

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam belajar sehari-hari, siswa dihadapkan dengan berbagai tugas-tugas pelajaran di sekolah. Tugas-tugas tersebut sering ditanggapi dengan pernyataan yang berbeda-beda. Ada yang mengatakan tugas itu susah, ada yang mengatakan tugas itu gampang, dan ada yang menilai sikap guru yang suka menghukum, ada yang membedakan guru satu dengan guru yang lain, dan ada yang tanpa pernyataan terhadap tugas-tugas tersebut. Pernyataan-pernyataan siswa yang diucapkan (overt) dan yang dinyatakan dalam hati (covert), menjadi kunci munculnya emosi positif atau negatif terhadap tugas-tugas pelajaran.

Jika pernyataan negatif itu berkembang dalam diri siswa dikuatirkan akan mengganggu emosi dan perilaku siswa dalam melakukan tugas-tugas pelajaran di sekolah. Sebaliknya jika pernyataan positif berkembang dalam diri siswa akan menjadi motivasi dalam melakukan tugas-tugas pelajaran dan akan meraih hasil belajar yang diharapkan. Pernyataan tersebut memainkan peran kunci munculnya emosi dan motivasi dalam belajar siswa di sekolah. Daniel Goleman, menegaskan, "our thoughts--cognition--play the key role in determining what emotions will be roused" (Daniel Goleman, 1996:293)

Suarni, (1991) mengungkapkan bahwa, "siswa cenderung mengalami kemunduran dalam prestasi belajarnya, disebabkan oleh pernyataan-pernyataan negatif terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Mereka lebih cenderung memvonis lingkungan dengan pernyataan negatif daripada berusaha untuk mengembangkan pernyataan positif terhadap tugas-tugas yang dihadapinya. Dalam kondisi seperti ini, lingkungan akan selalu dijadikan penyebab dari kemunduran dirinya dalam mengerjakan tugas-tugas pelajaran di sekolah. Jika pernyataan seperti itu menjadi bagian dalam diri siswa maka akan mengganggu perkembangan penyesuaian dirinya dan perkembangan psikohigine dalam meraih hasil belajar di masa kini dan yang akan datang.

Bisa dijumpai bagi siswa yang memiliki pernyataan negatif terhadap tugas pelajaran akan berkembang menjadi kondisi seperti, mudah tegang, cepat bosan, agresif, depresif, menurun ketekunan belajar, dan putus sekolah. Sebaliknya bagi siswa yang mengembangkan pernyataan positif terhadap tugas-tugas pelajaran, akan merasa tertantang, dengan emosi kegembiraan dan

beresemangat. Keadaan seperti ini sangat merisaukan jika dilihat dari perkembangan psiko-higiene dan penyesuaian diri siswa remaja bagi masa depannya. Diduga mereka akan mudah rapuh apabila menghadapi tantangan dan persaingan yang semakin berat di masa-masa mendatang. Kondisi siswa remaja tersebut jelas jauh dari harapan pendidikan dan menjadi masalah dari keberhasilan upaya pendidikan di sekolah.

Masalah siswa di atas semakin mengkhawatirkan bila dikaitkan dengan situasi masa depan yang diprediksi akan semakin penuh dengan persaingan dan mudah menggugah konflik, stres, dan kekecewaan. Menurut Tilaar (1987:2) tantangan masa depan memberikan dua alternatif. Pertama, seseorang bisa saja berada dalam keadaan pasrah dengan nasib dan terkungkung dalam stres yang berlarut-larut. Kedua, seseorang dapat mempersiapkan diri dengan sebaik-baiknya agar mampu memperkecil konflik dan stres dalam menghadapi tugas di masa mendatang.

Adalah tugas pendidikan untuk menjatuhkan pilihannya pada alternatif kedua yakni mempersiapkan siswa dengan sebaik-baiknya bagi peranannya di masa depan. Sekolah mempunyai tugas utama dalam mengembangkan pola berpikir siswa terhadap tugas-tugas pelajaran agar menjadi pribadi yang utuh baik fisik maupun psikis seperti yang diamanatkan GBHN 1993 dan UUSPN 1989.

Tentunya upaya pendidikan mendasari tujuan pendidikan dan pengembangan siswa dari sisi penilaian kognitifnya, sebagai suatu unsur yang penting dalam proses belajar. Piaget (Cremers, 1988:1) mengatakan bahwa siswa remaja adalah pribadi yang telah mencapai tahap puncak perkembangan kognitif sistematis, hipotetis, interpretatif, abstrak, dan rasional. Sedangkan perkembangan moralnya tengah berada pada tahap konvensional:-siswa remaja berada pada puncak kesadaran dan menyadari penilaian-penilaiannya, mentaati norma yang ada di sekelilingnya agar dinilai sebagai anak yang baik (Atkinson et al. 1996:117).

Potensi siswa itu, menjadi amat penting dan amat menguntungkan manakala, ikhtiar pengembangannya difokuskan pada aspek-aspek kognitif positif daripada menyoroti sisi kognitif negatifnya. Apabila berpikir negatif siswa, berkembang dan menjadi bagian dalam hidupnya, maka akan menggugah emosi dan tingkah lakunya yang negatif pula. Hal ini penting untuk disadari, secara dini, agar reaksi tersebut dapat berkembang kearah yang positif. Tentunya upaya

pengembangan reaksi kognitif positif terhadap tugas-tugas pelajaran ini tentu dipilih adalah melalui ikhtiar dalam suasana pendidikan dan bimbingan.

Ikhtiar untuk mengembangkan reaksi kognitif positif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran, adalah melalui pengembangan aspek persepsi, perhatian, diskriminasi, dan generalisasi siswa terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Penyatuan dari komponen ini, yang kemudian terakumulasikan dalam perilaku yang menjadi tindakan berpikir siswa, oleh Piaget dalam Ross Buck (1988), Lazarus, (1984), dan Grinkers & Spiegel (1991) disebut sebagai penilaian kognitif.

Persepsi sebagai salah satu aspek penilaian kognitif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah cara siswa memberikan penafsiran-penafsirannya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Penafsiran yang dimaksud adalah upaya siswa memberikan 'cap' atau 'label' untuk mengembangkan pikiran-pikiran yang bermakna terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Indikator yang terkandung di dalamnya adalah: (1) siswa dapat memberi nama (label) terhadap tugas-tugas pelajaran yang diberikan guru di sekolah, (2) siswa dapat menyatakan kemampuannya dalam mengerjakan tugas-tugas pelajaran di sekolah.

Perhatian sebagai salah satu aspek penilaian kognitif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah cara siswa memberikan pusat ketertarikan (concentration) terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Konsentrasi adalah upaya siswa memberikan pusat pilihan ketertarikannya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Indikator yang terkandung di dalamnya adalah: (1) siswa dapat memberikan pusat pilihan ketertarikannya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah, (2) siswa dapat memberikan batasan-batasan ketertarikannya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah.

Diskriminasi sebagai salah satu aspek penilaian kognitif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah, cara siswa memberikan pemilah-milahan dari berbagai sisi (seeks evidence on booth sides) terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Memilah-milah dari berbagai sisi adalah cara siswa memberikan pembedaan dengan luwes dari berbagai segi terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Indikator yang terkandung didalamnya adalah: (1) siswa dapat memberikan pembedaan secara luwes dari berbagai sudut terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah (2) siswa dapat memberikan penerimaan secara luwes (tolerant of ambiguity) dari berbagai sisi terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah.

Generalisasi sebagai salah satu aspek penilaian kognitif siswa yang dimaksud dalam penelitian ini adalah cara siswa memberikan kesimpulan yang bermakna berdasarkan tanggung jawabnya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Simpulan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah cara siswa memberikan pilihan keputusan yang menjadi personalisasi dirinya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Indikator, yang terkandung di dalamnya adalah (1) siswa dapat memberikan keputusan atas dasar kemampuannya dalam melakukan tugas-tugas pelajaran, (2) siswa dapat memberikan tanggung jawabnya atas personalisasi dirinya secara mandiri terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah.

Jadi dapat disimpulkan bahwa penilaian kognitif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pandangan-pandangan siswa terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah tercermin pada aspek persepsi, perhatian, diskriminasi, dan generalisasi yang dinyatakan dalam kesan dan tanggapan verbal, nonverbal secara positif atau negatif terungkap melalui kuesioner skala Likert (sangat setuju, setuju, tidak tahu, tidak setuju, sangat tidak setuju).

Siswa SMU dipilih sebagai subjek penelitian didasarkan pada pemahaman tentang pentingnya masa remaja bagi perkembangan siswa selanjutnya. Menurut Wrenn (1962) masa remaja merupakan masa perkembangan yang paling sulit sebab masa remaja memiliki tugas untuk mencapai identitas diri mengembangkan penilaian kognitif dan lingkungan yang positif. Ahli lain juga mengemukakan bahwa masa remaja merupakan periode kritis karena merupakan dasar berhasil tidaknya dalam menjalani tugas-tugas perkembangan selanjutnya (Cremers, 1988). Masa ini juga merupakan masa berkembangnya kepribadian produktif (M.D. Dahlan, 1982:162-163)—masa menuju psiko higienis (Sunaryo Kartadinata, 1983:33), dan masa menuju pendidikan mempribadi (Rochman Natawidjaja, 1984:77).

Adalah tugas pendidikan, utamanya di sekolah, untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Aspek-aspek penilaian kognitif (persepsi, perhatian, diskriminasi, dan generalisasi) itu manakala telah berkembang pada diri siswa akan menghasilkan psiko higienis dan penyesuaian diri dengan lingkungan yang sebaik-baiknya atas dasar norma dan aturan yang berlaku. berkembangnya hal tersebut akan menjadi penerimaan siswa untuk meraih prestasi belajar yang menjadi harapan pendidikan di sekolah, dan menjadi salah satu keterampilan dalam menghadapi persaingan dan tantangan tugas-tugas pelajaran di

masa mendatang. Penelitian ini dilaksanakan dalam kerangka tugas pendidikan dengan mengkajinya dari sudut pandangan bimbingan dan konseling di sekolah, utamanya dari pendekatan kognitif.

B. Masalah Penelitian

Strategi bantuan apa yang dapat di lakukan untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa SMU ?

Pertanyaan di atas penting untuk dicari jawabannya karena di sekolah ada tiga latar yang dapat untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa: pengajaran, bimbingan konseling, dan kegiatan ekstrakurikuler

Persoalannya adalah belum ada kejelasan mengenai strategi apa yang dapat dilakukan dan efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa. Penelitian Dweck menemukan bahwa siswa tidak menjadi lebih memiliki kesadaran untuk memburu berbagai informasi guna meningkatkan kemampuannya setelah dipacu dengan cara memberikan tugas-tugas yang mudah. Prosedur semacam itu ditemukan tidak efektif, bahkan ia mengatakan bahwa: "... such procedures have sometimes been found to backfire by producing lower confidence in ability." (Dweck, 1986:1046). Penelitian Kendall dan Braswell (1982:379) yang dilakukan dalam proses belajar-mengajar yang disebut cognitive self-instructional dengan memberikan tugas-tugas agar para siswa mencari bahan bacaan sebanyak mungkin, ternyata tidak membuat siswa berkembang penilaian kognitif positif terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah setelah tidak lagi mendapatkan tugas-tugas tersebut.

Jika bantuan diberikan melalui kegiatan di luar pengajaran (ekstra kurikuler), banyak variabel-variabel yang diduga mempengaruhi kepribadian siswa. Marsh (1992:551) menemukan adanya 16 katagori variabel ekstrakurikuler berkorelasi dengan indek-indek kedewasaan kognitif, IQ, gaya kognitif, konsep diri akademik, aspirasi pendidikan, dan prestasi akademik. Namun persoalannya juga muncul, yakni tiadanya landasan teoretis yang kuat sebagaimana dikatakan oleh Marsh sendiri (1991:553): "Much of the Extracurricular activities participation research has an emperical, atheoretical orientation." Tanpa adanya landasan teoretis yang jelas pemilihan

strategi yang akan digunakan untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa akan lemah karena tidak dapat dipertanggungjawabkan secara teoretis. Dalam penelitian ilmu bimbingan konseling yang hendak dilakukan ini landasan teoretis itu amat diperlukan.

Jadi penelitian ini meletakkan posisi yang utama pada konseling sebagai latar mengembangkan penilaian kognitif siswa; bukan dalam aktivitas pengajaran atau aktivitas ekstrakurikuler.

C. Fokus Masalah dan Identifikasi Pertanyaan Penelitian

1. Fokus masalah

Studi ini mendekati masalah di atas dari bangun psikologis siswa, khususnya pada dimensi psikologis yang terbuka, mudah diintervensi bagi upaya pengembangan kognitif siswa. Menurut Liney (1989:338) ada dua klasifikasi intervensi di sekolah dalam membantu perkembangan kepribadian siswa: (1) intervensi yang berpusat pada siswa, dan (2) intervensi yang berpusat pada lingkungan (antara lain: pola interaksi guru-siswa, administrasi sekolah, besar-kecilnya ruang kelas, kondisi fisik sekolah, dan tata tertib sekolah). Dari kedua klasifikasi itu, pola intervensi pertama dinilai lebih relevan dengan ilmu bimbingan dan konseling di sekolah, karena pada prinsipnya ilmu bimbingan konseling di sekolah yang berorientasi pada kognitif lebih berpusat pada subyektifitas individu. Kendati demikian upaya perubahan kognitif memiliki sasaran lebih jauh yakni sekaligus dapat mengubah emosi dan perilaku. Sehingga dipandang sangat penting apabila perubahan terlebih dahulu dilakukan terhadap aspek kognitif siswa sebagai sarannya untuk perubahan emosi dan tingkah lakunya. Perubahan itu diharapkan menuju adaptasi penyesuaian diri siswa agar meraih hasil belajar di saat kini dan dimasa mendatang.

Fokus studi ini diletakkan pada bidang bimbingan dan konseling di sekolah, dengan orientasi pengembangan (developmental) Hal ini didasarkan kepada alasan bahwa, siswa remaja khususnya kelas 1 SMU merupakan individu-individu normal yang berada dalam masa transisi dari fase anak ke fase remaja. Krisis psikososialnya berada pada "identitas versus kebingungan" (Erikson, 1963 dalam Atkinson et al 1996:142). Siswa remaja pada fasenya mengembangkan persepsi identitas dari "sense of individual identity" dengan mengembangkan "statement"

terhadap dirinya dan lingkungan (Atkinson et al 1996:139). Pernyataan siswa manakala berkembang kearah kurang bermakna, akan menggugah emosi negatif terhadap tugas yang dihadapinya. Oleh karena itu dipilih strategi perubahan kognitif (Cognitive-change) model Cormier dan Cormier (1985:378-410). Ada lima teknik dalam strategi perubahan kognitif yaitu: (1) pemodelan kognitif (cognitive modeling) (2) menghentikan pikiran (thought stopping), (3) penataan kembali pikiran (cognitive restructuring), (4) pembatasan kembali pikiran (Cognitive reframing), (5) memasukan kekebalan stres (stress inoculation). Dari kelima teknik ini dipilih hanya tiga teknik yaitu (1) menghentikan pikiran, (2) pembatasan kembali pikiran, dan (3) penataan kembali pikiran. Alasan, teknik pemodelan pikiran dan teknik pemasukan kekebalan stres tidak diikutsertakan dalam penelitian ini, karena teknik pemodelan pikiran lebih relevan dengan pengajaran mata pelajaran, sehingga perlu dihindari tidak terjadi tumpang tindih dengan profesi guru. Sedangkan teknik pemasukan kekebalan stres relevan dengan tugas para psikolog sehingga dihindari supaya tidak melangkah bidang kerja psikologi khususnya. Batas etika profesi perlu diperhatikan karena dengan melakukan hal tersebut, kita telah menghormati batas-batas kerja yang dimiliki oleh masing-masing bidang profesi. Pemfokusan dan pemilihan strategi perubahan kognitif ini didasari alasan-alasan sebagai berikut.

Secara filosofis dan teoretis, siswa mengembangkan pernyataan covert maupun overt bersumber dari informasi luar dan dikonstruksikan di dalam dirinya atas interaksi aktif dengan lingkungan (Fosnot, 1996; Paul S. 1997:28). Pernyataan-pernyataan siswa terhadap tugas adalah suatu yang terbuka masuk pengaruh luar dan mudah dipengaruhi. Lawson (1994:29) menegaskan bahwa pernyataan siswa itu bersumber dari luar tetapi dikonstruksi dari dalam diri seseorang. Atas dasar itu strategi perubahan kognitif relevan dan potensial untuk mendekati masalah penelitian di atas. Strategi ini merupakan teori perubahan kognitif. Demikian pula penilaian kognitif juga termasuk rumpun kognitif. Menurut Beck, (1980) perubahan kognitif, akan diikuti dengan perubahan emosi dan perilaku individu. Lebih lanjut dikemukakan oleh Beck (1970) sebagai berikut.

Several assumptions are made about cognitive-change procedures. One of basic assumptions is that a person's thoughts and belief can be contribute to maladaptive emotion and behavior. Another is that maladaptive behaviors can be altered by dealing directly with the person's beliefs, attitudes, or thoughts (Cormier dan Cormier 1985:378).

Konsep di atas memberikan deskripsi yang kuat bahwa, strategi perubahan kognitif merupakan strategi umum yang dapat dikenakan kepada berbagai sasaran kognitif dan behavior (Krumbolt dan Thorensen, 1978: 378), sehingga diprediksi efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran di SMU. Tentang keefektivannya Beck (1980); Burns, (1988) mengatakan: "In recent years, more attention and effort have been directed toward developing and evaluating procedures aimed at modifying thought, attitudes, and beliefs." Lebih lanjut dikatakan oleh Cormier dan Cormier, (1985: 378) "cognitive-change mechanism have been described as effective and productive cognitive strategy."

Secara empiris, telah banyak temuan-temuan penelitian yang menunjukkan keefektifan strategi perubahan kognitif untuk mengubah atau mengembangkan kognitif klien. Penelitian Beck, 1980; Mahoney; Meichenbaum, 1977; Kendall dan Braswell, 1982 (Cormier dan Cormier 1985: 378) membuktikan bahwa siswa yang menggunakan kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan restrukturisasi pikiran untuk memperbaiki perilaku belajar dan hasil belajar, hasilnya lebih baik daripada yang hanya menggunakan satu teknik saja. Penelitian Miller dan Berman (Cormier dan Cormier 1985: 405) menunjukkan teknik menghentikan pikiran ditambah dengan teknik reframing pikiran dan restrukturisasi kognitif secara efektif meningkatkan strategi perubahan pikiran. Penelitian Valerio dan Stone, (Cormier dan Cormier, 1985: 405) menunjukkan keefektifan untuk teknik reframing dan restrukturisasi dalam membantu mengurangi kecemasan siswa terhadap ujian yang berisiko gagal tinggi. Penelitian Forman (Cormier dan Cormier, 1985: 390) menggunakan kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan restrukturisasi pikiran ternyata efektif untuk membantu siswa yang mengalami ketakutan menghadapi tugas-tugas pelajaran matematika di kelas. Penelitian Safran dan Greenberg (Cormier dan Cormier, 1985: 417) dalam penelitiannya dengan menggunakan kombinasi teknik reframing pikiran dan restrukturisasi pikiran menunjukkan tingkat kebermanfaatan untuk memodifikasi persepsi-persepsi yang kurang bermakna terhadap tugas yang diberikan guru di sekolah.

Di Indonesia penelitian mengenai keefektifan strategi modifikasi kognitif juga telah dilakukan dalam latar sekolah. Wulandari (1993) melakukan penelitian dengan menggunakan

strategi modifikasi kognitif untuk mengurangi kecemasan komunikasi antarpribadi pada siswa SMU di Yogyakarta. Hasilnya menunjukkan bahwa strategi modifikasi kognitif efektif untuk mengurangi kecemasan siswa dalam berkomunikasi dengan temannya, baik dengan atau tanpa mengendalikan faktor IQ dan tipe perilaku A dan tipe perilaku B. Bahkan tidak hanya kecemasannya yang berkurang dengan pesat tetapi komunikasi antar pribadi dan pernyataan-pernyataan dirinya itu sendiri berkembang menjadi lebih positif. Wulandari (1993) lebih menonjolkan strateginya dari pada penggunaan teknik secara khusus. Temuan ini dipandang sangat bermanfaat untuk melihat lebih jauh terhadap strategi yang digunakan dalam latar penelitian yang berbeda.

Temuan-temuan penelitian di atas menunjukkan keefektifan strategi modifikasi kognitif mengubah atau mengurangi berbagai perilaku sasaran. Atas dasar temuan-temuan penelitian di Barat, di Indonesia itu, diduga bahwa strategi modifikasi kognitif juga dapat digunakan untuk mengembangkan penilaian kognitif positif siswa dalam latar sekolah dan budaya Indonesia.

Secara praktis, strategi perubahan kognitif memiliki kekuatan sebagai berikut: (1) Perubahan kognitif merupakan bentuk perubahan kognitif yang dalam prosesnya lebih banyak dilakukan oleh individu yang bersangkutan, bukan diarahkan atau, apalagi dipaksakan oleh orang lain. (2) Perubahan kognitif mendasarkan pada kesadaran dan rasional individu untuk menilai situasi atau peristiwa eksternal yang akan dihadapinya. (3) Perubahan kognitif menonjolkan kemampuan cognitive appraisal seseorang yang bersifat positif dalam menghadapi situasi dan tugas-tugas pelajaran di sekolah. Pengerahan kekuatan kognitif siswa yang positif amat sesuai dengan usaha dewasa ini yang berorientasi kognitif dan konseling pengembangan, karena siswa adalah individu normal yang berada pada masa transisi. Dengan demikian individu adalah yang paling tahu, paling bisa menilai dan paling mungkin untuk mengubah atau mengembangkan pikirannya. Ikhtiar mengubah atau mengembangkan penilaian kognitif atas dasar kesengajaan dari diri sendiri itu dapat menjadikan perubahan itu bertahan lama. (4) Modifikasi kognitif menuntut kemampuan individu untuk menilai situasi yang dihadapi secara positif, dan mengembangkan penilaian kognitif positif dengan demikian akan berkembang psiko-higiene dan penyesuaian diri individu terhadap tugas-tugas pelajaran, maka akan meningkat usaha untuk meraih prestasi belajar siswa di sekolah.

2. Identifikasi Pertanyaan-pertanyaan Penelitian

Berdasarkan permasalahan penelitian yang difokuskan pada ilmu bimbingan dan konseling di sekolah, maka secara umum, pertanyaan penelitian ini di rumuskan sebagai berikut: Bagaimanakah keefektifan strategi modifikasi kognitif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran di SMU? Selanjutnya, pertanyaan penelitian ini secara khusus dirumuskan berdasarkan pilihan teknik-teknik yang dikombinasikan yaitu: teknik menghentikan pikiran, reframing, dan restrukturisasi pikiran. Adapun pertanyaan-pertanyaan penelitian ini dapat diidentifikasi seperti tertera dalam Box 1-1.

BOX 1-1

RUMUSAN MASALAH PENELITIAN DAN HASIL UTAMA YANG DIHARAPKAN

- a. Bagaimanakah keefektifan strategi perubahan kognitif kombinasi menghentikan pikiran dengan reframing untuk mengembangkan penilaian kognitif terhadap tugas-tugas pelajaran di SMU?
 - b. Apakah ada perbedaan penilaian kognitif siswa SMU antara yang mendapat perlakuan kombinasi menghentikan pikiran dan reframing dengan yang tidak mendapat perlakuan?
 - c. Bagaimanakah keefektifan strategi perubahan kognitif kombinasi menghentikan pikiran dengan restrukturisasi kognitif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa SMU?
 - d. Apakah ada perbedaan penilaian kognitif siswa SMU antara yang mendapatkan perlakuan kombinasi menghentikan pikiran dan restrukturisasi kognitif dengan yang tidak mendapat perlakuan?
 - e. Bagaimanakah keefektifan strategi perubahan kognitif kombinasi reframing dan restrukturisasi kognitif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa SMU?
 - f. Apakah ada perbedaan penilaian kognitif siswa SMU antara yang mendapatkan perlakuan kombinasi reframing dan restrukturisasi kognitif dengan yang tidak mendapat perlakuan?
 - g. Bagaimanakah keefektifan strategi perubahan kognitif kombinasi sekaligus menghentikan pikiran, reframing dan restrukturisasi kognitif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa SMU?
 - h. Apakah ada perbedaan penilaian kognitif siswa SMU antara yang mendapatkan perlakuan kombinasi sekaligus menghentikan pikiran, reframing dan restrukturisasi kognitif dengan yang tidak mendapat perlakuan?
- Berdasarkan temuan dan jawaban terhadap pertanyaan di atas disertai analisis empiris dan konseptual maka disusun suatu model intervensi yang berupa strategi modifikasi kognitif untuk mengembangkan penilaian kognitif terhadap tugas-tugas pelajaran dilengkapi dengan manual penggunaannya.

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh bukti empiris tentang keefektifan strategi modifikasi kognitif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran di SMU. Keefektifan strategi modifikasi kognitif ini akan dibandingkan antara kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan reframing pikiran; menghentikan pikiran dengan restrukturisasi pikiran; Kombinasi teknik reframing dengan restrukturisasi pikiran; dan kombinasi sekaligus menghentikan pikiran, reframing dan restrukturisasi pikiran; dan juga dengan siswa yang tidak mendapatkan perlakuan.

Adapun tujuan akhir sebagai produk penelitian ini, adalah menghasilkan manual praktis yang dapat digunakan oleh para petugas bimbingan dan/atau konselor untuk mengembangkan penilaian kognitif terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Manual ini meliputi komponen-komponen dasar filosofis, asumsi-asumsi dasar, beberapa kali pertemuan harus dilakukan, apa tujuan setiap kali pertemuan, apa materi kegiatan pada setiap kali pertemuan itu dilakukan. Untuk itu, manual yang telah disusun diujicobakan dalam rangka mengetahui administrabilitasnya. Berdasarkan hasil ujicoba itu disusunlah manual akhir yang direkomendasikan oleh penelitian ini.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

a. Secara praktis hasil penelitian ini bermanfaat bagi siswa SMU peserta penelitian eksperimentasi strategi perubahan pikiran dalam mengembangkan penilaian kognitif terhadap tugas pelajaran di sekolah.

b. Hasil penelitian ini memberi manfaat langsung maupun tidak langsung pada konselor sekolah, karena ditemukan suatu pedoman praktis penggunaan strategi modifikasi kognitif itu. Sudah tentu bermanfaat sebagai alat dan pengetahuan baru dalam melaksanakan tugas-tugas bimbingan dan konseling di sekolah. Juga sekaligus dalam melengkapi koleksi model yang dapat membantu mengembangkan penilaian kognitif siswa di sekolah.

c. Hasil penelitian ini bermanfaat secara praktis dalam pengembangan kurikulum pendidikan konselor melalui program bimbingan dan konseling di sekolah, dengan memasukkan strategi modifikasi kognitif sebagai bidang kajian di dalamnya.

2. Manfaat Teoretis

a. Manfaat temuan penelitian ini secara teoretis adalah menambah deretan bukti empiris untuk konsep Cormier dan Cormier, 1985 tentang keefektivan strategi modifikasi kognitif dengan kombinasi yang disarankan.

b. Manfaat teoretis lainnya adalah sebagai konsep awal bagi para pakar bimbingan konseling untuk melakukan studi banding dalam situasi lain atau dengan siswa yang berbeda. Karena masih sulit didapatkan temuan sejenis ini dalam latar bimbingan konseling sekolah di Indonesia.

c. Memberikan prosedur penerapan strategi modifikasi kognitif dalam latar Indonesia, baik untuk dikaji ulang oleh para pakar maupun digunakan dengan ragam budaya Indonesia.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan strategi modifikasi kognitif guna mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Sehubungan dengan hal tersebut penelitian ini dilakukan dengan metode eksperimen. Metode ini digunakan untuk menguji pengaruh suatu variabel bebas terhadap variabel terikat (Dayton 1970, Tuckman, 1978, Frankel & Wallen 1993). Rancangan eksperimennya sebagaimana tertera pada Tabel 3-1.

TABEL 3-1
RANCANGAN EKSPERIMEN

KELOMPOK	PRATES	PERLAKUAN	PASCATES
EKSPERIMEN 1	Y1	X1	Y2
EKSPERIMEN 2	Y1	X2	Y2
EKSPERIMEN 3	Y1	X3	Y2
EKSPERIMEN 4	Y1	X4	Y2
KONTROL	Y1	X0	Y2

BOX 3-1

KETERANGAN RANCANGAN ESKPERIMEN PADA TABEL 3-1

Keterangan

Kelompok eksperimen X1 diberikan perlakuan kombinasi teknik menghentikan pikiran dan restrukturisasi pikiran. Kelompok eksperimen X2 diberikan perlakuan kombinasi teknik menghentikan pikiran dan reframing pikiran. Kelompok eksperimen X3 diberikan perlakuan kombinasi teknik reframing dan restrukturisasi pikiran. Kelompok eksperimen X4 diberikan perlakuan kombinasi teknik (menghentikan pikiran, restrukturisasi pikiran, dan reframing pikiran). Y1 adalah prates dan Y2 adalah pascates, dan kelompok kontrol diberikan oleh guru pembimbing seperti biasanya dan disesuaikan dengan kelompok perlakuan. yang ada.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Variabel penelitian ini terdiri atas (1) penilaian kognitif siswa, dan (2) modifikasi kognitif. Penilaian kognitif siswa sebagai sasaran yang akan diubah atau dikembangkan, sedangkan modifikasi kognitif sebagai strategi untuk mengubah atau mengembangkannya. Agar dapat memberikan batasan yang jelas mengenai variabel-variabel penelitian itu, berikut ini disajikan definisi operasional masing-masing.

1. Penilaian Kognitif

Lazarus dan Folkman (1984:52) mendefinisikan penilaian kognitif sebagai: "Cognitive appraisal is often taken to be a conscious, rational and deliberate process." Definisi yang dikemukakan Lazarus dan Folkman mengandung tiga aspek penting yaitu: menyadari tugas-tugas yang dilihat dan didengar dari guru; memberikan interpretasi-interpretasi terhadap tugas yang diperintahkan; dan rasional dalam mempertimbangkan respons dan sengaja memilih respon yang tepat bagi dirinya maupun lingkungan yang dihadapinya. Ketiga unsur ini dapat dikategorikan sebagai aspek persepsi.

Grinker dan Spiegel (1991:25) mendefinisikan penilaian kognitif sebagai berikut: "Cognitive appraisal is a mental activity, involving judgement, discrimination, and choice of activity base largely on past experience." Rumusan ini memberikan penekanan lebih khusus pada aktivitas mental: terlibat dalam mempertimbangkan respons-respons, membedakan respons yang tepat dan luwes; serta membuat pilihan aktivitas dalam tindakan nyata sesuai dengan pertimbangan respons yang dipilihnya. Definisi itu dapat dikategorikan dalam aspek memberikan persepsi, aspek perhatian, aspek membedakan dan aspek memberikan simpulan atau penerapan.

Piaget, mengemukakan definisi penilaian kognitif sebagai berikut: "Cognitive appraisal is a systematic view of reality organized by the individual's capacities for perception, attention, discrimination, and generalization over time by the experiences of the individual (Ross Buck, 1988:9). Rumusan ini lebih lengkap pada rumusan sebelumnya. Aspek-aspek yang terkandung di dalamnya adalah aspek persepsi (perception), perhatian (attention), diskriminasi (discrimination), dan generalisasi (generalization). Lebih lanjut Piaget juga mengemukakan indikator masing-masing aspek tersebut.

Aspek persepsi berisi subaspek interpretasi yang di dalamnya mengandung indikator: memberi nama (labeling) dan mengukur-ukur kemampuan (capacities evaluation). Aspek perhatian berisi subaspek konsentrasi (consetration) yang mengandung indikator: memfokuskan pandangan (focusing view), dan tekun diri (self-deligent). Diskriminasi mengandung indikator: melihat dari berbagai sisi (seeks evidence on both sides), dan toleran terhadap hal yang bersifat mendua (torerant of ambiguity). Aspek generalisasi berisi subaspek personalisasi (personalizing) yang mengandung indikator: membuat putusan yang sesuai dengan kemampuan, menerapkan tugas yang menjadi tanggung jawabnya secara mandiri.

Dengan demikian, yang dimaksud dengan penilaian kognitif dalam penelitian ini adalah cara siswa memandang, dan menyatakan kesan tanggapannya dengan interpretasi verbal dan nonverbal terhadap tugas-tugas yang diperintahkan guru, di dalamnya terkandung indikator memberikan nama, mengukur kemampuan; cara siswa memperhatikan tugas pelajaran yang di perintahkan guru dengan konsentrasi, di dalamnya terkandung indikator: memusatkan arah ketertarikan terhadap tugas, dan menekuni tugas yang diperintahkan guru. Cara siswa memilah-milah tugas yang diperintahkan guru didalamnya terkandung indikator cara siswa melihat tugas yang diperintahkan guru dari berbagai sisi dan cara siswa memberikan toleransi terhadap tugas yang diperintahkan yang bersifat mendua; serta kemampuan siswa membuat putusan di dalamnya terkandung membuat pilihan putusan, dan bertindak secara mandiri terhadap tugas yang menjadi tanggung jawabnya.

Aspek persepsi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa memperkira-kirakan (interpretasi) tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru. Interpretasi sebagai sub-aspek persepsi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa dalam memberi nama tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru seperti: tugas itu dapat diselesaikan atau tidak dapat diselesaikan, tugas itu dapat dikerjakan atau tidak dapat dikerjakan, tugas itu ringan atau sulit, yang dinyatakan secara verbal atau nonverbal, Indikator operasionalnya dinyatakan sebagai berikut: (1) siswa dapat memberi nama (label) terhadap tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru, (2) siswa dapat mengukur-ukur kemampuan atas tugas yang diperintahkan guru.

Perhatian sebagai salah satu aspek penilaian kognitif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa memberikan konsentrasi terhadap tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru. **Konsentrasi** sebagai subaspek perhatian yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa untuk memfokuskan pandangannya dan menekuni diri terhadap tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru. **Indikator** operasional yang dinyatakan dalam definisi ini adalah: (1) siswa dapat memfokuskan pandangannya terhadap tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru, (2) siswa dapat menekuni tugas pelajaran yang diperintahkan guru di sekolah.

Diskriminasi sebagai salah satu aspek penilaian kognitif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah, kemampuan memilah-milah tugas yang diberikan guru. Memilah-milah sebagai subaspek diskriminasi adalah kemampuan siswa melihat tugas secara luwes. Indikator operasional yang dinyatakan dalam definisi itu adalah; (1) siswa dapat melihat tugas dari berbagai sisi, (2) siswa dapat menerima tugas yang bersifat mendua (*tolerant of ambiguity*).

Generalisasi sebagai salah satu aspek penilaian kognitif siswa yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa membuat suatu keputusan yang menjadi hasil pikiran dirinya dan menjadi miliknya (*personalisasi*). *Personalisasi* sebagai subaspek generalisasi adalah cara siswa membuat keputusan terhadap tugas yang dikerjakan yang menjadikan miliknya sendiri. Indikator operasional yang terkandung di dalamnya adalah: (1) siswa dapat membuat pilihan putusan sesuai dengan kemampuannya, (2) siswa dapat bertindak secara mandiri akan tugas yang menjadi tanggung jawabnya sendiri.

2. Perubahan kognitif

Perubahan kognitif dalam penelitian ini mengacu pada perubahan pernyataan-pernyataan covert dan overt menuju kepada pernyataan-pernyataan yang bermakna yakni melalui proses pengentian pikiran, pemingkalian kembali pikiran dan penataan kembali pikiran. Di samping itu perubahan kognitif dalam prosesnya mengacu kepada perubahan perilaku kognitif yang tersembunyi dan perilaku yang nyata berupa pernyataan-pernyataan yang tercetus atau tidak teretus. Beck (1980:37) menegaskan: "Cognitive modification refers to the importance of overt behavior change and cognitive and affective, or covert behavior change." Kemudian Burns (1988:xvii) juga mengemukakan bahwa: "Perubahan kognitif mengacu kepada perubahan pikiran dan penilaian-penilaian yang terkerangka dalam pikirannya yang secara otomatis

mempengaruhi pola berpikir, emosi dan perilakunya." Meichenbaum (1977:178) menjelaskan bahwa: "Cognitive modification refers to the modifying thoughts, attitudes, and beliefs." Ketiga definisi itu mengisyaratkan adanya penekanan sangat menonjol perubahan kognitif yaitu pernyataan klien.

Cormier dan Cormier (1985:387) melihat dari sisi prosesnya untuk mencapai perubahan kognitif dengan mendefinisikan sebagai berikut: "Cognitive modification is a strategy continues to be used frequently, often in conjunction with other techniques." Sebagai suatu proses perubahan kognitif menekankan pentingnya penilaian kognitif individu terhadap situasi tertentu dan menekankan penggunaan teknik bersama-sama (kombinasi) agar dapat mencapai perubahan kognitif dari berbagai sisi.

Strategi perubahan kognitif ini bertujuan untuk menjadikan siswa memiliki penilaian kognitif terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah yang lebih positif melalui teknik menghentikan pikiran, restrukturisasi pikiran, dan reframing pikiran.

Menghentikan pikiran (thought stopping) adalah teknik perubahan dan mengembangkan pikiran melalui diteksi pernyataan covert dan overt, serta membedakan yang mana fungsional dan disfungsional; melakukan latihan untuk menghentikan pikiran yang disfungsional kemudian beralih kepada pikiran fungsional; membuat rincian dalam format, rincian dalam buku harian, dan dilanjutkan menampilkan dalam bentuk profil untuk melihat ada tidaknya perkembangan dan perubahan antara yang dicapai dengan yang diharapkan dalam teknik menghentikan pikiran itu.

Restrukturisasi pikiran (cognitive restructuring) adalah teknik perubahan dan pengembangan pikiran yang dilakukan melalui laporan klien tentang adanya indikasi pernyataan disfungsional yang berkembang dalam pikirannya. Dari indikasi itu klien diajak untuk menyusun pernyataan pikiran itu dalam buku harian. Kemudian dari hasil tulisan itu, klien diminta untuk menyusun pikiran positif pada kolom pikiran positif dan menyusun pikiran negatif pada kolom pikiran negatif. Selanjutnya klien menggunakannya sebagai pegangan untuk berlatih kembali dalam menyusun label-label positif ke dalam pelathan yang dikondisikan untuk perubahan dalam dirinya.

Reframing (pembingkai kembali pikiran) adalah teknik perubahan dan pengembangan pernyataan bermakna dilakukan klien melalui pengenalan bingkai-bingkai pernyataan yang

diidentifikasi secara awal ketika memulai memasuki proses pelatihan. Klien diminta mengidentifikasi pernyataan yang lalu terhadap tugas pelajaran kemudian mencatat dalam buku harian, kemudian memilih pernyataan yang positif terhadap tugas pelajaran yang telah tersusun dalam buku harian. Kemudian siswa diminta membedakan mana bingkai pikiran yang positif bermakna dan mana bingkai yang tidak bermakna. Klien diminta untuk menulis bingkai pikiran yang bermakna pada kolom bingkai positif, dan menulis bingkai pikiran yang kurang bermakna pada kolom negatif. Selanjutnya hasil pengenalan itu digunakan untuk berlatih mengubah dari bingkai kurang bermakna kepada bingkai yang bermakna dari segi persepsi, perhatian, diskriminasi, dan generalisasi. Siswa diminta untuk melakukan analisis pernyataan-pernyataan yang kurang bermakna dan dampaknya dalam reaksi kognitif lainnya juga menganalisis pernyataan-pernyataan itu dari bingkai yang diinterpretasi bermakna terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Klien diminta untuk membuat grafik secara gradual mengenai perubahan dalam bentuk persentase. Grafik tersebut kemudian ditunjukkan kepada teman agar memperoleh masukan, kritikan yang bersifat mendorong atau memotivasi untuk lebih giat dalam menampilkan pernyataan-pernyataan kognitif covert dan overt yang lebih bermakna. Hasil latihan itu dipertahankan untuk digunakan dalam menghadapi tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru selanjutnya.

C. Asumsi-asumsi Penelitian

Berdasarkan survei kepustakaan, dapat diangkat sejumlah asumsi yang relevan dan mendasari penelitian ini:

1. Setiap individu memiliki potensi belajar melalui persepsi, perhatian, pembedaan dan penggeneralisasian terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Karena itu individu belajar secara awal melalui penilaian-penilaian pikiran awal (prior cognitive appraisal), sehingga dia dapat menginterpretasi sesuatu, mengkonsentrasi bidang yang menjadi perhatiannya, membedakan tugas dari berbagai sisi tugas-tugas yang dihadapi, dan mengumumkan serta menerapkan rencana yang menjadi pilihan dirinya sendiri. Upaya mempersepsi, memberi perhatian, memilah-milah dan menggeneralisasi tergantung dari penilaian kognitif seseorang. Hal ini mendasari pemikiran yang dikemukakan oleh Epitetus bahwa: "That Men are disturbed not by things, but by the views which they take of things" (Lazarus, 1991:130). Manusia itu terganggu, bukan karena objek di luar

pikirannya, melainkan karena pandangan-pandangan yang diambil oleh pikiran itu terhadap sesuatu di luar dirinya. Apabila pikiran individu mengkonstruksi peristiwa itu dengan baik atau berguna, maka peristiwa itu menjadi positif, begitu pula apabila individu menilai dari sisi kesalahan, tidak berguna, tidak selaras, maka sesuatu yang dihadapi negatif atau tidak berguna. Lebih lanjut Shakespeare menyatakan: "There is nothings either good or bad, but thinking makes it so." (Lazarus, 1991:130). Pernyataan itu menggambarkan bahwa sesuatu yang ada itu sesungguhnya dibangun dari penilaian-penilaian yang dibuat dan dibangun dalam rangka pikiran orang itu sendiri dan menjadi suatu penilaian atas dasar susunan pikirannya yang secara sistematis akan digunakan setiap saat oleh pikiran manusia itu sendiri, dan bukan karena peristiwa itu.

2. Penilaian kognitif adalah suatu yang dinamis. Oleh sebab itu dapat, dikembangkan, bahkan mengembangkan penilaian kognitif adalah sesuatu yang paling esensi dalam kesadaran manusia. Hal ini terjadi Karena hampir semua tindakan yang dilakukan manusia bersumber dari penilaian-penilaian kognitif yang dibangun dari apa yang dilihat, didengar, diperkirakan, dipilah-pilah dan digeneralisasi terhadap suatu objek yang dihadapi ketika itu maupun atas dasar pengalaman sebelumnya.

3. Konseling memiliki potensi untuk dapat mengembangkan penilaian kognitif itu karena penilaian kognitif adalah proses psikologis yang mengikuti perkembangan individu, dan proses konseling juga menggunakan intervensi-intervensi psikologis.

4. Setiap individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk menghentikan penilaian-penilaian kognitif, menstruktur kembali kognitif dan membuat kerangka pikiran baru yang dipandang kurang berguna dalam upaya meningkatkan tindakan yang produktif dalam tugas-tugas pelajaran. Jika dilakukan dengan penuh kesadaran dan sistematis maka akan muncul menjadi pola pikiran, emosi dan perilaku yang positif. Dengan demikian, setiap individu juga memiliki kemampuan untuk melakukan perubahan penilaian kognitifnya agar dapat terjadi perubahan dalam upaya mencapai perilaku sasaran yang diinginkan.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini berupa hipotesis umum dan khusus seperti yang disajikan dalam Box 3-2.

BOX 3-2

HIPOTESIS UMUM DAN HIPOTESIS KHUSUS PENELITIAN

1. Hipotesis Umum

Hipotesis umum penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: "Strategi perubahan kognitif efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa SMU."

2. Hipotesis Khusus

a. Strategi perubahan kognitif, kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan teknik reframing pikiran efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif kearah positif terhadap tugas-tugas pelajaran siswa SMU

b. Siswa SMU yang mendapat perlakuan kombinasi teknik menghentikan pikiran dan reframing berkembang penilai kognitifnya kearah positif daripada yang tidak mendapat perlakuan

c. Strategi perubahan kognitif kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan teknik restrukturisasi pikiran efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif kearah positif terhadap tugas-tugas pelajaran siswa SMU

d. Siswa SMU yang mendapatkan perlakuan kombinasi teknik menghentikan pikiran dan restrukturisasi pikiran berkembang penilaian kognitifnya kearah positif daripada yang tidak mendapatkan perlakuan

e. Strategi perubahan kognitif kombinasi teknik reframing dan restrukturisasi pikiran efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif kearah positif terhadap tugas-tugas pelajaran siswa SMU ?

f. Siswa SMU antara yang mendapatkan perlakuan kombinasi teknik reframing dan restrukturisasi pikiran berkembang penilaian kognitifnya kearah positif daripada yang tidak mendapatkan perlakuan

g. Strategi perubahan kognitif kombinasi teknik menghentikan pikiran, reframing dan restrukturisasi pikiran sekaligus efektif mengembangkan penilaian kognitif kearah positif terhadap tugas-tugas pelajaran siswa SMU

h. Siswa SMU antara yang mendapatkan perlakuan kombinasi teknik menghentikan pikiran, reframing dan restrukturisasi pikiran berkembang penilaian kognitifnya kearah positif daripada yang tidak mendapatkan perlakuan

i. Terdapat perbedaan perkembangan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran siswa SMU antara yang mendapatkan perlakuan kombinasi teknik menghentikan pikiran, reframing, kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan restrukturisasi kognitif, kombinasi teknik reframing pikiran dengan restrukturisasi pikiran dan kombinasi teknik menghentikan pikiran, reframing pikiran dan restrukturisasi pikiran

E. Subjek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah sebesar 360 orang siswa yang tersebar di dalam delapan kelas: kelas I.1 = 45 orang, kelas I.2 = 43 orang, kelas I.3 = 42 orang, kelas I.4 = 45 orang, kelas I.5 = 45 orang, kelas I.6 = 45 orang, kelas I.7 = 45 orang, I.8 = 45 orang.

Dipilihnya SMU Korpri IKIP Bandung sebagai lokasi penelitian didasari oleh beberapa pengamatan: (1) Siswanya berasal dari berbagai latar belakang sosial ekonomi dan budaya yang bervariasi dari lapisan bawah hingga lapisan atas. (2) SMU Korpri IKIP Bandung yang berstatus disamakan (3) Secara keseluruhan pengelolaan administrasi di bawah IKIP Bandung merupakan cermin yang terbaik di sekolah itu. (4) Dalam hal layanan BP sekolah ini sangat memadai di mana konselornya telah mencapai level gelar magister bimbingan konseling sekolah.

Karena jumlah seluruh siswa kelas I SMU Korpri IKIP Bandung itu cukup besar untuk keperluan eksperimen, maka dilakukan pengambilan sampel. Jumlah sampel penelitian ditentukan sebanyak 30 orang siswa untuk setiap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengambilan sampel sebanyak 30 orang itu dilakukan dengan pertimbangan sudah cukup untuk keperluan analisis statistik dalam bentuk kausal komparatif. Sebab, berdasarkan ketentuan metodologis, untuk keperluan analisis statistik dalam bentuk kausal komparatif diperlukan sekurang-kurangnya 15 kasus untuk setiap kelompok (Borg & Gall, 1983:257; Gay, 1987:115).

Cara pengambilan sampel dilakukan melalui prosedur: (1) melakukan prates kepada seluruh siswa kelas I yang berjumlah 360 orang itu; (2) menjumlahkan skor yang diperoleh setiap siswa itu; dan (3) mengambil secara acak siswa yang jumlah skornya termasuk ke dalam kategori rendah sebanyak 30 orang untuk kelompok eksperimen 1, kelompok eksperimen 2, kelompok eksperimen 3, kelompok eksperimen, 4 dan satu untuk kelompok kontrol.

Untuk bisa memilih siswa yang memperoleh jumlah skor kategori rendah itu, lebih dahulu dibuat tolok ukur dalam kategori "tinggi," sedang" dan "rendah." Adapun tolok ukur kategori yang digunakan dalam penelitian ini didasarkan pada kurva normal (Stephen Isaac dan William B. Michael, 1982:103). Karena penilaian kognitif dapat dibentuk ke dalam kategori "tinggi," "sedang" dan "rendah", maka dengan menggunakan tolok ukur kurva normal itu, berarti untuk kelompok kategori "sedang sebesar 68,26% (34,13% daerah kanan dan kiri kurva). Ini berarti

pula untuk kelompok kategori “tinggi sebesar 15,87% dan kelompok kategori “rendah” juga sebesar 15,87%.

Selanjutnya, untuk menentukan setiap kelompok kategori itu lebih dahulu ditetapkan daerah kategori “sedang.” Dengan ditemukannya kategori “sedang,” maka untuk kelompok kategori “tinggi” adalah di atas batas rentangan kategori “sedang” itu, dan untuk kategori “rendah” adalah di bawah batas rentangan kategori “sedang itu.

Cara untuk membuat tolok ukur kategori “sedang” itu adalah: (1) mencari skor maksimal ideal, caranya adalah mengalikan skor tertinggi dari pilihan jawaban yang ada pada setiap butir pernyataan dengan jumlah keseluruhan butir pernyataan yang ada dalam kuesioner penilaian kognitif; (2) mencari rata-rata ideal dengan cara membagi dua skor maksimal ideal; (3) mencari standar deviasi ideal dengan cara membagi tiga rata-rata ideal atau membagi enam skor maksimal ideal; (4) mencari nilai z untuk daerah 34,13% dengan menggunakan tabel kurva normal; dan (5) menentukan kategori “sedang” dengan rumus: $X \text{ ideal} - (Z \times S \text{ ideal})$ sampai dengan $X \text{ ideal} + (Z \times S \text{ ideal})$.

Diketahui jumlah butir terpilih dalam pernyataan penilaian kognitif sebanyak = 61 butir pernyataan dengan lima pilihan jawaban yang memiliki skor tertinggi = 4 . Jadi, skor maksimal ideal adalah = $4 \times 61 = 244$. Rata-rata ideal = $244 : 2 = 122$. Standar deviasi ideal = $122 : 3 = 40,666$. Nilai Z pada 34,13 % = 1,00. Jadi Kategori “sedang” = $122 - (1 \times 40,666)$ s.d. $122 + (1 \times 40,666) = 81,334 - 162,666$

Dengan menggunakan langkah-langkah di atas, ditemukan tolok ukur pengambilan sampel kelompok eksperimen dan kontrol dalam kategori penilaian kognitif sebagaimana tertera pada tabel 3-2.

TABEL 3-2
TOLOK UKUR PENGAMBILAN SAMPEL KELOMPOK
EKSPERIMEN DAN KONTROL DALAM KATEGORI PENILAIAN
KOGNITIF SISWA KELAS 1

Kategori Penilaian Kognitif	Rentangan Skor Mean (Rerata)	% dari Skor maksimal ideal
Tinggi	162,67 – 244,00 $\chi_i + 1\delta_i$ s/d $\chi_i + 3\delta_i$	67,28 % – 100 %
Sedang	81,35 – 162,66 $\chi_i - 1\delta_i$ s/d $\chi_i + 1\delta_i$	33,33 % – 66,67 %
Rendah	00,000 – 81,33 $\chi_i - 3\delta_i$ s/d $\chi_i - 1\delta_i$	00,00 % – 32,72 %

TABEL 3-3
 JUMLAH INDIVIDU PENELITIAN YANG BERADA DALAM
 MASING-MASING KELOMPOK EKSPERIMEN DAN
 TEKNIK PERLAKUAN YANG DIKENAKAN

No	Jmlah Subyek Penelitian	Kelompok (Teknik Perlakuan)
01	30	Kelompok 1 (Kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan teknik restrukturisasi pikiran)
02	30	Kelompok 2 (Kombinasi Teknik menghentikan pikiran dengan teknik Reframing pikiran)
03	30	Kelompok 3 (Kombinasi Teknik restrukturisasi pikiran dengan teknik reframing pikiran)
04	30	Kelompok 4 (Kombinasi Teknik menghentikan pikiran, restrukturisasi pikiran, dengan teknik reframing pikiran)
05	30	Kelompok Kontrol

Berdasarkan tolok ukur itu, maka diambil secara acak 30 siswa yang jumlah skornya berada pada rentangan kategori "rendah" (00,00 - 81,33) untuk setiap kelompok eksperimen 1, kelompok eksperimen 2 kelompok eksperimen 3, kelompok eksperimen 4, dan kelompok kontrol. Jadi, subyek penelitian ini sebagaimana tertera dalam Tabel 3-3.

F. Pengembangan Instrumen Penelitian

Ada tiga instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: (1) pedoman pemberian perlakuan terhadap kelompok eksperimen, (2) format pemantau kognitif (bentuk buku harian), dan (3) kuesioner penilaian kognitif.

1. Pedoman Memberikan Perlakuan Kelompok Eksperimen

Instrumen ini dikembangkan dengan mengkaji dan memahami konsep strategi pengubahan kognitif beserta tiga teknik yang diambil di dalamnya: menghentikan pikiran, restrukturisasi pikiran, reframing pikiran.

Dari pengkajian dan pemahaman konseptual strategi pengubahan kognitif itu diperoleh saripati yang dapat dikembangkan menjadi pedoman memberikan perlakuan terhadap kelompok eksperimen: (1) pandangan tentang hakikat manusia, 2) tujuan strategi pengubahan kognitif beserta tekniknya; (3) asumsi-asumsi dasar strategi pengubahan kognitif; (4) prosedur dan teknik, yang di dalamnya berisi : (a) penyiapan dan pembentukan kelompok, (b) pengenalan konsep perilaku sasaran (dalam penelitian ini adalah penilaian kognitif), (c) pengenalan tentang teknik-teknik yang ada dalam strategi pengubahan kognitif, (d) pelatihan penggunaan teknik-teknik yang

ada dalam strategi perubahan kognitif yang dapat dilakukan melalui pemberian informasi, diskusi, latihan, dan umpan balik, (e) sarana perwujudan dalam perilaku nyata yang berupa format atau buku harian penilaian kognitif, dan (5) penilaian, yang dilakukan melalui pernyataan-pernyataan/label-label, dan menganalisis label-label kognitif yang dituangkan dalam format buku harian.

Berdasarkan komponen-komponen yang disarikan dari konsep strategi perubahan kognitif itu disusunlah pedoman memberikan perlakuan kelompok eksperimen, karena dalam penelitian ini ada empat kelompok eksperimen yang telah disesuaikan dengan jenis kombinasi teknik yang ada pada setiap kelompok eksperimen tersebut. Validasi pedoman yang telah disusun itu ditimbang oleh tiga orang ahli guna mendapatkan perbaikan-perbaikan. Berdasarkan perbaikan-perbaikan dari tiga penimbang itu disusun pedoman akhir yang selanjutnya digunakan dalam penelitian. Bentuk pedoman memberikan perlakuan bagi kelompok-kelompok eksperimen ini tertera pada lampiran 1.

2. Format Buku Harian Catatan Kognitif

Instrumen ini diadaptasi langsung contoh "cognitive change" dari Cormier dan Cormier (1985:413) Secara keseluruhan format catatan kognitif itu berisi komponen yang harus diisi oleh setiap subjek penelitian. Kolom satu: berisi hari dan tanggal, kolom dua berisi situasi yang dihadapi siswa; kolom tiga (2) kolom situasi ketika itu; (3) kolom pernyataan-pernyataan pikiran yang terbayang ketika itu; (3) kolom frekuensi 1= baik, 2= cukup baik, 3= baik, 4= sangat baik (4) kolom penandaan pikiran positif atau negatif. (5) kolom Frame pikiran negatif (6) Kolom frame pikiran positif (7) kolom penstruktur kembali pikiran (8) kolom hasil perubahan kognitif yang dicapai dalam frekuensi 1= baik, 2= cukup baik, 3= baik, 4= sangat baik. Di samping itu ada perbedaan dalam format catatan pikiran pada kombinasi teknik menghentikan pikiran-reframing pikiran yaitu, kolom penstruktur pikiran, dan pada kombinasi teknik dengan menghentikan pikiran-restrukturisasi pikiran kolom frame pikiran.

Validasi instrumen ini ditimbang oleh tiga orang ahli yang kemudian memberikan perbaikan-perbaikan redaksional karena isinya langsung diadaptasi dari Cormier dan Cormier. Bentuk format catatan pikiran untuk setiap kelompok eksperimen tertera pada lampiran 2.

3. Kuesioner Penilaian Kognitif

Kuesioner penilaian kognitif ini menggunakan bentuk skala Likert dalam lima notasi pilihan yaitu, sangat setuju (ss); setuju (s) tidak tahu (tt); kurang setuju (ks); tidak setuju (ts). Pilihan pada skala Likert ini ditetapkan karena berdasarkan survai kepustakaan, terdapat beberapa bentuk kuesioner, tetapi pada umumnya berbentuk respons terbatas. Pilihan jawaban sudah disediakan. Misalnya, Delclos dan Harrington (1991:36) mengembangkan kuesioner bentuk force-choice "Ya" dan "TIDAK." Beck dalam Vanderlinden (1988) mengembangkan kuesioner dalam bentuk pasangan dua pernyataan A dan B. Setiap nomor pernyataan A menggambarkan penilaian kognitif positif, sedangkan pernyataan B menggambarkan penilaian kognitif negatif. Namun selanjutnya Vanderlinden (1993) mengembangkan kuesioner baru, sebagai penyempurnaan kuesioner A dan B yang pernah digunakan, dalam bentuk empat pilihan jawaban pada setiap butir pernyataan, yaitu (sangat sesuai (ss): jika pernyataan itu menggambarkan pikiran diri individu, sesuai (s): jika pernyataan itu menggambarkan pikiran-pikiran individu, kurang sesuai (ks): jika pernyataan itu kurang menggambarkan pikiran individu, tidak sesuai (ts): jika pernyataan itu tidak menggambarkan pikiran individu. Berdasarkan pemikiran itu, maka kuesioner penilaian kognitif ini menjatuhkan pilihan pada pola skala Likert dengan lima notasi pilihan.

Secara operasional, pengembangan kuesioner penilaian kognitif dilakukan melalui langkah-langkah (1) menyusun kisi-kisi kuesioner; (2) merumuskan butir-butir pernyataan; (3) menimbang butir pernyataan kepada para ahli, (4) mengujicoba ke lapangan; (5) menyeleksi butir-butir pernyataan dengan cara : (a) melakukan pembobotan skala karena pilihan jawabannya terdiri atas lima pilihan, (b) menguji daya pembeda setiap butir pernyataan, (c) mengkorelasikan setiap butir pernyataan dengan total, (d) menguji kesahihan faktor; dan 6) menguji keadalan kuesioner. Keenam langkah ini direvisi kembali dalam penjelasan berikut ini.

Pertama, menyusun kisi-kisi kuesioner

Penyusunan kisi-kisi kuesioner ini didasarkan pada bangun variabel penilaian kognitif yang dikembangkan dari teori Piaget, Lazarus, dan Grinkers-Spiegel. Berdasarkan konsep itu sebagaimana diuraikan dalam Bab II, maka bangun variabel penilaian kognitif itu memiliki empat aspek dan subaspek, masing-masing subaspek itu mengandung beberapa indikator. (1) Aspek persepsi dengan subaspek interpretasi mengandung indikator: (a) siswa memberikan pelabelan

terhadap tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru, (b) siswa mengukur-ukur tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru dengan kemampuan yang dimiliki. (2) Aspek perhatian dengan subaspek konsentrasi mengandung indikator (a) siswa dapat memfokuskan pandangannya terhadap tugas pelajaran yang diperintahkan guru, (b) siswa dapat menekuni tugas-tugas yang diberikan guru. (3) Aspek diskriminasi dengan subaspek memilah-milah tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru. Di dalamnya terkandung indikator : (a) siswa dapat melihat tugas pelajaran dari berbagai sisi (b) siswa dapat menerima tugas-tugas yang bersifat mendua. (4) Dalam aspek Generalisasi dengan sub-aspek personalisasi terkandung indikator: (a) siswa dapat membuat putusan berdasarkan pikirannya sesuai dengan tugas-tugas yang diperintahkan guru, (b) siswa dapat bertindak secara mandiri terhadap tugas yang menjadi tanggung jawabnya sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Kisi-kisi kuesioner penilaian kognitif ini tertera dalam Tabel 3-4.

Kedua, merumuskan butir-butir pernyataan

Setelah kisi-kisi kuesioner tersusun, dirumuskan butir-butir pernyataan berdasarkan sebaran yang ada dalam kisi-kisi itu. Butir-butir pernyataan yang tersusun pada tahap ini berjumlah 122 butir. Melalui uji pembobotan nilai skala, yang memenuhi pembobotan adalah berjumlah 102 item. Setelah dilanjutkan dengan uji daya beda, uji validitas, uji reliabilitas, maka yang tersisa tinggal 61 butir. Kuesioner hasil pengujian ini tertera pada lampiran 3A.

Ketiga, menimbang butir pernyataan

Penimbang butir-butir pernyataan dalam kuesioner penilaian kognitif ini dinilai oleh tiga orang ahli: dua orang dari PPS IKIP Bandung, satu orang Ahli psikologi dari PPS Unpad Bandung. Tujuan dari penimbang ini adalah untuk mendapatkan kesesuaian antara butir pernyataan dengan indikator yang diukur oleh butir pernyataan itu berdasarkan bangun variabelnya.

Untuk mengetahui keandalan butir-butir pernyataan berdasarkan timbangan para ahli itu, diuji dengan menghitung keandalan antarpenimbang (interrater reliability) dengan menggunakan rumus dari Ebel (Gulford, 1954:359), dan diperoleh hasil sebagaimana tertera pada Tabel 3-5. Perhitungannya tertera pada lampiran 4.

TABEL 3-4
KISI-KISI KUESIONER PENILAIAN KOGNITIF

No	Aspek/Sub-aspek/Indikator	Positif	Negatif	Jumlah
01	Persepsi - Interpretasi			
	a. Siswa dapat memberikan nama (label) terhadap tugas-tugas pelajaran yang diberikan guru	13,23,27,38 62,78,94,110	25,40,42,44 70,86,102,118	16
02	b. Siswa dapat mengukur kemampuannya terhadap tugas-tugas pelajaran yang dikerjakannya	31,33,46,52 63,79,95,111	29,35,48,50 71,87,103,119	16
	Perhatian - Konsentrasi			
03	a. Siswa dapat memfokus pandangannya terhadap tugas-tugas pelajaran	22,24,39,41 64,80,96,112	26,28,37,43 72,88,104,120	16
	b. Siswa dapat bertekun diri terhadap tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru	30,32,36,47 65,81,97,113	34,45,49,51 73,89,105,121	16
04	Diskriminasi - Memilah-milah			
	a. Siswa dapat melihat tugas-tugas pelajaran dari berbagai sisi	03,05,07,54 66,82,98,114	01,09,24,56 74,90,106,122	15
05	b. Siswa dapat menerima tugas-tugas pelajaran yang mendua	21,17,19,67 83,99,115	11,15,58 75,91,107	13
	Generalisasi - Personalisasi			
06	a. Siswa dapat membuat pilihan putusan sesuai dengan kemampuannya	06,08,10,53 68,84,100, 116	02,04,57,59 76,92,108	15
	b. Siswa dapat bertindak secara mandiri terhadap tugas yang menjadi tanggung jawabnya	14,18,60,69 85,101,117	12,16,20,55,61 77,93,109	15
Jumlah		62	60	122

TABEL 3-5
KOEFSIEN KEANDALAN ANTARPENIMBANG
KUESIONER PENILAIAN KOGNITIF

Koefisien keandalan	Nilai keandalan	t	p
r_{11}	0,237	2,667	0,05
r_{33}	0,482	6,022	0,001

Keempat, uji coba kuesioner

Terdapat kecenderungan dalam penelitian ini bahwa, subjek penelitian menjawab yang sebaiknya (as should be) terhadap pernyataan-pernyataan atau pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam kuesioner, bukan seperti adanya (as it is). Oleh sebab itu, untuk mengetahui kesahihan (validity) dan keandalan (reliability) kuesioner secara empirik, kuesioner yang telah ditimbang oleh para ahli itu perlu diujicobakan.

Uji coba kuesioner dalam penelitian ini dilakukan melalui dua tahap. Pertama, uji coba dilakukan terhadap lima orang siswa untuk mengetahui keterbacaan dan keterpahaman setiap pernyataan dalam kuesioner. Berdasarkan uji coba tahap ini, dilakukan perbaikan redaksional kuesioner tanpa mengubah isi yang terkandung di dalamnya. Kedua, uji coba dilakukan terhadap 37 orang siswa untuk memperoleh data empirik yang kemudian dijadikan dasar untuk melakukan uji kesahihan dan keandalan kuesioner secara statistik.

Kelima, menyeleksi butir-butir pernyataan

Langkah ini dilakukan untuk memperoleh pernyataan yang betul-betul sah yang akan digunakan dalam penelitian. Ada empat langkah dalam menyeleksi butir-butir pernyataan ini: (1) melakukan pembobotan skala; (2) menguji daya pembeda; (3) mengkorelasikan butir dengan keseluruhan; dan (4) menguji kesahihan faktor.

a. Melakukan pembobotan nilai skala

Langkah ini dilakukan untuk mengetahui ketepatan nilai skala setiap pernyataan. Kriteria ketepatan nilai skala adalah 4-3-2-1-0 untuk pernyataan positif dan 0-1-2-3-4 untuk pernyataan negatif. Suatu pernyataan yang tidak memenuhi kriteria ini berarti gugur.

Cara memeriksa ketepatan bobot nilai skala ini dilakukan dengan menganalisis normalitas sebaran frekuensi pada kontinum skala tersebut. Analisis ini menggunakan cara yang dikemukakan oleh Edward (1957:149-152). Satu contoh perhitungan bobot nilai skala dengan mengambil pernyataan nomor 59 adalah, suatu pernyataan negatif. Pada tahap pembobotan nilai skala ini, dari kuesioner bentuk awal berjumlah 122 butir, yang memenuhi pembobotan adalah 102 butir, sisanya 20 butir dinyatakan gugur. Contoh perhitungan disajikan dalam Tabel 3-6, dan hasil pembobotan nilai skala secara lengkap disajikan pada lampiran 5.

TABEL 3-6
CONTOH HASIL PEMBOBOTAN NILAI SKALA BUTIR
PERNYATAAN NOMOR 59

Kreteria	SS	S	TT	KS	TS
f	2	18	10	4	3
p	0.054	0.486	0.270	0.108	0.081
cp	0.540	0.540	0.811	0.919	1.000
mp	0.027	0.297	0.676	0.865	0.980
z	-1.927	-0.533	0.454	1.098	1.739
z +	0.000	1.394	2.381	3.025	3.666
z-dibtkan	0	1	2	3	4

b. Menguji daya pembeda butir pernyataan

Uji daya pembeda butir dilakukan untuk mengetahui apakah suatu pernyataan dapat membedakan subjek penelitian yang berpenilaian kognitif positif dengan yang tidak. Dengan menggunakan butir-butir pernyataan terpilih pada saat pembobotan nilai skala, sampel uji coba yang berjumlah 37 orang siswa diurut berdasarkan besar kecilnya jumlah nilai yang diperoleh: dari yang paling tinggi sampai dengan yang paling rendah. Dari sampel ujicoba yang ada itu diambil 27% untuk kelompok tinggi dan 27% kelompok rendah. Pengujian dilakukan dengan uji-t (Edwards, 1957:152): membandingkan rata-rata hitung yang diperoleh masing-masing kelompok itu pada setiap butir pernyataan. Suatu butir pernyataan dinyatakan sah jika memiliki nilai t signifikan pada $p = 0,05$. Berdasarkan hasil perhitungan dari 102 butir pernyataan, diperoleh 61 butir pernyataan terpilih (signifikan pada $p = 0,05$) dan 42 butir pernyataan gugur karena tidak signifikan pada $p = 0,05$. Rangkuman perhitungan secara keseluruhan tertera pada lampiran 6.

c. Kesahihan butir pernyataan dengan total

Seleksi selanjutnya adalah dengan menggunakan korelasi item-total: menghitung indeks korelasi antara nilai yang diperoleh subjek penelitian untuk setiap butir pernyataan dengan skor yang diperoleh untuk seluruh perangkat pernyataan dalam kuesioner. Butir pernyataan yang dinyatakan sah dan terpilih adalah yang signifikan pada $p = 0,05$. Berdasarkan perhitungan ini diperoleh 61 butir sah: Pertama, aspek persepsi dengan subaspek interpretasi mengandung indikatornya adalah: (a) Siswa dapat memberikan nama (label) terhadap tugas-tugas pelajaran yang diberikan guru sah 8 dan gugur 2, (b) siswa dapat mengukur kemampuannya terhadap tugas-tugas pelajaran yang dikerjakannya, sah = 8, gugur = 0. Kedua aspek perhatian dengan subaspek konsentrasi, indikatornya adalah: (a) siswa dapat memfokuskan pandangannya terhadap

tugas-tugas pelajaran, sah = 8, gugur = 2, (b) siswa dapat bertekun diri terhadap tugas-tugas yang diperintahkan guru, sah = 8, gugur = 2. Ketiga aspek diskriminasi, subaspek memilah-milah indikator adalah: (a) siswa dapat melihat tugas-tugas pelajaran dari berbagai sisi, sah = 8, gugur = 2, (b) siswa dapat menerima tugas-tugas pelajaran yang bersifat mendua, sah = 8, gugur = 2. Keempat, aspek generalisasi, dengan subaspek personalisasi, indikatornya adalah : (a) siswa dapat membuat pilihan putusan sesuai dengan kemampuannya, sah 8 gugur = 2, (b) siswa dapat bertindak secara mandiri terhadap tugas yang menjadi tanggung jawabnya, sah = 8, gugur = 2. Rangkuman hasil perhitungan tertera pada lampiran 7.

d. Menguji kesahihan faktor.

Uji kesahihan faktor dilakukan untuk mengetahui (1) korelasi antar indikator kuesioner, (2) korelasi antar indikator dengan keseluruhan, dan sumbangan efektif tiap-tiap indikator terhadap keseluruhan. Berdasarkan perhitungan ini diperoleh: pertama, matrik korelasi yang menunjukkan bahwa korelasi antarindikator yang berjumlah delapan indikator semuanya berkorelasi positif dan signifikan pada $p = 0,05$; kedua, korelasi antar indikator dengan keseluruhan perangkat kuesioner; dan ketiga, sumbangan efektif setiap indikator terhadap keseluruhan perangkat kuesioner sebagaimana tertera pada Tabel 3-7 dan hasil lengkap pada lampiran 8.

e. Menguji keandalan (reliability) kuesioner

Uji keandalan kuesioner dilakukan dengan menggunakan teknik Hyots, dengan alasan-alasan (1) dapat digunakan untuk butir-butir dikotomi maupun nirkotomi; (2) tidak menuntut tingkat kesukaran butir yang seimbang atau hampir seimbang; (3) dapat digunakan untuk menguji tes maupun bukan tes; dan (4) jika ada jawaban yang kosong kasusnya dapat digugurkan saja (Sutrisno Hadi, 1996).

Dalam penelitian ini, uji keandalan kuesioner dilakukan perindikator sehingga diperoleh hasil sebagaimana tertera pada Tabel 3-8 di halaman berikut. Hasil perhitungannya tertera pada Lampiran 9. Begitu pula kuesioner bentuk akhir terdiri atas 61 butir pernyataan sebagaimana tertera pada Lampiran 3-B.

TABEL 3-7
KORELASI INDIKATOR-TOTAL DAN SUMBANGAN EFEKTIFNYA
KUESIONER PENILAIAN KOGNITIF

No	Indikator	r_{bt}	P	SE%	Status
01	Siswa dapat memberikan nama (label) terhadap tugas-tugas pelajaran yang diberikan guru	0.784	0.000	11.916	Sahih
02	Siswa dapat mengukur kemampuannya terhadap tugas-tugas pelajaran yang dikerjakanya	0.891	0.000	14.666	Sahih
03.	Siswa dapat memfokuskan pandangannya terhadap tugas-tugas pelajaran.	0.693	0.000	9.513	Sahih
04	Siswa dapat bertekun diri dalam mengerjakan tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru	0.887	0.000	14.395	Sahih
05.	Siswa dapat melihat tugas pelajaran dari berbagai sisi.	0.928	0.000	12.225	Sahih
06.	Siswa dapat menerima tugas-tugas pelajaran yang bersifat mendua.	0.905	0.000	11.940	Sahih
07.	Siswa dapat membuat pilihan putusan sesuai dengan kemampuannya	0.966	0.000	13.717	Sahih
08.	Siswa dapat bertindak secara mandiri terhadap tugas yang menjadi tanggung jawabnya.	0.877	0.000	11.627	Sahih

G. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ini meliputi kegiatan: (1) mengurus ijin penelitian, (2) mengadministrasikan prates, (3) membentuk kelompok-kelompok eksperimen dan kontrol, (4) memberikan perlakuan kepada kelompok-kelompok eksperimen, (5) mengadministrasikan pascates, dan (6) menganalisis data.

1. Mengurus Ijin Penelitian

Permohonan ijin diajukan ke Bapak Direktur Pascasarjana IKIP Bandung, tertanggal 19 September 1996, ditindak lanjuti dengan surat tanggal 20 september 1996 No. 954/K04.7/PL.06.05/1996. Kemudian selang tiga hari surat permohonan ijin penelitian dari Bapak Rektor IKIP Bandung turun tanggal 24 September 1996 nomor 5995/K04/PL06.05/1996. Pengantar ijin penelitian ini kemudian peneliti teruskan kepada Bapak Kepala SMU Korpri IKIP

Bandung, sebagai tempat untuk melakukan ujicoba sekaligus penelitian. Tanggal 25 September 1996 peneliti menghadap Bapak pimpinan SMU Korpri untuk memohon kesediannya menjadikan

TABEL 3-8
TINGKAT KEANDALAN KUESIONER PENILAIAN KOGNITIF

No	Indikator	r_{tt}	p	Status
01.	Siswa dapat memberikan nama (label) terhadap tugas-tugas pelajaran yang diberikan guru	0.897	0.000	Andal
02.	Siswa dapat mengukur kemampuannya terhadap tugas-tugas pelajaran yang dikerjakannya	0.926	0.000	Andal
03.	Siswa dapat memfokuskan pandangannya terhadap tugas-tugas pelajaran.	0.866	0.000	Andal
04.	Siswa dapat bertekun diri dalam mengerjakan tugas-tugas pelajaran yang diperintahkan guru	0.922	0.000	Andal
05.	Siswa dapat melihat tugas pelajaran dari berbagai sisi.	0.891	0.000	Andal
06.	Siswa dapat menerima tugas-tugas pelajaran yang bersifat mendua.	0.889	0.000	Andal
07.	Siswa dapat membuat pilihan putusan sesuai dengan kemampuannya	0.898	0.000	Andal
08.	Siswa dapat bertindak secara mandiri terhadap tugas yang menjadi tanggung jawabnya.	0.844	0.000	Andal

sekolah yang dipimpinnya menjadi tempat penelitian, sekaligus menjadwalkan waktu-waktu pertemuan dengan siswa dan guru. Ketika itu peneliti melakukan koordinasi bersama kordinator BP dan dua orang guru bidang studi fisika dan bidang studi Bahasa Indonesia. Sekaligus meminta kesediannya meluangkan waktu dan tenaganya dalam pelaksanaan ujicoba dan penelitian di kelas 1 SMU Korpri IKIP Bandung. Akhirnya tanggal 26 September, 1996 Bapak SMU Korpri mengeluarkan Surat Keterangan melaksanakan penelitian dengan nomor. 1711/ SMU. SU/KORPRI/E/1996 yang tertera dalam lampiran 15.

Berkenaan dengan permohonan ijin penelitian ini, berawal dari proses persetujuan pembimbing untuk melakukan timbangan kuesioner, dilanjutkan restu untuk ujicoba ke lapangan. Bersamaan dengan itu pula surat keputusan untuk promotor turun atas dasar permohonan dan hasil evaluasi ketua program studi BP. Surat Keputusan Direktur PPS IKIP Bandung Nomor

955/K04.7/PP.04.01/1996 tentang pengangkatan pembimbing penulisan Disertasi program doktor (S3) PPS IKIP Bandung, tertera pada lampiran 16.

2. Mengadministrasikan Prates

Pengadministrasian prates ini dilancarkan kepada seluruh siswa kelas 1 SMU Korpri IKIP Bandung. Prates dilancarkan sebelum pembentukan kelompok-kelompok eksperimen dan kontrol. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner penilaian kognitif yang telah diujicobakan lebih dahulu dan telah diuji kesahihan dan keandalannya. Berdasarkan hasil prates itu diambil secara acak siswa yang jumlah skornya termasuk ke dalam kategori rendah sebanyak 30 orang untuk kelompok eksperimen 1, kelompok eksperimen 2, eksperimen 3, eksperimen 4, dan kelompok kontrol.

Untuk dapat menjangkau subjek penelitian pada kelompok "rendah" itu, lebih dahulu dibuat tolok ukur kategori "tinggi", "sedang," dan "rendah." Proses penentuan tolok ukur kategori itu tertera dalam Tabel 3-2 dan Tabel 3-3. Selanjutnya diidentifikasi subjek yang akan dijadikan sampel penelitian berdasarkan data dari hasil pengadministrasian prates.

Mula-mula dijelaskan tentang tujuannya pemberian prates kepada siswa yaitu untuk memperoleh data penelitian guna keperluan kegiatan penelitian disertasi dalam bidang bimbingan dan konseling. Dijelaskan secara lengkap petunjuk menjawab kuesioner yang tercantum di dalam kuesioner; memberikan waktu untuk bertanya kalau ada yang mungkin belum jelas; pengisian kuesioner dipandu hingga lima item secara bersama-sama, kemudian dilanjutkan sendiri-sendiri hingga selesai. Dengan cara demikian kuesioner dapat dikumpulkan pada hari itu juga.

3. Membentuk Kelompok

Subjek dalam penelitian ini ada lima kelompok eksperimen: empat kelompok eksperimen dan satu kelompok kontrol. Besarnya kelompok eksperimen sesuai dengan teknik kombinasi yang diperlukan dalam mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Lebih lanjut kombinasi teknik perlakuan itu tertera dalam tabel 3-3.

4. Memberikan Perlakuan

Berdasarkan kesepakatan dengan kepala sekolah, perlakuan terhadap kelompok-kelompok eksperimen dilaksanakan dua kali dalam seminggu. Untuk menjaga kesamaan situasi, stamina, dan konsentrasi siswa, perlakuan dilakukan di pagi hari setiap hari dari jam pertama pada

setiap kelompok eksperimen. Jadwal kegiatan perlakuan dan kehadiran subjek penelitian selama kurun waktu tertentu di jadwalkan sebanyak sembilan kali pertemuan dan satu kali digunakan untuk pascates.

Kegiatan dalam kelompok berupa latihan, diskusi, kerja kelompok, latihan terbatas, latihan bersama-sama, dan pemberian umpan balik. Di samping perlakuan dalam kelompok, juga diberikan pelayanan secara individual apabila mengalami kesulitan dalam menerima penjelasan dari peneliti, dan juga membantu mengungkap pikiran-pikiran dalam bentuk tulisan. Konsultasi klinis disiapkan bagi subjek yang ingin mengungkapkan masalah yang bersifat rahasia.

Pemberian perlakuan dalam penelitian ini terbagi 4 kelompok eksperimen dengan kombinasi teknik: (1) menghentikan pikiran dengan restrukturisasi pikiran, (2) menghentikan pikiran dengan reframing pikiran, (3) restrukturisasi pikiran dengan reframing pikiran, dan (4) menghentikan pikiran, restrukturisasi pikiran dan reframing pikiran. Adapun langkah-langkah perlakuan untuk masing-masing kelompok eksperimen itu tertera dalam lampiran 1.

5. Mengadministrasikan Pascates

Pengadministrasian pascates dikenakan kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan kuesioner penilaian kognitif yang telah diadministrasikan pada saat prates. Data prates dan pascates ini diperlukan dalam analisis data.

6. Analisis Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini dianalisis dengan statistik inferensial dan persentase dikenakan untuk data format buku harian. Penggunaan analisis statistik inferensial harus terlebih dahulu memenuhi asumsi statistiknya, yaitu, pertama, sampelnya diambil secara acak; kedua, sebaran data sampelnya berdistribusi normal; dan ketiga, variansi antarkelompok yang hendak dibandingkan reratanya homogen. Analisis rerata prates dengan pascates digunakan uji-t, dan analisis secara bersama-sama antara kelompok digunakan analisis varian satu jalur. Analisis data penelitian ini dibagi dua bagian yaitu, bagian pertama uji asumsi digunakan "Seri Program Statistik (SPS) versi IMB: Sutirso Hadi dkk. (1996) Edisi Revisi. Analisis data prates dan pascates kelompok eksperimen dan kontrol digunakan t-tes sampel berpasangan dan ANAVA satu jalur dengan SPSS for MS WINDOWS Release 6.0.

a. Hasil Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data Sampel Penelitian

Data penelitian yang diuji dengan program komputer, dinyatakan berdistribusi normal. Pengujian normalitas sebaran data ini diperlukan karena hasil penelitian terhadap sampel akan diberlakukan terhadap populasi penelitian ini. Oleh karena itu uji normalitas sebaran data menjadi cermin populasi dan mengikuti ciri-ciri sebaran normal baku. Data penelitian yang diuji normalitas sebarannya adalah: prates--pascates--kontrol. Hasil analisis uji normalitas sebaran data keseluruhan variabel ini tertera Tabel 3-9. Hasil cetak komputer tertera pada lampiran 10.

TABEL 3-9
RANGKUMAN HASIL UJI NORMALITAS SEBARAN DATA
PRATES-PASCATES KELOMPOK EKSPERIMEN 1-4 DAN KONTROL

No	Kelompok	Kai Kuadrat	p	Sebarannya
01	Prates perlakuan 1	6.088	0.731	Normal
02	Prates perlakuan 2	6.838	0.654	Normal
03	Prates perlakuan 3	6.088	0.731	Normal
04	Prates perlakuan 4	6.088	0.731	Normal
05	Prates kontrol	5.793	0.760	Normal
06	Pascates perlakuan 1	6.088	0.731	Normal
07	Pascates perlakuan 2	5.026	0.832	Normal
08	Pascates perlakuan 3	6.222	0.718	Normal
09	Pascates perlakuan 4	6.088	0.731	Normal
10	Pascates kontrol	9.908	0.358	Normal

b. Hasil Uji Homogenitas Variansi Antarkelompok

Perbandingan variansi antar kelompok yang diuji dengan komputer dinyatakan homogen. Pengujian homogenitas bertujuan untuk mengetahui keseimbangan variansi rerata diantara kelompok-kelompok. Dinyatakan homogen apabila, jika variansi antar kelompok yang hendak dicari perbedaan reratanya seimbang. Ini berarti perbandingan itu setara. Oleh karena itu homogenitas variansi antar kelompok ini dicari perbedaan rerata prates--pascates Rangkuman hasil uji homogenitas ini tertera dalam tabel 3-10, hasil analisis komputer dalam lampiran 11.

c. Hasil Analisis Statistik Deskriptif Berupa Uji Rerata (Mean) Perubahan Rerata Prates-Pascates; Pascates Eksperimen dan Kontrol dan Nilai-t serta Analisis Varian Satu Jalur.

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan program komputer SPSS for WINDOWS Release 6.0. dengan melihat hasil cetak (print out) komputer dapat direkapitulasi masing-masing kelompok pada rancangan prates-pascates kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, skor rerata (Mean) skor perubahan, nilai-t seperti pada tabel 3-10 dan 3-11 berikut. Hasil cetak komputer tertera pada lampiran 13A-13J.

TABEL 3-10
RANGKUMAN HASIL UJI HOMOGENITAS VARIANSI
PRETES-PASCATES KELOMPOK EKSPERIMEN DAN KONTROL

No	Kelompok Amatan Ulangan	F	P	Variansi
01	Prates + Pascates kelompok eksperimen 1	1.310	0.235	Homogen
02	Prates + Pascates kelompok eksperimen 2	1.100	0.400	Homogen
03	Pretes + Pascates kelompok eksperimen 3	1.095	0.404	Homogen
04	Prates + Pascates kelompok eksperimen 4	1.000	0.500	Homogen
05	Prates + Pascates kelompok Kontrol	1.165	0.342	Homogen

7. Menyusun Manual Penggunaan Strategi Modifikasi Kognitif

Berdasarkan temuan penelitian ini disusunlah manual praktis (pedoman praktis) penggunaan strategi modifikasi kognitif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Manual ini merupakan produk akhir dari penelitian ini yang dijadikan rekomendasi utama supaya dapat diterapkan oleh guru pembimbing (konselor) di sekolah. Dengan bentuk praktis ini diharapkan konselor dapat menerapkan langsung kepada siswa.

Manual penggunaan strategi modifikasi kognitif ini berisi komponen-komponen: (1) dasar filosofis dan asumsi dasar, (2) tujuan, (3) kegiatan, (4) materi, dan (5) waktu. Komponen filosofis berisi tentang hakikat manusia. Komponen asumsi berisi batas-batas dari masing-masing teknik dalam strategi modifikasi kognitif menghentikan pikiran-reframing pikiran--restrukturisasi pikiran tentang kemampuan manusia mengubah dan mengembangkan pikiran-pikirannya. Komponen tujuan berisi sasaran yang diharapkan untuk dicapai pada setiap pertemuan. Komponen kegiatan berisi tentang aktivitas konseling yang semestinya dilakukan pada setiap sesi. Komponen materi berisi substansi teknik pengubahan kognitif yang perlu disajikan pada setiap pertemuan. Komponen waktu berisi jumlah jam yang diperlukan untuk melakukan kegiatan dalam pertemuan itu. Wujud dari manual penggunaan strategi modifikasi kognitif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran tertera dalam lampiran 14.

8. Mengujicobakan Manual

Manual yang telah disusun diujicobakan kepada konselor sekolah, yang bertujuan untuk mengetahui administrabilitas atau kelayakannya apabila telah dipakai di sekolah. Dari ujicoba itu mendapat masukan untuk selanjutnya digunakan menyempurnakan kembali manual akhir strategi modifikasi kognitif. Tujuan ujicoba manual ini agar dapat langsung digunakan secara praktis oleh konselor, karena perhatian terhadap proses pengadministrasian sangat diperlukan.

TABEL 3-11
REKAPITULASI HASIL PRATES-PASCATES : EKS-KONTROL : MEAN, PERUBAHAN SKOR,
NILAI-T DAN 2-TAIL SIGNIFIKANSI

Kelompok	Rancangan	Mean	Skor Perubahan	Nilai-t	df	2-tail Sig
1 Kombinasi Teknik M-Rf	Prates Eks.	71.7333	-76.5667	-28.56	29	.000
	Pascates Eks	148.3000**				
	Pascates Eks	148.3000	81.5333	22.10	29	.000
	Pascates Knt.	66.7667				
2 Kombinasi Teknik M-Rt	Prates Eks.	74.2667	-128.300	-49.27	29	.000
	Pascates Eks	202.5667**				
	Pascates Eks	202.5667	137.4333	47.56	29	.000
	Pascates Knt	65.1333				
3 Kombinasi Teknik Rf-Rs	Prates Eks.	70.9333	-138.733	-58.38	29	.000
	Pascates Eks	209.3667**				
	Pascates Eks	209.3667	148.3000	46.63	29	.000
	Pascates Knt	61.3667				
4 Kombinasi Teknik M-Rf-Rs	Prates Eks.	68.5333	-79.7667	26.50	29	.000
	Pascates Eks	148.3000**				
	Pascates Eks	148.3000	75.7333	21.45	29	.000
	Pascates Knt	72.5667				
5 SMK	Prates Eks.	71.3667	-105.8422	-36.72	119	.000
	Pascates Eks	177.3750**				
	Pascates Eks.	177.3750	110.8500	32.26	119	.000
	Pascates Knt	66.3583				

Keterangan

- * Berada dalam kategori perubahan tingkat sedang (efektif) bila diadaptasi dengan Tabel 3-2, hal 64
- ** Berada dalam kategori perubahan tingkat tinggi (sangat efektif) bila diadaptasi dengan Tabel 3-2, hal 64

9. Menyusun Manual Akhir

Manual akhir disusun atas dasar masukan-masukan yang diperoleh dari hasil ujicoba. Dengan demikian diketahui administrabilitas dari komponen-komponen tujuan, kegiatan, materi, dan waktu yang diperlukan untuk setiap sesi. Selanjutnya dilakukan penyempurnaan-penyempurnaan untuk menjadi manual akhir yang direkomendasikan oleh penelitian ini. Hal ini tertera dalam lampiran 14.

