

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Hardiness merupakan salah satu karakteristik kepribadian yang penting untuk dimiliki oleh individu. *Hardiness* merupakan modal bagi individu untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dihadapinya secara positif serta mampu menanggulangi stres secara baik.

Kobasa pertama kali memperkenalkan konsep *hardiness* pada tahun 1979 dan didefinisikan sebagai pola karakteristik kepribadian agar individu mampu bertahan dan sehat meskipun berada di bawah tekanan. *Hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang menjadi perantara untuk mengatasi dampak stres karena perubahan situasi dan stresor yang dihadapi (Maddi, 2002). Hardjana (1994) mengemukakan bahwa *hardiness* adalah fungsi yang berkaitan dengan ketahanan atau daya tahan.

Hardiness adalah suatu variabel yang terdapat dalam diri seseorang untuk menerima dan menghadapi atau menjalani sesuatu yang terjadi dalam kehidupannya (Maddi, 2013). Definisi *hardiness* tersebut juga diperkuat oleh Creed (2013) yang mengungkapkan bahwa *hardiness* adalah karakteristik kepribadian yang menjelaskan kapasitas individu untuk mengelola dan bertahan selama periode perubahan dan stres, serta dipandang sebagai gaya kepribadian yang memengaruhi cara individu berpikir, merasakan dan berperilaku (Creed, 2013). Menurut Sarafino dan Smith (2012) *hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang membedakan individu yang tetap bertahan sehat di bawah tekanan kehidupan. *Hardiness* diartikan sebagai pola sikap dan keterampilan yang memfasilitasi atau bahkan meningkatkan kinerja dan kesehatan di bawah tekanan besar (Maddi, 2013).

Teori kepribadian eksistensial mempengaruhi ide dan gagasan mengenai *hardiness*. Dalam pandangan teori eksistensial, individu sebagai *beings-in-the-world* yang secara kontinyu membentuk karakteristik kepribadian melalui tindakan-tindakan serta penyesuaian diri dengan situasi (Creed, 2013).

Kobasa (1982) mengungkapkan bahwa *hardiness* dapat mengontrol individu dalam mengatasi situasi yang sedang dialami agar tetap bertahan (*survive*). Hystad (2012) juga mengungkapkan bahwa individu yang memiliki *hardiness* akan percaya bahwa dirinya dapat mengontrol setiap peristiwa yang mengandung stres dan memiliki persepsi bahwa setiap peristiwa yang mengandung stres merupakan hal positif serta konstruktif. Peristiwa tersebut dapat dijadikan suatu tantangan dan pelajaran dalam kehidupan.

Hardiness berhubungan dengan beberapa aspek ketahanan dan ketabahan individu yang lebih luas dalam menghadapi berbagai situasi perubahan, tantangan hingga keadaan yang menimbulkan potensi stres. *Hardiness* dapat membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil dan optimis dalam menghadapi berbagai hal dan membantu untuk mengontrol dari berbagai pengaruh keadaan yang terjadi pada kehidupannya. Berbeda dengan individu yang tidak memiliki karakteristik *hardiness* akan lebih menyukai untuk menarik diri dan menunjukkan ketidakberdayaan terhadap situasi yang dipersepsikan sebagai ancaman bagi dirinya (Kardum, Hudek-Knezevic & Krapic, 2012). Khaledian, Hasanvand & Pour (2013) mengungkapkan bahwa *hardiness* merupakan salah satu elemen penting bagi individu untuk dapat membuat hidupnya lebih berkualitas dari sebelumnya dan menciptakan keseimbangan diantara perbedaan-perbedaan pengalaman hidup yang terjadi.

Maddi (2005) juga mengungkapkan bahwa *hardiness* merupakan salah satu faktor yang efektif dalam mengurangi potensi stres dan mengembangkan ketahanan diri terhadap situasi yang menekan. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Zhang (2011) yang menyebutkan bahwa individu yang memiliki *hardiness* akan memandang peristiwa yang berpotensi stress sebagai sesuatu yang bermakna.

Hardiness yang dimiliki individu juga dapat membantu dalam mengelola stres yang dialami (Nevid, dkk, 2005). Secara psikologis, orang yang memiliki *hardiness* tinggi cenderung lebih efektif dalam mengatasi stres dengan menggunakan pendekatan *coping* yang berfokus pada masalah secara aktif (William dkk, dalam Nevid dkk, 2005).

Ada tiga konsep yang relevan untuk memahami *hardiness* dalam diri seorang individu yaitu komitmen, kontrol dan tantangan (Maddi, 2013). Seseorang

yang kuat dalam komitmen akan memiliki keyakinan tentang pentingnya terlibat dalam lingkungannya dan tidak peduli seberapa berat keadaan atau stres yang mungkin ditimbulkan. Bagi seseorang yang kuat dalam sikap kontrol, mereka cenderung ingin memiliki pengaruh terhadap lingkungannya, tidak peduli betapa sulitnya hal tersebut. Sedangkan seseorang yang kuat dalam tantangan, mereka dapat melihat tekanan sebagai bagian yang normal dari kehidupan dan merupakan kesempatan untuk belajar, berkembang dan tumbuh dalam kebijaksanaan (Maddi, 2005). Ketiga konsep *hardiness* ini yang memberikan motivasi bagi seseorang untuk bertahan dan mengubah keadaan stres menjadi peluang pertumbuhan.

Individu yang memiliki *hardiness* akan berkomitmen bahwa apapun kegiatan yang mereka lakukan akan memberikan pengaruh pada kehidupan mereka sendiri serta mampu menjadikan situasi yang sulit menjadi sebuah kesempatan atau peluang untuk dapat tumbuh dan berkembang (Lo Bue dkk., 2016). Manfaat dari *hardiness* yaitu membantu individu dalam proses adaptasi dan lebih memiliki toleransi terhadap stres, mengurangi akibat buruk dari stres, mengurangi kemungkinan terjadinya *burnout* dan penilaian negatif terhadap suatu kejadian yang mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan koping yang berhasil, membuat individu tidak mudah jatuh sakit, dan membantu individu mengambil keputusan yang baik dalam keadaan stres (Ayudhia & Kristiana, 2016).

Individu yang memiliki *hardiness* juga menunjukkan gejala kelelahan fisik yang lebih sedikit, tingkat depresi yang lebih rendah dalam menghadapi stres daripada orang-orang yang ketahanan psikologisnya rendah (Quellete dkk., dalam Nevid dkk., 2005). Kobasa (dalam Nevid dkk., 2005) menunjukkan bahwa orang yang memiliki *hardiness* tinggi lebih baik dalam menangani stres karena mereka menganggap diri mereka sebagai “orang yang memilih situasi stres itu sendiri”. Mereka menganggap stressor yang mereka hadapi membuat kehidupan lebih menarik dan menantang, bukan semata-mata membebani mereka dengan tekanan-tekanan tambahan.

Cole., dkk (2004) mengemukakan bahwa individu yang *hardy* lebih bersedia terlibat dan menyesuaikan reaksinya ketika diberi kesempatan untuk menghadapi pengalaman yang tidak menyenangkan. Ketika individu memiliki kontrol atas keterlibatan terhadap stressor, individu yang *hardy* akan lebih bersedia

untuk menyelesaikannya. Jika individu menganggap nilai keterlibatan tersebut sangat berharga, individu yang tangguh akan sengaja terlibat dalam strategi untuk mengubah aktivitas menjadi sesuatu yang dianggap lebih positif serta menjaga motivasi untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat.

Hardiness dianggap dapat mengurangi ancaman dan meningkatkan harapan individu untuk berhasil dalam mengatasi permasalahan hidupnya (Bissonette, 1998). Individu dengan *hardiness* yang tinggi akan mengakui segala sesuatu yang dilakukan merupakan bagian dari keputusan hidup dan mampu memperluas makna dari setiap pengalaman yang dilalui dengan tetap berorientasi pada masa depan (Maddi & Khoshaba, 2005).

Hardiness mampu menjaga kesehatan mental dan kestabilan individu dalam melakukan aktivitas ketika keadaan penuh tekanan terjadi (Maddi & Khoshaba, 2005). Keadaan yang dimaksud berkaitan dengan kendala-kendala yang dialami oleh individu dalam melakukan upaya untuk mempertahankan hidup.

Duckworth dkk (dalam Helmi, 2016) mengungkapkan bahwa seorang individu yang memiliki *hardiness* akan menunjukkan perilaku bekerja sekuat tenaga (*strenuously*) menghadapi tantangan, terus berusaha meskipun menghadapi kegagalan, kesukaran dan tidak adanya kemajuan. Selain itu, seorang individu yang memiliki *hardiness* akan tetap menunjukkan upaya mencapai tujuan walaupun tidak ada insentif atau umpan balik yang harusnya diperoleh (Helmi, 2016).

Sebaliknya, Kobasa (1982) dan Maddi (2013) menyebutkan bahwa karakteristik individu yang tidak memiliki *hardiness* akan menunjukkan *powerlessness*, yaitu perasaan pasif yang selalu merasa akan disakiti oleh hal-hal yang tidak dapat dikendalikan, kurang memiliki inisiatif dan kurang dapat mengarahkan potensi-potensi di dalam dirinya sehingga individu ini merasa tidak berdaya jika menghadapi hal-hal yang menimbulkan ketegangan atau tekanan. Selain itu, individu yang tidak memiliki *hardiness* akan menunjukkan *alienation* yang membuat individu mudah bosan dan merasa tidak berarti, menarik diri terhadap tugas-tugas yang harus dikerjakan, pasif dan lebih suka menghindar dari berbagai aktivitas. Individu yang tidak memiliki *hardiness* juga akan menunjukkan sikap *threatened* yaitu individu akan menganggap sesuatu harus selalu stabil

karena individu tersebut akan selalu merasa khawatir dengan adanya perubahan sebagai ancaman bagi dirinya. Individu dengan *hardiness* rendah memandang dirinya tidak mampu mengatasi permasalahannya, dalam arti individu menyerah terhadap masalah yang dihadapinya (Schultz & Schultz, 2010).

Individu yang tidak memiliki *hardiness* akan mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan, tuntutan dan menunjukkan kesehatan mental yang kurang baik. Kegagalan atau kesulitan tersebut akan berdampak bukan saja pada perkembangan karakteristik kepribadian, moral dan emosionalnya, melainkan berisiko mengalami hambatan secara akademik maupun perkembangan karir di masa depan.

Hardiness telah terbukti berhubungan positif dengan kepuasan pada pensiunan (Sharpley & Yardley, 1999), imigran (Kuo & Tsai, 1986), atlet (Sheard & Golby, 2006) dan pasien HIV (Perry, Fishman, Jacobsberg & Frances, 1992) dan telah dikaitkan dengan kinerja yang lebih baik pada peserta pelatihan militer (Bartone dkk., 2008) dan mahasiswa (Ruthig, Hladkyj, Perry & Hall, 2004).

Karakteristik kepribadian *hardiness* juga terbukti berhubungan positif dengan kemampuan regulasi emosi pada perawat rumah sakit swasta kota Bandung dengan menggunakan metode penelitian deskriptif korelasional pada 170 perawat yang menjadi sampel, maka diperoleh hasil bahwa terdapat korelasi yang positif dan signifikan antara *hardiness* dengan kemampuan regulasi emosi pada perawat rumah sakit swasta di Kota Bandung (Kusumaningtyas, 2015). Penelitian Fazriani (2020) juga mengungkap bahwa terdapat hubungan atau korelasi positif antara *hardiness* dan *work adjustment* dengan *individual work performance* pada karyawan *fresh graduate* di Kota Bandung. *Hardiness* juga berpengaruh terhadap hasil belajar mahasiswa FPEB UPI Angkatan 2016. Artinya, semakin tinggi *hardiness* mahasiswa maka akan semakin tinggi pula hasil belajar yang dicapai mahasiswa. *Hardiness* juga berpengaruh terhadap motivasi belajar mahasiswa, Artinya, semakin tinggi *hardiness* mahasiswa akan semakin tinggi pula motivasi belajar mahasiswa (Aisah, 2019).

Hardiness dalam konteks pendidikan di Indonesia dibuktikan dengan beberapa hasil penelitian. Penelitian Sarie (2015) menunjukkan bahwa *hardiness* memiliki hubungan positif terhadap *coping strategy* pada peserta didik yang

bekerja *part time* di SMK Al Falah Kota Bandung. Selanjutnya studi penelitian Rosulin dan Paramita (2016) menunjukkan bahwa *hardiness* memiliki hubungan positif dengan adaptabilitas karir peserta didik SMK kelas XII di Surabaya. Penelitian Ayudhia & Kristiana (2016) juga menemukan bahwa *hardiness* memiliki hubungan positif dalam meningkatkan prososial pada peserta didik kelas XI di SMA Islam Hidayatullah Semarang. Studi penelitian Wisudawati, dkk (2017) menunjukkan bahwa *hardiness* memiliki hubungan positif untuk meningkatkan motivasi berprestasi pada peserta didik atlet SMA kelas X di Tangerang melalui pemberian latihan *hardiness* (*hardy training*). Penelitian Latifah (2021) juga mengungkapkan bahwa peserta didik kelas IX di SMP Negeri 26 Bandung Tahun Ajaran 2020/2021 yang memiliki prestasi akademik yang tinggi juga menunjukkan skor *hardiness* yang cenderung tinggi.

Hardiness penting untuk dimiliki oleh peserta didik SMA dikarenakan peserta didik SMA sebagai remaja memiliki masalah kompleks. Di satu sisi, sebagai pribadi peserta didik belum matang secara psikologis karena masih sedang mencari identitas diri. Di sisi lain, mereka dihadapkan pada tantangan kehidupan yang cukup kompleks untuk mempersiapkan diri menjadi manusia dewasa yang sehat secara fisik maupun psikologis. Peserta didik mengalami masalah yang meliputi; masalah pribadi, sosial, akademik dan masalah karir. Di samping berbagai permasalahan yang kompleks yang dihadapi peserta didik, di era globalisasi peserta didik sebagai remaja juga dihadapkan pada persaingan yang ketat sehingga remaja dituntut memiliki daya kompetitif yang tinggi untuk bisa unggul, sukses dalam mengaktualisasikan dirinya. Hal-hal tersebut dapat menjadi sumber stres bagi peserta didik apabila ia tidak dapat menanggulangi stres yang dihadapinya.

Dengan berbagai permasalahan, tantangan dan tuntutan yang harus dihadapi remaja, agar remaja terhindar dari masalah dan mampu mengaktualisasikan dirinya di tengah godaan besar lingkungan, seorang remaja hendaknya mampu mengembangkan kekuatan-kekuatan pribadi yang dapat membantu ia agar terhindar dari stres, mampu mengoptimalkan diri dengan baik serta mampu untuk mencapai kesehatan psikologis yang baik.

Hardiness yang dimiliki membuat peserta didik untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan dengan mengurangi situasi stress. *Hardiness* akan membuat peserta didik menjadi lebih kuat, tahan, stabil, optimis dalam menghadapi stress, dan mengurangi efek negatif saat menghadapi kehidupan (Kobasa, Maddi, & Khan, 1982).

Peserta didik yang memiliki *hardiness* menunjukkan kemauan untuk terlibat dalam kegiatan akademik yang menantang, berkomitmen pada kegiatan akademik dan merasa bahwa mereka memiliki kendali atas kinerja dan hasil akademik mereka (Benishek dan Lopez, 2001; Harvey, 2009). Studi tentang *hardiness* sangat relevan karena lingkungan akademik dapat memberikan iklim menuntut dan persaingan bagi peserta didik. Praktisi dan pembuat kebijakan memiliki kepentingan dalam memotivasi dan mendorong peserta didik untuk mengembangkan potensi secara optimal. Jika peserta didik mampu mengembangkan potensi secara optimal maka akan berimplikasi pada kesuksesan dan kepuasan kerja di masa depan (Maddi dan Khoshaba, 2005).

Hardiness adalah variabel moderator antara stres dan kesehatan mental yang bermuara pada kepuasan hidup atau kesejahteraan hidup. Menurut Sappington (dalam Moazedian dkk, 2014, hlm.47) kapasitas untuk menahan tekanan mental dapat dipelajari, ketika individu berhasil memiliki kapasitas untuk menahan tekanan mental maka kepuasan kerja lebih tinggi dan menunjukkan tingkat yang rendah terkait depresi dan kecemasan (Kobasa & Maddi, 2001). Dengan memiliki *hardiness*, peserta didik akan mampu menyesuaikan terhadap tuntutan yang ada, mampu mengontrol emosi dan mau terlibat pada aktivitas *coping* yang memadai. Jika remaja kurang memiliki ketangguhan psikologis, mereka lebih cenderung menunjukkan gangguan mental seperti depresi, kemarahan dan stres (Maddi, Brow, Kobasa dan Vaitkus, 2006).

Menurut Hadjam (2003) *hardiness* mengurangi pengaruh kejadian-kejadian hidup yang mencekam dengan meningkatkan penggunaan strategi penyesuaian, antara lain dengan menggunakan sumber-sumber sosial yang ada di lingkungannya untuk dijadikan tameng, motivasi, dan dukungan dalam menghadapi masalah ketegangan yang dihadapinya dan memberikan kesuksesan. Saat menghadapi kondisi yang menekan, individu yang memiliki karakteristik

kepribadian *hardiness* juga akan mengalami stres atau tekanan, namun individu yang memiliki karakteristik kepribadian ini dapat menyikapi secara positif keadaan tidak menyenangkan tadi agar dapat menimbulkan kenyamanan melalui cara-cara yang sehat. Berkaitan dengan terbentuknya penilaian dan respon positif dalam menghadapi sumber stres, peserta didik yang memiliki kepribadian *hardiness* (kontrol, komitmen, dan tantangan) akan memberikan penilaian positif atas situasi yang penuh stress sehingga cenderung memberikan respon yang positif. Peserta didik akan menjadi optimis bahwa situasi tersebut dianggap sebagai tantangan yang berarti dapat diubah sehingga akan mampu menghadapi dan mengelolanya. Karakteristik kepribadian *hardiness* membantu peserta didik untuk kuat, tahan, stabil, optimis dalam menghadapi berbagai tugas dan menjadikan kesulitan sebagai sebuah tantangan bukan ancaman (Eschleman, 2010).

Hasil wawancara terhadap Guru Bimbingan dan Konseling serta hasil pengamatan langsung terhadap peserta didik kelas XI SMA Pasundan 8 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020 menunjukkan bahwa masih banyak peserta didik yang belum mampu mengembangkan karakteristik kepribadian *hardiness* ditandai dengan peserta didik cenderung menghindari tugas-tugas, pekerjaan ataupun materi pelajaran yang sulit, cenderung memiliki komitmen yang rendah dalam melaksanakan tugas atau pekerjaan yang sulit sehingga peserta didik mudah menyerah dalam melaksanakan tugas atau pekerjaan tersebut, cenderung menghindar dari masalah-masalah yang dirasa sulit, seperti masalah dengan teman sebaya, masalah dengan orangtua dan guru serta masalah akademik dan kelanjutan studi, peserta didik juga tidak memiliki pandangan bahwa setiap kesulitan yang dihadapi adalah tantangan yang dapat membantunya berkembang lebih baik.

Karakteristik kepribadian *hardiness* dapat diperoleh melalui pembelajaran (Maddi, 2006). Dalam mengembangkan karakteristik kepribadian *hardiness*, peserta didik dapat dibantu oleh Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor. Salah satu pendekatan dan teknik yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan pendekatan kognitif-behavioral teknik restrukturisasi kognitif. Kobasa (dalam Tavousi, 2015) mengatakan bahwa kognitif adalah dasar pengembangan kepribadian *hardiness*. Oleh karena itu, untuk menguatkan

kepribadian *hardiness* yang dimiliki oleh peserta didik diperlukan sebuah strategi intervensi yang mampu memperbaiki struktur kognitif.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah

Dalam lingkup pendidikan formal, peserta didik dihadapkan pada berbagai permasalahan akademik dan non-akademik. Pada saat yang bersamaan, peserta didik sebagai remaja seringkali mengalami berbagai permasalahan, mulai dari masalah perkembangan fisik, psikologis, emosional, sampai masalah sosial yang berhubungan dengan teman, lawan jenis, dan keluarga.

Permasalahan yang timbul, terkadang bukanlah permasalahan yang mudah untuk dicari solusinya. Masalah karena persoalan mencari jati diri, pubertas, berbagai konflik pertemanan atau konflik dengan orang lain. Selain itu, yang juga penting adalah terkait permasalahan studi seperti kurangnya motivasi, banyaknya tugas yang menumpuk, ujian yang sulit. Pada jenjang SMA, peserta didik juga akan dihadapkan dengan persoalan kelanjutan studi, memilih antara melanjutkan kuliah atau bekerja, memilih universitas dan program studi yang akan ditempuh. Hal-hal tersebut dapat menimbulkan stres bagi peserta didik.

Apabila peserta didik tidak mampu mengatasi permasalahan dan stres yang dihadapinya, maka akan menimbulkan berbagai akibat bagi aspek-aspek perkembangan dan kehidupan peserta didik, termasuk menghambat studi, perkembangan karir serta kehidupannya di masa yang akan datang.

Faktor kepribadian yang diduga dapat berperan dalam menghadapi stres adalah karakteristik kepribadian *hardiness*. Kobasa (1979) mengemukakan bahwa karakteristik kepribadian *hardiness* adalah pola karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai sumber perlawanan ketika individu menghadapi situasi yang menekan dan menimbulkan stress.

Kobasa (Kreitner & Kinicki, 2005) mengidentifikasi bahwa karakteristik kepribadian *hardiness* dapat menetralkan stres yang berkaitan dengan pekerjaan, melibatkan kemampuan untuk secara sudut pandang atau secara keprilaku mengubah stressor yang negatif menjadi tantangan yang positif. Ketika individu memiliki karakteristik kepribadian *hardiness* yang kuat, maka individu tersebut akan memiliki sikap yang membuat mereka lebih mampu dalam

melawan stres (Schultz dan Schultz, 2002). Menurut Maddi & Kobasa (1984) semakin tinggi tingkat karakteristik kepribadian *hardiness* maka akan semakin besar kemungkinan seseorang menilai situasi yang menekan bukan sebagai suatu ancaman melainkan sebagai tantangan yang berarti akan menghambat munculnya stres kerja pada diri individu. Dalam hal ini, Astuti (1994, dalam Dodik & Kamsih 2012) mengungkapkan bahwa *hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang memberikan konstelasi kepribadian yang menguntungkan bagi seseorang untuk mengatasi tekanan-tekanan hidupnya sehingga tahan banting.

Selain itu, dalam penelitian Maddi (2013) mengemukakan bahwa karakteristik kepribadian *hardiness* merupakan strategi yang memfasilitasi tanggapan terhadap situasi yang sulit dan menghambat respon negatif terhadap stres. Oleh sebab itu, fungsi kepribadian *hardiness* dapat digunakan dalam menghadapi kejadian penuh stress (Kobasa, 1982: Maddi, 2002). Sebaliknya, kurangnya kepribadian *hardiness* dalam diri individu dapat dihubungkan dengan tingkat stres yang tinggi (Riggio, 1990). Merujuk pada penjelasan sebelumnya bahwa karakteristik kepribadian *hardiness* merupakan salah satu faktor yang menunjang untuk dapat mengontrol individu agar dapat tetap *survive* dalam mengatasi stres.

Menurut Maddi dan Kobasa (2013), *hardiness* dapat berkembang sejak masa kanak-kanak serta muncul sebagai perubahan dan akibat dari pengalaman-pengalaman hidup. Karakteristik kepribadian *hardiness* pertama kali dideskripsikan oleh Kobasa sebagai sebuah proses penilaian kognitif yang tersusun atas tiga karakteristik yaitu *control*, *commitment* dan *challenge*. Karakteristik kepribadian *hardiness* merupakan suatu konstalasi kepribadian yang membuat individu menjadi kuat, tahan, stabil dan optimis dalam menghadapi stres dan mengurangi efek negatif yang dihadapi.

Hardiness menurut Kobasa, Maddi & Kahn (dalam Gayton & Kehoe, 2015) adalah sebuah variabel kepribadian yang berfungsi sebagai sumber daya untuk menolak konsekuensi negatif yang merugikan. Pribadi yang *hardy* akan menggunakan *transfomational coping* saat menghadapi situasi yang penuh tekanan yaitu mengubah kognisi dan tingkah laku mereka (Kobasa & Maddi dalam Bakhshizadeh, Shiroudin dan Khalatbari, 2013). Kobasa (dalam Tavousi, 2015)

mengemukakan bahwa kognitif adalah dasar pengembangan kepribadian *hardiness*. Jadi, untuk menguatkan karakteristik kepribadian *hardiness* peserta didik diperlukan sebuah strategi intervensi yang mampu memperbaiki struktur kognitif. Adapun rumusan masalah pada penelitian ini tertuang pada pertanyaan sebagai berikut:

1. Seperti apa gambaran umum *hardiness* pada peserta didik kelas XI di SMA Pasundan 8 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020?
2. Seperti apa rancangan program teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan *hardiness* peserta didik kelas XI SMA Pasundan 8 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk memperoleh profil yang jelas mengenai *hardiness* peserta didik serta memperoleh data atau bahan untuk implementasinya dalam bimbingan dan konseling di SMA dan untuk memperoleh program bimbingan dan konseling untuk mengembangkan *hardiness* peserta didik di SMA Pasundan 8 Bandung. Secara khusus, tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Mendeskripsikan gambaran umum *hardiness* peserta didik kelas XI SMA Pasundan 8 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020.
2. Menghasilkan rancangan program teknik restrukturisasi kognitif untuk mengembangkan *hardiness* peserta didik kelas XI SMA Pasundan 8 Bandung Tahun Ajaran 2019/2020.

1.4 Manfaat Penelitian

Secara teoretis manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Menambah wawasan dan pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling, khususnya mengenai *hardiness*.
2. Menemukan dasar-dasar konseptual yang berimplikasi secara metodologis bagi studi tentang daya psikologis *hardiness* dan berbagai variabel yang terkait.

Secara praktis manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Guru Bimbingan dan Konseling dapat mengetahui mengenai pencapaian *hardiness* sebagai dasar dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik peserta didik. Konselor sekolah dapat mengembangkan program atau model layanan bimbingan dan konseling yang berbasis pendekatan kognitif behavioral untuk meningkatkan *hardiness* peserta didik.
2. Peserta didik dapat mengetahui kepribadian *hardiness* dalam dirinya dan mengembangkannya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan, tugas perkembangan dan aktualisasi diri.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

BAB I berisikan Pendahuluan yang terdiri atas: latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, pertanyaan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penulisan tesis.

BAB II Kerangka Teoritis mengenai Meningkatkan *hardiness* peserta didik melalui teknik restrukturisasi kognitif. Kerangka teoritis mencakup konsep pengertian *hardiness*, dimensi karakteristik kepribadian *hardiness* dan faktor-faktor yang memengaruhinya serta teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan *hardiness* peserta didik SMA.

BAB III merupakan Metode Penelitian yang berisi penjabaran yang rinci mengenai metode dalam penelitian termasuk komponen berikut: pendekatan penelitian dan desain penelitian; lokasi, populasi, dan partisipan penelitian; definisi operasional variabel; pengembangan instrumen penelitian; rancangan intervensi dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif; teknik pengolahan data; teknik analisis data; serta langkah-langkah penelitian.

BAB IV yaitu Hasil Penelitian dan Pembahasan. Bagian pembahasan atau analisis temuan mendiskusikan temuan tersebut dikaitkan dengan dasar teoretik yang telah dibahas dalam kajian pustaka dan temuan sebelumnya.

BAB V meliputi Simpulan dan Rekomendasi yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan terhadap hasil analisis temuan penelitian.