13
	Tinggi	$X \geq 38$	5

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan gambaran hardiness siswa termasuk dalam kategori rendah total score  $< 32$  sebanyak 12 siswa, untuk kategori sedang dengan total score  $< 38$  yakni sebanyak 13 siswa, sementara dengan 5 siswa dengan total score  $> 38$  termasuk kategori tinggi. Selanjutnya gambaran hardiness siswa berdasarkan indikator dapat dilihat pada tabel berikut:

##### 1. Komitmen (CM)

Tabel 3. Commitmen

Variabel	Kategori	Rentang Skor Nilai	Frekuensi
CM	Rendah	$X < 22$	1
	Sedang	$22 \leq X < 50$	3
	Tinggi	$X \geq 50$	1

Berdasarkan tabel diatas pada indikator Komitmen beberapa siswa termasuk kategori sedang sebanyak 3 frekuensi dengan total score  $< 50$ , sedangkan untuk kategori rendah total 1 frekuensi dengan score  $< 22$ , adapun untuk kategori tinggi

sebanyak 1 frekuensi total score  $> 50$ . Pengaruh hardiness pada siswa, terutama dalam konteks komitmen, dapat memiliki dampak positif pada kesejahteraan dan prestasi akademik mereka.

##### 2. Kontrol

Tabel 4. Kontrol

Variabel	Kategori	Rentang Skor Nilai	Frekuensi
CO	Rendah	$X < 26$	1
	Sedang	$26 \leq X < 42$	4
	Tinggi	$X \geq 42$	0

Berdasarkan tabel diatas pada indikator Komitmen beberapa siswa termasuk kategori sedang sebanyak 4 frekuensi dengan total score  $< 42$ , sedangkan untuk kategori rendah total 1 frekuensi dengan score  $< 26$ , adapun untuk kategori tinggi sebanyak 1 frekuensi total score  $> 42$ . Pengaruh hardiness pada siswa, terutama dalam konteks indikator kontrol, dapat memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan dan prestasi akademik mereka.

##### 3. Tantangan (CH)

Tabel 5. Challenge

Variabel	Kategori	Rentang Skor Nilai	Frekuensi
CH	Rendah	$X < 25$	0
	Sedang	$25 \leq X < 37$	4
	Tinggi	$X \geq 37$	1

Berdasarkan tabel diatas pada indikator Komitmen beberapa siswa termasuk kategori sedang sebanyak 4 frekuensi dengan total score  $< 37$ , sedangkan untuk kategori rendah total 1 frekuensi dengan score  $< 0$ , adapun untuk kategori tinggi sebanyak 1 frekuensi total score 37. Pengaruh hardiness pada siswa, terutama dalam konteks indikator tantangan, dapat memiliki dampak positif pada perkembangan pribadi, prestasi akademik, dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Hasil pengolahan instrumen tertinggi yaitu dikategori sedang dengan total score  $< 38$  yakni sebanyak 13 siswa. Lalu pada sub indikator komitmen (CM) dengan score  $< 50$  total frekuensi 3, pada sub indikator kontrol (CO) dengan total score  $< 42$  total frekuensi 4, dan pada sub indikator tantangan (CH) dengan score  $< 37$  sebanyak 4 frekuensi. Dengan demikian hasil tersebut dijadikan sebagai dasar kebutuhan peserta didik dalam penyusunan rancangan

program bimbingan konseling pribadi sosial.

Adapun strategi layanan yang dapat diberikan kepada peserta didik sangat beragam. Akan tetapi, perlu disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik. Strategi layanan yang dapat diterapkan yaitu bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individu, atau konseling kelompok. Adapun komponen layanan yaitu yang digunakan layanan dasar, layanan responsif, layanan perencanaan individual, dan dukungan sistem.

#### IV. SIMPULAN DAN SARAN

##### A. Simpulan

Berdasarkan hasil dari gambaran mengenai hardiness pada peserta didik dikelas XII di SMA Jakarta Selatan Tahun Ajaran 2022/2023, didapatkan bahwa hardiness pada peserta didik berada pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 13 siswa. Hal ini menunjukkan sebagian siswa memiliki karakteristik hardiness cukup baik, namun belum sepenuhnya memperlihatkan karakteristik hardiness tinggi. Maka diperlukan peningkatan yang lebih baik lagi agar karakteristik hardiness tercapai semaksimal mungkin. Aspek hardiness pada indikator komitmen (CH) diperoleh hasil frekuensi 3 pada kategori sedang, kemudian indikator kontrol (CO) diperoleh hasil frekuensi 4 pada kategori sedang. Indikator selanjutnya adalah tantangan (CH) diperoleh hasil frekuensi 4 dengan kategori sedang.

##### B. Saran

Hardiness peserta didik kelas XII SMA di Jakarta Selatan berada pada kategori sedang, dapat dikatakan cukup baik. Masih diperlukan peningkatkan secara signifikan agar seluruh siswa baik lagi dan berada pada karakteristik hardiness tinggi. Dengan demikian, rancangan program bimbingan dan konseling pribadi dan sosial dapat dijadikan pedoman untuk pemberian layanan yang komprehensif untuk kebutuhan peserta didik. Sehingga harapannya rancangan program bimbingan konseling dapat membantu meningkatkan hardiness peserta didik yang tinggi.

#### DAFTAR RUJUKAN

- ABKIN. (2018). Kode Etik Bimbingan Dan Konseling Indonesia. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 5(2), 40-51.
- Anggi Prasetya. (2023). Journal of Educational Learning and Innovation. *Educational Learning and Innovation*, 1(2), 98-116. <https://doi.org/10.46229/elia.v3i1>
- Ermawaty, P. (2018). Pengembangan Alat Ukur Harga Diri Pada Siswa Sekolah Development of Self Esteem Measuring Tool for Junior High School. *Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(9), 577-585.
- Arsyad, M. (2017). *Konsep Model Bk "3C" Sebagai Gagasan Dalam Membentuk Karakter Tangguh Pada Siswa Untuk Menghadapi Tuntutan Akademik Dan Non Akademik*. 1-12. <http://eprints.ulm.ac.id/5584/>
- Bimbingan, K., Dengan, K., Kelompok, L., Meningkatkan, U., Hardiness, A., & Efikasi, D. A. N. (2020). *Program studi bimbingan dan konseling pascasarjana universitas negeri semarang 2020*. 1803311.
- Daryono, dkk. (2014). Model Program Bimbingan Dan Konseling Komprehensif Di Sma. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2), 123-129.
- Mathematics, A. (2016). 濟無No Title No Title No Title. 1-23.
- Restu, V. (2015). Pengembangan Program Layanan Pendidikan Inklusif. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 1(1), 1-8. <http://repository.upi.edu/21070/>
- Triyanto, A. (2017). Pengembangan Bahan/Materi Layanan Bimbingan dan Konseling berbasis Kebutuhan. In *CV Komojoyo Press*.
- Yani, L. (2017). *1348-1660-1-Pb. November*.