

Self-Regulation of Emotion in Students in Yogyakarta Indonesia: Gender Differences

Said Alhadi¹, Wahyu Nanda Eka Saputra^{1*}, Purwadi Purwadi¹, Siti Muyana¹,
Agus Supriyanto¹, Dwi Fatmawati²

¹Department of Guidance and Counseling, Faculty of Teacher Training and Education,
Universitas Ahmad Dahlan, Pramuka Street No. 42, Yogyakarta, Special Region of Yogyakarta, Indonesia 55161

²International Development and Cooperation (IDEC), Hiroshima University,

1-5-1 Kagamiyama, Higashi-Hiroshima, Japan 739-8529

*corresponding author, e-mail: wahyu.saputra@bk.uad.ac.id

Article received: March 9th 2019; revised: May 9th 2019; accept: May 16th 2019

Abstract: The purpose of this study was to identify whether there are differences in self-regulation of emotion skills of male and female students. This study is a comparative study with a sample of 796 students (452 males, 344 females). The sample selection is taken using cluster and random sampling technique. The instrument used is the scale of self-regulation of emotion. Data analysis used to identify differences in self-regulation of emotion skills of male and female students is independent samples test. The findings of the study indicate that there is a significant difference between the self-regulation of emotion skills of male and female students. This study recommends counseling service to improve self-regulation of emotion skills.

Keywords: self-regulation of emotion; gender differences; counseling services

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi apakah terdapat perbedaan *self-regulation of emotion* antara siswa laki-laki dan perempuan. Penelitian ini adalah penelitian komparatif dengan sampel 796 siswa (452 laki-laki, 344 perempuan). Pemilihan sampel diambil menggunakan teknik *cluster and random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala *self-regulation of emotion*. Analisis data yang digunakan untuk mengidentifikasi perbedaan *self-regulation of emotion* siswa laki-laki dan perempuan adalah *independent samples test*. Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *self-regulation of emotion* siswa laki-laki dan perempuan. Studi ini merekomendasikan layanan konseling untuk meningkatkan *self-regulation of emotion* siswa.

Kata kunci: *self-regulation of emotion*; perbedaan gender; layanan konseling

INTRODUCTION

Adolescence is a transition period from childhood to adulthood where the search for identity begins (Hopkins, 2014). It is a phase when someone experiences great mental pressure and when major physical, intellectual and emotional changes happen. These changes may result in sadness and vacillation which may be further extended as well create conflict with surrounding or environment. This condition then forces adolescents to maximize their potentials to manage their emotions so that maladaptive behavior can be well avoided. Research shows that the ability to control emotion can enhance students' academic success (Gage, Adamson, MacSuga-Gage, & Lewis, 2017; Shah, Sanisara, Mehta, & Vaghela, 2017; Sointu, Savolainen, Lappalainen, & Lambert, 2017; Wigelsworth, Qualter, & Humphrey, 2017).

One's ability to control his own emotion is often referred to as self-regulation of emotion. Self-regulation of emotion is an intrinsic experience of managing emotion which then informed on cognitive abilities to provide an influence and emotional feelings over the behavior (Vandekerckhove, Von Scheve,

Ismer, Jung, & Kronast, 2008). Emotions occur because there is a stimulus to a person and then reflected in his behavior. Emotion regulation process can occur consciously or unconsciously and function to reduce; improve; maintain; and replace certain emotions (Philippot & Feldman, 2004a, 2004b).

However, many adolescent are in fact unable to control their emotions and this condition is known as aggressive behavior (García-Sancho, Salguero, & Fernández-Berrocal, 2017; Huesmann et al., 2017; Sullivan, Garthe, Gony, Carlson, & Behrhorst, 2017; Valois, Zullig, & Revels, 2017) and bullying (Jenkins, Demaray, & Tennant, 2017; Zych, Farrington, Llorent, & Ttofi, 2017). Aggressive behavior is a problem that needs more attention. The research shows that around 72,16% students committed physical crime which involve violence, while the remaining 27,84% tend to commit non-violent crime (Shelton, Sampl, Kesten, Zhang, & Trestman, 2009). Other research also shows that 72% of interviewed respondents admitted that they committed physical attacks to their mother; 16% attacked and threatened their father; and 5% attacked or threatened their brother or sister or their relatives (Routt & Anderson, 2011). A research about bullying shows that nine percent of respondents were victims of bullying, 9% were bullies, and 3% were bully-victims (Spriggs, Iannotti, Nansel, & Haynie, 2007).

Aggressive behavior in Indonesia as a result of the poor self-regulation of emotion of students also occurred and became the concern of many parties. In Indonesia, research was also conducted on the aggressive behavior of students in Yogyakarta vocational high schools, which showed that 5% of students were categorized as very aggressive; 26% of students were aggressive; 40% of students were quite aggressive; 21% of students were fairly aggressive; and 8% of students were somewhat aggressive (Saputra & Handaka, 2018). Other studies on junior high schools in Yogyakarta showed the data on aggressive behavior of 1% of students were categorized as very aggressive; 13% of students were aggressive; 37% of students were quite aggressive; 43% of students were fairly aggressive; and 6% of students were somewhat aggressive (Alhadi, Purwadi, Muyana, Saputra, & Supriyanto, 2018). In fact, in Yogyakarta, the level of aggressive behavior in female students tends to be equal as in male students (Saputra, Hanifah, & Widagdo, 2017). This draws attention from many parties about this complicated problem of aggressiveness in Indonesia.

It has been clearly shown that there are differences between the ideal condition and the real condition found in the field. Students should have been able to regulate their emotions to enhance their academic success. Many students tend to display maladaptive behavior as a result of their inability to manage their emotion. This research aims to identify the difference of self-regulation of emotion between male and female students. Self-regulation of emotion indeed plays a vital role in enhancing academic achievements, yet it is hard to acquire.

Several previous studies were conducted to identify differences in the level of self-regulation of emotion in male and female students. The previous research concluded that female has a better emotion management than male (Perry-Parrish et al., 2017). Another research stated the similar that female has a higher ability to express happiness and shyness than male (Panjwani, Chaplin, Sinha, & Mayes, 2016). Other studies showed different results; male is more capable to control their emotion than female (Trives, Bravo, Postigo, Segura, & Watkins, 2016). Another research suggested that the decrease in emotional intelligence was more often experienced by female than male (Gomez-Baya, Mendoza, Paino, & de Matos, 2017).

This research can be used as the basis for a suitable and meaningful counseling intervention. Providing counseling to male and female students to improve their self-regulation of emotion should be tailored to their needs. Therefore, self-regulation of emotion is expected to increase along with the decrease in aggressive behavior in students.

METHOD

This research is a comparative research whose objective is to compare the level of self-regulation of emotion ability between male and female student. This research is designed as a comparative research with population of 12,984 junior high school students in Special Region of Yogyakarta. The sample of this research is taken with cluster and random sampling. The minimum limit in cluster and random sampling is 399.9969 or 400 students. The error standard is 5%. It aims to give more maximum sample size. The sample used in this research is 796 students which are largely spread in junior high school in Special Region of Yogyakarta, Indonesia.

The instrument used in this research is self-regulation of emotion scale with cognitive reappraisal and expressive suppression indicators (Hofmann, Carpenter, & Curtiss, 2016). It is adjusted with the multicultural characteristic of the research subject by using validity and reliability test. The implementation of self-regulation of emotion scale is equally adjusted with the psychological development of middle school students. The comparison between the two becomes the findings in potential and competence development, problem prevention and its solvency. Self-regulation of emotion scale is not tested for validity and reliability because this scale is the result of adoption that has been tested for validity and reliability. In addition, the scale of self-regulation of emotion is declared appropriate for use after being assessed by experts.

The data analysis was done by using independent sample test technique with SPSS 20.00. The aim of this analysis is to identify the difference in the level of self-regulation of emotion ability between male and female students. The result will be used to know the difference using cognitive reappraisal and expressive suppression indicator.

The study was conducted on junior high school students in Special Region of Yogyakarta, Indonesia. The first thing to do is to coordinate with school counselors to determine the sample involved in the study. Second, measure the level of self-regulation of emotion in both male and female samples. Third, conduct analysis of research data to identify different levels of aggression behavior in male and female students. All the data were entered into the SPSS 20.00 and all the necessary analyses were conducted.

RESULTS

The result of data analysis with independent sample test formula is presented in table 1 and table 2. In the first output, group statistic, the researcher concluded that N is 452 for male student and 344 for female student. The mean in male group is 37.1460 and 38.1134 in female group. In table 2 it can be seen that F is 3.975 with significance level of 0.057 which means $0.057 > 0.05$. It means that the variant of population group is homogeny. Thus, the homogeneity requirement for comparative analysis is fulfilled. From the data analysis, the coefficient is -2.344 with probability of 0.019. When it is compared to 0.05, the probability value is smaller. It means that there are differences in self-regulation of emotion between male and female students. Based of the group average, female students possess higher and better self-regulation of emotion ability than male students.

Table 1. Group Statistics

	Gender	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Self Regulation Emotion	Men	452	37.1460	5.99896	0.28217
	Women	344	38.1134	5.44963	0.29382

Table 2. Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Self Regulation Emotion	Equal variances assumed	3.975	.057	-2.344	794	.019	-.96735	.41270	-1.77748	-.15723
	Equal variances not assumed			-2.375	769.579	.018	-.96735	.40737	-1.76704	-.16766

DISCUSSION

There are differences in self-regulation of emotion between male and female students. The result in this research is also supported by the previous research. The earlier research concluded that female has better emotion management than male (Perry-Parrish et al., 2017). However, these previous studies emphasized emotion management on anger aspects. Whereas this research specifically identifies male and female student self-regulation of emotion.

Another research stated similarly in telling that female has higher ability to express happiness and shyness than male (Panjwani et al., 2016). Those research results show that female manage and regulate their emotion better when they are in certain situation. Female tend to manage their anger and emotion so that maladaptive behavior can be avoided. However, these previous studies emphasized the expression of happiness and shyness. While in this study emphasizes the self-regulation of emotion, one of which is an expression of happiness and shyness.

However, some researches show the opposite. The previous research suggested that male has better ability to control their emotion than female (Trives et al., 2016). Another research suggested that the decrease in emotional intelligence is more often experienced by female than by male (Gomez-Baya et al., 2017). They imply that male has better emotion management ability. Male is believed to have more maturity to control their emotion than female when they are in a difficult situation.

Someone's ability to manage emotion significantly influence aggression behavior. The research suggested that borderline personality disorder; physical; and psychological aggression are fully mediated by the difficulty to regulate emotion (Scott, Stepp, & Pilkonis, 2014). Another research suggested that emotion deregulation can fully mediate low self-esteem and physical aggression; anger; and hostility (Garofalo, Holden, Zeigler-Hill, & Velotti, 2016). According to the research in previous paragraph, it shows that emotion management is an important element which can help controlling student's aggression behavior. It is proven that the better someone's emotion management, the lower aggression behavior will be. In contrast, the tendency of aggression will be higher if someone has bad emotion management.

There are three skills which underlie emotion regulation. They are emotional awareness; acceptance; and strategies to control emotion (Robertson, Daffern, & Bucks, 2012). These abilities can increase someone's ability to control their emotion more adaptively. Thus when someone can manage their emotion adaptively, aggression behavior will decrease significantly. Therefore, it becomes a pretention for someone to possess this ability so that their development can be more optimal.

Aggression behavior may result to a false perception about how bad school environment is for student. A research claimed that aggression behavior can be a pushing factor for a perception about school environment (Marsh, McGee, & Williams, 2014). Another research also suggested that students who involve in bullying either as a doer or victim have a negative perception about school climate (Nickerson, Singleton, Schnurr, & Collen, 2014). The increase of aggression behavior will equally trigger the emergence of negative perception about school environment. Therefore, special attention from many stakeholders comes as a response of aggression behavior and student inability to control their emotion.

Student's perception about school climate will influence student's motivation to achieve academic success significantly. A research showed that a good perception can bring positive influence towards student's academic achievement (Urick & Bowers, 2014). Student's negative perception toward their environment (when intimidation; bullying; and violence happen) influence students' academic achievement and their well-being (Kutsyuruba, Klinger, & Hussain, 2015). School climate is a important factor when student can feel save; connected; and supported either by friends or teachers. It then protects their mental and emotional health to achieve the best in school (Lester & Cross, 2015). This explanation becomes an important thing for all stakeholders who are responsible to design the best school program to create conducive climate. Thus, students' well-being in their everyday activity can be well actualized and maximized for their academic success.

CONCLUSION

The result of this research show that there is a difference in male and female student self-regulation of emotion ability. Female students have better emotion management than male. The finding in this research may be used as a recommendation for school, specifically counselor to design the strategy so that student's self-regulation ability can be improved after considering their gender.

REFERENCES

- Alhadi, S., Purwadi, P., Muyana, S., Saputra, W. N. E., & Supriyanto, A. (2018). Agresivitas Siswa SMP di Yogyakarta. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 93–99.
- Gage, N. A., Adamson, R., MacSuga-Gage, A. S., & Lewis, T. J. (2017). The Relation Between the Academic Achievement of Students with Emotional and Behavioral Disorders and Teacher Characteristics. *Behavioral Disorders*, 0198742917713211.
- García-Sancho, E., Salguero, J. M., & Fernández-Berrocal, P. (2017). Ability Emotional Intelligence and Its Relation to Aggression Across Time and Age Groups. *Scandinavian Journal of Psychology*, 58(1), 43–51.
- Garofalo, C., Holden, C. J., Zeigler-Hill, V., & Velotti, P. (2016). Understanding The Connection Between Self-Esteem and Aggression: The Mediating Role of Emotion Dysregulation. *Aggressive Behavior*, 42(1), 3–15.
- Gomez-Baya, D., Mendoza, R., Paino, S., & de Matos, M. G. (2017). Perceived Emotional Intelligence as A Predictor of Depressive Symptoms During Mid-Adolescence: A Two-Year Longitudinal Study on Gender Differences. *Personality and Individual Differences*, 104, 303–312.
- Hofmann, S. G., Carpenter, J. K., & Curtiss, J. (2016). Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ): Scale Development and Psychometric Characteristics. *Cognitive Therapy and Research*, 40(3), 341–356.
- Hopkins, J. R. (2014). *Adolescence: The Transitional Years*. Academic Press.
- Huesmann, L. R., Dubow, E. F., Boxer, P., Landau, S. F., Gvirsman, S. D., & Shikaki, K. (2017). Children's Exposure to Violent Political Conflict Stimulates Aggression at Peers by Increasing Emotional Distress, Aggressive Script Rehearsal, and Normative Beliefs Favoring Aggression. *Development and Psychopathology*, 29(1), 39–50.
- Jenkins, L. N., Demaray, M. K., & Tennant, J. (2017). Social, Emotional, and Cognitive Factors Associated With Bullying. *School Psychology Review*, 46(1), 42–64.
- Kutsyuruba, B., Klinger, D. A., & Hussain, A. (2015). Relationships among School Climate, School Safety, and Student Achievement and Well-Being: A Review of The Literature. *Review of Education*, 3(2), 103–135.
- Lester, L., & Cross, D. (2015). The Relationship Between School Climate and Mental and Emotional Wellbeing Over The Transition from Primary to Secondary School. *Psychology of Well-Being*, 5(1), 9.
- Marsh, L., McGee, R., & Williams, S. (2014). School Climate and Aggression among New Zealand High School Students. *New Zealand Journal of Psychology*, 43(1), 28–37.
- Nickerson, A. B., Singleton, D., Schnurr, B., & Collen, M. H. (2014). Perceptions of School Climate As A Function of Bullying Involvement. *Journal of Applied School Psychology*, 30(2), 157–181.
- Panjwani, N., Chaplin, T. M., Sinha, R., & Mayes, L. C. (2016). Gender Differences in Emotion Expression in Low-Income Adolescents Under Stress. *Journal of Nonverbal Behavior*, 40(2), 117–132.
- Perry-Parrish, C., Webb, L., Zeman, J., Spencer, S., Malone, C., Borowski, S., ... Ostrander, R. (2017). Anger Regulation and Social Acceptance in Early Adolescence: Associations with Gender and Ethnicity. *The Journal of Early Adolescence*, 37(4), 475–501.
- Philippot, P., & Feldman, R. S. (2004a). Cognitive Regulation of Emotion: Application to Clinical Disorders. In *The Regulation of Emotion* (pp. 86–113). Psychology Press.
- Philippot, P., & Feldman, R. S. (2004b). Positive Emotion and The Regulation of Interpersonal Relationships. In *The Regulation of Emotion* (pp. 142–171). Psychology Press.
- Robertson, T., Daffern, M., & Bucks, R. S. (2012). Emotion Regulation and Aggression. *Aggression and Violent Behavior*, 17(1), 72–82.
- Routt, G., & Anderson, L. (2011). Adolescent Violence Towards Parents. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 20(1), 1–19.
- Saputra, W. N. E., & Handaka, I. B. (2018). Perilaku Agresi Pada Siswa SMK di Yogyakarta. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 1–8.

- Saputra, W. N. E., Hanifah, N., & Widagdo, D. N. (2017). Perbedaan Tingkat Perilaku Agresi Berdasarkan Jenis Kelamin pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Kota Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(4), 142–147.
- Scott, L. N., Stepp, S. D., & Pilkonis, P. A. (2014). Prospective Associations Between Features of Borderline Personality Disorder, Emotion Dysregulation, and Aggression. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 5(3), 278.
- Shah, C. J., Sanisara, M., Mehta, H. B., & Vaghela, H. M. (2017). The Relationship Between Emotional Intelligence and Academic Achievement in Medical Undergraduate. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 2(1), 59–61.
- Shelton, D., Sampl, S., Kesten, K. L., Zhang, W., & Trestman, R. L. (2009). Treatment of Impulsive Aggression in Correctional Settings. *Behavioral Sciences & The Law*, 27(5), 787–800.
- Sointu, E. T., Savolainen, H., Lappalainen, K., & Lambert, M. C. (2017). Longitudinal Associations of Student–Teacher Relationships and Behavioural and Emotional Strengths on Academic Achievement. *Educational Psychology*, 37(4), 457–467.
- Spriggs, A. L., Iannotti, R. J., Nansel, T. R., & Haynie, D. L. (2007). Adolescent Bullying Involvement and Perceived Family, Peer and School Relations: Commonalities and Differences Across Race/Ethnicity. *Journal of Adolescent Health*, 41(3), 283–293.
- Sullivan, T. N., Garthe, R. C., Goncy, E. A., Carlson, M. M., & Behrhorst, K. L. (2017). Longitudinal Relations between Beliefs Supporting Aggression, Anger Regulation, and Dating Aggression among Early Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(5), 982–994.
- Trives, J. J. R., Bravo, B. N., Postigo, J. M. L., Segura, L. R., & Watkins, E. (2016). Age and Gender Differences in Emotion Regulation Strategies: Autobiographical Memory, Rumination, Problem Solving and Distraction. *The Spanish Journal of Psychology*, 19.
- Urick, A., & Bowers, A. J. (2014). The Impact of Principal Perception on Student Academic Climate and Achievement in High School: How Does It Measure Up. *Journal of School Leadership*, 24(2), 386–414.
- Valois, R. F., Zullig, K. J., & Revels, A. A. (2017). Aggressive and Violent Behavior and Emotional Self-Efficacy: Is There a Relationship for Adolescents? *Journal of School Health*, 87(4), 269–277.
- Vandekerckhove, M., Von Scheve, C., Ismer, S., Jung, S., & Kronast, S. (2008). *Regulating Emotions: Culture, Social Necessity, and Biological Inheritance*. Wiley Online Library.
- Wigelsworth, M., Qualter, P., & Humphrey, N. (2017). Emotional Self-Efficacy, Conduct Problems, and Academic Attainment: Developmental Cascade Effects in Early Adolescence. *European Journal of Developmental Psychology*, 14(2), 172–189.
- Zych, I., Farrington, D. P., Llorent, V. J., & Ttofi, M. M. (2017). Personal Protective Factors Against Bullying: Emotional, Social, and Moral Competencies. In *Protecting Children Against Bullying and Its Consequences* (pp. 23–40). Springer.

Pengembangan Multimedia Interaktif Informasi Karier untuk Meningkatkan Kematangan Karier Siswa Sekolah Menengah Kejuruan

Liya Husna Risqiyain*, Edi Purwanta

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta,
Jl. Colombo No.1, Sleman, Yogyakarta, Indonesia 55281

*Penulis koresponden, *e-mail*: liyha.mocada@gmail.com

Artikel diterima: 10 April 2019; direvisi: 16 Juli 2019; disetujui: 22 Juli 2019

Abstract: Adolescence is a crucial phase of life where individuals need to choose a particular career. In choosing a career, many individuals experience problems. This study aims to: (1) create an interactive multimedia product containing career information to improve vocational high school students' career maturity; (2) reveal the quality of interactive multimedia containing career information in improving vocational high school students' career; and (3) understand the effectiveness of interactive multimedia containing career information in improving vocational high school students' career maturity. This research development referred to Borg & Gall's development research. In the feasibility stage, data collection was conducted by distributing multimedia feasibility test questionnaires to media experts and material experts; assessment questionnaires to students; and career maturity scale. Results indicated that the use of interactive multimedia containing career information effectively increased vocational high school students' career maturity.

Keywords: career information services; interactive multimedia; career maturity

Abstrak: Masa remaja merupakan fase kehidupan yang sangat penting dimana individu perlu menetapkan pilihannya pada suatu karier tertentu. Dalam memilih karier, banyak individu mengalami permasalahan. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) menghasilkan sebuah produk multimedia interaktif yang berisi informasi karier untuk meningkatkan kematangan karier siswa sekolah menengah kejuruan (SMK); (2) mengungkap kualitas kelayakan multimedia interaktif yang berisi informasi karier untuk meningkatkan kematangan karier siswa SMK; dan (3) mengetahui keefektifan multimedia interaktif yang berisi informasi karier untuk meningkatkan kematangan karier siswa SMK. Penelitian pengembangan ini mengacu pada langkah penelitian pengembangan Borg & Gall. Pada tahap uji kelayakan, pengumpulan data dilakukan dengan menyebar angket uji kelayakan multimedia kepada ahli media; ahli materi; dan angket penilaian untuk siswa serta skala kematangan karier. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan multimedia interaktif informasi karier efektif meningkatkan kematangan karier siswa SMK.

Kata kunci: layanan informasi karier; multimedia interaktif; kematangan karier

PENDAHULUAN

Kematangan karier merupakan bagian terpenting yang harus dimiliki oleh siswa guna menunjang keberhasilan karier masa depannya. Siswa yang memiliki kematangan karier cenderung memiliki lebih banyak informasi karier, memiliki kemandirian dan mampu mempertimbangkan segala tindakan yang akan dilakukan untuk masa depannya (Liu dkk., 2017; Themba dkk., 2012). Kematangan karier merupakan keberhasilan individu dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan karier yang khas pada tahap perkembangan tertentu (Winkel & Hastuti, 2005). Proses kematangan karier diawali dengan perkembangan rasa ingin tahu dan penggalan informasi. Hal ini akan mengarah kepada perkembangan

minat dan konsep diri individu yang dihasilkan dari kemampuan untuk merencanakan kariernya (Creed & Patton, 2003; Saraswati & Ratnaningsih, 2017). Hal yang terpenting dalam perkembangan karier adalah konsep kematangan karier (Fuhrmann, 1990). Siswa yang tidak mencapai kematangan karier dapat mengalami masalah dalam kariernya. Permasalahan tersebut antara lain siswa merasa ragu dalam membuat pilihan karier dan siswa tidak bisa membuat keputusan karier. Ciri siswa yang memiliki kematangan karier adalah: mampu meningkatkan pengetahuan diri; meningkatnya pengetahuan tentang pekerjaan; memiliki kemampuan memilih pekerjaan (Talib dkk., 2016) dan mampu meningkatkan kemampuan untuk merencanakan karier yang diharapkan (Crites, 1973). Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat diketahui bahwa kematangan karier siswa sangat penting dan perlu dimiliki oleh setiap siswa untuk menentukan arah karier masa depan.

Masa remaja merupakan proses yang menentukan untuk kehidupan di masa depan, karena perilaku dan aktivitas yang dilakukan pada masa remaja menjadi titik awal dalam mengukir kehidupan di masa mendatang (Shidiq & Raharjo, 2018). Siswa SMK berada pada tahap eksplorasi dalam perkembangan kariernya. Siswa berusaha untuk memperoleh informasi mengenai dunia kerja, juga memanfaatkan kesempatan dan sumber informasi yang potensial untuk mengeksplorasi dunia kerja berdasarkan pilihan keahlian. Eksplorasi karier merupakan keseluruhan aktivitas yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang diri dan lingkungan kariernya (Taveira & Moreno, 2003). Berdasarkan pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa masa remaja menjadi penentu untuk seorang individu dalam memutuskan karier masa depan.

Layanan informasi karier memberikan informasi kepada siswa untuk memilih apa yang ingin dipilih dalam pendidikan dan pekerjaan supaya memiliki pilihan yang jelas untuk mencapai tujuan. Pemahaman yang diperoleh melalui layanan informasi digunakan sebagai bahan acuan dalam mengembangkan cita-cita pada pengambilan keputusan karier (Hidayati, 2015; Muttaqin dkk., 2017). Kurangnya pemahaman informasi karier akan menyebabkan siswa belum siap atau belum matang dalam memutuskan karier masa depan (Kosine dkk., 2008).

Penggunaan teknologi dalam pendidikan merupakan bagian dari dunia modern (Saba, 2009). Perkembangan teknologi dikembangkan untuk mempermudah dalam memperoleh informasi. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi keberhasilan proses layanan BK adalah dengan penggunaan media (Ampa, 2015). Guru BK diharapkan mampu untuk memanfaatkan penggunaan media untuk memudahkan perluasan akses dalam memberikan layanan BK (Alhadi dkk., 2016; Falah, 2016; Triyono & Febriani, 2018). Terdapat beberapa cara yang telah dilakukan untuk meningkatkan kematangan karier dengan menggunakan media, salah satunya adalah penggunaan media komik. Hal tersebut dirasa menarik untuk diberikan kepada siswa karena sifatnya yang mudah dipahami dan lucu untuk dibaca (Cahyawulan dkk., 2014).

Cara lain yang dapat digunakan untuk meningkatkan kematangan karier adalah layanan BK berbasis kecakapan hidup (Lestari, 2017). Selain itu bisa juga dengan meningkatkan efikasi diri akademik, siswa yang memiliki efikasi diri akademik yang tinggi lebih mempunyai kepercayaan diri untuk menentukan pekerjaan di masa depan (Saraswati & Ratnaningsih, 2017). Penerapan konseling juga mampu untuk meningkatkan kematangan karier yakni dengan menerapkan konseling karier Holland dengan teknik *modeling* mampu untuk meningkatkan kematangan karier siswa (Ardana dkk., 2014).

Berdasarkan paparan di atas, kematangan karier dapat ditingkatkan dengan berbagai cara, salah satunya dengan memanfaatkan penggunaan multimedia BK. Siswa SMK sudah selayaknya memiliki kematangan karier untuk menunjang masa depan sesuai dengan keputusan kariernya. Pengembangan multimedia interaktif informasi karier bertujuan untuk mengetahui kualitas kelayakan media dan mengetahui keefektifan multimedia yang dikembangkan untuk meningkatkan kematangan karier.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah *research and development (R&D)*. Tahap penelitian pengembangan ini menggunakan adopsi dari Borg & Gall. Instrumen yang digunakan adalah: angket kuesioner ahli media; angket kuesioner ahli materi; dan angket kuesioner uji lapangan serta skala kematangan karier yang terdiri dari 32 butir pernyataan yang valid dan reliabel. Proses validasi skala menggunakan *expert judgement*.

Tahap pengembangan produk dilakukan dengan membuat kompetensi dasar yang sejalan dengan indikator yang akan dicapai serta pembuatan *flowchart* dan *storyboard* untuk memudahkan pembuatan multimedia. Pada tahap pengembangan juga disiapkan materi yang akan disajikan pada multimedia. Isi materi mengenai berbagai jenis pekerjaan yang terdiri dari: tugas pekerjaan; kemampuan yang dibutuhkan (bahasa dan teknologi); serta alat yang digunakan; kondisi lingkungan pekerjaan; kegiatan kerja; gaya kerja; nilai kerja; konteks kerja serta gaji.

Pada tahap uji kelayakan produk, langkah yang dilaksanakan adalah: penilaian ahli media dan ahli materi serta penilaian dari calon pengguna, yakni siswa. Pada tahap uji kelayakan dilakukan revisi berdasarkan saran para ahli dan saran siswa pada uji lapangan awal dan uji lapangan utama agar multimedia yang dikembangkan menjadi lebih baik dari sebelumnya. Setelah direvisi, produk sudah bisa diujikan melalui uji lapangan operasional yang dilakukan pada 32 siswa. Berdasarkan hasil uji coba produk akhir lapangan operasional, produk akhir layak untuk didesiminasikan atau disebar.

Analisis data yang digunakan adalah analisis kualitatif dan analisis kuantitatif. Hasil analisis data digunakan sebagai dasar untuk merevisi produk multimedia yang dikembangkan. Perhitungan instrumen penilaian produk menggunakan empat kriteria interpretasi yaitu: (1) nilai 76–100 kategori sangat baik; (2) nilai 51–75 kategori baik; (3) nilai 26–50 kategori cukup; (4) nilai kurang dari 26 kategori kurang baik. Untuk mengukur uji keefektifan meningkatkan kematangan karier siswa, digunakan rumus perhitungan *gain score* dengan tiga kriteria interpretasi yaitu: (1) $g \geq 0,7$ kategori tinggi; (2) $0,3 \geq g < 0,7$ kategori sedang; (3) $g < 0,3$ kategori rendah. Data yang bersifat verbal yakni berupa saran, baik dari ahli media, ahli materi maupun pendapat siswa akan dideskripsikan sebagai bahan pendukung untuk menarik kesimpulan sehingga memberikan gambaran yang jelas.

HASIL

Multimedia yang dikembangkan merupakan kombinasi dari beberapa media seperti; teks; gambar; dan video yang biasa dikenal dengan sebutan multimedia interaktif. Produk yang dihasilkan berbentuk *compact disk* yang menggunakan aplikasi Adobe Flash CS 6 dan Adobe Aftereffect CS 6. Hasil penilaian ahli media dan ahli materi masuk pada kategori yang sangat memuaskan dengan nilai 89,47 dari ahli media dan nilai 85 dari ahli materi. Kedua penilaian tersebut masuk pada kriteria nilai 76–100 yang termasuk pada kategori sangat baik. Dengan hasil tersebut dapat dimaknai bahwa layanan informasi karier berbasis multimedia interaktif layak untuk diuji cobakan kepada siswa.

Setelah mendapat penilaian dari para ahli, dilakukan uji coba lapangan melalui tiga tahapan. Hasil penilaian dari ketiga tahapan tersebut menunjukkan multimedia yang dikembangkan masuk pada kategori sangat baik dengan rincian nilai sebagai berikut: (1) lapangan awal memperoleh nilai 92,06; (2) lapangan utama memperoleh nilai 94,89 dan; (3) lapangan operasional memperoleh nilai 95,34. Hasil tersebut dapat dimaknai bahwa kualitas layanan informasi karier berbasis multimedia interaktif sangat layak digunakan untuk membantu siswa dalam memperoleh informasi karier.

Setelah mendapat penilaian dari para ahli dan siswa, keefektifan multimedia untuk meningkatkan kematangan karier siswa diuji. Subjek yang dilibatkan untuk menguji keefektifan multimedia sebanyak 32 siswa. Proses dalam menguji keefektifan ini dengan memberikan skala kematangan karier yang sudah divalidasi oleh *expert judgement*. Subjek diminta untuk mengisi skala kematangan karier terlebih dahulu sebelum menggunakan multimedia, hal ini dilakukan dalam rangka *pretest*. Setelah selesai mengisi skala, subjek kemudian diminta menggunakan multimedia yang sudah disiapkan di komputer masing-masing. Setelah subjek selesai memahami informasi karier, subjek diminta mengisi skala kematangan karier lagi dalam rangka *posttest*. Dari hasil *pretest* dan *posttest*, rata-rata kematangan karier subjek mengalami kenaikan sekitar 0,67%. Selanjutnya untuk mengetahui keefektifan penggunaan multimedia interaktif menggunakan rumus *gain score* diperoleh hasil 0,78 yang termasuk pada kategori tinggi, sehingga dapat diketahui bahwa penggunaan layanan informasi karier berbasis multimedia interaktif efektif untuk meningkatkan kematangan karier subjek. Rata-rata subjek memberi tanggapan bahwa mereka merasa senang karena multimedia ini sangat membantu untuk menambah wawasan mengenai informasi pekerjaan.

PEMBAHASAN

Peran guru BK dalam memberikan informasi karier sangat dibutuhkan oleh siswa (Adebowale, 2014), oleh sebab itu agar proses pemberian informasi karier berjalan lebih efektif, guru BK diharapkan mampu meningkatkan kompetensi dengan menggunakan media (Putranti & Safitri, 2017). Berdasarkan penilaian ahli media, ahli materi dan calon pengguna, kualitas kelayakan multimedia yang dikembangkan masuk pada kategori tinggi. Bahasa yang mudah digunakan; tampilan yang menarik; dan kemudahan dalam pengoperasian media merupakan unsur yang menjadikan media masuk pada kategori layak digunakan (Baharuddin, 2017; Ditama, 2015; Wahyuni, 2017). Perpaduan teks; video; dan audio yang menarik menjadikan nuansa layanan berbeda dan dapat membuat siswa tertarik (Chungson, 2015; Weddel, 2009).

Isi materi dan kelengkapan materi merupakan suatu hal yang sangat penting dan perlu dipertimbangan dalam pengembangan media (Setiawan, 2016). Semakin lengkap informasi yang diberikan, semakin siswa memahami dan memiliki tambahan wawasan yang bermanfaat untuk persiapan karier dalam memasuki dunia kerja yang sesuai dengan keinginan mereka (Tas'adi & Sisrazeni, 2017). Lengkapnya informasi dalam multimedia yang dikembangkan merupakan salah satu faktor yang membuat multimedia memiliki nilai kelayakan tinggi.

Faktor lain yang membuat multimedia memiliki nilai kelayakan yang tinggi adalah kemudahan penggunaannya. Multimedia yang mudah dioperasikan oleh siswa bisa menjadikan ilmu pengetahuan lebih efisien untuk disampaikan melalui stimulus multimedia (Malik & Agarwal, 2012). Media dapat menghasilkan stimulus visual yang menghasilkan hasil pemahaman yang lebih untuk tugas-tugas seperti mengingat; mengenali; serta menghubungkan fakta dan konsep (Azhar, 2017).

Hasil dari perhitungan *gain score* menunjukkan bahwa penggunaan multimedia interaktif informasi karier efektif digunakan oleh siswa SMK. Penggunaan multimedia interaktif informasi karier dinilai efektif karena mampu meningkatkan pengetahuan; keterampilan; dan peningkatan kualitas maupun hasil layanan yang diberikan (Praheto dkk., 2017; Sobarna, 2014). Adanya perubahan sikap positif yang terjadi pada siswa juga menunjukkan bahwa penggunaan multimedia memiliki pengaruh besar yang menjadikan siswa termotivasi dalam mengikuti proses layanan yang diberikan (Leow & Neo, 2014; Prasatiawan, 2017).

Faktor lain yang menyebabkan multimedia menarik adalah suasana yang bervariasi, hal ini dikarenakan selama ini layanan dilaksanakan secara manual (Sudarmanto dkk., 2006). Hal ini dapat dilihat dari respon siswa yang sangat antusias dalam proses pelaksanaan layanan menggunakan multimedia yang dikembangkan (Abidin dkk., 2013). Keefektifan multimedia interaktif informasi karier yang dikembangkan masuk dalam kategori tinggi disebabkan adanya metode yang berbeda dari metode yang biasanya digunakan dalam memberikan layanan. Guru BK yang menggunakan metode bervariasi dapat membuat siswa menjadi lebih tertarik dalam memahami layanan yang diberikan (Hidayati, 2015).

Keberhasilan layanan bimbingan karier juga dipengaruhi keterlibatan orangtua. Hal ini dikarenakan dukungan orangtua dalam bimbingan karier adalah bagian dari upaya untuk memfasilitasi pilihan karier siswa (Purwanta, 2012). Dukungan orangtua sangat penting dalam pengambilan keputusan karier karena adanya pengaruh yang kuat dari orangtua kepada anak dalam memilih dan memutuskan karier masa depan (Herin & Sawitri, 2017). Kolaborasi antara: guru BK; orangtua; dan personil sekolah akan membuat siswa mampu memperoleh informasi secara lebih luas tentang pilihan kariernya dan akan menunjang karier masa depannya.

SIMPULAN

Pengembangan multimedia interaktif informasi karier untuk meningkatkan kematangan karier siswa SMK yang dikembangkan dengan mengadopsi langkah-langkah dari Borg & Gall terbukti tepat; menarik; dan mudah untuk digunakan siswa SMK. Produk yang telah dikembangkan dapat digunakan oleh guru BK untuk meningkatkan kematangan karier siswa SMK.

DAFTAR RUJUKAN

- Abidin, M. M., Purnama, B. E., & Nugroho, G. K. (2013). Pembangunan Media Pembelajaran Teknik Komputer Jaringan Kelas X Semester Ganjil pada Sekolah Menengah Kejuruan Taruna Bangsa Pati Berbasis Multimedia Interaktif. *IJNS-Indonesian Journal on Networking and Security*, 4(3).
- Adebowale, O. (2014). Career Information Processing Strategies of Secondary School Students in Osun State (Nigeria). *Inkanyiso: Journal of Humanities and Social Sciences*, 6(1), 66–76.
- Alhadi, S., Supriyanto, A., & Dina, D. A. M. (2016). Media in Guidance and Counseling Services: A Tool and Innovation for School Counselor. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 1(1), 6–11. <https://doi.org/10.23916/schoulid.v1i1.35.6-11>
- Ampa, A. T. (2015). The Implementation of Interactive Multimedia Learning Materials in Teaching Listening Skills. *English Language Teaching*, 8(12), 56–62.
- Ardana, I. N. S., Dharsana, I. K., & Suranata, K. (2014). Penerapan Konseling Karir Holland dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kematangan Karir Siswa Kelas X TKJ 1 SMK Negeri 3 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
- Azhar, A. (2017). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Baharuddin, B. (2017). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Multimedia Interaktif Sekolah Menengah Kejuruan terhadap Efektif dan Efisiensi Pembelajaran. *JINOTEP (Jurnal Inovasi dan Teknologi Pembelajaran) Kajian dan Riset dalam Teknologi Pembelajaran*, 1(2), 115–126.
- Cahyawulan, W., Hanim, W., & Herdi, H. (2014). Pengaruh Penggunaan Media Komik dalam Layanan Informasi Karir untuk Meningkatkan Kematangan Karir: Studi Kuasi Eksperimen terhadap Peserta Didik Kelas VIII di SMP Labschool Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2), 143–149.
- Chungson, K. (2015). How to Choose A ‘Good’ Art Textbook? *Journal of Art Education*, 42, 53–75. <https://doi.org/10.35657/jae.2015.42.0.003>
- Creed, P. A., & Patton, W. (2003). Predicting Two Components of Career Maturity in School Based Adolescents. *Journal of Career Development*, 29(4), 277–290.
- Crites, J. O. (1973). *Theory and Research Handbook for The Career Maturity Inventory*. Monterey, CA: CTB/McGraw Hill.
- Ditama, V. (2015). *Pengembangan Multimedia Interaktif dengan Menggunakan Program Adobe Flash untuk Pembelajaran Kimia Materi Hidrolisis Garam SMA Kelas XI*.
- Falah, N. (2016). Peningkatan Layanan Bimbingan dan Konseling Melalui Pelatihan Pembuatan Media Bimbingan pada Konselor Sekolah di MAN Lab. UIN Yogyakarta. *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13(1), 59–85.
- Fuhrmann, B. S. (1990). *Adolescence, Adolescents*. Glenview, IL: Scott, Foresman. Little, Brown.
- Herin, M., & Sawitri, D. R. (2017). Dukungan Orang Tua dan Kematangan Karir pada Siswa SMK Program Keahlian Tata Boga. *Empati*, 6(1), 301–306.
- Hidayati, R. (2015). Layanan Informasi Karir Membantu Peserta Didik dalam Meningkatkan Pemahaman Karir. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(1).
- Kosine, N. R., Steger, M. F., & Duncan, S. (2008). Purpose-Centered Career Development: A Strengths-Based Approach to Finding Meaning and Purpose in Careers. *Professional School Counseling*, 12(2), 2156759X0801200209.
- Leow, F.-T., & Neo, M. (2014). Interactive Multimedia Learning: Innovating Classroom Education in A Malaysian University. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 13(2), 99–110.
- Lestari, I. (2017). Meningkatkan Kematangan Karir Remaja Melalui Bimbingan Karir Berbasis Life Skills. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 3(1).
- Liu, Y., Peng, K. Z., Mao, Y., & Wong, C.-S. (2017). Different Forms of Relationships between Vocational Interests and Career Maturity in Chinese Context. *Journal of Career Development*, 44(5), 425–439.
- Malik, S., & Agarwal, A. (2012). Use of Multimedia as A New Educational Technology Tool-A Study. *International Journal of Information and Education Technology*, 2(5), 468.
- Muttaqin, R., Wagimin, W., & Tadjri, I. (2017). Keefektifan Layanan Informasi Karier Berbantuan Video Interaktif dan Live Modeling untuk Meningkatkan Pemahaman Karier Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 174–179.
- Praheto, B. E., Andayani, A., Rohmadi, M., & Wardani, N. E. (2017). Peran Multimedia Interaktif dalam Pembelajaran Keterampilan Berbahasa Indonesia di PGSD. Dalam *Proceedings Education and Language International Conference* (Vol. 1).

- Prasetiawan, H. (2017). Optimalisasi Multimedia dalam Layanan Bimbingan dan Konseling. Dalam *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling* (Vol. 1, hal. 199–204).
- Purwanta, E. (2012). Faktor yang Memengaruhi Eksplorasi Karier Siswa SLTP. *Cakrawala Pendidikan*, 31(2), 228–243.
- Putranti, D., & Safitri, N. E. (2017). Peningkatan Kompetensi Guru BK/Konselor dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Karir di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Dalam *Seminar Nasional Pendidikan 2017 (SNP 2017)* (hal. 40–46). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Saba, A. (2009). *Benefits of Technology Integration in Education*.
- Saraswati, A., & Ratnaningsih, I. Z. (2017). Hubungan antara Efikasi Diri Akademik dengan Kematangan Karir pada Siswa Kelas XI SMK N 11 Semarang. *Empati*, 5(3), 430–434.
- Setiawan, A. (2016). *Pengembangan Paket Layanan Informasi Karier mengenai Profesi Berbasis Multimedia Interaktif bagi Siswa SMA*. Universitas Negeri Malang.
- Shidiq, A. F., & Raharjo, S. T. (2018). Peran Pendidikan Karakter di Masa Remaja Sebagai Pencegahan Kenakalan Remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 176–187.
- Sobarna, E. (2014). Efektifitas Penggunaan Multimedia Interaktif (Mmi) Model Tutorial Terhadap Motivasi Serta Hasil Belajar Peserta Didik Pada Materi Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam Pokok Bahasan Sistem Pernapasan Manusia. *EDUTECH*, 13(3), 386–399. <https://doi.org/10.17509/edutech.v13i3.3092>
- Sudarmanto, D., KS, Y. W., & Ekawati, Y. (2006). Multimedia Interaktif Sebuah Terobosan Pembelajaran Paket B. *Jurnal Ilmiah Visi*, 1(1), 46–56.
- Talib, J. B. A., Mohamad, Z., & Wahab, N. A. (2016). Career Self-Efficacy and Career Maturity Contributions on Career Planning Abilities among Youths. *Social Sciences (Pakistan)*, 11(22), 5482–5487. <https://doi.org/10.3923/sscience.2016.5482.5487>
- Tas'adi, R., & Sisrazeni, S. (2017). Pengembangan Modul Layanan Informasi Karier di SMK untuk Persiapan Memasuki Dunia Kerja. Dalam *PROCEEDING IAIN Batusangkar* (hal. 176–189).
- Taveira, M. D. C., & Moreno, M. L. R. (2003). Guidance Theory and Practice: The Status of Career Exploration. *British Journal of Guidance and Counselling*, 31(2), 189–208.
- Themba, M. A., Coetzee, M., & Oosthuizen, R. M. (2012). Exploring Sociodemographic Differences in Career Maturity in The South African Military. *South African Journal of Labour Relations*, 36(1), 8–30.
- Triyono, T., & Febriani, R. D. (2018). Pentingnya Pemanfaatan Teknologi Informasi oleh Guru Bimbingan dan Konseling. *JUANG: Jurnal Wahana Konseling*, 1(2), 74–83.
- Wahyuni, N. (2017). Pengembangan Media Pembelajaran Compact Disc Interactive (CD-I) Berbasis Video Scribe Menggunakan Model Pembelajaran Advance Organizer pada Mata Pelajaran TKB Kelas X Tav Di SMK Negeri 3 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Teknik Elektro*, 6(2).
- Weddel, K. S. (2009). How to Choose a Good ESL Textbook. *Northern Colorado Professional Development Center*, 1–14.
- Winkel, W. S., & Hastuti, M. M. S. (2005). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Media Abadi.

Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Harga Diri Siswa Sekolah Menengah Atas di Yogyakarta

Alif Muarifah¹, Mufied Fauziah^{1*}, Wahyu Nanda Eka Saputra¹, Augusto Da Costa²

¹Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Pramuka No. 42, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia 55161

²Department of Psychology, Faculty of Teacher Training and Education, Instituto Superior Cristal, Road Balide, Dili, East Timor, Timor Leste

*Penulis koresponden, e-mail: mufied.fauziah@bk.uad.ac.id

Artikel diterima: 22 Februari 2019; direvisi: 21 Mei 2019; disetujui: 23 Mei 2019

Abstract: Self-esteem is an important element for students to support their development optimally. However, students performed various problems related to the students' self-esteem level. For instance, students posted their activities and problems on social media. One variable affected self-esteem was students' emotional control. This study aimed to identify the effect of emotional control on students' self-esteem. This study involved 612 students as sample who were randomly selected in the Special Region of Yogyakarta. Data analysis technique in this research was regression analysis. Results indicated that there was a significant effect of emotional control on students' self-esteem. This study recommended a counseling service to increase students' self-esteem by involving emotional control variable.

Keywords: self-regulation; self-esteem; senior high school student

Abstrak: Harga diri merupakan unsur penting bagi siswa agar dapat berkembang secara optimal. Akan tetapi, siswa kerap kali mengalami masalah yang berkaitan dengan rendahnya harga diri mereka, misalnya siswa menunjukkan berbagai kegiatan dan masalahnya di media sosial. Salah satu variabel yang berpengaruh terhadap harga diri adalah regulasi emosi siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh regulasi emosi terhadap harga diri siswa. Penelitian ini melibatkan sampel sebanyak 612 siswa sekolah menengah atas (SMA) yang dipilih secara acak di Daerah Istimewa Yogyakarta. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara regulasi emosi terhadap harga diri siswa. Penelitian ini merekomendasikan sebuah program layanan konseling untuk meningkatkan harga diri siswa dengan melibatkan variabel regulasi emosi.

Kata kunci: regulasi emosi; harga diri; siswa SMA

PENDAHULUAN

Harga diri siswa menjadi variabel penting bagi siswa untuk mengoptimalkan perkembangan mereka, baik secara akademik maupun non akademik. Harga diri memiliki dua bentuk, yaitu *self-liking* dan *self-attractiveness* (Sakellaropoulou & Baldwin, 2007). Harga diri meningkat signifikan mulai dari masa remaja sampai dewasa menengah dan mencapai puncaknya sekitar usia 50 sampai 60 tahun, yang kemudian menurun signifikan pada usia tua (Orth & Robins, 2014). Di bidang akademik, penelitian menunjukkan bahwa harga diri menjadi salah satu variabel yang tidak hanya berpengaruh terhadap keterlibatan kognitif dan emosional siswa, tetapi juga berkorelasi pada perilaku siswa dalam *online learning programs* (Pellas, 2014). Penelitian lain menunjukkan bahwa harga diri secara global memiliki kemampuan prediksi terhadap konsep diri. Dengan kata lain, siswa yang memiliki kepercayaan positif terhadap diri mereka sendiri akan merasa memiliki kompetensi yang lebih tinggi di bidang akademik (Soufi dkk., 2014). Di bidang non akademik, penelitian menunjukkan bahwa harga diri dengan andal

memperkirakan tingkat peningkatan kualitas dukungan sosial (Marshall dkk., 2014). Harga diri yang tinggi secara prospektif memprediksi keberhasilan dan kesejahteraan dalam domain kehidupan manusia seperti hubungan antar individu; pekerjaan; dan kesehatan remaja (Orth & Robins, 2014).

Harga diri dimaknai sebagai penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri. Secara spesifik, penilaian seseorang terhadap dirinya ini antara lain adalah penilaian dimensi: sosial; intelektual; dan fisiknya (Leary & Baumeister, 2000). Penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri tidak jarang diungkapkan dan diketahui oleh banyak orang, sehingga hal ini akan memicu munculnya masalah. Harga diri sendiri memiliki dua komponen, yaitu *self-competence* dan *self-liking* (Tafarodi & Swann Jr, 2001). Komponen pertama, yaitu *self-competence* seringkali dimaknai sebagai orientasi positif dan negatif terhadap dirinya sebagai sumber kekuatan dan keyakinan. *Self-liking* dimaknai sebagai nilai pengalaman diri sebagai objek sosial, manusia yang baik atau buruk.

Sampai saat ini, berbagai masalah tentang harga diri masih terjadi pada siswa. Salah satu indikasinya adalah maraknya penggunaan media sosial yang terlalu berlebihan. Media sosial menjadi aktivitas rekreasi yang semakin populer selama satu dekade terakhir, dan perempuan memiliki kecanduan lebih berat terhadap media sosial daripada laki-laki (Andreassen, Pallesen, & Griffiths, 2017). Tinggi atau rendahnya harga diri menjadi salah satu prediktor remaja melakukan *self-disclosure* di media sosial seperti *Facebook* (Hollenbaugh & Ferris, 2014). Remaja yang menggunakan media sosial dengan intensitas tinggi cenderung memiliki harga diri yang rendah (Andreassen dkk., 2017; Blomfield Neira & Barber, 2014). Sebaliknya, siswa yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung lebih bijaksana dalam memanfaatkan media sosial. Siswa yang memiliki gangguan kepribadian narsistik cenderung untuk membagikan dan mempromosikan diri mereka terhadap segala aktivitasnya di media sosial dan hal tersebut berkorelasi dengan rendahnya harga diri siswa (Mehdizadeh, 2010).

Berbagai dampak negatif muncul pada siswa pemilik harga diri yang rendah dan cenderung menggunakan media sosial secara tidak wajar. Remaja yang menggunakan media sosial secara berlebihan mengalami kualitas tidur yang buruk, harga diri yang rendah serta tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi. Selain itu, penggunaan media sosial khususnya pada malam hari memprediksi kualitas tidur yang buruk setelah kesulitan mengendalikan kecemasan; depresi; dan harga diri (Woods & Scott, 2016). Berbagai hasil penelitian yang telah disebutkan, menunjukkan bahwa harga diri yang rendah adalah masalah serius bagi siswa karena berdampak pada berbagai dimensi kepribadian siswa. Jika hal ini tidak segera diatasi, tentunya akan menjadi masalah yang berdampak ke akademik maupun non akademik siswa.

Uraian di atas menunjukkan bahwa terdapat kesenjangan antara pentingnya unsur harga diri bagi perkembangan siswa dengan realita di lapangan terkait berbagai masalah rendahnya harga diri siswa. Penelitian ini berupaya mengidentifikasi pengaruh salah satu faktor harga diri siswa, yaitu regulasi emosi. Regulasi emosi sendiri dimaknai sebagai cara adaptif menanggapi emosi (terlepas dari intensitas/ reaktivitasnya), termasuk menerima respons, kemampuan untuk mengendalikan perilaku dalam menghadapi tekanan emosional dan penggunaan fungsional emosi sebagai informasi (Gratz & Roemer, 2004).

Beberapa Penelitian menyebutkan bahwa regulasi emosi dapat berpengaruh terhadap harga diri. Salah satu penelitian menyebutkan bahwa harga diri yang terancam akan berpengaruh terhadap munculnya perilaku menghindar seseorang dalam kelompok (Srisayekti & Setiady, 2015). Penelitian lain menyebutkan bahwa kejernihan suasana hati dan perbaikan emosional memiliki hubungan langsung dan tidak langsung yang signifikan (melalui harga diri) pada kepuasan hidup remaja (Gomez-Baya, Mendoza, Paino, & de Matos, 2017). Beberapa penelitian yang telah dipaparkan tersebut menjadi bukti bahwa bagaimana siswa mempersepsi kemampuan regulasi emosinya akan berdampak pada harga dirinya, yang mungkin akan berpengaruh banyak pada dimensi kepribadian siswa tersebut.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman bagi sekolah, terutama guru BK untuk mengembangkan sebuah program pengembangan harga diri siswa dengan melibatkan aspek regulasi emosi siswa. Meskipun harga diri adalah salah satu faktor yang menentukan perkembangan optimal remaja, regulasi emosi perlu diidentifikasi bagaimana pengaruhnya terhadap harga diri remaja. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai dasar bagi penelitian selanjutnya untuk mengidentifikasi lebih dalam kaitan regulasi emosi dan harga diri.

METODE

Penelitian ini merupakan *non-experimental research* dengan *correlational design* untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap harga diri siswa. Penelitian ini menggunakan instrumen skala regulasi emosi untuk mengukur tingkat kemampuan regulasi emosi siswa dan skala harga diri untuk mengukur tingkat harga diri siswa. Uji reliabilitas skala regulasi emosi dengan menggunakan *Cronbach's Alpha* didapatkan koefisien sebesar 0,707 yang termasuk dalam kategori tinggi. Kemudian uji reliabilitas skala harga diri dengan menggunakan *Cronbach's Alpha* didapatkan koefisien sebesar 0,748 yang termasuk dalam kategori tinggi. Skala regulasi emosi terdiri dari 31 butir pernyataan yang valid dan skala harga diri terdiri dari 43 butir pernyataan yang dinyatakan valid.

Populasi dalam penelitian adalah 32.135 siswa SMA di Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini melibatkan 612 siswa sebagai sampel yang diambil secara acak. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana untuk mengidentifikasi pengaruh regulasi emosi terhadap harga diri siswa. Analisis regresi dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi *SPSS 20.00*. Analisis regresi linear sederhana diawali dengan melakukan dua uji asumsi yaitu: asumsi linearitas dan normalitas.

HASIL

Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang nyata (signifikan) antara regulasi emosi terhadap harga diri. Hasil penelitian tersebut dianalisis dengan menggunakan analisis regresi dengan bantuan aplikasi *SPSS*. Sebelum melakukan uji regresi linier sederhana, dilakukan pengujian asumsi, yaitu asumsi linieritas dan normalitas. Hasil analisis dengan menggunakan *SPSS* untuk uji asumsi linieritas disajikan pada tabel 1. Berdasarkan tabel 1, didapatkan data koefisien *deviation from linearity sig.* $> 0,05$ atau $0,532 > 0,05$, sehingga dapat diinterpretasikan bahwa ada hubungan yang linier secara signifikan antara variabel independen dan dependen. Asumsi pertama dari analisis regresi linier sederhana, yaitu linieritas terpenuhi. Kemudian *output* hasil analisis dengan menggunakan *SPSS* untuk uji asumsi normalitas disajikan pada tabel 2. Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa nilai signifikansi *asympt. sig. (2-tailed)* (0,200) lebih besar dari 0,05. Maka, sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, dapat diketahui bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian asumsi persyaratan normalitas dalam model regresi telah terpenuhi. Selanjutnya, dilakukan analisis model regresi, yang hasil disajikan pada tabel 3.

Berdasarkan tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa besarnya nilai korelasi atau hubungan (R) sebesar 0,637. Nilai koefisien korelasi tersebut digunakan untuk mengetahui kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan varian dari variabel terikat yang sering disebut dengan koefisien determinasi. Koefisien determinasi dihitung dengan mengkuadratkan koefisien korelasi. Dari *output* tersebut, diperoleh koefisien determinasi (R²) sebanyak 0,406 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat sebesar 40,6%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain. Model regresi ini terbukti dapat digunakan dengan melihat hasil analisis F hitung pada tabel 4. Berdasarkan tabel 4 terlihat bahwa F hitung = 101,216 dengan tingkat signifikansi/probabilitas $0,000 < 0,05$ maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel Y. Pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dapat diketahui melalui t hitung yang disajikan pada tabel 5.

Tabel 1. Uji Asumsi Linieritas

			<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Harga Diri* Regulasi Emosi	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	27295,932	54	505,480	2,875	0,000
		<i>Linearity</i>	18208,498	1	18208,498	103,557	0,000
		<i>Deviation from Linearity</i>	9087,434	53	171,461	0,975	0,532
	<i>Within Groups</i>		17231,454	98	175,831		
	<i>Total</i>		44527,386	152			

Tabel 2. Uji Normalitas

		<i>Unstandardized Residual</i>
<i>N</i>		153
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	0,0000000
	<i>Std. Deviation</i>	13,15866916
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	0,063
	<i>Positive</i>	0,063
	<i>Negative</i>	-0,054
<i>Test Statistic</i>		0,063
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		0,200 ^{c,d}

Tabel 3. Tabel Model Summary

<i>Model</i>	<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	0,637 ^a	0,406	0,402	11,26826

Tabel 4. Tabel ANOVA

	<i>Model</i>	<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
1	<i>Regression</i>	12851,762	1	12851,762	101,216	0,000 ^a
	<i>Residual</i>	18792,111	148	126,974		
	<i>Total</i>	31643,873	149			

Tabel 5. Tabel Coefficients

<i>Model</i>		<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	<i>T</i>	<i>Sig.</i>
		<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>		
1	<i>(Constant)</i>	35,249	10,659		3,307	0,001
	Harga diri	0,477	0,047	0,637	10,061	0,000

Berdasarkan tabel 5, dapat diketahui nilai t hitung = 10,061 dengan signifikansi $0,000 < 0,05$. Analisis tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang nyata (signifikan) antara regulasi emosi dengan harga diri. Semakin baik kemampuan siswa dalam melakukan regulasi emosi, maka semakin baik pula harga diri siswa. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan siswa dalam melakukan regulasi emosi, maka semakin rendah pula harga diri yang dimiliki siswa.

PEMBAHASAN

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki pengaruh yang nyata (signifikan) pada harga diri. Temuan penelitian ini didukung oleh temuan penelitian-penelitian terdahulu yang telah dilakukan. Akan tetapi, penelitian terdahulu belum secara spesifik mengidentifikasi pengaruh regulasi emosi terhadap harga diri siswa. Salah satu penelitian menyebutkan bahwa harga diri menjadi variabel yang memediasi variabel regulasi emosi; keharmonisan keluarga; dan motivasi berprestasi dengan kecenderungan terlibat penyalahgunaan NAPZA pada remaja (Safaria, 2012). Penelitian lain menyebutkan bahwa reaksi emosional merupakan akibat dari kondisi *distress* dan rendahnya harga diri yang dimiliki oleh siswa (Blackhart, Nelson, Knowles, & Baumeister, 2009). Selain itu, hasil *structural equation modeling* menunjukkan bahwa *mood clarity* dan *emotional repair* memiliki hubungan langsung dan tidak langsung yang signifikan melalui harga diri dengan kepuasan hidup pada remaja (Gomez-Baya dkk., 2017).

Penelitian-penelitian di atas menunjukkan bahwa variabel regulasi emosi menjadi variabel penting yang menentukan tingkat harga diri siswa. Siswa perlu memiliki keterampilan dalam meregulasi emosinya, sehingga ketika siswa yang sedang mengalami situasi tertentu, mereka akan berupaya akan

meregulasi emosi yang muncul untuk tidak berbuat suatu tindakan yang melemahkan harga diri mereka. Salah satu contohnya adalah ketika siswa mengalami masalah dengan teman sebaya, jika siswa mampu meregulasi emosinya, mereka akan mengurungkan diri untuk membagikan pengalaman tersebut di media sosial dan hal tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki harga diri yang tinggi. Sebaliknya, ketika siswa tidak mampu meregulasi emosinya, siswa cenderung dengan mudah membagikan pengalamannya di media sosial dan hal tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki harga diri yang rendah.

Berdasarkan temuan penelitian ini dan didukung hasil-hasil penelitian terdahulu, regulasi emosi menjadi hal penting sebagai salah satu variabel yang menentukan tingkat harga diri siswa. Salah satu dimensi yang mendukung terhadap kemampuan siswa melakukan regulasi emosi adalah kemampuan kognitif (Schmeichel, Volokhov, & Demaree, 2008). Kemampuan kognitif yang baik akan meningkatkan kontrol emosional siswa ketika mereka dihadapkan pada situasi tertentu. Regulasi emosi merupakan pengalaman intrinsik yang menghasilkan emosi dan kemudian diinformasikan pada kemampuan kognitif sehingga memberikan pengaruh dan emosi terhadap perilaku (Vandekerckhove dkk., 2008). Emosi terjadi karena terdapat stimulus pada diri seseorang dan kemudian tercermin ke dalam perilaku. Hal tersebut seperti halnya teori yang terdapat dalam *Rational Emotive Behavior Therapy* yang menyebutkan bahwa aspek kognitif; emosi; dan perilaku merupakan tiga unsur yang memiliki hubungan yang simultan dan tidak dapat berdiri sendiri-sendiri (Corey, 2015).

Harga diri merupakan sebuah unsur dari kepribadian manusia yang dapat memicu perkembangan siswa yang optimal jika dibandingkan dengan narsistik. Beberapa pihak kesulitan untuk membedakan secara signifikan harga diri yang otentik dengan harga diri yang cenderung narsistik secara jelas. Temuan penelitian menunjukkan bahwa ketika harga diri otentik dan harga diri yang cenderung narsistik dibedakan secara empiris, harga diri sejati (*along with authentic pride*) secara positif terkait dengan hubungan sosial dan kesehatan mental yang berhasil, sedangkan harga diri narsistik (*along with hubristic pride*) secara positif terkait dengan agresi dan perilaku anti sosial lainnya (Tracy dkk., 2009). Temuan penelitian tersebut menjadi jelas, untuk membedakan harga diri yang otentik dengan harga diri narsistik, yang mana dampak dari keduanya berbeda signifikan. Harga diri yang otentik akan berdampak pada perkembangan yang konstruktif sedangkan harga diri narsistik berdampak destruktif pada perkembangan siswa. Pendapat lain menyatakan bahwa narsistik memiliki dua bentuk, yaitu *grandiose subtype* dan *a vulnerable subtype*. Perbedaan mendasar antara *grandiose* dan *vulnerable narcissists* adalah *grandiose narcissists* mengatur harga diri mereka melalui strategi yang jelas misalnya, penyegaran diri dan devaluasi orang-orang yang mengancam harga diri mereka (Morf & Rhodewalt, 2001), sedangkan *vulnerable narcissists* diyakini bahwa harga diri bergantung pada persetujuan orang lain (Cooper & Maxwell, 1995). *Vulnerable narcissism* berkorelasi positif terhadap harga diri di berbagai domain, sedangkan hubungan antara *grandiose narcissism* dan domain spesifik pada harga diri kemungkinan lebih kompleks, baik hubungan positif maupun negatif (Zeigler-Hill, Clark, & Pickard, 2008).

Harga diri merupakan salah satu unsur penting bagi perkembangan remaja yang optimal. Salah satu pentingnya harga diri bagi siswa adalah mampu meningkatkan performa akademik siswa. Penelitian menyebutkan bahwa harga diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap performa akademik siswa (Forsyth, Lawrence, Burnette, & Baumeister, 2007). Hasil penelitian lain menyebutkan bahwa harga diri memiliki korelasi yang signifikan terhadap prestasi belajar (Aryana, 2010; Pullmann & Allik, 2008). Hasil penelitian tersebut dapat dimaknai bahwa harga diri dapat menjadi prediktor tingkat prestasi akademik siswa. Semakin tinggi harga diri, maka semakin tinggi pula prestasi akademik yang dicapai siswa. Selain berpengaruh terhadap bidang akademik, harga diri juga memiliki pengaruh terhadap bidang non akademik. Harga diri yang rendah adalah prediktor terbaik untuk meningkatkan kesedihan. Selain itu, dalam sebuah penelitian ditemukan bahwa kesedihan juga mampu meramalkan penurunan harga diri (Ciarrochi, Heaven, & Davies, 2007).

Self-regulation of emotion menjadi salah satu strategi guru BK untuk membantu siswa mengembangkan harga dirinya. Aktivitas pada tahap pelatihan *self-regulation of emotion* terfokus pada nafas (tidak berfokus pada gangguan), sehingga menunjukkan perubahan, yaitu: (1) mengurangi pengalaman emosi negatif; (2) mengurangi aktivitas amigdala; dan (3) meningkatkan aktivitas di daerah otak yang terlibat dalam penyebaran *attentional* (perhatian) (Goldin & Gross, 2010). Proses regulasi emosi dapat terjadi secara disadari maupun tidak disadari, dan dapat berfungsi untuk meredakan; meningkatkan; mempertahankan; dan mengganti emosi tertentu (Tice, Baumeister, & Zhang, 2004).

SIMPULAN

Harga diri yang dimiliki siswa merupakan salah satu variabel penting untuk menentukan tingkat keberhasilan siswa baik di bidang akademik maupun non akademik. Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi adalah salah satu dimensi yang memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan maupun penurunan harga diri siswa. Intervensi yang melibatkan basis regulasi emosi perlu dilakukan oleh pihak sekolah, terutama konselor sekolah dengan merancang sebuah program layanan yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan regulasi emosi siswa guna menunjang peningkatan harga diri siswa.

DAFTAR RUJUKAN

- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The Relationship between Addictive Use of Social Media, Narcissism, and Self-Esteem: Findings From a Large National Survey. *Addictive Behaviors, 64*(Supplement C), 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Aryana, M. (2010). Relationship Between Self-Esteem and Academic Achievement amongst Pre-University Students. *Journal of Applied Sciences, 10*(20), 2474–2477.
- Blackhart, G. C., Nelson, B. C., Knowles, M. L., & Baumeister, R. F. (2009). Rejection Elicits Emotional Reactions but Neither Causes Immediate Distress nor Lowers Self-Esteem: A Meta-Analytic Review of 192 Studies on Social Exclusion. *Personality and Social Psychology Review, 13*(4), 269–309. <https://doi.org/10.1177/1088868309346065>
- Blomfield Neira, C. J., & Barber, B. L. (2014). Social Networking Site Use: Linked to Adolescents' Social Self-Concept, Self-Esteem, and Depressed Mood. *Australian Journal of Psychology, 66*(1), 56–64. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12034>
- Ciarrochi, J., Heaven, P. C., & Davies, F. (2007). The Impact of Hope, Self-Esteem, and Attributional Style on Adolescents' School Grades and Emotional Well-Being: A Longitudinal Study. *Journal of Research in Personality, 41*(6), 1161–1178.
- Cooper, J., & Maxwell, N. (1995). *Narcissistic Wounds: Clinical Perspectives*. Wiley-Blackwell.
- Corey, G. (2015). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Nelson Education.
- Forsyth, D. R., Lawrence, N. K., Burnette, J. L., & Baumeister, R. F. (2007). Attempting to Improve the Academic Performance of Struggling College Students by Bolstering Their Self-esteem: An Intervention that Backfired. *Journal of Social and Clinical Psychology, 26*(4), 447–459.
- Goldin, P. R., & Gross, J. J. (2010). Effects of Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) on Emotion Regulation in Social Anxiety Disorder. *Emotion, 10*(1), 83.
- Gomez-Baya, D., Mendoza, R., Paino, S., & de Matos, M. G. (2017). Perceived Emotional Intelligence As A Predictor of Depressive Symptoms During Mid-Adolescence: A Two-Year Longitudinal Study on Gender Differences. *Personality and Individual Differences, 104*, 303–312.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of The Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 26*(1), 41–54.
- Hollenbaugh, E. E., & Ferris, A. L. (2014). Facebook Self-Disclosure: Examining The Role of Traits, Social Cohesion, and Motives. *Computers in Human Behavior, 30*, 50–58.
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The Nature and fuNction of Self-Esteem: Sociometer Theory. Dalam *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 32, hal. 1–62). Elsevier.
- Marshall, S. L., Parker, P. D., Ciarrochi, J., & Heaven, P. C. (2014). Is Self-Esteem A Cause or Consequence of Social Support? A 4-Year Longitudinal Study. *Child Development, 85*(3), 1275–1291.
- Mehdizadeh, S. (2010). Self-Presentation 2.0: Narcissism and Self-Esteem on Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 13*(4), 357–364.
- Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (2001). Unraveling the Paradoxes of Narcissism: A Dynamic Self-Regulatory Processing Model. *Psychological Inquiry, 12*(4), 177–196.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The Development of Self-Esteem. *Current Directions in Psychological Science, 23*(5), 381–387.
- Pellas, N. (2014). The Influence of Computer Self-Efficacy, Metacognitive Self-Regulation and Self-Esteem on Student Engagement in Online Learning Programs: Evidence from The Virtual World of Second Life. *Computers in Human Behavior, 35*(Supplement C), 157–170. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.048>

- Pullmann, H., & Allik, J. (2008). Relations of Academic and General Self-Esteem to School Achievement. *Personality and Individual Differences, 45*(6), 559–564.
- Safaria, T. (2012). Kecenderungan Penyalahgunaan Napza Ditinjau Dari Tingkat Religiusitas Regulasi Emosi, Motif Berprestasi, Harga Diri, Keharmonisan Keluarga, dan Pengaruh Negatif Teman Sebaya. *HUMANITAS (Jurnal Psikologi Indonesia), 4*(1), 13–24.
- Sakellaropoulo, M., & Baldwin, M. W. (2007). The Hidden Sides of Self-Esteem: Two Dimensions of Implicit Self-Esteem and Their Relation to Narcissistic Reactions. *Journal of Experimental Social Psychology, 43*(6), 995–1001.
- Schmeichel, B. J., Volokhov, R. N., & Demaree, H. A. (2008). Working Memory Capacity and The Self-Regulation of Emotional Expression and Experience. *Journal of Personality and Social Psychology, 95*(6), 1526.
- Soufi, S., Damirchi, E. S., Sedghi, N., & Sabayan, B. (2014). Development of Structural Model for Prediction of Academic Achievement by Global Self-Esteem, Academic Self-concept, Self-regulated Learning Strategies and Autonomous Academic Motivation. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 114*(Supplement C), 26–35. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.651>
- Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). Harga-Diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi, 42*(2), 141–156.
- Tafarodi, R. W., & Swann Jr, W. B. (2001). Two-Dimensional Self-Esteem: Theory and Measurement. *Personality and Individual Differences, 31*(5), 653–673.
- Tice, D. M., Baumeister, R. F., & Zhang, L. (2004). The Role of Emotion in Self-Regulation: Differing Role of Positive and Negative Emotions. *The Regulation of Emotion, 213–226*.
- Tracy, J. L., Cheng, J. T., Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2009). Authentic and Hubristic Pride: The Affective Core of Self-Esteem and Narcissism. *Self and Identity, 8*(2–3), 196–213.
- Vandekerckhove, M., Von Scheve, C., Ismer, S., Jung, S., & Kronast, S. (2008). *Regulating Emotions: Culture, Social Necessity, and Biological Inheritance*. Wiley Online Library.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). # Sleepyteens: Social Media Use in Adolescence is Associated with Poor Sleep Quality, Anxiety, Depression and Low Self-Esteem. *Journal of Adolescence, 51*, 41–49.
- Zeigler-Hill, V., Clark, C. B., & Pickard, J. D. (2008). Narcissistic Subtypes and Contingent Self-Esteem: Do All Narcissists Base Their Self-Esteem on the Same Domains? *Journal of Personality, 76*(4), 753–774.

Peran Bimbingan dan Konseling dalam Penguatan Pendidikan Karakter di Sekolah Menengah Kejuruan

Muslihati Muslihati*

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang

Jl. Semarang No. 5, Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65145

*Penulis koresponden, e-mail: muslihati.fip@um.ac.id

Artikel diterima: 23 Maret 2019; direvisi: 21 Juni 2019; disetujui: 25 Juni 2019

Abstract: This research aims at describing the roles of guidance and counseling in strengthening character education of the students of Mitra Industri MM2100 Vocational High School, Cikarang, Bekasi, West Java. It used qualitative approach with case study design, in which the data was collected through interview and observation. The main informants were: coordinator of Mitra Industri Cikarang Foundation; principal; assistant principal of academic affairs and curriculum; dean of students; school counselor; homeroom teacher; and students of Mitra Industri MM2100 Vocational High School. The data was analyzed by category and reduction in accordance with the focus of the research. The results of the research show that guidance and counseling has important roles in strengthening the character education. guidance and counseling has active roles in the selection process; preventing deviant behaviors; and eradication of deviant behaviors in students. These roles are conducted collaboratively with the dean of students; homeroom teacher; parents; and students. The success of character education program in Vocational High School is determined by the establishment of the “golden triangle of communication” which is the common awareness and commitment between: school; parents; and students. In addition, daily and weekly evaluation and supervision allows the school, particularly guidance and counseling teacher to identify, anticipate and respond to the indication of behavior and character issues of the students in an appropriate manner. From the results of the research, the board of Vocational High School is recommended to develop a character education system collaboratively with school counselor; dean of students; parents; and students.

Keywords: the role of guidance and counseling; collaboration; commitment; character education in vocational school

Abstrak: Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan peran bimbingan dan konseling (BK) dalam penguatan pendidikan karakter siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Mitra Industri MM2100, Cikarang, Bekasi, Jawa Barat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, dimana data dikumpulkan dengan teknik wawancara dan observasi. Informan utama adalah: pengurus Yayasan Mitra Industri Cikarang; kepala sekolah; wakil kepala sekolah bidang kurikulum; wakil kepala sekolah bidang kesiswaan; guru BK; guru wali kelas; dan siswa SMK Mitra Industri MM2100. Data dianalisis dengan kategorisasi dan reduksi data sesuai dengan fokus penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa BK memiliki peran penting dalam penguatan pendidikan karakter. BK berperan aktif dalam proses seleksi; pencegahan perilaku menyimpang; dan pengentasan penyimpangan perilaku siswa. Peran tersebut dilaksanakan secara kolaboratif dengan kesiswaan; guru wali kelas; orangtua; dan siswa. Keberhasilan program pendidikan karakter di SMK dikarenakan terbangunnya “segitiga emas komunikasi” yaitu kesadaran dan komitmen bersama antara: sekolah; orangtua dan siswa. Di samping itu, pola evaluasi dan supervisi harian serta mingguan membuat sekolah, khususnya guru BK dapat mengidentifikasi, mengantisipasi dan merespon indikasi masalah perilaku dan karakter siswa secara cepat. Dari hasil penelitian, para pimpinan SMK disarankan agar mengembangkan sistem pendidikan karakter secara kolaboratif antara guru BK; kesiswaan; orangtua dan siswa.

Kata kunci: peran BK; kolaborasi; komitmen; penguatan pendidikan karakter

PENDAHULUAN

Pendidikan karakter merupakan agenda pendidikan nasional yang diwujudkan dalam program penguatan pendidikan karakter (Kemdikbud, 2017). Dalam konteks revolusi industri 4.0, kebijakan pendidikan karakter sangat relevan karena karakter menjadi penentu keberhasilan individu dalam menghadapi tantangan hidup (Lickona, 2009). Sementara itu, dalam konteks dunia kerja, karakter menjadi salah satu prasyarat diterimanya pencari kerja dalam proses rekrutmen tenaga kerja di samping kompetensi (Budiman, 2019). Karena itu, maka gerakan penguatan pendidikan karakter perlu digalakkan semua pihak, terutama SMK yang merupakan ujung tombak penyiapan tenaga kerja terampil usia muda andalan Indonesia. SMK perlu memacu kualitas pelaksanaan pendidikan karakter demi menyadari bahwa karakter unggul merupakan modal kesuksesan personal; karier; dan sosial.

Sebagai bagian penting dalam sistem satuan pendidikan, BK perlu mengambil peran dalam pendidikan karakter bersama semua personil pendidikan di sekolah. Guru BK melalui layanan BK perlu mengarahkan orientasi layanan pada pembentukan karakter positif siswa. Intensitas peran BK dalam pendidikan karakter sangat diperlukan karena pada hakikatnya layanan BK berorientasi pada pengembangan karakter positif siswa sehingga mencapai kemaslahatan siswa. Penguatan pendidikan karakter di SMK bersifat urgen dan segera, hal tersebut disebabkan munculnya berbagai kasus perilaku amoral dan asusila sejumlah pelajar SMK. Berbagai kasus problematika perilaku siswa SMK tersebut tentu bersifat kontra produktif dengan tuntutan dunia kerja dan dunia industri yang hanya memberi kesempatan kerja pada pribadi yang berkarakter unggul dan siap kerja. Karena itu, maka upaya pendidikan karakter yang bersifat pencegahan atau preventif dan perbaikan atau kuratif sangatlah diperlukan.

Kajian mengenai peran BK dalam meningkatkan berbagai aspek akademik dan non akademik siswa telah banyak dilakukan (Bolu-Steve & Oredugba, 2017; Epstein & Van Voorhis, 2010; Holland, 2015; Kimotho, Njoka, & Gitumu, 2011; Mau, Li, & Hoetmer, 2016; Nduta & Gichuho, 2015; Onyango, Aloka, & Raburu, 2018; Petra & Jasna, 2017; Ruff, 2011; Salgong, Ngumi, & Chege, 2016). Implementasi pendidikan karakter siswa SMK memerlukan pendekatan dan strategi yang tepat sesuai dengan karakter belajar masyarakat Indonesia. Salah satu pendekatan yang perlu diterapkan adalah pendekatan praktik baik dari sebuah satuan pendidikan SMK yang telah sukses menerapkan pengembangan karakter siswa. Praktik baik berupa kisah sukses tersebut akan mampu menjadi inspirasi bagi SMK lain di seluruh Indonesia. Pendekatan praktik baik pelaksanaan pendidikan karakter di beberapa SMK di berbagai daerah yang telah berhasil menerapkan pendidikan karakter melalui proses pendidikan dan pembelajarannya dipandang paling sesuai mengingat deskripsi dan visualisasi praktik baik pendidikan karakter akan memudahkan semua SMK untuk mempelajari, mengimitasi dan menerapkan sesuai konteks sekolah masing-masing. Konsep praktik baik diharapkan mempercepat implementasi pendidikan karakter secara *massive* di berbagai daerah di Indonesia.

Secara teoretik, BK memiliki peran strategis dalam penguatan pendidikan karakter di sekolah. Peran tersebut dapat diwujudkan melalui makna hakikat layanan dan realisasi program dan layanan BK. Hakikat layanan BK adalah suatu proses bantuan yang diberikan kepada individu siswa secara sistematis dan berkelanjutan oleh seorang ahli yang telah mendapatkan pelatihan khusus, agar individu yang dibantu dapat memahami diri dan lingkungannya, mengarahkan diri, menyesuaikan diri dan mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal, sesuai dengan nilai-nilai yang dianut, untuk mewujudkan kesejahteraan diri dan masyarakat (Bruce & Stone, 1981; Gysbers & Henderson, 1997; Romlah, 2013). Berdasarkan definisi tersebut, dapat diketahui bahwa tujuan bimbingan yaitu agar siswa mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu mengarahkan diri, menyesuaikan diri serta mengembangkan potensi yang dimiliki, mampu merencanakan masa depan hingga mencapai kemaslahatan dan kesejahteraan hidup.

BK memiliki fungsi: preventif; pengembangan; dan pengentasan atau kuratif. Tiga fungsi tersebut terwujud dalam struktur program dan kegiatan BK. Saat ini terjadi perubahan paradigma pendekatan BK dari pendekatan yang berorientasi tradisional, remediatif, klinis, dan terpusat pada konselor, beralih ke pendekatan yang berorientasi perkembangan dan pencegahan. Perubahan paradigma ini berimplikasi langsung pada pelaksanaan program BK. Dalam latar pendidikan formal di sekolah, implementasi BK bertujuan memfasilitasi perkembangan potensi konseli, meliputi aspek: pribadi; sosial; belajar; dan karier. Untuk itu, layanan BK dikembangkan sesuai fitrah manusia sebagai makhluk yang berdimensi biologis; psikis; sosial; dan spiritual (ABKIN, 2007). Hakikat dan fungsi layanan BK diwujudkan dalam

program yang dikembangkan sesuai kebutuhan siswa dalam empat komponen program pelayanan, yaitu: pelayanan dasar; pelayanan responsif; perencanaan individual dan dukungan sistem. Pelayanan BK dapat diberikan melalui pendekatan individual dan pendekatan kelompok. Pendekatan kelompok meliputi: konseling kelompok; bimbingan kelompok; dan bimbingan klasikal. Pendekatan individual berupa konseling individual dan konsultasi. Kegiatan konseling cenderung bersifat kuratif dan menjadi bagian dari komponen layanan responsif sedangkan bimbingan kelompok dan bimbingan klasikal lebih bersifat pencegahan dan pengembangan serta merupakan bagian layanan *preventive* dan *development*.

Layanan BK pada prinsipnya dilaksanakan secara kolaboratif bersama dengan komponen sekolah yang lain. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan dan memahami peran BK dalam penguatan pendidikan karakter di SMK Mitra Industri MM2100 Cikarang, Bekasi, Jawa Barat. Latar penelitian merupakan sekolah kejuruan berbasis industri yang didirikan pada tahun 2012 dan dipandang berhasil membentuk karakter siswa dengan lima nilai utama yaitu: jujur; tanggung jawab; disiplin; kerjasama; dan peduli. Dengan keunggulan tersebut, seratus persen siswa SMK ini diterima bekerja di dunia industri sebelum menyelesaikan studinya.

METODE

Untuk mencapai tujuan penelitian yaitu mendeskripsikan dan memahami peran BK dalam penguatan pendidikan karakter di SMK Mitra Industri MM2100 Cikarang Bekasi Jawa Barat, maka dipilihlah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Pemilihan tersebut dimaksudkan agar pengumpulan dan pengkajian data kata-kata serta gambaran peran BK dalam proses pendidikan karakter di latar penelitian dapat dilakukan dengan baik melalui kajian mendalam (Bogdan & Biklen, 1989).

Latar penelitian adalah SMK Mitra Industri MM2100 yang dikelola Yayasan Mitra Industri Mandiri sejak 19 Februari 2011. SMK ini berada di kawasan industri Cikarang, Jl. Kalimantan Blok DD1-1 Kawasan Industri MM2100 Kabupaten Bekasi Jawa Barat dan berada diatas lahan seluas 9 Ha. Dengan visi menjadi pusat pendidikan dan pengembangan yang mencetak siswa sesuai dengan kebutuhan industri dan berjiwa wirausaha, sekolah ini menanamkan lima nilai utama sekolah yaitu: jujur; tanggung jawab; disiplin; kerjasama; dan peduli yang dipandang selaras dengan kebutuhan dunia industri; dunia kerja; dan dunia usaha.

Data yang dikumpulkan berupa paparan dan penjelasan tentang konsep dan proses penguatan pendidikan karakter serta peran BK di dalamnya. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara mendalam dan observasi non partisipatori. Peneliti hadir ke lokasi acara untuk melakukan wawancara dan mengamati sejumlah kegiatan penguatan pendidikan di SMK Mitra Industri MM2100. Informan utama yang diwawancarai yaitu: pengurus Yayasan Mitra Industri Cikarang; kepala sekolah; wakil kepala sekolah bidang kurikulum; wakil kepala sekolah bidang kesiswaan; guru BK; guru wali kelas dan siswa SMK Mitra Industri MM2100. Reduksi dan analisis data dilakukan dengan kategorisasi sesuai tujuan atau fokus penelitian Bogdan (Bogdan & Biklen, 1989; Spradley, 2016).

HASIL

Pendidikan karakter di SMK Mitra Industri MM2100 dibangun secara komprehensif melalui: penataan kurikulum; pengembangan program sekolah; serta penegakan kedisiplinan yang konsisten dan tegas. Program tersebut dilaksanakan secara berkesinambungan dan kolaboratif sejak masa orientasi siswa baru; selama proses pembelajaran; dan kegiatan di luar sekolah. Pihak sekolah secara umum bertanggung jawab terhadap pelaksanaan pendidikan karakter di sekolah, sedangkan orangtua menjadi penanggung jawab di luar sekolah. Pihak sekolah yang terlibat aktif adalah: kepala sekolah; wakil kepala sekolah bidang kesiswaan; wali kelas dan guru BK. Semua peran dan aktivitas layanan BK yang diberikan dan dilaksanakan oleh guru BK merupakan cerminan dari peran BK.

Kepala sekolah menjadi pengarah dan penanggung jawab semua kegiatan pendidikan dan pembelajaran di sekolah ini. Sekolah memberikan kewenangan kepada tim bidang kesiswaan yaitu: wakil kepala sekolah bidang kesiswaan dibantu kepala bidang kedisiplinan; guru wali kelas; dan guru BK sebagai pelaksana utama penguatan pendidikan karakter. Semua elemen penting ini memberikan

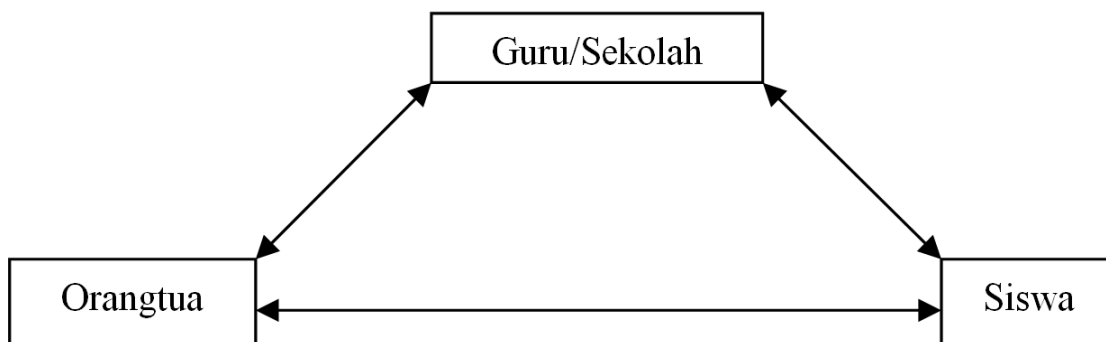
penguatan pendidikan karakter, mendampingi dan memantau aktivitas siswa, baik di dalam sekolah maupun di luar sekolah. Sementara itu, orangtua dan wali siswa menjadi pendamping dan model perilaku berkarakter bagi siswa di luar sekolah.

SMK Mitra Industri MM2100 memiliki keunikan pola pendidikan karakter berupa pola komunikasi sekolah, siswa dan orangtua yang disebut dengan segitiga emas komunikasi. Pola ini dibangun dengan cara melibatkan siswa baru dalam penyusunan komitmen karakter yang dikembangkan dari lima nilai dasar pada masa pendidikan dan latihan siswa baru. Komitmen karakter meliputi komitmen karakter siswa ideal; guru ideal; dan orangtua ideal. Komitmen karakter diikrarkan siswa di hadapan orangtua siswa. Poin-poin tersebut juga diikrarkan guru dan orangtua di hadapan siswa. Dalam implementasinya, pimpinan sekolah dan orangtua saling bekerjasama dalam memantau implementasi komitmen karakter siswa secara berkala melalui pola komunikasi segitiga emas yang digambarkan pada gambar 1.

Realisasi komitmen siswa dikelola melalui penerapan poin. Setiap siswa baru memperoleh seratus poin sebagai jaminan dan diharapkan tidak berkurang. Sekolah menetapkan ketentuan jenis-jenis pelanggaran berikut konsekuensi pengurangan poin untuk setiap jenis pelanggaran. Salah satu aturan yang perlu diperhatikan oleh siswa adalah apabila terjadi pelanggaran yang mengakibatkan pengurangan hingga dua puluh lima poin, maka siswa akan menerima surat peringatan awal dari sekolah. Siswa yang menerima surat peringatan akan menerima sanksi berupa tidak diperkenankan mengikuti praktik di perusahaan besar. Sanksi ini sering kali menyebabkan permasalahan pada kondisi psikologis siswa.

Secara rinci, pendidikan karakter dalam kegiatan sekolah dilaksanakan pada hari Senin hingga Jumat, selama pelaksanaan pendidikan dan pembelajaran dari pukul 06.45 hingga 16.00 WIB. Selama masa belajar di sekolah, siswa mengikuti kegiatan pembelajaran dan kegiatan sekolah yang bertujuan membentuk karakter positif. Siswa wajib mengikuti apel pagi mulai pukul 06.45 hingga 07.30 WIB. Dari pengamatan, diperoleh data bahwa siswa dilatih untuk sigap, siap dan memiliki stamina yang baik. Menjelang jam apel, petugas kedisiplinan memantau ketepatan waktu hadir siswa. Siswa yang terlambat akan dikenai konsekuensi memakai rompi oranye dan berdiri pada barisan tersendiri. Dalam kegiatan harian, wali kelas banyak berperan secara langsung. Wali kelas bertugas melakukan pemantapan pemahaman dan sikap siswa terhadap kebiasaan berperilaku disiplin, sekaligus menjadi pendamping dan pengawas pelaksanaan pendidikan karakter di kelas, di sekolah dan di luar sekolah. Setiap hari diawal kegiatan pembelajaran, wali kelas melakukan pembinaan karakter selama empat puluh menit. Pembinaan karakter tersebut meliputi: verifikasi ketidakhadiran dan mengidentifikasi info tentang kebutuhan siswa, khususnya mengenai masalah mengenai pembelajaran. Selanjutnya, wali kelas selalu berkomunikasi dengan bidang kedisiplinan dan orangtua siswa untuk memantau perkembangan karakter siswa. Wali kelas juga selalu berkoordinasi dan berkolaborasi dengan guru BK dalam mendampingi serta membimbing siswa yang bermasalah.

Tugas guru BK dalam pelaksanaan pendidikan karakter di SMK Mitra Industri MM2100 terfokus pada penerimaan siswa baru; pemberian layanan BK pada siswa yang bermasalah; dan penyiapan lulusan. Dalam seleksi siswa baru, guru BK menjadi tim seleksi siswa baru dan tim sosialisasi aturan sekolah pada calon siswa baru dan orangtua siswa baru. Dalam proses seleksi siswa baru, guru BK bertugas mewawancarai setiap pendaftar secara intensif. Pada tahap ini, guru BK bersama tim Yayasan Mitra Industri mengidentifikasi minat dan motivasi setiap pendaftar sekaligus mengidentifikasi potensi calon siswa untuk selanjutnya membantu siswa dalam menentukan pilihan bidang keahlian secara tepat sesuai potensinya. Guru BK mendalami motivasi dan alasan siswa memilih SMK ini, apakah karena



Gambar 1. Segitiga Emas Komunikasi SMK Mitra Industri MM2100

minat orangtua ataukah minat pribadi siswa. Hanya pendaftar dengan motivasi intrinsik kuat yang akan diterima. Teknik wawancara merupakan teknik utama dalam seleksi siswa baru di SMK Mitra Industri MM2100 karena dipandang sebagai teknik yang paling tepat dan akurat untuk mendalami motivasi serta minat karier setiap calon siswa. Kepala SMK Mitra Industri MM2100 menyatakan bahwa teknik ini terbukti efektif dalam menyeleksi pendaftar yang memiliki motivasi intrinsik kuat; minat karier yang terarah; dan mengidentifikasi kecenderungan kebiasaan positif.

Dalam pendampingan karakter siswa, guru BK bermitra dengan wali kelas. Guru BK harus selalu siap menerima alih tangan atau referal dari wali kelas setiap hari. Sesuai prosedur kerja, wali kelas harus menindaklanjuti masalah siswa yang ditemukan. Wali kelas akan merekam data permasalahan siswa dan mengkomunikasikannya dengan guru BK. Guru BK menindaklanjutinya dengan layanan konseling individual; konseling kelompok; bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok. Guru BK memang tidak memiliki jadwal khusus untuk masuk kelas secara rutin, namun diperkenankan meminta jam untuk melaksanakan layanan bimbingan di sebuah kelas secara kolaboratif dengan wali kelas. Dengan pola ini, jumlah kunjungan siswa ke ruang BK untuk memperoleh layanan konseling juga cukup tinggi.

Guru BK juga berkolaborasi dengan seluruh tim sekolah dalam melakukan evaluasi melalui rapat mingguan. Jika ditemukan pelanggaran oleh siswa, guru BK bersama wali kelas dan bidang kedisiplinan bertugas melakukan pendalaman kasus dengan mewawancarai siswa untuk menetapkan berita acara pelanggaran. Dalam konteks sekolah ini, ditetapkan bahwa BK tidak boleh membela siswa namun wajib mengikuti aturan tata tertib. Ketika siswa melakukan pelanggaran, aturan tetap harus ditegakkan. Siswa harus menerima hukuman atas perbuatannya.

Peran guru BK yang tidak kalah pentingnya adalah pemberian layanan konseling bagi siswa yang mengalami masalah karena melakukan pelanggaran. Siswa yang dikenai sanksi pengurangan poin karena pelanggaran biasanya akan mengalami kecemasan dan stress. Hal itu dikarenakan pengurangan poin akan berakibat pada penundaan promosi di perusahaan tertentu, juga dapat mengurangi kesempatan berkariir di perusahaan atau instansi. Dalam pemberian layanan bagi siswa yang dikenai sanksi, guru BK bertugas mendampingi dan memberikan pemahaman agar siswa menyadari konsekuensi perilakunya. Dengan demikian, diharapkan siswa dapat lebih menerima kenyataan berupa hukuman secara sportif. Setelah proses konseling, guru BK dan wali kelas akan selalu berkoordinasi secara rutin seminggu sekali untuk memantau perkembangan psikologis dan perilaku siswa agar tetap optimis, semangat dan berusaha untuk bangkit menjadi lebih baik. Secara umum, guru BK melaporkan kinerjanya dalam kegiatan evaluasi dan koordinasi mingguan yang dihadiri pimpinan sekolah dan wali kelas.

PEMBAHASAN

Dalam paparan data, digambarkan bahwa guru BK di SMK Mitra Industri MM2100 berperan memberikan layanan BK dan melakukan pendampingan pada siswa secara kolaboratif dengan guru wali kelas dan bidang kesiswaan. Jika dikaji berdasarkan pandangan Bruce & Stone (1981); Gysbers & Henderson (2001); dan Gysbers & Henderson (1997) maka semua peran yang ditunaikan oleh guru BK SMK Mitra Industri MM2100 berorientasi memenuhi fungsi preventif atau pencegahan perilaku negatif, fungsi *developmental* atau pengembangan karakter positif siswa dan fungsi kuratif atau pengentasan masalah. Fungsi pencegahan dan pengembangan diterapkan melalui penanaman nilai-nilai pada siswa yang diorientasikan dapat mencegah munculnya perilaku negatif.

Peran guru BK dalam penguatan pendidikan karakter di sekolah menjadi lebih intensif karena guru BK bekerja secara kolaboratif dengan semua komponen sekolah, khususnya wali kelas. Dukungan sekolah berperan signifikan karena kinerja kolaboratif sangat menentukan keberhasilan program BK. Kinerja kolaboratif memang disarankan agar layanan BK komprehensif terlaksana dengan baik, efektif, dan mendukung tercapainya pembentukan karakter dan perilaku positif siswa (Gysbers & Henderson, 2001).

Selaras dengan hasil penelitian ini, sebuah penelitian di Kenya menunjukkan bahwa eksistensi BK memiliki pengaruh signifikan dalam mengembangkan perilaku disiplin dan perilaku positif siswa sekolah menengah (Onyango dkk., 2018). Sedemikian pentingnya peran BK di sekolah sehingga lemahnya peran BK akan membuat upaya pengembangan perilaku positif dan disiplin siswa tidak terlaksana dengan baik (Salgong dkk., 2016). Dengan kata lain, eksistensi BK sangat penting artinya dalam upaya mencegah perilaku negatif siswa. Sementara itu, penelitian lain menyebutkan bahwa peningkatan perilaku disiplin

di suatu lembaga pendidikan akan mengalami kendala ketika peran BK kurang maksimal dan upaya kolaborasi BK dengan pengelola pendidikan lainnya tidak terjalin dengan baik (Nduta & Gichuho, 2014). Jika ditelaah melalui perspektif hasil penelitian Salgong dkk. (2016), maka SMK Mitra Industri MM2100 dapat dipandang telah melakukan upaya yang tepat dengan memposisikan BK sesuai peran melalui kinerja kolaboratif.

Guru BK memiliki peran signifikan dalam mengembangkan perilaku positif siswa melalui upaya bimbingan dan pemberian harapan positif (Mau dkk., 2016). Penempatan posisi dan peran guru BK sebagai pemberi harapan juga tampak dalam sistem pendidikan karakter di SMK Mitra Industri MM2100, di mana guru BK melalui intervensi konseling mendampingi proses penegakan disiplin pada siswa yang harus menerima konsekuensi ketika melakukan pelanggaran.

Masih terkait dengan peran BK dalam sistem pendidikan, Bolu-Steve & Oredugba (2017) menyebutkan bahwa BK memiliki peran penting dalam mencapai keberhasilan akademik dan kemampuan psikososial. Jika ditelaah melalui pendapat ini, maka tim BK SMK Mitra Industri MM2100 telah berupaya menjalankan perannya dalam mendukung siswa mencapai keberhasilan akademik khususnya dalam mempersiapkan diri memasuki dunia kerja.

Sebuah hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kebutuhan akan layanan BK dalam mengembangkan karakter positif di siswa sekolah menengah di Kenya (Kimotho dkk., 2011). Di sisi lain, layanan BK akan mendapatkan penerimaan yang baik oleh siswa apabila guru BK mampu menciptakan kepercayaan siswa terhadap konselor (Holland, 2015). Temuan penelitian Kimotho dkk. (2011) membuktikan bahwa layanan BK memiliki peran penting dalam mencapai tujuan pendidikan karakter, sedangkan penelitian Holland (2015) mengindikasikan bahwa dalam menjalankan perannya, guru BK perlu membentuk dan menjaga kepercayaan siswa. Hasil kajian di SMK Mitra Industri MM2100 ini menunjukkan tren serupa, di mana BK memiliki peran penting dalam pembentukan karakter positif siswa sekaligus mampu meraih kepercayaan siswa sehingga siswa selalu memadati layanan konseling yang disediakan guru BK SMK MM2100.

Membimbing dan mendampingi siswa dalam penguatan karakter bukan saja tanggung jawab peran layanan BK, melainkan tanggung jawab yang harus diemban secara kolaboratif. Hal ini menegaskan bahwa upaya BK harus dikembangkan dengan melibatkan peran seluruh komponen sekolah, termasuk: kepala sekolah; guru; dan orangtua (Gysbers & Henderson, 2014). Pengelolaan bersama secara intensif menjadi salah satu isu penting yang perlu diperhatikan oleh pengembang dan pelaksana program BK di sekolah. Jika merujuk pada pandangan Gysbers & Henderson, dapat dipahami bahwa SMK Mitra Industri MM2100 telah menerapkan pola kerja tersebut, dan irama kerja sedemikianlah yang membuat SMK ini dipandang berhasil membentuk karakter positif.

Kinerja kolaboratif sangat diperlukan dalam menyukseskan program BK (Epstein & Van Voorhis, 2010). Sesuai dengan komitmen SMK Mitra Industri MM2100 dalam mengembangkan segitiga emas komunikasi dimana guru BK terlibat aktif dalam penguatan pendidikan karakter melalui kolaborasi bersama guru dan orangtua seolah menjadi jawaban dari temuan penelitian Gregorcic-Mrvar & Mazgon (2017) yang mengkaji sejumlah problematika guru BK di Slovenia dalam membangun kolaborasi dengan orangtua dan berbagai komunitas. Dengan dukungan dari sekolah, guru BK SMK Mitra Industri MM2100 mampu mengembangkan jalinan kolaborasi dengan orangtua dan lembaga mitra guna mengembangkan karakter positif. Kinerja kolaborasi inilah yang menjadi salah satu kunci keberhasilan sekolah dalam menguatkan lima karakter utama siswa.

Guru BK harus bekerja secara akuntabel agar proses dan hasil layanannya dapat diketahui oleh berbagai pihak terkait (Ruff, 2011). Kinerja guru BK di latar penelitian jika diulas melalui pendapat Ruff (2011) merupakan wujud realisasi peran BK yang akuntabel dalam mengembangkan aspek psikososial siswa. Perspektif tersebut tidaklah berlebihan mengingat guru BK di SMK Mitra Industri MM2100 berperan mendampingi siswa melalui layanan BK agar mereka mampu menentukan rencana kariernya dan memberikan penguatan psikologis ketika siswa menjalani konsekuensi perilakunya.

Peran BK dalam penguatan pendidikan karakter di SMK Mitra Industri MM2100 tidak lepas dari kebijakan manajemen sekolah. Hal ini dikarenakan dukungan iklim organisasi menjadi salah satu penentu kinerja BK yang baik. Dukungan iklim organisasi yang baik sangat mendukung kinerja BK mengingat guru BK memerlukan dukungan agar mereka merasa yakin atau memiliki *self-efficacy* yang baik dalam bekerja dan melayani kebutuhan siswa (Haron, Jaafar, & Baba, 2010). Dukungan iklim organisasi menjadi salah satu penentu kinerja BK yang baik. Jika ditelaah dari pendapat Wangid (2010),

maka pola pendidikan karakter yang diterapkan di SMK Mitra Industri MM2100 dapat dikategorikan sebagai model pendidikan karakter gabungan. Dalam model ini, dilakukan penggabungan antara model pendidikan karakter terintegrasi dengan bidang studi dan model pendidikan karakter di luar rumah.

Di antara wujud kinerja BK SMK Mitra Industri MM2100 yang dipandang berhasil, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu dicermati bersama. Salah satunya adalah tidak adanya program BK yang diterapkan secara reguler sesuai kerangka kerja BK komprehensif. Indikator yang paling nyata adalah tidak adanya jadwal BK masuk kelas secara reguler. Karena kebijakan sekolah tersebut, maka guru BK cenderung mengembangkan rencana layanan yang bersifat pendampingan masalah, lalu guru BK mengembangkan kegiatan bimbingan dan melakukan konseling jika diperlukan. Jika dipandang dengan perspektif kebijakan pemerintah dan kajian BK menurut Gysbers & Henderson (2001), kebijakan SMK Mitra Industri MM2100 masih belum menerapkan BK yang ideal. Seharusnya SMK Mitra Industri MM2100 menindaklanjuti semua kebutuhan dan permasalahan siswa dengan menerapkan BK komprehensif. Setiap guru BK perlu mengembangkan program BK komprehensif yang memiliki empat komponen layanan yaitu: komponen layanan dasar atau kurikulum bimbingan; layanan responsif; layanan perencanaan individual; dan dukungan sistem (Gysbers & Henderson, 2001). Empat komponen tersebut akan menjadikan layanan BK lebih efektif dan terarah sesuai kebutuhan siswa.

SIMPULAN

Guru BK di SMK Mitra Industri MM2100 mampu menunjukkan peran aktif BK dalam penguatan pendidikan karakter di sekolah melalui kinerja pemetaan minat karier dan pendampingan siswa yang memerlukan layanan BK berdasarkan rekomendasi dan pelimpahan dari wali kelas. Layanan bimbingan dilakukan melalui bimbingan klasikal; bimbingan kelompok; dan konseling bagi siswa yang menjalani sanksi akibat pelanggaran. Guru BK juga berkolaborasi dengan wali kelas, kesiswaan dan orangtua. Untuk meningkatkan peran BK yang lebih banyak pada layanan responsif, SMK Mitra Industri MM2100 disarankan untuk meningkatkan kualitas dan peran layanan BK melalui pengembangan dan implementasi program BK komprehensif. Kualitas layanan dapat ditingkatkan melalui penjadwalan layanan bimbingan klasikal dan kelompok secara reguler. Program dan implementasi program sedemikian untuk memenuhi kebutuhan dan merespon permasalahan siswa melalui program dan layanan sistematis dan reguler sesuai struktur BK komprehensif tanpa meninggalkan kekhasan program pendidikan SMK Mitra Industri MM2100.

DAFTAR RUJUKAN

- ABKIN. (2007). *Rambu-Rambu Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Bandung: ABKIN.
- Bogdan, R. C., & Biklen, S. K. (1989). *Qualitative Research for Education, An Introduction to Theory and Methods*. Boston: Allyn and Bacon, Inc.
- Bolu-Steve, F., & Oredugba, O. O. (2017). Influence of Counselling Services on Perceived Academic Performance of Secondary School Students in Lagos State. *International Journal of Instruction*, 10(2), 211–228.
- Bruce, S., & Stone, S. C. (1981). *Fundamentals of Guidance*. Boston: Houghton Mifflin.
- Budiman, A. (2019). *Masukan Pedoman PPK Direktorat PSMK*. Jakarta: Kemdikbud.
- Epstein, J., & Van Voorhis, F. (2010). School Counselors' Roles in Developing Partnerships with Families and Communities for Student Success. *Professional School Counseling*, 14(1), 1–14. <https://doi.org/10.5330/prsc.14.1.m6070358408g9227>
- Gregorcic-Mrvar, P., & Mazgon, J. (2017). The Role of The School Counsellor in School-Community Collaboration: The Case of Slovenia. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 5(1), 19–29. <https://doi.org/10.5937/IJCRSEE1701019G>
- Gysbers, N. C., & Henderson, P. (2001). *Leading and Managing Comprehensive School Guidance Programs*. ERIC Clearinghouse on Counseling and Student Service.
- Gysbers, N. C., & Henderson, P. (2014). *Developing and Managing Your School Guidance and Counseling Program*. John Wiley & Sons.
- Gysbers, N. C., & Henderson, P. (1997). *Comprehensive Guidance Programs that Work-II*. ERIC.

- Haron, S., Jaafar, W. M. W., & Baba, M. (2010). The Influence of School Climate Towards Counselor's Self-Efficacy. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 445–448.
- Holland, M. M. (2015). Trusting Each Other: Student-Counselor Relationships in Diverse High Schools. *Sociology of Education*, 88(3), 244–262.
- Kemdikbud. (2017). *Panduan Penguatan Pendidikan Karakter pada Jenjang Pendidikan Dasar*. Jakarta: Kemdikbud.
- Kimotho, F. W., Njoka, J. N., & Gitumu, M. W. (2011). Impact of Guidance and Counseling Services on Students' Discipline a Case of Public Secondary Schools in Eastern Kenya. *Kenya Journal of Educational Planning Economics and Management*, 11(1).
- Lickona, T. (2009). *Educating for Character: How Our Schools Can Teach Respect and Responsibility*. Bantam.
- Mau, W.-C. J., Li, J., & Hoetmer, K. (2016). Transforming High School Counseling: Counselors' Roles, Practices, and Expectations for Students' Success. *Administrative Issues Journal: Connecting Education, Practice, and Research*, 6(2), 83–95.
- Nduta, M. M., & Gichuho, C. M. (2014). The Role of Guidance and Counselling in Curbing Student Indiscipline in Secondary Schools in Kambaa Division, Kiambu County, Kenya. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 3(9), 790–793.
- Nduta, M. M., & Gichuho, C. M. (2015). Stakeholders Involvement and Perception towards Guidance and Counselling in Kambaa Division Secondary Schools, Kiambu County, Kenya. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 4(1), 186–188.
- Onyango, P. A., Aloka, P. J., & Raburu, P. (2018). Effectiveness of Guidance and Counseling in the Management of Student Behaviour in Public Secondary Schools in Kenya. *International Journal of Applied Psychology*, 8(1), 6–11.
- Petra, G. M., & Jasna, M. (2017). The Role of The School Counsellor in School-Community Collaboration: The Case of Slovenia. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 5(1), 1–29.
- Romlah, T. (2013). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Ruff, R. R. (2011). School Counselor and School Psychologist Perceptions of Accountability Policy: Lessons from Virginia. *The Qualitative Report*, 16(5), 1270–1290.
- Salgong, V. K., Ngumi, O., & Chege, K. (2016). The Role of Guidance and Counseling in Enhancing Student Discipline in Secondary Schools in Koibatek District. *Journal of Education and Practice*, 7(13), 142–151.
- Spradley, J. P. (2016). *The Ethnographic Interview*. Waveland Press.
- Wangid, M. N. (2010). Peran Konselor Sekolah dalam Pendidikan Karakter. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 1(3), 173–186.

Evaluasi Hasil Layanan Konseling Individual di Sekolah Menengah Atas Yogyakarta

Wahyu Widyatmoko*, Edi Purwanta

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta,
Jl. Colombo No.1, Sleman, Yogyakarta, Indonesia 55281

*Penulis koresponden, e-mail: wahyu_widyatmoko2016@student.uny.ac.id

Artikel diterima: 10 April 2019; direvisi: 16 Juli 2019; disetujui: 22 Juli 2019

Abstract: This research aimed to evaluate the implementation of individual counseling results at Muhammadiyah 3 Yogyakarta Senior High School. Evaluation model used was gap (discrepancy evaluation model). In addition, population in this research was students who had attended individual counseling. Furthermore, research samples were 104 students, obtained by using proportionate stratified random sampling technique. Data collection used was individual counseling scale. The data was analyzed using descriptive statistics. Findings indicated that the majority of individual counseling results was in good criteria.

Keywords: counseling service evaluation; counseling service implementation; individual counseling

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi hasil pelaksanaan layanan konseling individual di Sekolah Menengah Atas (SMA) Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Model evaluasi yang digunakan adalah kesenjangan (*discrepancy evaluation model*). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang pernah mengikuti layanan konseling individual. Teknik *proportionate stratified random sampling* digunakan untuk memilih sampel penelitian. Pengumpulan data penelitian menggunakan skala hasil layanan konseling individual. Data penelitian dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Temuan penelitian menunjukkan mayoritas hasil layanan konseling individual masuk pada kriteria baik.

Kata kunci: evaluasi layanan konseling; hasil layanan konseling; konseling individual

PENDAHULUAN

Konseling individual merupakan layanan yang tidak dapat dipisahkan dari program bimbingan dan konseling (BK) di sekolah, karena konseling merupakan jantung hati dari BK (Gibson & Mitchell, 2010). Hal ini karena layanan konseling individual dimaksudkan untuk membantu siswa dalam mengidentifikasi permasalahan; penyebabnya; alternatif pemecahannya; dan konsekuensi yang memungkinkan siswa untuk melakukan tindakan yang tepat (Gysbers & Henderson, 2012). Beberapa masalah yang kerap dihadapi oleh siswa SMA adalah kurang berprestasi (*underachievement*); depresi; penyalahgunaan zat adiktif; masalah pribadi dan tugas perkembangan (Gysbers & Henderson, 2012; Lee & Putman, 2008). Guru BK perlu bertindak dengan segera terhadap berbagai masalah yang dihadapi siswa. Oleh karena itu, konseling individual merupakan salah satu layanan yang dapat dilakukan guru BK sekolah untuk membantu siswa mengatasi masalah yang mereka hadapi.

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa layanan konseling individual memberikan dampak positif terhadap perilaku prososial; persoalan disiplin; dan peningkatan kepercayaan disiplin siswa (Cheung & Ngai, 2015; Dumigan, 2017; Susilawati, 2018). Selain itu, beberapa model dan teknik konseling terbukti efektif mengatasi masalah siswa. Beberapa teknik-teknik tersebut, di antaranya: teknik *cognitive defusion* untuk meningkatkan percaya diri siswa (Saputra & Prasetiawan, 2018);

teknik relaksasi untuk menurunkan stres belajar (Nurchayani & Fauzan, 2016); model transteori untuk mengurangi internet kompulsif (Indah, Lasan, & Ramli, 2018); teknik *self-instruction* untuk meningkatkan kepercayaan diri (Fiorentika, Santoso, & Simon, 2016); dan meningkatkan efikasi diri (Dewi, Atmoko, & Triyono, 2016).

SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta sebagai satuan pendidikan turut menyelenggarakan program BK termasuk pelaksanaan layanan konseling individual. Layanan tersebut dilaksanakan secara terstruktur, mulai dari rasionalisasi program hingga evaluasi program (Kemendikbud, 2016). Lebih lanjut, guru BK dalam pelaksanaan programnya perlu memerhatikan kegiatan evaluasi. Evaluasi bukan suatu tugas tambahan, namun sebagai pekerjaan seluruh guru BK (Gysbers & Henderson, 2012). Selain itu, dengan evaluasi, guru BK dapat mengetahui dan memberikan umpan balik mengenai perkembangan konseli dan keefektifan program yang telah dilakukan (Gladding, 2015). Evaluasi juga diperlukan guru BK untuk mengetahui tingkat keberhasilan, mengetahui kekurangan yang selanjutnya diperbaiki, dan diharapkan dapat meningkatkan layanan BK (Sumarto, 2015).

Evaluasi layanan konseling individual menjadi salah satu bagian penting dalam program BK. Ketercapaian dan keberhasilan suatu layanan konseling individual dapat diketahui melalui kegiatan evaluasi itu sendiri. Salah satunya adalah untuk mengetahui sejauh mana permasalahan siswa telah terentaskan. Selain itu, layanan konseling individual dapat membuat seorang individu mengalami perubahan perasaan; peningkatan pemahaman; mampu membuat keputusan; dan menerapkan keputusan (Cabrera, Blanco, Yagüe, & Zabalegui, 2010; Halbert dkk., 2010; Jarernsiripornkul, Chaipichit, Chumworathayi, & Krska, 2015; Suckiel dkk., 2016).

Berdasarkan uraian pada paragraf sebelumnya, penelitian ini bermaksud menggambarkan sejauh mana hasil layanan konseling individual bagi siswa SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Di samping itu, hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu bahan evaluasi (rekomendasi) tentang layanan konseling individual yang telah dilaksanakan. Setelah evaluasi, diharapkan layanan konseling individual dapat lebih optimal dan berkembang.

METODE

Penelitian evaluasi ini menggunakan model kesenjangan (*discrepancy evaluation model*) (Fitzpatrick, Sanders, & Worthen, 2011; Provus, 1969). Adapun Prosedur evaluasi yang dilakukan meliputi: (1) **tahapan definisi**, pada tahapan ini dilakukan penentuan standar kriteria keberhasilan evaluasi layanan konseling individual, (2) **tahap instalasi**, pada tahap ini dilakukan perancangan instrumen evaluasi sebagai alat ukur layanan konseling individual, (3) **tahap proses**, yaitu tahapan ini dilakukan penilaian layanan konseling individual dari data yang terkumpul, dan (4) **tahap hasil**, pada tahap dilakukan penentuan ketercapaian jangka pendek dan jangka panjang layanan konseling individual. Sementara itu, analisis biaya tidak dilakukan karena layanan konseling individual tidak menggunakan biaya (opsional).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Muhammadiyah 3 yang pernah mengikuti layanan konseling individual. Selanjutnya, dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* diperoleh sampel penelitian sebanyak 104 siswa (Sugiyono, 2017). Adapun ringkasan populasi dan sampel dalam penelitian disajikan pada tabel 1.

Skala hasil layanan konseling individual dirancang sebagai instrumen evaluasi layanan konseling individual. Instrumen tersebut terdiri dari tujuh belas butir pernyataan yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan analisis faktor konfirmatori. Berdasarkan analisis faktor konfirmatori, skala hasil layanan konseling individual termasuk konstruk yang memadai ($p\text{-value} = 0,017$; $RMSEA = 0,069$) dan validitas yang baik ($\lambda > 0,50$ sig. 5%) serta reliabilitas konstruk dapat diterima ($CR > 0,60$).

Pengumpulan data dilakukan di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dan telah memperoleh izin untuk penelitian di sekolah tersebut. Setelah data terkumpul, dilakukan analisis statistik deskriptif (*mean*; modus; median; persentase; standar deviasi; dan *variance*) dengan bantuan program *SPSS* 16.0. Selanjutnya, hasil analisis data dibandingkan dengan standar kriteria penilaian layanan konseling individual yang telah dirancang berbasis teori. Adapun standar tersebut disajikan pada tabel 2.

Tabel 1. Populasi dan Sampel Penelitian

Kelas	Populasi	Sampel
Kelas X	45 siswa	34 siswa
Kelas XI	62 siswa	47 siswa
Kelas XII	30 siswa	23 siswa
Total	137 siswa	104 siswa

Tabel 2. Standar Keberhasilan Hasil Layanan Konseling Individual

Aspek	Kriteria Penilaian
Perubahan perasaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jika konseli memperoleh persentase skor lebih dari 75% –hingga 100%, maka termasuk kategori sangat baik 2. Jika konseli memperoleh skor lebih dari 50% –hingga 75%, maka termasuk kategori baik 3. Jika konseli memperoleh skor lebih dari 25%– hingga 50%, maka termasuk kategori kurang baik 4. Jika konseli memperoleh skor 0% –hingga 25%, maka termasuk kategori tidak baik
Peningkatan pemahaman	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jika konseli memperoleh persentase skor lebih dari 75% –hingga 100%, maka termasuk kategori sangat baik 2. Jika konseli memperoleh skor lebih dari 50%– hingga 75%, maka termasuk kategori baik 3. Jika konseli memperoleh skor lebih dari 25% –hingga 50%, maka termasuk kategori kurang baik 4. Jika konseli memperoleh skor 0% –hingga 25%, maka termasuk kategori tidak baik
Pembuatan keputusan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jika konseli memperoleh persentase skor lebih dari 75%– hingga 100%, maka termasuk kategori sangat baik 2. Jika konseli memperoleh skor lebih dari 50%– hingga 75%, maka termasuk kategori baik 3. Jika konseli memperoleh skor lebih dari 25%– hingga 50%, maka termasuk kategori kurang baik 4. Jika konseli memperoleh skor 0% –hingga 25%, maka termasuk kategori tidak baik
Penerapan keputusan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jika konseli memperoleh persentase skor lebih dari 75%– hingga 100%, maka termasuk kategori sangat baik 2. Jika konseli memperoleh skor lebih dari 50% –hingga 75%, maka termasuk kategori baik 3. Jika konseli memperoleh skor lebih dari 25%– hingga 50%, maka termasuk kategori kurang baik 4. Jika konseli memperoleh skor 0% –hingga 25%, maka termasuk kategori tidak baik

HASIL

Distribusi data responden berdasarkan jenis kelamin dan kelas disajikan pada tabel 3. Dari tabel 3 dapat diketahui bahwa seluruh responden yang mengisi dan mengembalikan skala hasil layanan konseling individual sebanyak 70 siswa. Responden penelitian didominasi oleh siswa perempuan sebanyak 41 orang (59%) dan sisanya adalah laki-laki sebanyak 29 orang (41%). Mayoritas responden adalah siswa kelas XI, yaitu sebanyak 56 orang (80%). Sementara itu, responden kelas X sebanyak sepuluh orang (14%) dan responden kelas XII sebanyak empat orang (6%).

Analisis dilakukan pada setiap aspek hasil layanan konseling individual. Aspek-aspek tersebut adalah aspek: perubahan perasaan; peningkatan pemahaman; kemampuan membuat keputusan; dan penerapan keputusan. Hasil analisis statistik deskriptif pada setiap aspek disajikan pada tabel 4. Pada tabel 4 terlihat bahwa rerata (*mean*) skor perubahan perasaan siswa sebesar 1,92 (64%); rerata skor peningkatan pemahaman siswa sebesar 2,01 (67%); rerata skor pembuatan keputusan siswa sebesar 1,98 (66%); dan rerata skor penerapan keputusan siswa sebesar 1,91 (64%).

Tabel 3. Distribusi Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Kelas

Jenis Kelamin	Kelas			Total	Persentase
	X	XI	XII		
Laki-laki	1	26	2	29	41%
Perempuan	9	30	2	41	59%
Total	10	56	4	70	100%
Persentase	14%	80%	6%	100%	

Tabel 4. Hasil Analisis Statistik Deskriptif Aspek Layanan Konseling Individual

Statistik Deskriptif	Perubahan Perasaan	Peningkatan Pemahaman	Pembuatan Keputusan	Penerapan Keputusan
<i>Mean</i>	1,92	2,01	1,98	1,91
<i>Median</i>	2	2	2	2
<i>Mode</i>	2	2	2	2
<i>Persentase</i>	64%	67%	66%	64%
<i>Stand. Dev.</i>	0,56	0,44	0,44	0,48
<i>Variance</i>	0,31	0,19	0,19	0,23

PEMBAHASAN

Hasil konseling individual merupakan bagian dari hasil evaluasi layanan BK secara keseluruhan. Siswa sebagai salah satu penerima layanan adalah pihak yang merasakan bagaimana layanan tersebut dilaksanakan, dan guru BK sudah semestinya menelaah kembali hasil layanan konseling individual berdasarkan penilaian siswa. Hal tersebut untuk mengetahui sejauh mana siswa merasakan manfaat layanan konseling individual.

Penelitian evaluasi ini bertujuan menggambarkan secara umum tentang hasil layanan konseling individual berdasarkan penilaian siswa setelah mengikuti layanan konseling individual. Berdasarkan hasil analisis sebelumnya, perubahan perasaan siswa setelah mengikuti konseling individual mencapai skor rerata sebesar 1,92 (64%). Hal tersebut menunjukkan perubahan perasaan siswa setelah mengikuti layanan konseling individual yang masuk pada kriteria baik, karena perolehan skor lebih dari 50% standar keberhasilan hasil layanan konseling individual. Perubahan perasaan yang terjadi pada diri siswa hasil dari layanan konseling individual dapat berupa perasaan positif maupun negatif (Cheung & Ngai, 2015; Devi, 2018; Milot-Lapointe, Savard, & Le Corff, 2018). Sementara itu, hasil penelitian terdahulu mengungkapkan tiga dari empat siswa merasakan perasaan lebih baik, sementara satu orang lainnya merasa cukup baik setelah konseling individual (Dumigan, 2017).

Peningkatan pemahaman siswa setelah mengikuti konseling individual mencapai skor rerata sebesar 2,01 (67%) yang masuk pada kriteria baik karena perolehan skor lebih dari 50% standar keberhasilan hasil layanan konseling individual. Hal tersebut mengindikasikan pelaksanaan layanan konseling dapat menangani masalah tentang pemahaman siswa. Adapun bentuk-bentuk penanganan terhadap masalah pemahaman siswa seperti pelaksanaan layanan konseling individual untuk menangani konsep diri siswa (Thahir & Firdaus, 2017; Wijayanti & Christiana, 2018) dan pelaksanaan layanan konseling individual untuk menangani keterbukaan siswa tentang kesulitan belajarnya (Pertiwi & Irhamni, 2018).

Kemampuan siswa dalam membuat keputusan setelah mengikuti konseling individual mencapai skor rerata sebesar 1,98 (66%) yang masuk pada kriteria baik karena perolehan skor lebih dari 50% standar keberhasilan hasil layanan konseling individual. Kemampuan membuat keputusan adalah suatu hal yang penting (Colakkadioglu & Celik, 2016; Murray dkk., 2018) karena hal tersebut memberikan dampak pada pengelolaan hidup siswa. Effendi (2016) menyebutkan salah satu masalah yang dihadapi siswa di sekolah adalah kesulitan mengambil keputusan (bingung). Pengambilan keputusan merupakan komponen keterampilan yang penting guna menyelesaikan berbagai masalah (Jonassen, 2012), oleh karena itu siswa hendaknya mampu memiliki keterampilan membuat keputusan yang difasilitasi oleh guru BK, salah satunya melalui layanan konseling individual.

Kemampuan penerapan keputusan siswa setelah mengikuti konseling individual mencapai skor rerata sebesar 1,91 (64%) yang masuk pada kriteria baik karena perolehan skor lebih dari 50% standar keberhasilan hasil layanan konseling individual. Hal tersebut dapat diamati dari kesesuaian antara

rencana tindakan dengan tindakan nyata yang dilakukan siswa. Terkadang siswa mampu menyusun rencana tindakan dan mampu membuat keputusan, namun mereka tidak mengetahui bagaimana memulainya ataupun tidak mengetahui bagaimana mengatasi kendala yang tidak terduga (D'Auria, 2015). Oleh karena itu, penting bagi guru BK untuk mengamati perubahan kondisi siswa selama mereka menerapkan rencana tindakannya.

Keberhasilan layanan konseling individual ditentukan dari berbagai faktor. Leibert (2011) menuliskan empat faktor yang membuat konseling efektif adalah: (1) faktor konseli; (2) faktor harapan; (3) faktor hubungan; dan (4) faktor model/teknik pendekatan. Keempat faktor tersebut telah terbukti berpengaruh pada perubahan konseli. Di samping itu, faktor tersebut tidak berdiri sendiri melainkan saling berkaitan. Loughary & Ripley (1979) menambahkan bahwa ada seperangkat keterampilan dan strategi untuk mencapai hasil yang diinginkan konseli (perubahan perasaan; peningkatan pemahaman; membuat keputusan; dan penerapan keputusan). Beberapa pernyataan tersebut menunjukkan adanya keterkaitan antara strategi konseling dengan hasil yang dicapai.

Penelitian ini tidak terlepas dari beberapa keterbatasan, di antaranya: penyusunan kriteria keberhasilan hasil layanan konseling individual yang masih bersifat umum; skala penelitian yang tidak dikembalikan; dan beberapa skala yang tidak diisi oleh siswa.

SIMPULAN

Secara umum, layanan konseling individual yang diselenggarakan pada SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta mayoritas berada pada kategori baik. Aspek-aspek hasil layanan juga menunjukkan mayoritas siswa mengalami perubahan ke arah yang lebih baik. Perubahan tersebut adalah: perubahan perasaan; peningkatan pemahaman; peningkatan kemampuan membuat keputusan; serta peningkatan penerapan keputusan. Saran/rekomendasi terkait hasil penelitian ini adalah: (1) guru BK perlu memerhatikan strategi yang tepat untuk digunakan dalam melaksanakan layanan konseling individual agar konseling yang dilaksanakan efektif; (2) sekolah perlu memfasilitasi guru BK untuk mengikuti pelatihan agar kualitas program layanan konseling individual meningkat; (3) Untuk peneliti selanjutnya, perlu merinci kriteria keberhasilan hasil layanan konseling individual.

DAFTAR RUJUKAN

- Cabrera, E., Blanco, I., Yagüe, C., & Zabalegui, A. (2010). The Impact of Genetic Counseling on Knowledge and Emotional Responses in Spanish Population with Family History of Breast Cancer. *Patient Education and Counseling*, 78(3), 382–388. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2009.10.032>
- Cheung, C., & Ngai, S. S. (2015b). Four- and Ten-Month Lagged Effects of Individual Counseling on The Prosocial Behavior of Young People. *Children and Youth Services Review*, 52, 89–96. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2015.02.010>
- Colakkadioglu, O., & Celik, D. B. (2016). The Effect of Decision-Making Skill Training Programs on Self-Esteem and Decision-Making Styles. *Eurasian Journal of Educational Research*, 16(65), 1–35. <https://doi.org/10.14689/ejer.2016.65.15>
- D'Auria, J. (2015). Learn to Avoid or Overcome Leadership Obstacles. *Phi Delta Kappan*, 96(5), 52–54. <https://doi.org/10.1177/0031721715569471>
- Devi, S. (2018). Effect of Individual Counseling and Video Based Education on Prevention and Early Detection of Cervical Cancer and Participation of Women in Cervical Screening Procedures. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 9(2), 178–183. <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2018.00115.8>
- Dewi, F. A., Atmoko, A., & Triyono. (2016). Keefektifan Teknik Self-Instruction dalam Konseling Kognitif-Perilaku untuk Meningkatkan Efikasi Diri Sosial Siswa SMKN 2 Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(4), 172–178.
- Dumigan, K. (2017). *The Effects of Individual Counseling on Students with Disciplinary Issues*. SUNY College at Brockport.
- Effendi, K. (2016). *Proses dan Keterampilan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fiorentika, K. F., Santoso, D. B., & Simon, I. M. (2016). Keefektifan Teknik Self-Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(3), 104–111. <https://doi.org/10.17977/um001v1i32016p104>

- Fitzpatrick, J. L., Sanders, J. R., & Worthen, B. R. (2011). *Program Evaluation: Alternative Approaches and Practical Guidelines*. Boston: Pearson Education, Inc.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2010). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gladding, S. T. (2015). *Konseling Profesi yang Menyeluruh*. Jakarta: PT Indeks.
- Gysbers, N. C., & Henderson, P. (2012). *Developing & Managing: Your School Guidance & Counseling Program*. Alexandria: American Counseling Association.
- Halbert, C. H., Bellamy, S., Bowman, M., Briggs, V., Delmoor, E., Purnell, J., ... Kumanyika, S. (2010). Effects of Integrated Risk Counseling for Cancer and Cardiovascular Disease in African Americans. *Journal of the National Medical Association*, 102(5), 396–402. [https://doi.org/10.1016/S0027-9684\(15\)30574-5](https://doi.org/10.1016/S0027-9684(15)30574-5)
- Indah, Y. F. K., Lasan, B. B., & Ramli, M. (2018). The Effectiveness of Transtheoretical Model to Reduce Compulsive Internet Use of Senior High School Students. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 1–13.
- Jarensiripornkul, N., Chaipichit, N., Chumworathayi, P., & Krska, J. (2015). Management for Improving Patients' Knowledge and Understanding about Drug Allergy. *Pharmacy Practice*, 13(1), 513. <https://doi.org/10.18549/PharmPract.2015.01.513>
- Jonassen, D. H. (2012). Designing for Decision Making. *Educational Technology Research and Development*, 60(2), 341–359.
- Kemendikbud. (2016). *Pedoman Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Lee, J. L., & Putman, S. E. (2008). Individual Counseling as Intervention in The Schools. In H. L. K. Coleman & C. Yeh (Ed.), *Handbook of School Counseling* (hal. 397–408). New York: Taylor & Francis Group, LLC.
- Leibert, T. W. (2011). The Dimensions of Common Factors in Counseling. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 33(2), 127–138.
- Loughary, J. W., & Ripley, T. M. (1979). *Helping Others Help Themselves: A Guide to Counseling Skills*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Milot-Lapointe, F., Savard, R., & Le Corff, Y. (2018). Intervention Components and Working Alliance as Predictors of Individual Career Counseling Effect on Career Decision-Making Difficulties. *Journal of Vocational Behavior*, 107, 15–24. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.03.001>
- Murray, D. J., Boyle, W. A., Beyatte, M. B., Knittel, J. G., Kerby, P. W., Woodhouse, J., & Boulet, J. R. (2018). Decision-Making Skills Improve with Critical Care Training: Using Simulation to Measure Progress. *Journal of Critical Care*, 47, 133–138. <https://doi.org/10.1016/j.jcrc.2018.06.021>
- Nurcahyani, I., & Fauzan, L. (2016). Efektivitas Teknik Relaksasi dalam Konseling Kelompok Behavioral untuk Menurunkan Stres Belajar Siswa SMA. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 1–6. <https://doi.org/10.17977/um001v1i12016p001>
- Pertiwi, R. M., & Irhamni. (2018). Layanan Konseling Individual bagi Siswa yang Mengalami Kesulitan Belajar di SMP Negeri 3 Banjarbaru. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan & Konseling An-Nur*, 4(2), 17–20.
- Provus, M. M. (1969). *The Discrepancy Evaluation Model: An Approach to Local Program Improvement and Development*. Washington DC: Office of Education.
- Saputra, W. N. E., & Prasetiawan, H. (2018). Meningkatkan Percaya Diri Siswa melalui Teknik Cognitive Defusion. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 14–21. <https://doi.org/10.17977/um001v3i12018p014>
- Suckiel, S. A., Linderman, M. D., Sanderson, S. C., Diaz, G. A., Wasserstein, M., Kasarskis, A., ... Zinberg, R. E. (2016). Impact of Genomic Counseling on Informed Decision-Making among Ostensibly Healthy Individuals Seeking Personal Genome Sequencing: the HealthSeq Project. *Journal of Genetic Counseling*, 25(5), 1044–1053. <https://doi.org/10.1007/s10897-016-9935-z>
- Sugiyono. (2017). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sumarto. (2015). Evaluasi Hasil Program Layanan Bimbingan dan Konseling Individual di Sekolah dan Madrasah. *Tajdid*, 14(1), 143–164.
- Susilawati. (2018). Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Korban Bullying melalui Konseling Individual Rational Emotif Behavior Therapy. *Jurnal Global Edukasi*, 1(5), 565–572.
- Thahir, A., & Firdaus, F. (2017). Peningkatan Konsep Diri Positif Peserta Didik di SMP Menggunakan Konseling Individu Rational Emotive Behavior Therapy (REBT). *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 47–64.
- Wijayanti, T., & Christiana, E. (2018). Konseling Individu Metode Countering untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 292–296.