

## BAB V

### PEMBAHASAN, SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Dalam Bab V ini akan disajikan secara berturut-turut tentang, pembahasan temuan penelitian, simpulan temuan penelitian, dan rekomendasi temuan penelitian seperti berikut ini.

#### **A. Pembahasan Temuan Penelitian**

Pembahasan ini akan diuraikan lebih rinci yang berkenaan dengan esensi dari temuan penelitian, yakni "kemengapaan" dilihat dari sisi filosofis, sisi teoretis dan sisi empiris, terhadap keefektifan strategi modifikasi kognitif dalam mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran pada kelas satu SMU.

Siswa SMU Korpri IKIP Bandung yang telah berhasil dengan sangat efektif dalam mengembangkan penilaian kognitif positifnya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah khususnya penggunaan kombinasi teknik reframing dan restrukturisasi pikiran. Keefektifan kombinasi teknik ini penting ditelusuri lebih jauh. apa keunggulan dan kelemahan dari kombinasi tersebut. Secara umum keunggulan kombinasi teknik reframing pikiran dan restrukturisasi pikiran dapat digunakan oleh individu normal dalam kondisi menghadapi tugas-tugas, seperti, siswa kelas satu SD, SMP, SMU/SMK dan Mahasiswa, pegawai dengan beban tugas padat. Kombinasi teknik ini memiliki fleksibilitas yang cukup luas. Sehingga kondisi-kondisi siswa yang berkaitan dengan tindakan kognitif dapat digunakan seperti. siswa terhadap teman, orang tua, pacar, atau pekerjaan lain; Guru dengan pimpinannya, guru dengan siswanya; Ibu-ibu rumah tangga antara suami istri, ibu dengan anak, ayah dengan anak; polisi dengan pekerjaan yang berbahaya, tentara di dalam medan perang; para atlit dalam menghadapi lomba -pertandingan - --dst. Tujuan strategi ini adalah mengubah atau mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Karena temuan penelitian ini menunjukkan keefektifan strategi perubahan kognitif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran di SMU, maka konselor sekolah perlu mempertimbangkan penggunaan strategi perubahan kognitif ini jika ingin mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran ke taraf yang tinggi. Penggunaan strategi perubahan kognitif dapat menggunakan tatalaksana sebagaimana dalam temuan penelitian ini. Disamping itu penting

juga dipertimbangkan faktor sensitif yang belum mampu terungkap dalam latar budaya individu/kelompok masing-masing yang ada di Indonesia.

Secara filosofis, keefektifan strategi modifikasi kognitif dalam mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran memiliki relevansi dengan kognitivisme (aliran kognitif) yang menjadi dasar pengembangan teori kognitif. Kognitivisme adalah aliran kontemporer yang sangat pesat perkembangannya dewasa ini. Kognitivisme lahir dari dua pandangan antagonis antara realisme dan rasionalisme, empirisme, behaviorisme dan eksistensialisme. Aliran-aliran ini pada dasarnya peduli dengan pikiran sebagai realita, tapi sekaligus mengabaikan pikiran sebagai sumber realita seperti aliran realisme, behaviorisme. Aliran realis mengatakan bahwa pikiran seseorang hanya merupakan refleksi dari realita. Sedangkan rasionalis mengatakan bahwa realita ada di dalam pikiran seseorang, empirisme mengatakan realita ada dalam pikiran seseorang dan penting dibuktikan melalui pengalaman, dan eksistensialisme mengatakan, realita eksis dalam pikiran dan merupakan esensi dari realita (Paul, 1997; Cremers, 1988). Filosof pada jaman dulu yakni Epitetus dan Shakepeare mengatakan bahwa: "pernyataan-pernyataan atau label-label yang dinyatakan oleh seseorang terhadap suatu objek, bukan karena objek itu demikian, tetapi karena pikiran individulah yang membangun label itu akan benda-benda disekitarnya" (Lazarus, 1991). Ungkapan tersebut mengisyaratkan bahwa pandangan realis dan pandangan rasionalis tetap benar. Sebab jika seseorang siswa mengatakan ia kecewa atau bahagia terhadap gurunya maka ia sendiri telah membangun realita itu dalam pikirannya sendiri, dan dia sendiri yang membangun pernyataan-pernyataan covertnya terhadap objek atau realita tersebut. Kecewa atau bahagia adalah bentuk label yang dibangun oleh siswa yang mendahului pernyataan-pernyataan covertnya yang telah dibangun dalam pikiran atas interaksinya dengan lingkungan. Jadi, jika seorang siswa memandang bahwa gurulah yang menyebabkan dirinya terganggu atau menyenangkan itu adalah suatu kekeliruan, karena objek tersebut tidak akan dapat mempengaruhi pikiran individu, kalau bukan individu sendiri yang membangun pikiran-pikirannya terhadap objek itu. Karena bangunan pernyataan-pernyataan individu itulah yang sesungguhnya, melabeli situasi dan objek itu ke dalam struktur kognitifnya. Dengan demikian pernyataan-pernyataan yang dibangun oleh individu menjadi pengarah dan pemicu reaksi-reaksi kognitif positif atau negatif. Demikian individulah yang paling penting membangun atau merubah pernyataan-pernyataan yang dibangunnya atas interaksinya dengan

lingkungan. Pandangan ini terkenal dengan nama **kognitivisme** atau lebih mutakhir dikenal dengan nama **konstruktivisme**. Selaras dengan pandangan tersebut Atkinson et al., (1996) menegaskan bahwa, "Keluirlah dari pernyataan yang anda bangun, karena anda sendiri yang membangun pernyataan-pernyataan tersebut." Pandangan yang dikemukakan Atkinson mengisyaratkan bahwa untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa adalah hak individu siswa, karena siswalah yang tahu membangun pernyataan-pernyataan tersebut, sehingga dirinyalah yang berhak untuk keluar dari pernyataan itu tanpa harus ada pemaksaan dari luar. Ini berarti upaya modifikasi kognitif keefektifan untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran adalah upaya yang utamanya dilakukan oleh siswa sendiri dengan seminimal mungkin bantuan dari luar. Jadi keberhasilan mengembangkan penilaian kognitif siswa sangat ditentukan oleh siswa sendiri dengan bantuan seminimal mungkin dari guru pembimbing. Mengapa? karena proses kognitif individu siswa menjadi dasar interaksinya dengan lingkungan.

Secara teoretis, penilaian kognitif merupakan suatu konsep yang paling esensi dalam struktur kepribadian manusia, baik untuk bereaksi maupun untuk bertindak sesuai dengan skemata yang ada dalam diri manusia. Seseorang yang akan bereaksi terhadap suatu stimulus, tidak serta merta bergerak dan melakukan tindakan secara mekanis, seperti adanya robot, namun diantara stimulus dan respons terdapat penilaian kognitif (*cognitive appraisal*). Penilaian kognitif inilah yang mengantari stimulus dan respons. berupa pernyataan-pernyataan covert dan overt terhadap stimulus. Pernyataan-pernyataan covert dan overt kemudian yang menggugah reaksi-reaksi kognitif lainnya, sehingga muncul reaksi-reaksi terhadap suatu objek yang dihadapi individu. Crammer, (1988) menegaskan bahwa penilaian kognitif juga disebut sebagai "tindakan" karena tindakan yang dimaksud oleh Piaget adalah "tindakan berpikir." Tindakan berpikir inilah yang mengarahkan pernyataan-pernyataan covert dan overt individu dalam interaksinya dengan lingkungan.

Sumbangan teoretis atas temuan penelitian ini Pertama, adalah menambah deretan bukti empiris berupa data-data temuan penelitian ini. temuan ini memberikan bukti bahwa kombinasi teknik yang disarankan oleh Cormier dan Cormier (1985) mampu memberikan solusi terhadap suatu masalah yang dihadapi siswa. Sehingga dapat dijadikan sumber rujukan bagi para peneliti di Indonesia khususnya dan di dunia konseling umumnya. Kedua, adalah dengan

mengubah pernyataan-pernyataan covert dan overt siswa terhadap tugas-tugas pelajaran kearah positif maka akan berkembang reaksi kognitif siswa kearah positif. Artinya apabila terjadi sebaliknya perubahan pernyataan-pernyataan covert dan overt kearah negatif maka akan berkembang reaksi kognitif siswa kearah negatif. Evander Holyfield, sebelum naik ring untuk bertinju ia merubah pernyataan covert menjadi overt dan disuarakan dengan melalui nyanyian dengan bait-bait seperti "saya sang juara", "saya yang terkuat" "saya petinju tak terkalahkan," "dan "saya menjadi petinju besar." Semua itu didengungkan dengan keras agar terdengar kembali ke dalam skemata kognitifnya. Dengan terdengar kembali nyanyian tersebut tergugah menjadi komitmen dirinya dalam menghadapi pertandingan tinju tersebut. Pernyataan-pernyataan covert dan overt sangat penting untuk meningkatkan reaksi kognitif dalam menghadapi tugas-tugas. Temuan atas penelitian ini, selaras dengan pendapat Cormier dan Cormier (1985), yang menyatakan bahwa dengan mengubah pernyataan covert seseorang maka akan berubah, bilief, sikap, kepercayaan seseorang terhadap tugas. Kedua, dengan berubahnya pernyataan-pernyataan covert dan overt secara langsung meningkatkan reaksi kognitif lainnya seperti misalnya hasil belajar siswa di masing-masing mata pelajaran.

Secara empiris, temuan atas penelitian ini, memberikan bukti, bahwa secara umum strategi modifikasi kognitif sangat efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Keefektifan strategi modifikasi kognitif ini sejalan dengan saran yang dikemukakan oleh Cormier dan Cormier (1985:402) yang mengatakan bahwa efektivitas, strategi modifikasi kognitif hendaknya dilakukan dengan kombinasi teknik yang ada. Lebih lanjut ditegaskan: "A combination of cognitive change strategies is usually more useful than a single strategy" (Cormier dan Cormier 1985:402). Temuan penelitian terdahulu menunjukkan keefektifan kombinasi teknik yang ada dalam strategi modifikasi kognitif, sebagaimana yang dilakukan dalam penelitian ini. Penelitian Beck (1980); Burn (1988) menunjukkan strategi pengubahan kognitif sangat efektif untuk mengubah pikiran, sikap dan kepercayaan terhadap sesuatu objek diluar dirinya. Sehingga penggunaan strategi modifikasi kognitif bisa saja dilakukan kepada sasaran yang berbeda seperti untuk menurunkan emosi, mengurangi kecemasan, meningkatkan kebiasaan belajar, mengurangi kecemburuan, kebencian dsbnya. Lebih lanjut Cormier dan Cormier, (1985: 378) mengatakan bahwa, "cognitive-change mechanism have been described as effective and productive cognitive strategy."

Penelitian Beck, 1980; Mahoney; Meichenbaum, 1977; Kendall dan Braswel, 1982 (Cormier 1985: 378) membuktikan bahwa siswa yang menggunakan kombinasi menghentikan pikiran dengan restrukturisasi kognitif untuk memperbaiki perilaku belajar, hasilnya lebih baik daripada yang hanya menggunakan satu teknik saja. Penelitian Miller dan Berman (Cormier dan Cormier 1985: 405) menunjukkan bahwa dengan menambah teknik reframing dengan menghentikan pikiran dan restrukturisasi pikiran secara positif meningkatkan pola pernyataan-pernyataan covert dan overt klien. Penelitian Valerio dan Stone, (Cormier dan Cormier, 1985: 405) menunjukkan keefektifan untuk reframing dan restrukturisasi dalam mengembangkan pernyataan covert dan overt klien dalam melaksanakan tugas. Penelitian Forman (Cormier dan Cormier, 1985: 390) menggunakan kombinasi penghentian pikiran dengan restrukturisasi kognitif 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 disebutkan bahwa, reframing dan restrukturisasi kognitif memiliki tingkat kebermanfaatan untuk memodifikasi persepsi-persepsi yang keliru terhadap tugas yang diberikan guru. Wulandari (1993) menunjukkan bahwa strategi modifikasi kognitif sangat efektif untuk mengurangi kecemasan komunikasi antarpribadi pada siswa SMU di Yogyakarta. Dia lebih menonjolkan strateginya tanpa penggunaan teknik secara khusus.

Strategi modifikasi kognitif menunjukkan sangat efektif dalam mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Keefektifan strategi tersebut berkaitan erat dengan kombinasi teknik yang dilakukan dari masing-masing teknik yang ada. Temuan ini mempunyai arti penting bagi pengembangan kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Dengan berkembangnya kognitif kearah positif maka secara langsung atau tidak langsung akan berkembang emosi dan perilaku siswa secara positif terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Bahkan secara tidak langsung meningkatkan hasil belajar siswa di masing-masing pelajaran. Di samping temuan ini penting untuk dilakukan penelitian lebih lanjut oleh peneliti lainnya agar diketahui keakuratan dalam latar belakang yang berbeda dan subyek yang berbeda. Sehingga dapat memberikan legitimasi yang adaptif bagi penerapan strategi modifikasi kognitif siswa SMU.

Secara khusus temuan penelitian ini menunjukkan keefektivan dilihat dari perubahan rerata prates ke pascates pada kelompok eksperimen. Kombinasi teknik yang ditemukan menunjukkan sangat efektif. Pertama, kombinasi teknik reframing dengan restrukturisasi pikiran sangat efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran dan. Kedua, kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan restrukturisasi pikiran sangat efektif mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran; Sedangkan kombinasi teknik lainnya yang ditemukan menunjukkan tingkat efektif. Ketiga, kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan reframing pikiran efektif mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran; Keempat, kombinasi teknik menghentikan pikiran, reframing dengan restrukturisasi pikiran efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Secara berturut-turut perlu untuk di bahas lebih detail tentang “kemengapaan” dari masing-masing teknik tersebut menunjukkan tingkat sangat efektif sampai tingkat efektif dilihat dari berbagai sisi latar belakang siswa, strategi, kondisi kelas, kondisi guru di kelas dan bahkan pola asuh keluarga. Adapun yang akan dibahas pertama-tama sebagai berikut.

Kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan reframing pikiran sangat efektif mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Secara teoretis teknik menghentikan pikiran kurang efektif jika diterapkan secara berdiri sendiri. Hal ini seperti dikatakan Cormier dan Cormier berikut. “Thought stopping methods oftens are insufficient to modify cognitive without the support of other strategies” (Cormier dan Cormier, 1985: 402). Di sini muncul suatu pertanyaan mengapa kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan reframing pikiran secara efektif dapat mengembangkan penilaian kognitif siswa dalam menghadapi tugas-tugas pelajaran?

Ada beberapa kemungkinan penyebab dapat diidentifikasi. Pertama, pengaruh menghentikan pikiran kombinasinya dengan reframing pikiran menjadikan individu sadar akan apa yang telah dipikirkan ketika menghadapi tugas-tugas pelajaran. Kesadaran ini muncul ketika mulai diterangkan rasional menghentikan pikiran dan reframing pikiran dan diberi contoh-contoh lisan dan peragaannya. Kedua, ketika siswa mulai diminta untuk mengidentifikasi pernyataan-pernyataan covert dan overt yang terlintas ketika tugas-tugas pelajaran, mulai mereka sadar

bahwa bentuk-bentuk pernyataan seperti tersebut dapat mempercepat dan memperlambat laju letusan emosi dan tindakan. Ketika mereka mengetahui keunggulan dari temuan masing-masing, mereka mulai mencoba menerapkan dalam menghadapi tugas-tugas nyata (in vivo) Ketiga, dalam budaya di Indonesia, seseorang yang sedang mengekspresikan pernyataan-pernyataan yang ditanggapi oleh teman dekatnya atau orang tua, atau suami istri sering disuruh untuk menghentikan baik dengan pernyataan verbal dan nonverbal (lirikan mata atau pandangan yang menjauh) atau berupa pernyataan verbal. Misalnya: "sudahlah tak usah itu dipikirkan"; "Cobalah lihat dari sisi yang lain." Ucapan-ucapan seperti ini sering terdengar ketika kita berada di sisi teman mengucapkan pikiran-pikiran kita. Cara menghentikan pikiran seperti itu merupakan bukti dalam budaya masyarakat kita telah ada. Ketika semasih anak-anak kita sering dibentakkan dengan kata-kata keras: "diam" atau "berhenti" dalam bahasa sunda dinyatakan dengan kata: "cicing.";-- dalam bahasa Bali dinyatakan dengan kata: "siep/mendeep." Tatkala itu tangisan seorang anak begitu terhenti seketika. Sering pula kita dengar seruan seorang teman seperti: "buanglah jauh-jauh pikiran yang tak berguna itu" atau "batasi pembicaraan itu jangan sampai ngelantur" atau "cukup sudah bicaranya sampai disitu" Teguran semacam itu tampak begitu lazim (tidak asing) bagi kita semua khususnya anak-anak di rumah atau di sekolah, sehingga dalam proses pelatihan sudah muncul menjadi kesadaran yang tinggi. Hal yang lazim itu sangat membantu tercapainya efektivitas teknik menghentikan pikiran dengan reframing pikiran, karena hampir perilaku seperti itu telah dilakukan oleh masyarakat di Indonesia.

Ada beberapa temuan yang dapat dikatakan belum memenuhi harapan peneliti. Pertama, diteksi pernyataan negatif dan positif masih perlu sentuhan agar siswa dapat bergulir dengan cepat. Bukti menunjukkan bahwa pencapaian kegiatan tersebut baru 40 persen. Ini menggambarkan bahwa ada kegiatan yang belum dapat tercapai sesuai dengan harapan. Siswa pada umumnya bila diminta untuk memilih mana pernyataan yang diidentifikasi itu yang berkonotasi positif atau negatif mereka sangat sulit dan cenderung mereka melakukan lompatan ke reaksi emosi. Misalnya, saya takut, saya malu, saya tidak tahu, saya bisa menentukan tapi tidak bisa menyatakan, saya bisa menyatakan dalam hati tapi saya tidak bisa menuliskannya dalam bentuk format. Namun demikian mereka telah dapat menangkap, dan menerapkan dalam menghadapi tugas-tugas pelajarannya. Kedua, dalam hal menunjukkan grafik perkembangan pernyataan kepada teman termasuk kategori sangat rendah (30 persen). Angka ini sangat rendah

bila dilihat dari harapan peneliti, karena kurang ada keterbukaan siswa dalam menunjukkan grafik yang mereka buat. Ada kemungkinan mereka terfokus pada orang yang dianggap dapat memberikan penguat terhadap usaha mereka, dan menghindar untuk terbuka kepada teman-teman mereka sendiri yang dipandang kurang memberikan dukungan dalam usaha mereka.

Terbuka sesama teman itu sangat penting, karena, teman sering memberikan aspirasi dalam mencari jalan keluar terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Tampak menjadi suatu budaya timur yang kurang terbuka pada lingkungan yang dapat mengganggu pikirannya di kemudian hari. Disadari bahwa bagi orang timur menunjukkan sesuatu mungkin bukan menjadi kebiasaan, namun lebih banyak menyembunyikan hal-hal yang dapat mengugah kecemburuan teman lain. Bukan menjadi hambatan jika kita temukan kondisi seperti itu, sebab dalam perkembangan suatu masyarakat dalam suatu sistem sosial yang ada mutlak terjadi. Sue dan Sue (1990) menegaskan bahwa, masyarakat timur, agak sulit dapat terungkap yang berkaitan dengan masalah atau prestasi yang pernah diraihinya, ketertutupan menjadi sangat sulit untuk memberikan bantuan yang tepat bagi kebutuhan mereka." Pandangan tersebut selaras dengan temuan Nyoman Dantes (1989) yang menunjukkan bahwa nilai keterbukaan yang ada di masyarakat timur cenderung tertutup untuk hal-hal yang berkaitan dengan masalah atau prestasi dirinya, dan terkesan lamban mengantisipasi perubahan yang datang. Hal ini beralasan bahwa perilaku demikian merupakan refleksi sosial budaya yang masih menjadi panutan dalam keluarga. Di Bali orang mengenal pernyataan seperti berikut, "Do ngaden awak bise depang anak-ke ngaden-nin." Artinya (Jangan mengatakan diri kita pintar atau mengatakan diri kita punya masalah ke orang lain,, biar orang lain yang menamakan diri kita). Pernyataan itu menjadikan nyanyian sejenis "gendingan pupuh atau sejenis pupuh pucung." Pupuh pucung ini di dalam Budaya Sunda juga ada dan dikenal dengan jenis gending "Pupuh Landrang dan Pupuh Pucung" (Yayat Sudrajad, et al., 1996:18) yang memiliki konotasi atau kecenderungan kepada pemberian "nasehat-nasehat kepada anak-anak ketika kita masih kecil. Nasehat itu bila dikaji masih sangat relevan untuk menasehati anak remaja. Seperti dalam budaya Sunda dikenal dengan nasehat yang tertulis seperti. "Ulah omongkeun diri sorangan bisa migawe serahkeun batur nu ngomongnak (Galura 1991:3).

Kombinasi teknik menghentikan pikiran dengan restrukturisasi pikiran efektif mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Kombinasi teknik ini



efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Dari sepuluh indikasi yang ada delapan indikasi termasuk kategori sangat tinggi dan satu indikasi termasuk dalam kategori sedang, dan satu indikasi termasuk dalam kategori rendah (menunjukkan grafik perkembangan pernyataan pikiran) sebesar 30 persen. Kondisi ini sama dengan kondisi yang dialami seperti kelompok satu, kelompok dua dan kelompok empat. Mengapa ini sampai terjadi, ditemukan bahwa siswa ketika dalam melakukan penunjukkan grafik kepada teman mereka lebih memilih untuk ditunjukkan kepada peneliti daripada kepada temannya sendiri. Ada suatu tampilan yang beda dimana mereka sangat terpacu apabila tunjukkan itu diserahkan kepada guru daripada kepada temannya, karena mereka kurang yakin bahwa temannya dapat memberikan masukan yang positif terhadap grafik yang akan ditunjukkan.

Dalam konteks sistem sosial budaya bahwa, menunjukkan hasil pekerjaan diri kepada seorang teman dipandang sebagai suatu persaingan yang kurang menyenangkan, namun apabila ditunjukkan kepada guru pembimbing dan dipandang dapat berpengaruh meningkatkan penilaian maka mereka dengan penuh was-was berusaha untuk mendapat penilaian yang baik. Ada kemungkinan pula terjadi kekeliruan, manakala siswa segan menunjukkan grafiknya karena menunjukkan suatu kemajuan yang telah dicapai, mungkin tabu, karena dipandang sebagai teman yang sombong dan kurang membuat kondisi yang bersahabat bagi dirinya dengan lingkungan. Tampaknya pengaruh sosial tersebut memberikan kesan tertutup untuk diintervensi walau telah diberikan rasional terhadap usaha untuk menunjukkan grafik kepada teman. Di sini diduga apakah karena faktor jenis kelamin perempuan yang dominan, sehingga menunjukkan grafik akan mendapat suatu penilaian buruk bagi dirinya atau ada indikasi lain yang perlu dikaji lebih dalam?. Secara eksistensi siswa perempuan diakui unsur afeksi lebih peka daripada kognitif, dan tafsiran inipun kurang begitu sepenuhnya benar, karena hanya ditemukan dalam satu indikasi saja yang tidak berkembang dan rendah. Tetapi dalam menunjukkan grafik perkembangan pernyataan kepada teman terdapat kemungkinan dalam sistem sosial yang ada bahwa anak perempuan itu lebih dekat dengan keluarga daripada anak laki-laki. Artinya lebih merasa dimiliki oleh keluarga tempat kelahirannya. Apakah ini kedekatan ini memberikan kontribusi terhadap rendahnya usaha untuk menunjukkan grafik kepada teman, maka dapat dijadikan indikasi bahwa pola asuh dalam keluarga itu berpengaruh kepada ketertutupan diri

siswa dengan lingkungan. Indikasi lain menunjukkan bahwa keenderungan anak perempuan dekan dengan keluarga bahwa memang dari awal mereka dipandang mahluk lemah yang penting mendapat perlindungan yang lebih daripada anak laki-laki. Ada faktor lain sehingga penunjukkan hasil karya sendiri tidak begitu agresif daripada anak laki-laki. Memang disadari rendahnya menunjukkan grafik perkembangan pernyataan kepada teman itu banyak berkonstelasi dengan sistem sosial, jenis kelamin, pola asuh dan proteksi gender yang berbeda. Jika ini dipandang penting maka perlu mendapat penelitian khusus ke dalam bidang tersebut. Disadari kendali hal tersebut masih sangat lemah dalam perlakuan terhadap subjek penelitian.

Kombinasi teknik reframing pikiran dengan restrukturisasi pikiran sangat efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Teknik ini memiliki keunggulan dari keefektifannya bila dilihat dari sistem budaya yang ada dan latar belakang siswa. Tampak siswa yang memiliki tingkat kesalahan yang tinggi memberikan makna kepada reframe dan restrukturisasi yang sangat tinggi karena dengan tidak menggunakan teknik menghentikan pikiran dalam instruksi "stop" secara verbal atau dengan sentuhan, memberikan pengaruh yang sangat tinggi terhadap perkembangan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Ini berarti teknik menghentikan pikiran kurang dijadikan pilihan dalam latar sosial budaya siswa. Ini menunjukkan bahwa kombinasi teknik tanpa menghentikan pikiran perkembangan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran sangat tinggi. Berarti saran yang dikemukakan oleh Cormier-Cormier memang terbukti bahwa, efektifitas teknik dalam modifikasi kognitif ditentukan kadar kombinasi teknik yang ada. Kombinasi teknik yang dipilih tentunya sangat tergantung dari latar sosial budaya yang ada. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa tanpa menggunakan kombinasi teknik menghentikan pikiran ternyata teknik reframing dan restrukturisasi meningkat tinggi. Bukti bahwa tingkat interaksi siswa remaja dalam pergaulan sehari-hari berupa salam dengan lawan jenis ada suatu etika yang menjadi pegangan yaitu hanya salaman yang bersifat tidak menyentuh. Karena dengan menyentuh dipandang menyimpang dari batas etika yang. Apakah ini yang memberikan warna? Mengapa dalam keterlibatan dengan teknik menghentikan pikiran instruksi sentuhan menimbulkan persepsi yang kurang positif bahkan menjadi keefektifan teknik yang dikombinasikan menjadi tidak berkembang? Jika demikian berarti sistem budaya yang ada sangat berpengaruh terhadap pola-

pola instruksi yang digunakan dalam kombinasi teknik yang ada dalam strategi modifikasi kognitif.

Data persentasi pelaksanaan perubahan kognitif dari sepuluh indikasi delapan indikasi termasuk dalam kategori tinggi satu termasuk kategori sedang dan satu indikasi termasuk dalam kategori rendah (menunjukkan grafik perkembangan pernyataan pikiran sebesar 30 persen) Ini berarti terdapat kemungkinan yang temukan sama dengan fenomena yang terdapat dalam kelompok satu maupun dua. Karena ada kendala budaya yang sangat menonjol dalam kegiatan tersebut. Semestinya hal itu tidak perlu terjadi dalam latar sekolah karena asumsinya latihan dan belajar. Namun ini merupakan kenyataan yang menunjukkan bukti kongkrit dalam temuan penelitian ini. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa kontribusi budaya tampaknya penting untuk digali agar kendali seperti hal tersebut dapat dikendalikan dengan wajar. Kelaziman tindakan berpikir siswa sehari-hari memiliki kemiripan, misalnya: "coba batasilah bicara kamu itu" atau "cobalah kami melihat tugas itu dari sisi yang lain," atau "janganlah berpikiran jauh seperti itu" atau "jangan membuat simpulan-simpulan yang kurang mendasar tentang apa yang anda belum tahu dengan jelas" atau "lihatlah tugas itu dari sisi yang sederhananya saja" atau cobalah pikirkan tugas itu dari sisi yang gampang saja", atau "sudahlah jangan berpikiran yang bukan-bukan"

Mengapa kombinasi teknik reframing dengan restrukturisasi pikiran lebih tinggi dari kombinasi lainnya? Padahal salah satu teknik yang penting yakni menghentikan pikiran tidak ada dalam kombinasi itu. Suatu kelebihan dan keunggulan bahwa reframing pikiran dan restrukturisasi pikiran memiliki kesepahaman dengan sistem sosial budaya yang ada. Karena dapat dilihat bahwa pemahaman yang cukup tinggi yang diberikan subjek penelitian dalam menunjukkan grafik pernyataan terhadap teman. Ada kemungkinan penghentian melalui instruksi "stop" "diam" atau sejenisnya kurang memiliki kesan bersahabat, Misalnya ketika seorang anak sedang menangis ibu suka mendekatinya dengan mencubit anak itu, bukan melakukan upaya memberikan pernyataan-pernyataan yang rasional. Indikasi ini menunjukkan suatu bukti instruksi diam, stop apalagi dengan sentuhan cubitan secara nalar pasti ditolak atau tidak mendapat pilihan. Kemungkinan penggunaan stop atau berhenti dengan nada tinggi atau sentuhan fisik langsung kurang mendapat pilihan secara etis karena dipandang rendah dalam nilai-nilai yang ada dalam masyarakat. Dalam hal ini menggunakan intruksi sentuhan pada jenis

kelamin yang berbeda dipandang kurang etis dibandingkan menggunakan penataan pernyataan atau pembungkahan pernyataan kembali. Apalagi sentuhan dalam arti siswa remaja, dalam suatu pergaulan kelas terkesan suatu bentuk "jatuh cinta" atau "perasaan cinta": mungkin ini menjadi pilihan yang dihindari oleh siswa remaja.

Di dalam kondisi kelas, penggunaan instruksi "diam" sangat lumrah bagi telinga siswa baik siswa di SD hingga SMU. Mungkin penghentian pikiran dalam kaitan dengan instruksi diam oleh guru di kelas terkesan negatif dan menakutkan. Bagi siswa tertentu yang berada dalam keluarga yang lebih dari dua anak, lumrah sekali orang tua memberikan intruksi "diam" atau sejenisnya, karena canda dan tangisnya menimbulkan kesan gaduh. Sehingga instruksi diam dan sejenisnya sering didengar dan dipatuhi, maka cenderung hal tersebut dipersepsikan kurang positif. Anak-anak yang suka ribut, cenderung mendapat instruksi "diam" (cicing), apalagi orang tua dengan gaya pola asuh berkuasa "menghardik anak-anak" dengan kata "diam...!!" Kesan ini tampak terbawa dalam kondisi dimana siswa itu berada khususnya di sekolah. Lieke J.W (1992:236) menunjukkan hasil penelitiannya bahwa pola asuhujuk kuasa secara terus-menerus menimbulkan fenomena perilaku anak untuk mengantisipasi intruksi orang tua dengan hukuman. Temuan ini mengisyaratkan bahwa pola asuhujuk kuasa menunjukkan kekuasaan orang tua terhadap anak melalui intruksi atau perintah "diam" atau bergerak (penurut--manut) daripada bereaksi--secara rasional terhadap kuasa yang ditunjukkan orang tua. Ada kemungkinan kondisi seperti diperlihatkan oleh siswa remaja di dalam kelas, baik dalam belajar maupun ketika latihan modifikasi kognitif. Jika demikian adanya maka, dapat dibayangkan bahwa menghadapi siswa dengan jumlah yang besar di dalam kelas tentu menimbulkan kegaduhan. Maka dapat dipastikan instruksi-instruksi "diam" selalu berkumandang di telinga siswa. Kendati instruksi tanpa suara (nonverbal) seperti lirikan, dengan berdiri terpaku saja seorang guru di kelas dapat memberikan suatu intruksi kepada siswa untuk diam. Hal ini memberikan tanda bahwa penghentian pikiran dengan instruksi diam dapat tidak efektif bila siswa telah kebal dengan cara itu. Tetapi siswa yang mempersepsikan itu sebagai cara yang positif maka diam akan lebih baik dan memberikan makna yang positif dalam menghadapi tugas-tugas pelajaran.

Kombinasi teknik menghentikan pikiran, reframing dengan restrukturisasi pikiran efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Kombinasi teknik ini sangat efektif dalam mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas

pelajaran. Ini tampak jelas jika disimak kegiatan yang dilakukan subjek penelitian, dari sepuluh indikasi yang dilakukan terdapat delapan indikasi yang termasuk dalam kategori sangat tinggi, satu kategori termasuk tingkat sedang dan satu indikasi termasuk kategori rendah. Temuan ini memberikan bukti bahwa tetap saja dengan keterlibatan kegiatan untuk menunjukkan grafik pernyataan kepada teman indikasinya masih rendah. Menjadi pertanyaan "mengapa ini tetap terjadi kendati telah dilakukan kombinasi secara untuk dalam subjek yang berasal dari satu populasi yang sama? Pembahasan secara detail kearah hal tersebut tampak tidak jauh berbeda dengan kelompok perlakuan satu dua dan tiga di di atas. karena tampak temuan ini memiliki streotipe khusus dalam indikasi ke delapan. Hal ini mungkin saja terjadi stereotipe seperti itu karena, subjek yang diambil dari populasi yang sama. Ini membuktikan bahwa dari populasi yang sama, kecenderungan hasil yang streotipe akan terjadi. ini terjadi pada penelitian ini di mana dari temuan kelompok satu sampai dengan kemompok empat ini data yang ditemukan persis sama. Suatu sistem sosial budaya yang telah dibahas, pola asuh yang telah dikemukakan memberikan kontribusi yang jelas. ini memberikan isyarat bahwa penting untuk diperhitungkan kendali sosial budaya sebagai faktor penting dalam penelitian yang akan datang. Mengapa dapat terjadi persis sama atau stereotipe dalam penelitian ini terdapat indikasi yang dapat dikemukakan berikut ini Pertama, mungkin karena terdapat teknik menghentikan pikiran yang terkesan lumrah di telinga siswa, sehingga terkesan unjuk kuasa daripada bersahabat. Kedua, kombinasi teknik reframing dan teknik restru., pikiran barangkali dapat mempertahankan keefetivan kombinasi teknik ini. Ketiga, dengan kombinasi teknik reframing dan restrukturisasi menambah daya guna berkembangnya penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Hal ini terkesan bersahabat atau membantu daripada unjuk kuasa. Keempat, reaksi-reaksi kognitif yang mudah menggugah reaksi kognitif lainnya misalnya. "wah tugas pr banyak sekali;-- lalu apa pernyataan yang efektif? misanya :-- "kalau demikian tugas itu harus saya jadwalkan agar selesainya dengan baik". atau, "saya coba sampai terjawab dan diusahakn bertanya kepada teman yang lebih tahu" menjadi indikasi penting tergugahnya reaksi emsoi dan tingkah laku yang malsuai atau yang sesuai. Kelima, dalam kondisi yang sebanding bila reaksi kognitif berlainan maka akan menggugah rekasi emosi yang berlainan pula. Misalnya "wah sekarang, pasti nama saya di panggil dan suruh ke depan untuk menjawab soal." Reaksi jenis apa bila dinyatakan berikut ini.,

bisa ditolak oleh teman wanita;-- nanti dicap bodoh saya, --"wah nilai raport saya merah oleh guru,"

Pernyataan-pernyataan covert dan overt akan membentuk reaksi-reaksi yang lebih serius untuk menggugah emosi dan sikap seseorang berupa emosi senang atau sedih. Karena di samping membuat seseorang tergugah reaksi kognitif yang lain akan menimbulkan pernyataan-pernyataan yang stereotipe bagi diri seseorang dalam menghadapi tugas yang sama atau yang lainnya. Bentuk pernyataan tersebut mudah sekali menggugah reaksi kognitif yang lain. Namun kalau penilaian itu di alihkan yang positif akan menggugah upaya untuk lebih giat menyelesaikan tugas-tugas pelajaran itu dengan sebaik-baiknya, tanpa ada ketergangguan dalam menyelesaikan tugas.

Ternyata dengan menggunakan kombinasi teknik secara utuh (menghentikan pikiran, reframing, restrukturisasi pikiran) untuk mengubah atau mengembangkan pernyataan tersebut menunjukkan mencapai tingkat keefektifan yang sedang. Ini diduga dari informasi yang diperoleh cukup memadai karena adanya kombinasi teknik itu. Barangkali penting untuk dilakukan pada tingkat siswa kelas satu. Hal ini beralasan karena siswa kebanyakan adalah siswa normal yang membutuhkan banyak informasi dan pemecahan masalah kearah informasi sekolah dan pekerjaannya. Wajar kalau mereka mengembangkan pikiran negatif dalam mengantisipasi situasi yang tidak mereka ketahui.

## **B. Simpulan Temuan Penelitian**

Simpulan temuan penelitian dibagi dalam dua kelompok (1) pertama kesimpulan umum dan (2) kesimpulan khusus. Secara berturut-turut disajikan berikut ini.

### **1. Kesimpulan Umum**

Pertama, siswa yang berkembang penilaian kognitifnya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah dengan menggunakan berbagai kombinasi teknik yang di sarankan oleh Cormier dan Coemier.

Kedua, strategi modifikasi kognitif ternyata efektif untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran pada kelas satu SMU. Ini ditunjukkan pada indikasi perbedaan yang sangat tinggi baik dilakukan dengan uji-t maupun dilihat dari perbedaan

rerata prates dengan pascates yang dilakukan dalam kelompok tersebut. Temuan ini memberikan indikasi bahwa strategi modifikasi memiliki signifikansi yang sangat tinggi untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran. Kendati demikian penting untuk dilakukan pertimbangan yang lebih seksama dalam penerapannya, karena latar sosial budaya subjek penelitian, mempengaruhi faktor keefektivan strategi tersebut.

Ketiga. Ada perbedaan yang sangat nyata antara siswa yang mendapat pelatihan strategi modifikasi kognitif dengan yang siswa mendapat pertemuan biasa dari guru pembimbing. Siswa yang mendapat perlakuan modifikasi kognitif sangat nyata perkembangan penilaian kognitifnya terhadap tugas-tugas pelajaran. Perkembangan penilaian kognitif siswa tersebut ditunjukkan temuan uji-t maupun dalam selisih rerata pascates kelompok perlakuan dengan pascates kelompok kontrol. Ini membuktikan bahwa modifikasi kognitif berpengaruh dalam mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah.

## **2. Kesimpulan Khusus**

Kesimpulan khusus ini disusun dari tingkat sangat efektif hingga yang efektif dilihat dari hasil analisis yang tercantum dalam Tabel 3-11 Bab III halaman 79. Hasil analisis tersebut disusun seperti berikut.

Pertama, kombinasi teknik reframing dan restrukturisasi pikiran adalah yang paling efektif dari kombinasi teknik menghentikan pikiran--restrukturisasi pikiran, juga dengan kombinasi teknik menghentikan pikiran-- reframing pikiran-- restrukturisasi pikiran.. Siswa yang menggunakan kombinasi teknik reframing dan restrukturisasi pikiran ternyata menunjukkan tingkat yang sangat efektif dalam mengembangkan penilaian kognitif terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. dibandingkan dengan siswa yang tidak menggunakan kombinasi teknik tersebut

Kedua, kombinasi teknik menghentikan pikiran dan restrukturisasi pikiran adalah sangat efektif dari kombinasi teknik menghentikan pikiran dan restrukturisasi pikiran juga dengan kombinasi teknik menghentikan pikiran-- reframing pikiran-- restrukturisasi pikiran. Siswa yang menggunakan kombinasi teknik menghentikan pikiran--restrukturisasi pikiran ternyata sangat efektif dalam mengembangkan penilaian kognitifnya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah.

Ketiga, kombinasi teknik menghentikan pikiran--reframing pikiran--restrukturisasi pikiran adalah efektif, jika dibandingkan dengan kombinasi teknik menghentikan pikiran--reframing pikiran. Siswa yang menggunakan kombinasi teknik menghentikan pikiran--reframing pikiran--restrukturisasi pikiran ternyata efektif dalam mengembangkan penilaian kognitifnya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah

Keempat, ada perbedaan yang sangat nyata antara siswa yang menggunakan kombinasi teknik reframing pikiran--restrukturisasi pikiran dengan siswa yang mendapatkan informasi biasa dalam mengembangkan penilaian kognitif terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah.

Kelima, ada perbedaan yang sangat nyata antara siswa yang menggunakan kombinasi teknik menghentikan pikiran--restrukturisasi pikiran dengan siswa yang mendapatkan informasi biasa dalam mengembangkan penilaian kognitifnya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah.

Keenam, ada perbedaan yang sangat nyata antara siswa yang menggunakan kombinasi teknik menghentikan pikiran--reframing pikiran--restrukturisasi pikiran dengan siswa yang mendapatkan informasi biasa dalam mengembangkan penilaian kognitifnya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah.

Ternyata secara keseluruhan kombinasi teknik yang dilakukan termasuk dalam kategori efektif. Ini berarti bahwa kombinasi teknik manapun yang digunakan untuk mengembangkan penilaian kognitif siswa terhadap tugas-tugas pelajaran membuahkan hasil yang efektif.

### C. Rekomendasi

Beberapa rekomendasi yang dapat diajukan temuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

Pertama secara praktis yang paling utama rekomendasi penelitian ini diperuntukkan kepada siswa kelas 1 SMU Korpri IKIP Bandung yang berhasil mengembangkan penilaian kognitifnya terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah ke arah positif. Diharapkan mereka mampu melestarikan terus perkembangan yang telah dicapai untuk mempertahankan masa hidup keberhasilan yang ada dalam dirinya di masa kini dan di masa mendatang. Karena keberhasilan yang datang dari dalam ke luar atau "in side out" akan bertahan lama daripada yang datang dari luar ke dalam. "out side in" (R. Covey, 1988). Berarti mereka adalah individu yang mampu mengembangkan penilaian kognitifnya yang sangat efektif dengan menggunakan strategi modifikasi pikiran secara konsekuen dan melestarikan keberhasilannya dalam



menghadapi tantangan tugas dimasa yang akan datang dan masa hidup keberhasilan menjadi bagian dalam hidup mereka. Itu akan berarti meningkatkan hasil belajarnya di saat sekarang dan yang akan datang. Namun demikian disadari bahwa batas hidup (limitation live) terhadap keberhasilan sesungguhnya memiliki batas waktu (kedaluwarsa) diperkirakan akan terjadi pula pergeseran menaik atau menurun. Oleh karena itu untuk melestarikan hal tersebut, maka siswa hendaknya melakukan usaha tamabahan yang dapat menambah kebanggaan dan kesemangatannya seperti membaca buku-buku yang berkenaan dengan "berpikir positif kunci kesuksesan dari Norman Vincent Peale; Berjiwa besar dari Swarth dan buku sejenis yang mungkin diperoleh pada perpustakaan sekolah atau toko buku.

Kedua, temuan ini direkomendasikan kepada pengembangan sumber daya individu normal guna pengembangan sumber daya manusia. Oleh karena itu selaras dengan tuntutan konseling pengembangan (counseling developmental) dewasa ini. Keefektivan strategi perubahan pikiran kombinasi teknik reframing pikiran dan restrukturisasi pikiran maupun teknik lain yang dapat digunakan individu normal yang sedang dalam menghadapi kondisi - situasi, seperti, takut pada guru, teman sebaya atau teman lawan jenis, ujian. Dalam kondisi sebanding dapat digunakan oleh berbagai individu normal yang berkaitan dengan gelisah, cemas, dan pernyataan negatif imajinasi negatif. Juga keefketivan strategi ini selain siswa juga dapat diaplikasikan oleh, Guru dengan siswanya; ibu suami-istri orang tua dengan anak; polisi dengan masyarakat, tentara di medan perang; para atlit dalam menghadapi lomba pertandingan atau dalam pembinaan atlet.

Ketiga, temuan-temuan penelitian mengenai keefektivan strategi perubahan kognitif untuk mengembangkan penilaian kognitif terhadap tugas-tugas pelajaran di SMU ditunjukkan dalam temuan penelitian sebelumnya dan temuan penelitian ini mengisyaratkan perlunya mempertimbangkan strategi perubahan pikiran ini untuk dimasukkan dalam kurikulum pendidikan konselor. Selain itu perlu juga dipertimbangkan untuk memasukkan ke dalam agenda kerja program pelatihan secara nasional untuk melakukan pelatihan terhadap konselor atau guru pembimbing di sekolah bahkan praktisi sekolah dalam bentuk pelatihan yang berkelanjutan.

Keempat, perlu dipertimbangkan penggunaan strategi perubahan atau pengembangan kognitif dalam latar yang lebih luas, tidak hanya pada latar konseling tetapi juga dalam situasi pengajaran, keluarga, dalam interaksi sosial lainnya. Dalam kegiatan belajar mengajar agar

disubstitusikan penggunaan strategi modifikasi kognitif ini melalui program penataran lokal, regional dan nasional. Temuan ini suatu pertanda yang baik itu berkembangnya konsep kognitif di Indonesia dalam latar konseling

Kelima, secara praktis manual temuan penelitian ini direkomendasikan kepada guru pembimbing di sekolah. Namun demikian juga dapat dikembangkan ke bidang yang lebih luas dalam penelitian lanjutan atau penggunaan untuk mengembangkan sumber "daya" manusia dewasa ini untuk menuju sukses.

Keenam, secara khusus, kepada guru pembimbing di sekolah untuk meminimalkan penggunaan instruksi sentuhan (berupa sentuhan fisik terutama pada lawan jenis) dalam rangka memberikan instruksi yang bersifat eksternal, karena kurang memberikan kontribusi positif terhadap kinerja siswa terhadap tugas-tugas pelajaran di sekolah. Teknik menghentikan pikiran boleh saja diterapkan asal telah mendapat kesepakatan terlebih dahulu untuk melakukan instruksi yang bersifat eksternal. Bagi siswa remaja wanita yang memegang kuat tradisi keluarga akan mengalami sedikit hambatan dalam menggunakan instruksi stop dengan sentuhan walau dalam proses latihan. Ini perlu di sadari bagi keterlibatan teknik menghentikan pikiran dengan instruksi sentuhan.

Ketujuh, menunjukkan grafik kepada teman, mungkin perlu dipertimbangkan karena temuan penelitian menunjukkan sangat rendah, karena bila ditinjau dari sistem sosial budaya secara umum menjadi adat ketimuran, segan menunjukkan kebolehan sendiri, kecuali orang lain yang mengatakannya. Ini membuktikan bahwa menunjukkan grafik tersebut perlu suatu kesepakatan kesiapan untuk memperlihatkan hasil grafik kepada teman. Kendati menunjukkan grafik merupakan suatu yang diperlukan untuk meningkatkan pernyataan yang telah dicapai oleh siswa, dapat menimbulkan kesan miring bagi diri siswa sendiri. Akibatnya dapat mengurangi keefektifan strategi yang diterapkannya. Apabila tetap digunakan utarakan agar mendapatkan kesepakatan bagi peserta dalam anggota kelompok bila diantara siswa ada yang kurang sepakat barangkali diupayakan cara lain yang dapat menimbulkan kepercayaan diri bagi dirinya, atau tak perlu dipaksakan.

Kedelapan, berkaitan batas hidup atau batas bertahannya keberhasilan siswa dalam memodifikasi kognitifnya, sesungguhnya dapat dikatakan bertahan lama, karena perkembangan itu dari dalam keluar atau in side out lain halnya dengan perkembangan yang out side in akan

masih diragukan masa hidupnya dan perkembangannya. Kendati demikian tidak tertutup kemungkinan untuk melestarikan melalui upaya yakni membaca buku-buku yang sifatnya memotivasi diri, meningkatkan produktivitas diri kearah positif dan lebih maju.

Kesembilan, perubahan kognitif hendaknya dilakukan oleh siswa sendiri, dikonstruksi oleh siswa sendiri akan berhasil lebih positif dan bertahan lama. Kegagalan dalam pemberian bantuan modifikasi kognitif manakala dalam penyajiannya, terdapat kemungkinan bahwa, cara memberikan "rasional" kurang tepat, dan belum tersusun dalam struktur kognitif siswa akan kebutuhan perubahan serta individu sendiri belum mampu melihat masa kini dan masa mendatang dalam pengembangan psikohigiene dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Kesepuluh, kendati realita di konstruksi dalam pikiran kita atas interaksi dengan lingkungan selalu kurang baik, jika pengingkaran terhadap realita itu sendiri dalam kondisi tertentu. Sebab dalam banyak hal lingkungan dapat menentukan subjek. atau menentukan posisi kita yang membuat kita takberdaya "vulnerability" (Lazarus 1991:58).

Perspektif di atas kentara, antara satu posisi berada pada posisi kognitif atau konstruktivisme dan posisi lainnya yang lainnya. Akan selalu membutuhkan penjelasan yang panjang terhadap konsep kognitif dalam lingkungan lebih luas. Oleh karena itu rekomendasi penelitian ini mengajak para pembaca peneliti, untuk melihat strategi modifikasi kognitif ini dari berbagai segi, sehingga perspektif ini akan dijumpai dengan temuan-temuan yang lebih muthakhir di masa-masa mendatang.