



**UPAYA MENINGKATKAN ADVERSITY QUOTIENT
MELALUI PELAKSANAAN BIMBINGAN KLASIKAL
(Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang
Tahun Ajaran 2008/2009)**

SKRIPSI

**Diajukan Dalam Rangka Penyelesaian Studi Strata 1 Untuk Mencapai Gelar
Sarjana Pendidikan**

Oleh
Eko Adi Putro
1301403067

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2009**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi, tahun 2009. “*Upaya Meningkatkan Adversity Quotient Melalui Pelaksanaan Bimbingan klasikal*” (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009.) Telah dipertahankan dihadapan sidang panitia ujian skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.

Pada hari :

Tanggal :

Panitia Ujian
Ketua, Sekretaris,

Drs. Hardjono, M.Pd
NIP. 130781006

Drs. Eko Nusantoro, M.Pd
NIP.132205930

Penguji

Dra. Sinta Saraswati, M.Pd.
NIP. 132243692

Penguji /Pembimbing I

Penguji/Pembimbing II

Dr. H. Anwar Sutoyo, M.Pd
NIP. 131570048

Dra. Hj. Awalya, M.Pd
NIP. 131754159

LEMBAR SELESAI BIMBINGAN

Yang bertanda tangan di bawah ini Dosen Pembimbing skripsi menerangkan bahwa :

Nama : Eko Adi Putro
NIM : 1301403067
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling

Bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan bimbingan skripsi dengan judul “*Upaya Meningkatkan Adversity Quotient Melalui Pelaksanaan Bimbingan klasikal*” (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009) dan siap diujikan.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, Februari 2009

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Dr. H. Anwar Sutoyo, M.Pd
NIP. 131570048

Dra. Hj. Awalya, M.Pd
NIP. 131754159

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian atau keseluruhannya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.



Semarang, Februari 2009

Eko Adi Putro
NIM. 1301403067

ABSTRAK

Putro, Eko Adi. 2009. *“Upaya Meningkatkan Adversity Quotient Melalui Pelaksanaan Bimbingan klasikal (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009)”*. Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: Dr. H. Anwar Sutoyo, M.Pd dan Dra. Hj. Awalya, M.Pd.

Kata kunci : adversity quotient, bimbingan klasikal

Latar belakang masalah dalam penelitian ini yaitu ada fenomena ketika individu dihadapkan pada kesulitan dan tantangan hidup kebanyakan individu menjadi loyo dan tidak berdaya. Mereka berhenti berusaha sebelum tenaga dan kemampuannya benar-benar teruji. Banyak orang yang mudah menyerah sebelum berperang. Mereka inilah yang dimaksudkan dengan rendah adversity quotientnya. Peningkatan adversity quotient dapat dilakukan melalui pelaksanaan program pelayanan dasar bimbingan terdapat salah satunya strategi pelaksanaan program tersebut yaitu bimbingan klasikal. Program pelaksanaan bimbingan klasikal dirancang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan para peserta didik di kelas yang dilakukan secara terjadwal serta kegiatan ini bisa berupa diskusi kelas atau curah pendapat. Melalui penelitian tindakan ini diharapkan adversity quotient siswa meningkat.

Topik permasalahan yang diketengahkan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal adalah topik-topik yang mempunyai kaitan dengan tujuan bimbingan klasikal pada penelitian adversity quotient itu sendiri. Adapun topik-topik permasalahan itu adalah topik pola pikir destruktif, topik adversity quotient, topik film edukasi dengan judul “orang cacat yang sukses”, topik film edukasi dengan judul “INSIGHT 12 SPSS

Pendekatan yang digunakan yaitu penelitian tindakan yang terdiri dari dua siklus, yaitu siklus I dan siklus II. Langkah-langkah yang ditempuh meliputi; 1) Penyusunan Rencana; 2) Tindakan; 3) Observasi; 4) Refleksi. Alat pengumpul data menggunakan adversity response profile.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat perkembangan adversity quotient siswa setelah siklus I mengalami perkembangan, hal ini terlihat dari berkurangnya kondisi kriteria siswa yang sangat rendah 31,25% pada siklus I menjadi hanya 6,25%, berkurang pula kriteria siswa yang rendah dari sebelumnya 56,25% menjadi 46,875% dan bertambahnya siswa yang sedang dari 9,375 menjadi 31,25%, terdapat pula siswa tinggi 9,375%. Siklus II mengalami perkembangan yang signifikan. Perkembangan tersebut terlihat dari tidak adanya kriteria siswa yang sangat rendah dan rendah.

Mendasarkan pada hasil penelitian ini, disarankan; 1) Guru BK dalam meningkatkan adversity quotient siswa kelas X, hendaknya dirancang melalui bimbingan klasikal bentuk ceramah bimbingan dipadukan penggunaan media bimbingan dengan menggunakan film; 2) Hendaknya dalam memilih media film senantiasa memilih media film yang menarik dan merangsang adversity quotient.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

- ❖ Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu , sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar. (Al Baqarah 2 :153)
- ❖ Barangsiapa merintis jalan mencari ilmu maka Allah akan memudahkan baginya jalan ke surga. (HR. Muslim)
- ❖ Dibalik warna hitam dan putih kehidupan terdapat hikmah yang dapat dipetik di dalamnya (Penulis)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

- ❖ Ayahanda Alm. Bapak Y.B. Sutanto.
- ❖ Kakekku Alm. Bapak Syahid.
- ❖ Kedua orang tuaku Ibu Samiyem dan Bapak Suripto.
- ❖ Paman Subakir dan Bibi Sutatik
- ❖ Adik-adikku; Sugeng, Vita, Dewi
- ❖ Keluarga kecilku; Bapak Drs. Agus dan Sobat-sobatku 3 IPA 3 MUHI 2003
- ❖ Seseorang perempuan hamba Allah yang kelak halal bagiku
- ❖ Anak-anak yatim piatu di seluruh dunia
- ❖ Temen-temen BK 2003
- ❖ Almamaterku

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt yang telah memberikan karunia, rahmat, taufiq dan hidayah-Nya hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Upaya Meningkatkan Adversity Quotient Melalui Pelaksanaan Bimbingan klasikal*” (*Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009*).

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa tersusunnya skripsi ini tidak hanya kemampuan dari penulis sendiri melainkan banyak berbagai pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Prof. Dr. H. Sudijono Sastroatmodjo, M. Si, Rektor Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk menyelesaikan pendidikan tinggi di Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Hardjono, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin penelitian.
3. Drs. H. Suharso, M.Pd. Kons. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah banyak membantu dalam administrasi.
4. Dr. H. Anwar Sutoyo, M.Pd, Pembimbing I yang telah memberikan saran dan bimbingan.
5. Dra. Hj. Awalya, M.Pd., Pembimbing II yang telah memberikan motivasi dan bimbingan.

6. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., selaku dosen wali yang telah memberikan motivasi dan bimbingan.
7. Sunawan, S.pd , M.si., selaku pembimbing dosen ahli.
8. Dewan Penguji yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk memaparkan hasil penelitian.
9. Kepala Sekolah SMK N 5 Semarang yang telah memberikan ijin tempat penelitian.
10. Bulqis, S.Pd. selaku Koordinator Konselor Sekolah beserta seluruh guru pembimbing di SMK N 5 Semarang.
11. Siswa kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang tahun ajaran 2008/2009
12. Lutfi, S.Psi yang telah memberikan wacana awal tentang Adversity Quotient .
13. Otong Gunawan, S.Pd. yang telah mendorong serta memotivasi penulis memasuki dunia perkuliahan Jurusan Bimbingan dan Konseling.
14. Darma yang telah memberikan bantuan baik secara materiil maupun non materiil dalam penulisan skripsi ini.
15. Febi, Okto, Amin selaku seksi dokumentasi dalam penelitian ini.
16. Teman-teman Jurusan Bimbingan dan Konseling khususnya angkatan 2003 yang senantiasa memberikan bantuan.
17. Semua pihak yang telah memberikan bantuan tetapi tidak sempat disebutkan namanya satu persatu.

Semarang, Februari 2009

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR SELESAI BIMBINGAN.....	iii
PERYATAAN	iv
ABSTRAK.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Sistematika Skripsi	6

BAB II. LANDASAN TEORI	8
A. Bimbingan klasikal.....	8
1. Kerangka Kerja Utuh Bimbingan Dan Konseling Dalam Jalur Pendidikan Formal	8
2. Pengertian Bimbingan klasikal	11
3. Bentuk-bentuk Bimbingan Klasikal.....	11
4. Pelaksanaan Pelaksanaan bimbingan klasikal.....	21
5. Media Bimbingan.....	24
B. Adversity Quotient	31
1. Pengertian Adversity Quotient.....	31
2. Demensi Adversity Quotient (AQ)	32
3. Tingkatan Adversity Quotient.....	35
4. Faktor Penyebab Adversity Quotient Menjadi Rendah	39
5. Kiat-Kiat Peningkatan Adversity Quotient.....	42
C. Hipotesis Tindakan.....	44
BAB III. METODE PENELITIAN	45
A. Pendekatan Yang Digunakan	45
B. Langkah-Langkah Penelitian.....	48
1. Penyusunan Rencana.....	48
2. Pelaksanaan Tindakan (Implementasi)	55
C. Metode dan Alat Pengumpul Data	57
1. Adaptasi Alat Ukur	57
2. Validitas	58

3. Reabilitas.....	59
4. Analisis Data	60
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	63
A. Hasil Uji Coba Instrumen.....	63
1. Adaptasi Alat Ukur	63
2. Validitas	63
3. Reabilitas.....	64
4. Analisis Data	64
B. Hasil Penelitian.....	65
1. Hasil Penelitian Siklus 1	73
2. Hasil Penelitian Siklus 2	91
C. Pembahasan	109
D. Kendala Pelaksanaan Penelitian.....	114
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN	116
A. Simpulan	116
B. Saran.....	118
DAFTAR PUSTAKA	119
LAMPIRAN.....	121

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Jenis media yang mempengaruhi tujuan belajar	26
Tabel 2. Penyusunan rencana penelitian	46
Tabel 3. Rencana pelaksanaan tindakan.....	54
Tabel 4. Frekuensi Persentil.....	63
Tabel 5. Kondisi Awal Adversity Quotient Siswa Kelas X TPTL 2	65
Tabel 6. Prosentase kondisi Awal Adversity Quotient Siswa X TPTL2	66
Tabel 7. Rencana Pelaksanaan Tindakan.....	70
Tabel 8. Rencana Pelaksanaan Siklus 1 Tindakan 1	72
Tabel 9. Kondisi Adversity Quotient Siklus 1 Tindakan 1	75
Tabel 10. Prosentase Kondisi Adversity Quotient Siklus 1 Tindakan 1	76
Tabel 11. Rencana Pelaksanaan Siklus 1 Tindakan 2	81
Tabel 12. Kondisi Adversity Quotient Siklus 1 Tindakan II	84
Tabel 13. Prosentase Kondisi Adversity Quotient Siklus 1 Tindakan 2	85
Tabel 14. Rencana Pelaksanaan Tindakan I Siklus II.....	90
Tabel 15. Kondisi Adversity Quotient Siklus 2 Tindakan 1	93
Tabel 16. Prosentase Kondisi Adversity Quotient Siklus 2 Tindakan 1	94
Tabel 17. Rencana Pelaksanaan Tindakan II Siklus II.....	99
Tabel 18. Kondisi Adversity Quotient Siklus 2 Tindakan II	103
Tabel 19. Prosentase Kondisi Adversity Quotient Siklus 2 Tindakan II	104

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Kerja Utuh Bimbingan dan Konseling	9
Gambar 2. Model penelitian tindakan.....	56



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Surat Keterangan telah melaksanakan Try Out dan Wawancara.....	121
2. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	122
3. Daftar Nama Siswa Kelas X TPTL 2.....	123
4. Pedoman Wawancara.....	124
5. Hasil Wawancara.....	128
6. Pedoman observasi.....	131
7. Hasil observasi Siklus I Tindakan I.....	134
8. Hasil observasi Siklus I Tindakan II.....	141
9. Hasil observasi Siklus II Tindakan I.....	148
10. Hasil observasi Siklus II Tindakan II.....	155
11. Adversity Response Profile Sebelum Diadaptasikan.....	162
12. Adversity Response Profile Setelah Diadaptasikan.....	186
13. Adversity Response Profile Yang Telah Valid Dan Reliabel.....	203
14. Data Skor Try Out.....	219
15. Perhitungan Validitas dan Reabilitas.....	225
16. Frekuensi Point Persentil.....	251
17. Rencana Tindakan.....	252
18. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling Siklus I Tindakan I.....	254
19. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling Siklus I Tindakan II.....	259
20. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling Siklus II Tindakan I.....	265

21. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling Siklus II Tindakan II.....	270
22. Hasil Skor Adversity Response Profile Siklus I	275
23. Hasil Skor Adversity Response Profile Siklus II	277
24. Dokumentasi Penelitian	279
25. Lembar Bimbingan Skripsi	284
26. Daftar Hadir Siswa Dalam Pelaksanaan Bimbingan klasikal	288



BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ada fenomena sejumlah orang yang jelas-jelas cerdas atau berbakat tetapi gagal membuktikan potensi dirinya. Ada pula siswa yang memiliki IQ yang tinggi tetapi gagal dalam meraih prestasi belajarnya. Sebaliknya tidak sedikit orang yang memiliki IQ tidak tinggi tetapi justru lebih unggul dalam prestasi belajar. Pada umumnya ketika individu dihadapkan pada kesulitan dan tantangan hidup kebanyakan individu menjadi loyo dan tidak berdaya. Mereka berhenti berusaha sebelum tenaga dan kemampuannya benar-benar teruji. Banyak orang yang mudah menyerah sebelum berperang. Mereka inilah yang dimaksudkan dengan rendah Adversity Quotientnya.

Adversity Quotient adalah kemampuan atau kecerdasan seseorang untuk dapat bertahan menghadapi kesulitan dan mampu mengatasi tantangan hidup. Adversity adalah pola-pola kebiasaan yang mendasari cara individu melihat dan merespons peristiwa-peristiwa dalam kehidupan individu (dan dinyatakan dalam bentuk skor) sehingga individu dapat mengetahui tingkat AQ mereka, digunakan untuk menilai kemampuan individu menghadapi kesulitan dan meraih sukses. Adversity quotient seseorang menjadi rendah diakibatkan karena belajar salah. Ada beberapa fenomena pada orang yang langsung menyerah, putus asa, dan gagal ketika berhadapan dengan kesulitan dan tantangan hidup. Hasil penelitian

dari Paul G. Stoltz mengungkapkan bahwa dengan adanya rasa tidak berdaya yang dipelajari, orang belajar justru belajar menjadi tidak berdaya. Ketika orang menemui kesulitan lalu gagal tidak dapat mengatasinya, maka langsung memvonis dan meyakini dirinya tidak berdaya. Demikianlah pada situasi kesulitan berikutnya, terburu-buru mempercayai bahwa dirinya bakal tidak berdaya lagi. Maka terjadilah proses belajar salah sebagai berikut : langsung menyerah, tidak bereaksi apapun serta pasrah, menerima penderitaan yang datang, tidak mencoba untuk mengakhiri penderitaan, menganggap apa dilakukan tidak bermanfaat, menjadi tidak berdaya. Sikap mental seperti ini menghancurkan dorongan untuk bertindak. Hilanglah kemampuan untuk mengendalikan peristiwa, sebaliknya peristiwalah yang akhirnya mengendalikan dirinya.

Akibat buruk dari rasa tak berdaya yang terbentuk dari cara belajar yang salah ini adalah : 1) Merendahkan prestasi, kinerja, motivasi, energi. 2) Menurunkan produktifitas, vitalitas, kreatifitas. 3) Melemahkan kemauan belajar. 4) Memupuskan keberanian mengambil resiko. 5) Meracuni Keuletan dan ketekunan. 6) Bahkan mengganggu kesehatan.

Dari pengamatan penulis terdapat gejala-gejala siswa SMK N 5 Semarang yang mempunyai adversity yang rendah, hal ini terlihat dari banyaknya siswa yang tidak naik kelas. Rata-rata tiap kelas minimal satu anak yang tidak lulus. Dalam prestasinya kebanyakan siswa yang tidak optimal dalam proses belajarnya. Dari hasil pengamatan penulis terdapat anak yang membolos pada waktu jam pelajaran, nongkrong di tempat-tempat umum pada saat jam pelajaran. Hal ini juga dapat dijumpai dalam proses belajar siswa maupun dalam memenuhi

tahap perkembangan siswa yang optimal, di mana tak sedikit anak yang hanya mengeluh ketika ditimpa penderitaan, merasa bahwa sekolah itu yang penting naik kelas meskipun dengan nilai yang pas-pasan dll. Hal ini juga diperkuat dengan hasil wawancara dengan beberapa siswa di sana mengatakan bahwa sekolah yang penting lulus, sekolah adalah kegiatan untuk memperoleh uang saku, sekolah adalah ajang untuk mencari teman daripada menganggur di rumah, sekolah adalah kegiatan untuk menyenangkan orang tua serta agar mendapatkan pengakuan status social di lingkungannya.

Inti dari kegiatan bimbingan di sekolah terletak pada pelaksanaan bimbingan itu sendiri. Keberhasilan suatu program bimbingan akan ditentukan oleh keefektifan pelaksanaan bimbingan. Keefektifan pelaksanaan bimbingan itu sendiri akan lebih banyak ditentukan oleh ketepatan menggunakan teknik bimbingan di samping kemampuan dan keterampilan petugas-petugasnya.

Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan Dan Tenaga Kependidikan Departement Pendidikan Nasional 2007 (2007 : 23) mengemukakan bahwa program bimbingan dan konseling mengandung empat komponen pelayanan, yaitu : (1) pelayanan dasar bimbingan; (2) pelayanan responsive; (3) perencanaan individual; (4) dukungan system. Dalam pelaksanaan program pelayanan dasar bimbingan terdapat salah satunya strategi pelaksanaan program tersebut yaitu bimbingan klasikal. Program pelaksanaan bimbingan klasikal dirancang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan para peserta didik di kelas yang dilakukan secara terjadwal serta kegiatan ini bisa berupa diskusi kelas atau curah pendapat.

Dalam tataran pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah khususnya SMK Negeri 5 Semarang pelaksanaan bimbingan klasikal merupakan salah satu pelayanan dasar yang diberikan secara terprogram. Hal ini terlihat dari data program bimbingan dan konseling di SMK N 5 Semarang yang penulis dapatkan dari hasil wawancara dengan konselor SMK N 5 Semarang. Menurut konselor SMK N 5 Semarang pelaksanaan bimbingan klasikal di SMK N 5 Semarang dilakukan secara insidental.

Peningkatan adversity quotient dapat dilakukan melalui layanan bimbingan dan konseling salah satunya pelayanan dasar bimbingan klasikal. Maksud penulisan karya tulis ini, diharapkan adversity quotient Siswa kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009 dapat ditingkatkankan melalui pelaksanaan bimbingan klasikal.

Bertolak dari latar belakang seperti di atas, maka dipandang perlu upaya membantu meningkatkan adversity quotient siswa melalui pelaksanaan bimbingan klasikal pada Siswa kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009.

B. Rumusan Masalah

Masalah pokok yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah : Bagaimana pelaksanaan bimbingan klasikal yang dapat meningkatkan adversity quotient pada siswa kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009?

Dari masalah di atas dapat dirumuskan dalam pertanyaan yang lebih spesifik sebagai berikut :

1. Siapa yang harus melakukan bimbingan klasikal yang bisa meningkatkan adversity quotient siswa kelas X, dan prasyarat apa yang harus dipenuhi sehingga dia bisa melakukan bimbingan klasikal dengan sebaik-baiknya ?
2. Teknik bimbingan klasikal manakah yang pelaksanaannya efektif dalam meningkatkan adversity quotient siswa ?
3. Media (sarana) apa saja yang perlu disediakan supaya bisa memberikan bimbingan klasikal yang mampu meningkatkan adversity quotient siswa ?
4. Siapa saja yang perlu dilibatkan dalam proses bimbingan klasikal ?
5. Topik permasalahan apa sajakah yang diketengahkan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal ?
6. Apakah tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan akhir yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah mengetahui pelaksanaan bimbingan klasikal yang efektif untuk meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teortis

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pengembangan ilmu utamanya dalam pengembangan adversity quotient melalui bimbingan klasikal.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi konselor

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan konselor dalam upaya meningkatkan adversity quotient siswa melalui bimbingan klasikal.

b. Bagi siswa yang mengikuti kegiatan bimbingan klasikal dalam rangka meningkatkan Adversity Quotient ini.

Hasil ini diharapkan dapat meningkatkan adversity quotient siswa setelah diberikan pelaksanaan pelayanan dasar bimbingan klasikal.

E. Sistematika Skripsi

Untuk memberi gambaran yang menyeluruh dalam skripsi ini, maka perlu disusun sistematika skripsi. Skripsi ini terdiri atas tiga bagian yaitu bagian awal, bagian pokok, dan terakhir bagian akhir.

1. Bagian awal skripsi

Bagian ini berisi tentang Halaman judul, Halaman pengesahan, Halaman motto dan Persembahan, Kata pengantar, Daftar isi, dan Daftar lampiran.

2. Bagian Skripsi

Bagian ini terdiri dari lima bab yang meliputi

Bab I Pendahuluan

Bab ini berisi tentang gambaran secara global seluruh isi skripsi.

Bab pendahuluan dikemukakan tentang Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian dan Sistematika Skripsi.

Bab II Landasan Teori

Pada bab ini terdapat kajian pustaka yang membahas teori-teori yang melandasi judul skripsi, serta keterangan yang merupakan landasan teoritis terdiri dari: Kerangka Kerja Utuh Bimbingan dan Konseling Dalam Jalur Pendidikan Formal, Bimbingan Klasikal, dan AQ.

Bab III Metodologi Penelitian

Pada bab ini dijelaskan metode penelitian antara lain meliputi : Pendekatan Yang digunakan, Langkah-langkah Penelitian, Metode dan Alat Pengumpul Data.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bab ini berisi tentang hasil penelitian yang meliputi antara lain: Persiapan penelitian, Pelaksanaan penelitian, Penyajian data, Analisis data dan Interpretasi data, serta Pembahasan hasil penelitian.

Bab V Penutup

Pada bab ini penulis memberikan interpretasi atau simpulan dari hasil penelitian serta saran-saran.

3. Bagian Akhir Skripsi

Pada bagian ini terdapat daftar pustaka dan lampiran-lampiran

BAB II

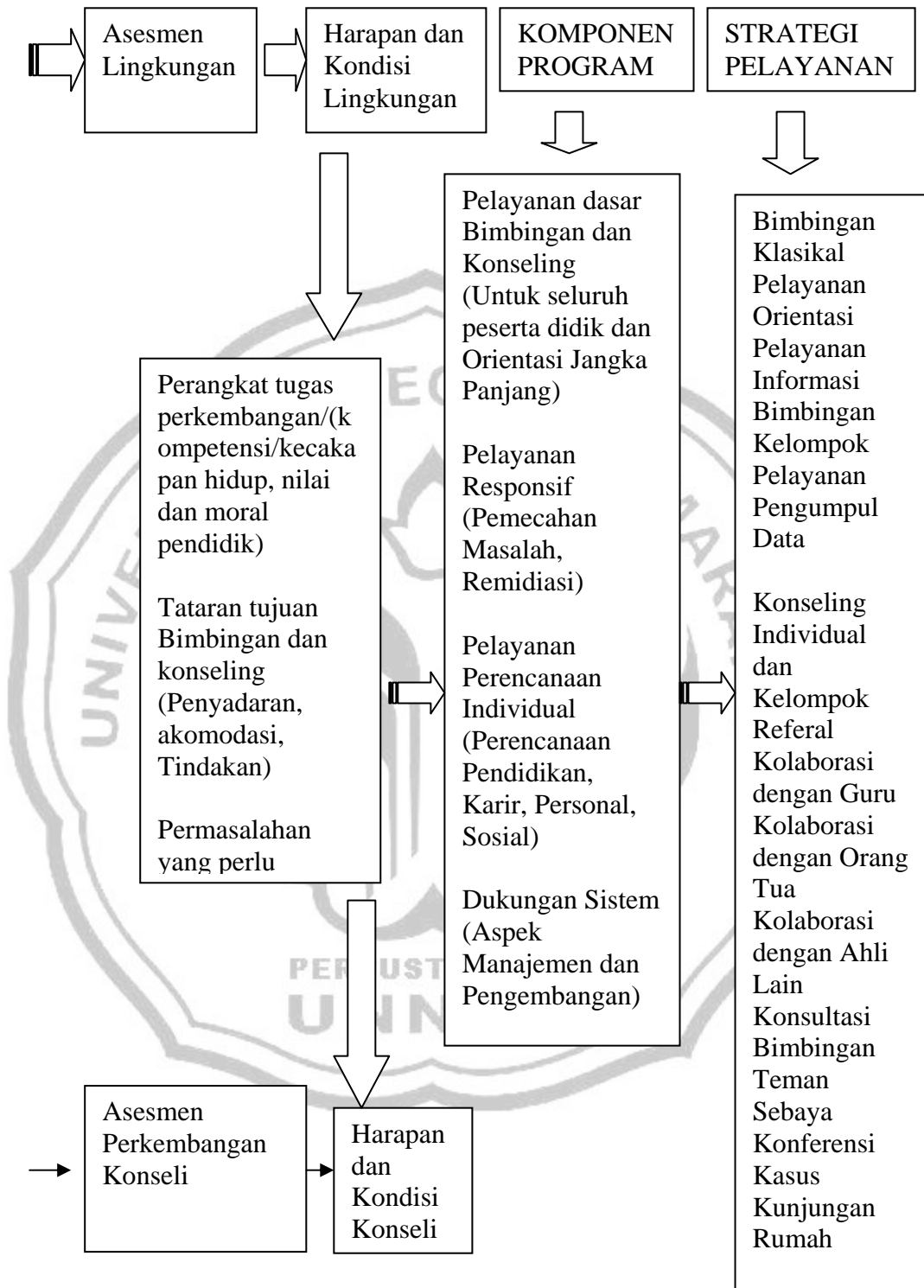
LANDASAN TEORI

Pada bagian ini disajikan konsep-konsep teoritis yang mendasari pelaksanaan penelitian, meliputi tiga bagian utama, yaitu : A. Bimbingan klasikal (1. Kerangka Kerja Utuh Bimbingan Dan Konseling Dalam Jalur Pendidikan Formal, 2. Pengertian Bimbingan klasikal, 3. Bentuk-bentuk Bimbingan Klasikal, 4. Pelaksanaan Pelaksanaan bimbingan klasikal, 5. Media Bimbingan). B. Adversity Quotient (1. Pengertian Adversity Quotient, 2. Dimensi Adversity Quotient, 3. Tingkatan Adversity Quotient, 4. Kiat-Kiat Peningkatan Adversity Quotient). C. Hipotesis Tindakan. Ketiga sub bab dan sub-sub yang ada di dalamnya disajikan sebagai berikut :

A. Bimbingan klasikal

1. Kerangka Kerja Utuh Bimbingan Dan Konseling Dalam Jalur Pendidikan Formal

Secara utuh keseluruhan proses kerja bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal dapat digambarkan menurut Direktorat Jendral Peningkatan Mutu Pendidikan Dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional 2007 (2007 : 35) adalah sebagai berikut :



Gambar 1 Kerangka Kerja Utuh Bimbingan dan Konseling

Gambar 1 menunjukkan bahwa seluruh pelayanan bimbingan dan konseling yang selama ini dilaksanakan di Sekolah/Madrasah bisa dipayungi oleh dan terakomodasi ke dalam kerangka kerja tersebut. Program bimbingan dan konseling mengandung empat komponen pelayanan, yaitu : (1) pelayanan dasar bimbingan; (2) pelayanan responsive; (3) perencanaan individual; (4) dukungan system. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan salah satu dari strategi pelaksanaan komponen program pelayanan dasar. Pengertian dari pelayanan dasar itu sendiri menurut Direktorat Jendral Peningkatan Mutu Pendidikan Dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional 2007 (2007 : 23) adalah proses pemberian bantuan kepada seluruh konseli melalui kegiatan penyiapan pengalaman terstruktur secara klasikal atau kelompok yang disajikan secara sistematis dalam rangka mengembangkan perilaku jangka panjang sesuai dengan tahap-tahap tugas perkembangan (yang dituangkan sebagai standar kompetensi kemandirian) yang diperlukan dalam pengembangan kemampuan memilih dan mengambil keputusan dalam menjalani kehidupannya. Bimbingan klasikal digunakan dalam penelitian ini sebagai strategi pelaksanaan komponen program pelayanan dasar. Bimbingan klasikal tersebut dijelaskan secara singkat pada sub bab selanjutnya.

2. Pengertian Bimbingan Klasikal

Direktorat Jendral Peningkatan Mutu Pendidikan Dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional 2007 (2007 : 40) mengemukakan bahwa bimbingan klasikal adalah salah satu pelayanan dasar bimbingan yang dirancang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan para peserta didik di kelas. Secara terjadwal, konselor memberikan pelayanan bimbingan ini kepada para peserta didik. Kegiatan bimbingan kelas ini bisa berupa diskusi kelas atau brain storming (curah pendapat).

3. Bentuk-bentuk bimbingan klasikal

Berdasarkan materi Bahan Ajar Layanan Bimbingan Klasikal Yang Digunakan Untuk Pendidikan dan Pelatihan Profesi Guru (PLPG) Sertifikasi Guru Dalam Jabatan Rayon 12 Lembaga Pendidikan Profesi Universitas Negeri Semarang 2007 (2007 : 2) bahwa dalam pelaksanaan bimbingan klasikal terdapat 9 bentuk, adapun penjelasan dari kesembilan bentuk tersebut akan dijabarkan sebagai berikut :

a. Home Room

Merupakan teknik bimbingan klasikal/kelompok yang bertujuan agar guru atau petugas bimbingan dapat mengenal murid-murid secara lebih mendalam, sehingga dapat membantunya secara efektif. Pengelompokan murid-murid dalam home room ini dapat berdasarkan tingkatan kelas yang sama maupun merupakan gabungan dari berbagai tingkatan kelas. Jumlah siswa dapat berupa kelompok kecil, maupun

dapat pula kelompok besar dalam satu kelas. Home room dilaksanakan berdasarkan suatu jadwal tertentu dalam ruangan-ruangan yang telah ditentukan. Kegiatan dalam home room ini dilakukan dalam suatu situasi dan suasana yang bebas serta menyenangkan. Suasana bebas tanpa adanya tekanan memungkinkan murid-murid untuk melepaskan perasaannya dan mengutarakan pendapatnya yang tidak mungkin tercetus dalam pertemuan-pertemuan formal. Program home room dapat dilakukan secara periodik dapat pula secara insidental sesuai dengan kebutuhan. Yang perlu diperhatikan dalam home room ini membuat suasana kelas seperti suasana di rumah. Hubungan antara guru atau pembimbing dapat diupayakan seperti hubungan antara anak dan orang tua. Dengan hubungan semacam ini diharapkan para siswa secara bebas mengemukakan isi hatinya kepada pembimbing. Pembimbing hendaknya memosisikan sebagai orang tua yang dengan penuh kasih sayang menampung keluhan, usul dan keinginan siswa.

Secara singkat dapat disebutkan bahwa home room cenderung berfungsi menyesuaikan. Tujuannya adalah di samping untuk mengidentifikasi masalah dapat pula membantu siswa mampu untuk menghadapi dan mengatasi masalahnya. Dengan demikian home room sebagai teknik bimbingan klasikal atau kelompok dapat pula menampung dan menagani berbagai jenis masalah , sedangkan sifatnya dapat prevebtif, kuratif dan kuratif.

b. Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok merupakan salah satu bimbingan klasikal yang dilakukan dalam kelompok kecil (antara 5-10 orang). Masalah yang didiskusikan biasanya telah ditentukan oleh guru atau pembimbing. Waktu yang dipergunakan tergantung pada jenis masalah, banyaknya masalah serta kemampuan dan pengalaman murid. Pada umumnya diskusi kelompok berlangsung antara 30-60 menit. Diskusi ini akan lebih efektif apabila murid-murid mempunyai pengalaman yang cukup banyak mengenai masalah yang didiskusikan. Pembicaraan suatu masalah dalam kelompok diskusi sangat berguna karena masing-masing murid dapat mengambil manfaat dari pengalaman dan gagasan teman. Suasana dan situasi diskusi tidak seperti home room, namun juga tidak boleh terlalu formal.

Diskusi kelompok dapat berfungsi mengadaptasi dapat pula berfungsi menyesuaikan. Tujuan yang paling utama adalah memecahkan masalah, sehingga lebih bersifat kuratif.

c. Pelajaran Bimbingan

Teknik bimbingan klasikal ini dilakukan pada kelompok murid yang sudah dibentuk untuk keperluan pengajaran. Ini berarti bahwa bimbingan dilakukan dalam kelompok-kelompok kelas yang telah ada. Pembimbing masuk dalam kelas seperti guru biasa, namun tidak mengajarkan mata pelajaran seperti dalam silabus, melainkan menyampaikan dan membahas masalah bimbingan, seperti cara-cara

belajar efektif, pendidikan seksual, masalah narkoba, hubungan muda-mudi, perkembangan remaja, kesehatan mental, penyesuaian diri, kelanjutan studi. Dalam kegiatan ini yang lebih diutamakan adalah pada pemenuhan kebutuhan-kebutuhan murid berkenaan dengan perkembangan pribadi dan sosialnya. Sehingga pembimbing lebih berfungsi sebagai pendidik daripada pengajar, walaupun layanan bimbingan diberikan seperti pelajaran. Pembimbing hendaknya benar-benar dapat memilih topik yang dibutuhkan murid, sehingga semua murid diharapkan aktif atau ada keterlibatan dari para murid keterlibatan dari para murid yang berdampak suasana kelas cukup bebas namun terarah. Dengan proses layanan seperti ini murid sekedar mendapat pengetahuan namun ada perubahan dalam sikap dan tingkah laku.

Nampak di sini bahwa bimbingan dapat berfungsi sebagai menyalurkan, mengadaptasi maupun menyesuaikan. Tujuannya dapat berupa mengidentifikasi masalah serta menghadapi dan memecahkan masalah. Dengan demikian teknik bimbingan ini dapat melayani berbagai masalah, baik yang bersifat preventif maupun korektif.

d. Kelompok Kerja

Kelompok kerja dibentuk dengan memperhatikan tingkah laku kemampuan, jenis kelamin, tempat tinggal dan jalinan hubungan social. Bimbingan dilakukan dengan memberikan kegiatan tugas-tugas belajar atau tugas-tugas kerja lain. Dengan demikian kelompok kerja ini dapat pula berupa kelompok belajar. Dalam hal sebagai kelompok studi,

kegiatan dapat dilakukan pada jam pelajaran yang diatur secara bijaksana. Di samping itu, sebagai kelompok kegiatan, aktivitas banyak dilakukan di luar jam pelajaran. Baik sebagai kelompok studi maupun kelompok kegiatan (ekstra kurikuler), pembimbing dapat memanfaatkannya sebagai alat bimbingan klasikal. Yang penting di sini murid dapat berperan sebesar-besarnya, sebaliknya pembimbing tidak perlu mengurui tapi sebagai teman yang dapat membantu (tidak bertindak formal).

Kelompok kerja sebagai alat bimbingan dapat berfungsi mengadaptasi maupun menyesuaikan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kemampuan belajar, menyalurkan bakat dan minat, membentuk kooperatif dan kompetitif yang sehat, meningkatkan penyesuaian social, yang kesemuanya akan mengarahkan pada perkembangan murid. Dapat dimengerti bahwa bimbingan di sini lebih menekankan pada sifat preventif daripada kuratif.

e. Pengajaran Perbaikan

Pengajaran remedial mempunyai makna sebagai upaya guru menciptakan suatu situasi yang memungkinkan individu atau kelompok murid lebih mampu mengembangkan dirinya seoptimal mungkin. Sehingga murid dapat memenuhi kriteria keberhasilan minimal yang diharapkan melalui proses interaksi yang berencana, terorganisasi, terarah, terkoordinasi, terkontrol dengan memperhatikan kesesuaian diri individu dengan lingkungannya.

Pengajaran remedial (perbaikan) diberikan kepada murid-murid yang mengalami kesulitan belajar. Dalam pelaksanaannya dapat secara kelompok maupun jumlah murid yang mengalami kesulitan. Bantuan yang diberikan dapat berupa penambahan pelajaran, pengulangan kembali, latihan-latihan, serta penekanan aspek-aspek tertentu. Letak unsur bimbingannya adalah pada pembentukan sikap belajar, termasuk pemahaman diri akan kemampuannya serta timbulnya minat dan dorongan untuk belajar (lebih menekankan aspek kognitif), dan proses bimbingan (menekankan aspek afektif). Pengajaran remedial baru dapat dilakukan setelah diperoleh hasil diagnosis kesulitan belajar secara tepat.

Ditinjau dari segi fungsinya, pengajaran remedial sebagai teknik bimbingan akan berfungsi menyalurkan, mengadaptasi, dan menyesuaikan. Tujuan utama membantu murid dalam memecahkan kesulitan belajar yang sifatnya korektif dan kuratif.

f. Sosiodrama dan Psikodrama

Memainkan peran dalam suatu drama dapat dipakai sebagai alat bimbingan. Antara sosiodrama dan psikodrama mempunyai fungsi dan tujuan yang sama dalam bimbingan. Bedanya, terletak pada jenisnya cerita yang dimainkan dan tekanan masalah yang hendak diceritakan.

Pada sosiodrama lebih menekankan pada masalah psikis. Meskipun demikian antara keduanya sangat erat hubungannya kadang-kadang sulit dibedakan. Misalnya, suatu tema pertentangan antara anak dan orang tua. Di satu pihak mengarah pada penyelesaian hubungan tidak

harmonis (hubungan sosial), sedangkan pada psikodrama diarahkan pada penyelesaian konflik dan tekan batin (problem kejiwaan). Oleh sebab itu, dua kegiatan tersebut dalam prakteknya dapat berupa sosio-psikodrama.

Sosiopsikodrama sebagai teknik bimbingan klasikal tidak terlalu menekankan pada segi akting, blocking maupun indahnya suatu dialog, tapi mengarah pada ekspresi-ekspresi yang spontan, ide-ide dan pemikiran baru, penemuan jalan keluar, penyaluran dorongan yang tertekan serta improvisasi psikis ke arah perkembangan. Melalui kegiatan drama diharapkan murid dapat memproyeksikan sikap, perasaan dan pikirannya, sehingga benar-benar dapat berfungsi sebagai alat bimbingan.

Tema cerita dapat disesuaikan dengan masalah yang timbul dan perkembangan anak. Jumlah anak sebaiknya tidak terlalu besar. Oleh karena itu suatu tema yang sama dapat dimainkan oleh lebih dari satu kelompok. Ini akan lebih efektif daripada jumlah peranan (pemain) yang besar. Demikian pula masalah waktu yang terlalu lama. Disarankan, jumlah cerita lebih banyak diserahkan pada murid, namun setelah itu perlu dilakukan diskusi akan dilakukan koreksi dan penyelesaian seperlunya, sehingga terjadi pengertian dan pemahaman yang baik.

Dengan demikian sosiopsikodrama akan berfungsi mengadaptasi dan menyesuaikan. Tujuannya mengidentifikasi masalah, memahami masalah dan mencari jalan keluar pemecahannya, sehingga terjadi perubahan dan perkembangan pada diri anak. Sifat bimbingan ini lebih menekankan korektif dan kuratif daripada preventif.

g. Ceramah Bimbingan

Kegiatan ceramah dapat dipakai sebagai teknik bimbingan klasikal. Teknik ini hampir sama dengan pengajaran bimbingan. Bedanya, pada ceramah bimbingan tidak selalu dilaksanakan dalam kelas, tetapi dapat dilaksanakan di ruang-ruang besar dalam jumlah yang besar pula. Peserta dalam kegiatan ini berasal dari berbagai tingkatan kelas. Memang dapat dimengerti ceramah bimbingan akan lebih efektif bila jumlah murid tidak terlalu besar. Kelompok murid yang akan diberi ceramah bimbingan tergantung pada tujuan bimbingan. Mungkin pula dikelompokkan khusus murid-murid yang lambat belajar, tergolong nakal dan sebagainya. Ceramah bimbingan ini lebih memberikan kesempatan pada murid untuk berpendapat dan mendorong aktif serta dapat dilanjutkan dengan follow up. Follow up dapat berupa suatu tugas (individual maupun kelompok-kelompok kecil), dapat pula berupa diskusi kelompok kecil, dan akhirnya dilakukan evaluasi.

Ceramah bimbingan akan berfungsi menyesuaikan (adjustive). Tujuannya terutama pemberian informasi, namun dapat pula mengidentifikasi masalah dan kesiapan menghadapi masalah. Dengan demikian nampak bahwa ceramah bimbingan lebih bersifat preventif atau pre-severatif daripada kuratif.

h. Karya Wisata

Kegiatan karyawisata selain merupakan kegiatan rekreasi ataupun salah satu metode mengajar, dapat pula difungsikan sebagai salah satu teknik dalam bimbingan klasikal. Karyawisata sebagai teknik bimbingan klasikal akan mengarahkan pada perkembangan dan pembentukan sikap murid. Untuk itu pemilihan obyek karyawisata yang menarik dan merupakan kebutuhan murid. Melalui kegiatan karyawisata petugas bimbingan dapat mengarahkan murid untuk belajar melakukan penyesuaian diri dalam kehidupan kelompok. Kegiatan karyawisata ini lebih baik dimanfaatkan untuk kepentingan dalam layanan karier. Sehingga obyek yang dikunjungi disesuaikan dengan tujuan layanan karier, dengan demikian timbul dorongan dalam diri murid untuk mengetahui dan memahami serta mendapat kesempatan mengembangkan bakat atau timbulnya minat dan cita-cita yang berkaitan dengan obyek-obyek tersebut.

Teknik bimbingan ini dapat berfungsi menyalurkan dan mengadaptasi sehingga pemberian informasi ini mempunyai tujuan untuk pembentukan sikap dan pengembangan bakat serta minat. Selaras dengan tujuan bimbingan tersebut maka sifat bimbingan lebih mengarah pada development, dapat pula bersifat preventif.

i. Organisasi Murid

Organisasi murid dimaksudkan adalah organisasi yang ada di sekolah dan luar sekolah, seperti pramuka, OSIS dan sejenisnya. Melalui organisasi murid dapat dilaksanakan layanan bimbingan terhadap masalah-masalah yang sifatnya kelompok maupun individual dengan bantuan petugas bimbingan.

Lebih lanjut pembimbing di sekolah dapat mengarahkan agar murid dapat mengenal berbagai aspek kehidupan sosial, mengembangkan sikap kepemimpinan dan kerjasama serta rasa tanggung jawab dan harga diri. Terkait dengan tujuan bimbingan tersebut maka teknik bimbingan ini berfungsi mengadaptasi dan menyesuaikan sehingga bimbingan ini mempunyai sifat preventif, kuratif, dan development.

Dari kesembilan bentuk bimbingan klasikal yang dikemukakan di atas dapat diambil pengertian bahwa bentuk ceramah bimbingan akan digunakan dalam penelitian ini dengan pertimbangan bahwa tujuan dari penelitian ini selaras dengan tujuan ceramah bimbingan. Tujuan akhir yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah mengetahui pelaksanaan bimbingan klasikal yang efektif untuk meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang, sedangkan tujuan ceramah bimbingan adalah pemberian informasi, namun dapat pula mengidentifikasi masalah dan kesiapan menghadapi masalah. Sehingga diharapkan dengan pelaksanaan bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah pada penelitian ini mampu memberikan informasi tentang adversity quotient kepada siswa, mampu mengidentifikasi

adversity quotient siswa dan akhirnya timbul perubahan pada mereka dalam bertingkah laku serta bersikap menghadapi kondisi adversity quotient mampu menjaga dan mempertahankan situasi kondusif terhindar dari penurunan adversity quotient..

4. Pelaksanaan Pelaksanaan bimbingan klasikal

a Perbedaan Dalam Mengajar dan Memberikan Bimbingan

Konselor atau tenaga bimbingan akan dapat melakukan kegiatan layanan klasikal dengan baik manakala memperhatikan rambu-rambu penyelenggaraannya. Namun sebelumnya konselor atau tenaga bimbingan dapat membedakan tatkala melaksanakan fungsinya, dalam mengajar dan memberikan bimbingan

Berdasarkan materi Bahan Ajar Layanan Bimbingan Klasikal Yang Digunakan Untuk Pendidikan dan Pelatihan Profesi Guru (PLPG) Sertifikasi Guru Dalam Jabatan Rayon 12 Lembaga Pendidikan Profesi Universitas Negeri Semarang 2007 (2007 : 10) mengemukakan bahwa perbedaan tersebut terletak pada :

- 1) Saat mengajar, guru memberikan disiplin dengan menggunakan larangan dan keharusan, hukuman dan ganjaran. Sedangkan dalam bimbingan, konselor tidak dibenarkan menggunakan disiplin sebagai cara kerjanya. Dalam bimbingan sangat diutamakan hubungan baik, simpati murid kepada konselor, kepercayaan sebagai dasar keterbukaan murid tersebut. Pemberlakuan disiplin dalam mengajar

dapat mempersulit hubungan baik, dengan disiplin murid akan takut, segan dan ada kemungkinan merasa tidak senang kepada guru.

- 2) Sebagai konselor, harus memusatkan perhatian terhadap dua tugas yang sama berat, mengajar dan membimbing. Apabila ke dua tugas tersebut dilaksanakan dengan baik maka membutuhkan banyak tenaga dan perhatian. Sehingga konselor cenderung lebih mengutamakan salah satu tugasnya, mengajar atau membimbing.
- 3) Tidak semua guru mempunyai kemampuan serta sifat-sifat pribadi yang cocok untuk memberikan bimbingan. Sebagai seorang konselor, ia harus berminat untuk bekerja sama dengan murid menghargai pribadi murid, dapat berkomunikasi dengan murid, tertarik akan masalah murid dan ia sendiri tidak mempunyai masalah-masalah sosial yang mengganggu.
- 4) Untuk dapat melaksanakan tugas bimbingan dengan baik membutuhkan pengembangan dan peningkatan yang teratur baik berkenaan dengan pengetahuan, keterampilan dalam bimbingan dan konseling.

b Rambu-rambu Pelaksanaan bimbingan klasikal

Adapun rambu-rambu yang harus diperhatikan konselor tatkala melakukan kegiatan bimbingan klasikal Berdasarkan materi Bahan Ajar Layanan Bimbingan Klasikal Yang Digunakan Untuk Pendidikan dan Pelatihan Profesi Guru (PLPG) Sertifikasi Guru Dalam Jabatan Rayon 12 Lembaga Pendidikan Profesi Universitas Negeri Semarang 2007 (2007 : 11) adalah :

- 1) Sebelum memutuskan untuk melakukan bimbingan klasikal, konselor hendaknya melakukan identifikasi masalah yang menjadi kebutuhan murid, seperti bidang pribadi, sosial atau bidang yang lainnya dan membuat satuan layanan termasuk melakukan pemilihan metode dan media yang digunakan.
- 2) Pada tahap awal, konselor melakukan pembinaan rapport untuk mengkondisikan suasana kelas supaya lebih siap untuk menerima bimbingan. Rapport ini dapat dilakukan dengan memberikan salam, menyapa murid untuk menanyakan kondisi mereka, dan melakukan apersepsi terhadap topic bimbingan yang akan diberikan. Tahap proses, konselor memfokuskan pada topik bimbingan yang akan dibahas dan bentuk bentuk penyampaiannya sangat ditentukan dengan metode yang akan digunakan. Yang perlu diperhatikan adalah : a) masalah kegiatan bimbingan ini berkaitan dengan perkembangan murid yang biasanya tidak dibahas dalam pembelajaran, b) pembahasan masalah ini diharapkan membawa perubahan sikap murid,

sehingga pelaksanaannya lebih banyak mengikutsertakan murid. Tahap pengakhiran/penutup, a) konselor melakukan penilaian untuk mengetahui tingkat pemahaman dan lebih utama pada perubahan sikap yang ada pada murid pasca diberikan bimbingan. b) sebelum bimbingan diakhiri, konselor perlu melakukan simpulan terhadap topik yang dibahas tadi sehingga diharapkan pelaksanaan bimbingan ini sesuai dengan tujuan yang telah dirumuskan.

5. Media Bimbingan

Seringkali dijumpai dalam proses pembelajaran di kelas, guru mengalami masalah untuk memberikan pengertian kepada siswa tentang satu pokok bahasan. Guru mengeluh karena sudah seringkali diulang, tetapi siswa tidak dengan segera dapat memahami pokok bahasan tersebut. Kasus ini mengindikasikan bahwa dalam proses komunikasi antara guru dan siswa terdapat kesenjangan. Dimana kesenjangan ini muncul mungkin akibat bahan ajar yang diberikan kepada siswa kurang menarik atau mungkin media yang dipergunakan tidak sesuai dengan karakteristik bahan ajar yang diberikan.

Dalam beberapa kasus dijumpai guru menyampaikan bahan ajar kepada siswa hanya dengan mempergunakan cara-cara yang “kuno”. Dalam arti bahwa guru hanya sebatas menjelaskan atau memberi ceramah kepada siswa. Keterbatasan metode ini akan membuat siswa merasa cepat bosan walaupun materi yang diberikan oleh guru sebenarnya sangat menarik. Proses pembelajaran di kelas pada dasarnya adalah proses komunikasi. Hal ini menunjukkan bahwa guru sebagai sumber informasi memiliki kebutuhan

untuk menyampaikan informasi (bahan ajar) kepada siswa sebagai penerima informasi. Penyampaian informasi ini dapat melalui cara-cara biasa seperti berbicara kepada siswa, atau melalui perantara yang disebut sebagai media.

Asep (<http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/02/18/media-dan-proses-pembelajaran/>) mengemukakan bahwa media pembelajaran merupakan wahana dari pesan/ informasi yang oleh sumber pesan (guru) ingin diteruskan kepada penerima pesan (siswa), pesan atau bahan ajar yang disampaikan adalah pesan/ materi pembelajaran dengan istilah lain disebut perangkat lunak (software), tujuan yang ingin dicapai adalah terjadinya proses belajar pada diri siswa.

Tidak dapat disangkal bahwa saat ini kita hidup dalam dunia teknologi. Hampir seluruh sisi kehidupan kita bergantung pada kecanggihan teknologi, terutama teknologi komunikasi. Bahkan, ketergantungan kepada teknologi ini tidak saja di kantor, tetapi sampai di rumah-rumah. Konseling sebagai usaha bantuan kepada siswa, saat ini telah mengalami perubahan-perubahan yang sangat cepat. Perubahan ini dapat ditemukan pada bagaimana teori-teori konseling muncul sesuai dengan kebutuhan masyarakat atau bagaimana media teknologi bersinggungan dengan konseling. Media dalam konseling antara lain adalah komputer dan perangkat audio visual.

Saat ini, dengan cepatnya teknologi komunikasi maka semakin banyak pula media komunikasi yang muncul. Pada pembahasan ini, media komunikasi yang dimaksud adalah media untuk membantu pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Boy Soedarmadji mengemukakan beberapa media untuk membantu pelaksanaan bimbingan dan konseling adalah :

a. Komputer

Perkembangan perangkat komputer saat ini mengalami kemajuan yang sangat pesat. Hampir setiap bulan muncul genre-genre baru dalam dunia komputer. Sebagai contoh adalah perkembangan prosesor sebagai otak dalam sebuah komputer mulai dari Intel Pentium 1 sampai dengan Pentium 4. Sebagian orang belum bisa menikmati kecanggihan Prosesor Pentium 4, saat ini sudah muncul Centrino bahkan Centrino Duo Core. Belum lagi sebagian orang berpikir kehebatan Centrino Duo Core, telah muncul pula AMD 690. Pesatnya perkembangan teknologi komputer ini memang sebagai jawaban untuk akses data atau informasi. Perubahan di masyarakat yang semakin cepat pada akhirnya menuntut perkembangan teknologi komputer yang semakin canggih. Saat ini dibutuhkan akses data yang cepat, sehingga pada akhirnya prosesor yang ada juga semakin cepat.

b. Peralatan Audio

Perkembangan peralatan audio saat ini juga mengalami perkembangan yang pesat. Peralatan audio yang di pergunakan dalam proses bimbingan dan konseling seperti tape recorder. Penggunaan tape

recorder ini antara lain adalah untuk merekam sesi konseling dan memutar kembali hasil-hasil yang diperoleh selama sesi konseling. Tape recorder membutuhkan kaset untuk bisa melakukan tindakan perekaman. Kaset memiliki pita magnetik yang berfungsi untuk menyimpan data atau informasi percakapan. Saat ini telah berkembang alat perekam yang tidak membutuhkan pita perekam. Alat ini disebut MP3 dan MP4. Pada dasarnya alat ini berfungsi sebagai player, dimana di dalam alat ini terdapat sebuah mini harddisk yang memiliki kapasitas sampai dengan 4 Gb. Sebagai sebuah player, maka alat ini dapat memainkan musik dan dapat dipergunakan untuk merekam suara. Ukuran MP3 dan MP4 saat ini amat kecil jika dibandingkan dengan sebuah mini tape recorder biasa. Seringkali kita jumpai, alat MP3 atau MP4 seukuran sebuah spidol atau ballpoint.

c. Peralatan Visual

Alat visual dapat bermacam-macam ragamnya seperti video player dan VCD/DVD player. Pada awalnya, penggunaan peralatan visual adalah dengan mempergunakan projector. Penggunaan proyektor ini dipandang tidak efisien, karena dalam proses produksinya membutuhkan tahapan-tahapan yang panjang. Mulai dari merekam gambar sampai dengan menampilkan gambar. Bahkan seringkali dijumpai mutu gambar yang tidak bagus dan bahkan mudah rusak. Sehingga lambat laun peralatan ini mulai ditinggalkan.

Video player dulu merupakan peralatan yang lumayan banyak dipergunakan orang. Hanya saja, saat ini sudah banyak ditinggalkan karena proses produksinya tertalu berbelit. Untuk menghasilkan sebuah hasil rekaman yang baik, dibutuhkan kamera perekam yang lumayan besar dan berat, selain itu kaset yang dipergunakan juga relatif besar, sehingga dipandang tidak praktis. Terlebih, hasil rekaman seringkali tidak begitu jernih.

Peralatan visual yang sering kita jumpai antara lain adalah video player atau CD player. Peralatan ini banyak dijumpai karena memiliki tingkat pengoperasian yang mudah dan memiliki harga yang relatif murah. Penggunaan video player ini tidak akan bisa lepas dari keberadaan sebuah disc atau keping VCD/DVD. Dengan kecanggihan teknologi yang ada saat ini, proses perekaman gambar tidak perlu mempergunakan perangkat yang bermacam-macam. Saat ini telah berkembang alat perekam (handycam) yang secara langsung dapat merekam gambar langsung ke dalam keping VCD/DVD. Dengan kata lain, pengoperasian VCD/DVD ke player akan semakin mudah. (http://karyaboy.blogspot.com/2007_12_01_archive.html)

Allen (dalam Suparman, 1997 : 178) mengelompokkan jenis media dalam mempengaruhi berbagai macam belajar dalam Tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 1. Jenis media yang mempengaruhi tujuan belajar

Tujuan Belajar Media	Info Faktual	Pengenalan Visual	Prinsip Konsep	Prosedur	Keterampilan	Sikap
Visual Diam	Sedang	Tinggi	Sedang	Sedang	Rendah	Rendah
Film	Sedang	Tinggi	Tinggi	Tinggi	Sedang	Sedang
Televisi	Sedang	Sedang	Tinggi	Sedang	Rendah	Sedang
Obyek 3-D	Rendah	Tinggi	Rendah	Rendah	Rendah	Rendah
Rekaman Audio	Sedang	Rendah	Rendah	Sedang	Rendah	Sedang
Pelajaran Terprogram	Sedang	Sedang	Sedang	Tinggi	Rendah	Sedang
Demonstrasi	Rendah	Sedang	Rendah	Tinggi	Sedang	Sedang
Buku Teks Cetak	Sedang	Rendah	Sedang	Sedang	Rendah	Sedang
Sajian lisan	Sedang	Rendah	Sedang	Sedang	Rendah	Sedang

Dari beberapa pengelompokan media yang dikemukakan di atas dapat dilihat bahwa hingga kini belum terdapat kesepakatan tentang taksonomi media yang mencakup segala aspek dan berlaku umum, khususnya untuk suatu system pembelajaran. Karena itu pengelompokan yang ada juga dilakukan atas dasar pertimbangan dan kepentingan yang berbeda.

Tiap media mempunyai kelebihan dan kelemahannya sendiri. Tidak ada satu media yang unggul untuk semua kepentingan, yang ada yaitu tepat untuk yang satu dan kurang tepat untuk yang lain. Oleh karena itu perlu dipahami ciri atau karakteristik masing-masing media dalam penggunaannya. Pengenalan akan jenis dan karakteristik masing-masing media ini merupakan salah satu factor dalam penentuan atau pemilihan media nanti.

Terlepas dari kelebihan dan kelemahannya, media yang penulis manfaatkan dalam penelitian ini yaitu film. Film menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep-konsep rumit, mengajarkan keterampilan, menyingkat atau memperpanjang waktu, dan mempengaruhi sikap.

Dalam penelitian ini penulis akan mengetengahkan film tentang hal-hal yang memaparkan 1) perubahan keberhasilan kita dengan mengubah kebiasaan-kebiasaan berpikir kita, perubahan diciptakan dengan pola-pola lama dan membentuk pola baru. 2) respon-respon terhadap kesulitan. 3) kemampuan memahami tentang kesulitan serta konsekuensinya dari kesulitan yang dihadapinya. 4) kemampuan menelusuri bagaimana kendalinya terhadap kesulitan yang dihadapinya. 5) film yang merangsang seseorang tidak tinggal diam dalam menghadapi kesulitan karena ia akan mengambil tindakan.

Kegiatan pemutaran film ini merupakan suatu media dalam pelaksanaan pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini. Diharapkan dengan adanya pemutaran film dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini mampu merangsang siswa meningkatkan adversity quotientnya.

B. Adversity Quotient

1. Pengertian Adversity Quotient

Secara leksikal "adversity" berarti kesengsaraan atau kemalangan, sementara "quotient" berarti hasil bagi, takaran, atau kecerdasan. Makna harfiah ini ternyata belum mampu menjelaskan "adversity quotient", sebab sulit menemukan kata atau istilah dalam bahasa Indonesia untuk padanan yang pas dengan kata adversity quotient. Maka, makna konseptual dari "adversity quotient" lebih penting daripada mencari padanan istilah. "Adversity quotient" adalah kecerdasan yang dimiliki seseorang di dalam mengatasi kesulitan dan sanggup untuk bertahan hidup. Dengan "Adversity quotient", seseorang diukur kemampuannya mengatasi setiap persoalan hidup. (<http://smartoperation.tripod.com/index3.htm>)

Menurut Sanggar Bimbingan dan Konseling Dinas Pendidikan Menengah dan Tinggi DKI Jakarta (2003 : 56) Adversity Quotient adalah kemampuan atau kecerdasan seseorang untuk dapat bertahan menghadapi kesulitan-kesulitan dan mampu mengatasi tantangan hidup.

Stoltz (Hermaya, 2005 : 9) mengemukakan Kecerdasan Adversity atau Adversity Quotient adalah : Suatu kerangka kerja yang koseptual yang baru untuk memahami dan meningkatkan Penegertian semua segi kesuksesan, Adversity Quotient adalah : Suatu ukuran untuk mengetahui respon adana terhadap kesulitan, Adversity Quotient adalah : Serangkaian peralatan yang memiliki dasar ilmiah untuk memperbaiki respon anda tehadap kesulitan.

AQ itu adalah ukuran untuk mengukur respons seorang seseorang dalam menghadapi kesulitan, permanen maupun sementara. AQ yang tinggi adalah yang dapat menganggap kesulitan itu bersifat sementara. Orang tersebut juga mempunyai tingkat rasa bersalah, pengakuan diri dan toleransi terhadap situasi yang seimbang, artinya tidak dilebih-lebihkan. Tetapi Orang tersebut betul dan mengendalikan dan bertanggung jawab atas segala kesulitan yang dihadapannya. AQ merupakan suatu tool yang dapat digunakan dalam rekruiement, khususnya untuk posisi yang akan banyak menghadapi publik dan atau yang akan mempunyai beban tanggung-jawab yang significant (mis. managerial). (<http://groups.yahoo.com/group/manajemen/message/3010>)

Berdasarkan pengertian di atas maka Adversity Quotient dapat diambil pengertian sebagai suatu usaha manusia untuk merespon hambatan, kegagalan dan kesulitan dalam hidup sebagai sesuatu yang menumbuhkan tantangan atau daya juang untuk mencapai sesuatu yang positif.

2. Dimensi Adversity Qoutient (AQ)

Stoltz (Hermaya, 2005 : 140) mengemukakan AQ mempunyai 4 dimensi yang disingkat CO₂RE :

a. *Control* (C) atau kendali

Ditujukan untuk mengetahui seberapa banyak kendali yang dapat kita rasakan terhadap suatu peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Yang penting adalah sejauhmana kita merasakan bahwa kendali itu ikut berperan dalam peristiwa yang menimbulkan kesulitan.

b. *Origin dan Ownership (O₂)*

Aspek yang mempertanyakan siapa atau apa yang menimbulkan kesulitan, dan sejauhmana seseorang menganggap dirinya mempengaruhi dirinya sebagai penyebab dan asal-usul kesulitan.

c. *Reach (R)*

Merupakan bagian dari AQ yang mempertanyakan sejauhmanakah kesulitan akan menjangkau bagian-bagian lain dari kehidupan kita.

d. *Endurance (E)*

Dalam bahasa Indonesia dapat diartikan ketahanan yaitu aspek yang mempertanyakan dua hal yang berkaitan yaitu berapa lamakah kesulitan akan berlangsung dan berapa lamakah penyebab kesulitan itu akan berlangsung lama.

Adversity Qoutient mempunyai 4 dimensi yang disingkat CO₂RE :

1) Control (C) atau kendali ditujukan untuk mengetahui seberapa banyak kendali yang dapat individu rasakan terhadap suatu peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Yang penting adalah individu merasakan bahwa kendali itu ikut berperan dalam peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Contoh : siswa mampu mengendalikan masalah kurang bisa menelaah pelajaran matematika 2) *Origin dan Ownership (O₂)* yaitu aspek yang mempertanyakan siapa atau apa yang menimbulkan kesulitan, dan sejauhmana seseorang menganggap dirinya mempengaruhi dirinya sebagai penyebab dan asal-usul kesulitan. Contoh : siswa mampu mengetahui penyebab timbulnya masalah itu dari dirinya sendiri, teman-teman

sekelasnya atau guru mata pelajaran matematika. 3) *Reach* (*R*) merupakan bagian dari AQ yang mempertanyakan sejauhmanakah kesulitan akan menjangkau bagian-bagian lain dari kehidupan individu. Contoh dari masalah kurang bisa menelaah pelajaran matematika dengan baik itu siswa menjadi malas belajar matematika, minder, bolos pelajaran matematika. 4) *Endurance* (*E*) Dalam bahasa Indonesia dapat diartikan ketahanan yaitu aspek yang mempertanyakan dua hal yang berkaitan yaitu berapa lamakah kesulitan akan berlangsung dan berapa lamakah penyebab kesulitan itu akan berlangsung lama. Contoh : siswa dalam mengalami masalah kurang bisa menelaah pelajaran matematika berlangsung lama.

Dari penjelasan di atas dapat dikemukakan bahwa AQ bisa diukur dengan menjawab beberapa pertanyaan terarah dapat membantu mengetahui seberapa besar kemampuan kita ketika akan menghadapi kemungkinan kesulitan yang datang. Sebagai tolok ukur, adalah fungsi kontrol diri (*C*), origin & ownership (*O2*/asal-usul dan pengakuan), reach (*R*/jangkauan) dan Endurance (*E*/daya tahan). Makin besar nilai AQ, maka makin besar kecerdasannya dalam menghadapi kesulitan. Biasanya yang punya nilai tinggi, orang-orang yang berpengalaman atau pernah mengalami tingkat kesulitan yang tinggi tapi bisa bertahan hingga sukses. AQ bisa diperbaiki melalui proses termasuk mengubah mind set yang lebih efektif.

Untuk mengukur seberapa besar ukuran AQ kita, maka dapat dihitung lewat uji ARP (Adversity Response Profile). Terdapat sejumlah pertanyaan yang kemudian dikelompokkan kedalam unsur Control, Origin

and Ownership, Reach dan Endurance, atau dengan akronim CO2RE. Dari situ barulah kemudian akan didapat skor AQ kita, dimana bila skor (0-59) adalah AQ rendah, (95-134) adalah AQ sedang, (166-200) adalah AQ tinggi. Skor (60-94) adalah kisaran untuk peralihan dari AQ rendah ke AQ sedang dan kisaran (135-165) adalah peralihan dari AQ sedang ke AQ tinggi.

3. Tingkatan Adversity Quotient

Masih menurut Stoltz (Hermaya, 2005 : 18) setiap manusia yang dilahirkan mempunyai “dorongan inti” yang selalu mendorong setiap manusia untuk mendaki. Dorongan ini menggerakkan tujuan hidup kita ke depan, tanpa memperdulikan apa tujuan itu sendiri. Dorongan inti ini bersifat naluriah dan tidak hanya dapat dilakukan oleh individu melainkan juga kelompok.

Stoltz (Hermaya, 2005 : 18) membagi manusia kedalam 3 tipe :

a. Mereka yang berhenti (*Quitters*)

Orang yang mempunyai tipe ini adalah orang yang menghindari kewajiban dan berhenti menghadapi tantangan kehidupan. Mereka menghentikan pendakian dalam hidupnya. Orang tipe ini adalah orang yang meninggalkan dorongan intinya juga berarti meninggalkan peluang ditawarkan dalam hidupnya dan seringkali penuh penyesalan di kemudian hari. Akibatnya mereka menjadi orang yang sinis, pemarah, frustrasi dan sering menghabiskan waktu tanpa guna. Di tempat kerja, mereka tidak memperlihatkan keinginan untuk maju, cukup puas dengan apa yang di terima, mutu mereka di bawah standar, dan tidak kreatif. Sedangkan

dalam hubungan interpersonal, walaupun mampu berkawan namun hubungan mereka tidak bermakna. Dalam menghadapi kesulitan, seorang quitter tidak memiliki nyali untuk mengatasinya.

Tingkat Quitters, yaitu orang yang paling lemah adversity quotientnya. Ketika menghadapi berbagai kesulitan hidupnya mereka berhenti dan langsung menyerah mereka memilih untuk tidak mendaki, mereka keluar, mundur, dan menghindari dari kewajiban atau tugas-tugas hidup. Mereka tidak memanfaatkan peluang, potensi, dan kesempatan dalam hidup. Contoh : seorang individu atau siswa yang tidak berkutik hanya mengeluh ketika ditimpa kondisi buruk misalnya penderitaan, kemiskinan, kebodohan dan sebagainya.

b. Mereka yang berkemah (*Campers*)

Pada awalnya orang-orang yang bertipe ini mempunyai tekad yang kuat untuk mendaki tetapi di tengah perjalanan mereka berhenti dan mandeg. Dalam situasi sulit, mereka cepat mengakhiri perjuangannya dan mencari tempat yang aman serta bersembunyi dari kesulitan. Orang yang demikian adalah orang cepat bosan meskipun mau mencoba. Oleh karena itu, dalam gaya hidup kelompok ini hampir sama dengan orang yang bertipe quitters. Karena itu mereka sering disebut *satisficer* yaitu sudah cepat puas dengan mencukupkan diri dan tidak mau mengembangkan diri. Di tempat kerja, walaupun sebetulnya mereka mampu kreatif dan dapat mengambil resiko, namun biasanya mereka menolak dan hanya mencari amannya saja.

Tingkat Campers, yaitu adversity quotient tingkatan sedang. Awalnya mereka giat mendaki, berjuang menyelesaikan tantangan kehidupan. Namun di tengah perjalanan mereka berhenti juga. Mereka telah jenuh, bosan, merasa sudah cukup, mengakhiri pendakian dengan mencari tempat yang datar dan nyaman. Contoh : Siswa yang mengira bahwa sukses itu adalah yang penting sudah naik atau lulus, meskipun pas-pasan saja.

c. Para pendaki (Climbers)

Seorang climbers adalah seseorang yang seumur hidupnya membaktikan diri pada pendakian. Ia berbuat demikian karena dia adalah seorang pemikir yang selalu memikirkan kemungkinan-kemungkinan. Tipe inilah sebenarnya yang menjalani hidupnya secara lengkap karena mereka memahami tujuan hidupnya. Climbers adalah orang yang ulet, gigih., tabah dan tidak mudah putus asa. Di tempat kerja mereka menyukai tantangan, dapat memotivasi diri sendiri, mau mau belajar seumur hidup dan melakukan perbaikan terus menerus serta tidak takut akan perubahan.

Tingkatan Climbers, yaitu pendaki sejati. Orang yang seumur hidup mencurahkan diri kepada pendakian hidup. Mereka paham dan sadar bahwa sukses itu bukan hanya dimensi fisik material, tetapi seluruh dimensi : fisik, moral, spiritual, dan seterusnya. Mereka adalah mampu mengerahkan kekuatan-kekuatannya menghadapi kehidupan.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa manusia terbagi atas 3 tipe yaitu : 1)Quitters. Adalah orang yang langsung berhenti di awal pendakian. Mereka cenderung untuk selalu memilih jalan yang lebih datar dan lebih mudah. Mereka umumnya bekerja sekedar untuk hidup, semangat kerja yang minim, tidak berani mengambil resiko, dan cenderung tidak kreatif. Umumnya tidak memiliki visi yang jelas serta berkomitmen rendah ketika menghadapi tantangan dihadapan.

2)Campers. Adalah orang yang berhenti dan tinggal di tengah pendakian. Mendaki secukupnya lalu berhenti kemudian mengakhiri pendakiannya. Umumnya setelah mencapai tingkat tertentu dari pendakiannya maka fokusnya berpaling untuk kemudian menikmati kenyamanan dari hasil pendakiannya. Maka banyak kesempatan untuk maju menjadi lepas karena fokus sudah tidak lagi pada pendakian. Sifatnya adalah satisficer, merasa puas diri dengan hasil yang sudah dicapai.

3) Climbers. Orang yang berhasil mencapai puncak pendakian. Mereka senantiasa terfokus pada usaha pendakian tanpa menghiraukan apapun keadaan yang dialaminya. Selalu memikirkan berbagai macam kemungkinan dan tidak akan pernah terkendala oleh hambatan yang dihadapinya. Mundur sejenak adalah proses alamiah dari pendakian, dan mereka senantiasa mempertimbangkan dan mengevaluasi hasil pendakiannya untuk kemudian bergerak lagi maju hingga puncak pendakian tercapai.

Dalam konteks ini, para climber dianggap memiliki AQ tinggi. Dengan kata lain, AQ membedakan antara para climber, camper, dan quitter .

Dalam penelitian ini diharapkan melalui tindakan pelaksanaan bimbingan klasikal siswa yang masuk kategori quitter mampu menjadi climber, dan siswa yang dalam kategori climber mampu menjaga kondisi tersebut dan terhindar dari penurunan adversity quotientnya..

4. Faktor Penyebab Adversity Quotient Menjadi Rendah

Menurut Sanggar Bimbingan dan Konseling Dinas Pendidikan Menengah dan Tinggi DKI Jakarta (2003 : 61) Adversity Quotient individu menjadi rendah disebabkan belajar salah (rasa tidak berdaya yang dipelajari.

Ketika orang menemui kesulitan lalu gagal tidak dapat mengatasinya, maka langsung memvonis dan menyakini dirinya tidak berdaya. Demikianlah pada situasi kesulitan berikutnya, juga terburu mempercayai bahwa dirinya “bakal tidak berdaya lagi”. Terjadilah proses belajar salah, sebagai berikut:

- a. Langsung menyerah
- b. Tidak bereaksi apapun dan pasrah
- c. Menerima saja penderitaan yang datang
- d. Tidak mencoba untuk mengakhiri penderitaan
- e. Menganggap apa yang dilakukan tidak bermanfaat
- f. Menjadi tidak berdaya

Sikap mental seperti ini menghancurkan dorongan untuk bertindak. Hilanglah kemampuan untuk mengendalikan peristiwa. Sebaliknya peristiwalah yang akhirnya mengendalikan dirinya.

Akibat buruk dari rasa tak berdaya yang terbentuk dari cara belajar yang salah ini adalah :

- a. Merendahkan prestasi, kinerja, motivasi, energi.
- b. Menurunkan produktifitas, vitalitas, kreatifitas.
- c. Melemahkan kemauan belajar.
- d. Memupuskan keberanian mengambil resiko.
- e. Meracuni keuletan dan ketekunan.
- f. Bahkan mengganggu kesehatan.

Stoltz (Hermaya, 2005 : 73) mengemukakan ada tiga pembangun yang akan membentuk adversity quotient individu yaitu : batu I psikologi kognitif, batu II ilmu kesehatan yang baru (psikoneuroimunologi), batu III ilmu pengetahuan tentang otak (neurofisiologi).

Masih menurut Stoltz (Hermaya, 2005 : 74) menjelaskan ketiga batu pembangun itu sebagai berikut :

- a. Psikologi Kognitif, terutama mengenai ketidakberdayaan yang dipelajari (Learned Helplessness, Martin Seligman). Learned helplessness ini akan menghilangkan kemampuan seseorang untuk mengendalikan peristiwa-peristiwa yang sulit dan merupakan hambatan bagi pemberdayaan yang mempunyai akibat terhadap pencapaian kesuksesan. Namun dalam menghadapi kesulitan tidak semua orang menjadi tidak berdaya. Ada

sebagian orang yang mampu dengan baik mengatasi persoalan dan hambatan yang dihadapinya, seolah-olah orang ini mempunyai kekebalan dari hambatan atau ganjalan. Orang yang seperti ini adalah orang yang menganggap kesulitan sebagai faktor yang berasal dari luar dirinya (eksternal). Orang yang menganggap kesulitan sebagai suatu faktor internal adalah orang yang optimis yang mampu mengembangkan diri dan mengatasi tantangan sehingga mampu bangkit dari segala tembok hambatan. Dalam hal ini orang yang tersebut menganggap bahwa hambatan adalah sebagai tantangan. Batu I psikologi kognitif meliputi : ketidakberdayaan yang dipelajari, teori atribusi, tahan banting, keuletan, efektivitas diri.

- b. Perkembangan ilmu kesehatan yang baru. Menurut para ahli imunologi pikiran dan perasaan mempunyai kaitan, jadi semua hal yang terjadi dalam tubuh kita dipengaruhi oleh bahan kimiawi otak yang bahan ini juga mengatutr sistem ketahanan tubuh kita. Batu II neurofisiologi meliputi : kebiasaan destruktif
- c. Ilmu Pengetahuan tentang otak. Peran otak terutama cerebral cortex dan basal ganglia dapat menerangkan mengapa dan tingkah laku yang disadari dan ada yang tidak. Otak merupakan pusat berbagai kontrol tingkah laku yang dilakukan. Apabila tingkah laku dilakukan berulang-ulang maka tingkah laku tersebut akan dipindah ke basal ganglia dan pada tahap selanjutnya tingkah laku tesebut akan menjadi kebiasaan (habit). Peranan AQ dalam kehidupan ditentukan oleh kemampuan pengendalian kita serta

cara kita merespon kesulitan dalam bentuk daya saing, produktivitas, kreativitas, motivasi, pengambilan resiko dan ketekunan. Batu III psikoneuroimunologi meliputi : ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda.

5. Kiat-Kiat Peningkatan Adversity Quotient

Kiat-Kiat meningkatkan Adversity Quotient seseorang adalah melalui LEAD merupakan akronim Listen, Explore, Analyse, dan Do. LEAD dapat mengubah keberhasilan kita dengan mengubah kebiasaan-kebiasaan berpikir kita. Perubahan diciptakan dengan pola-pola lama dan membentuk pola baru. Melalui Listen, kita mendengarkan respon-respon terhadap kesulitan. Melalui explore, mampu memahami kesulitan serta konsekuensinya dari kesulitan yang dihadapinya. Melalui analyse, mampu menelusuri bagaimana kendalanya terhadap kesulitan yang dihadapinya. Melalui do, seseorang tidak tinggal diam dalam menghadapi kesulitan karena ia akan mengambil tindakan. (<http://72.14.235.104/search?q=cache:dPFTdY9D5kAJ:pusdiklatdepdiknas.net/dmdocuments/AkselerasiHartati.pdf+Kiatkiat+peningkatan+adversity+quotient&hl=id&ct=clnk&cd=1&gl=id&client=firefox-a>).

Selain mengasah EQ dan SQ, puasa juga melatih Adversity Quotient (AQ) anak. AQ adalah kemampuan anak untuk bertahan di situasi sulit atau ketangguhan. Melalui puasa, kecerdasan ini pun bisa diasah. Berikut kegiatannya:

a. Bertahan meski lapar/haus

Jadikan kegiatan puasa sebagai tantangan bagi anak. Kalau di tahun sebelumnya ia baru puasa setengah hari, coba untuk puasa sehari penuh tahun ini. Awalnya mungkin berat, namun semangat anak untuk tetap bertahan dari segala godaan. Kuat menahan godaan adalah bagian dari AQ.

b. Mendengar cerita nabi-nabi

Selama bulan puasa ajak anak mendengar cerita perjuangan nabi-nabi baik dari buku cerita, teve, maupun kegiatan pesantren kilat. Semua nabi memiliki AQ yang tinggi dan bisa dijadikan contoh. Ceritakan dengan gaya yang menarik sehingga anak terinspirasi untuk selalu bersemangat menghadapi tantangan, tidak mudah menyerah dan putus asa serta selalu memohon perlindungan pada Tuhan. (<http://www.tabloid-nakita.com/Khasanah/khasanah09441-01.htm>).

Dalam penelitian ini penulis akan menggunakan kiat-kiat dalam rangka meningkatkan adversity quotient siswa yang dikemukakan (<http://72.14.235.104/search?q=cache:dPFTdY9D5kAJ:pusdiklatdepdiknas.net/dmdocuments/AkselerasiHartati.pdf+Kiatkiat+peningkatan+adversity+quotient&hl=id&ct=clnk&cd=1&gl=id&client=firefox-a>) dengan pertimbangan objek dalam penelitian ini heterogenitas sedangkan pernyataan (<http://www.tabloid-nakita.com/Khasanah/khasanah09441-01.htm>) lebih terkonsep untuk kelompok yang homogenitas. Diharapkan dengan kiat-kiat tersebut mampu meningkatkan adversity quotient.

C. Hipotesis Tindakan

Mendasarkan pada konsep-konsep teoritis di atas, maka hipotesis tindakan yang penulis ajukan adalah melalui pelaksanaan bimbingan klasikal yang baik dapat meningkatkan adversity quotient Siswa kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Yang Digunakan

Tujuan dalam penelitian ini yaitu mengetahui pelaksanaan bimbingan klasikal yang efektif untuk meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang, pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian tindakan dikarenakan ada benang merah antara tujuan dari penelitian ini dengan pendekatan penelitian tindakan, merujuk kepada kata “pelaksanaan” dalam tujuan penelitian, dalam kata pelaksanaan bimbingan klasikal terdapat aktifitas atau kegiatan yang dilakukan dengan sengaja sedangkan penelitian tindakan adalah penelitian (suatu gerak kegiatan) yang disengaja dilakukan dengan tujuan tertentu (dalam penelitian ini berbentuk rangkaian siklus kegiatan).

Bertolak dari pemikiran bahwa metode yang dipandang tepat untuk penelitian ini adalah penelitian tindakan. Penelitian tindakan didefinisikan oleh para ahli sebagai berikut;

Aqib (2007 : 12) mengemukakan bahwa penelitian tindakan merupakan suatu penelitian yang mengupayakan pemecahan masalah, sekaligus mencari dukungan ilmiahnya.

Suparno (2008 : 5) mengemukakan bahwa penelitian tindakan dimaksudkan sebagai penelitian yang dilakukan oleh seseorang yang sedang praktik dalam suatu pekerjaan, untuk digunakan dalam pengembangan pekerjaan itu sendiri, pelaku riset adalah orang yang sedang melakukan pekerjaan itu dengan tujuan untuk memperbaiki keadaan dan kinerja dari pekerjaan itu sendiri.

Tujuan utama penelitian tindakan adalah untuk mengubah perilaku penelitinya, perilaku orang lain, dan atau mengubah kerangka kerja, organisasi, atau struktur lain yang pada gilirannya menghasilkan perubahan pada perilaku peneliti-penelitinya dan atau perilaku orang lain. Dapat diambil simpulan penelitian tindakan lazimnya dimaksudkan untuk mengembangkan keterampilan atau pendekatan baru dan untuk memecahkan masalah dengan penerapan langsung pada ruang kelas atau ajang dunia kerja (Suwarsih Madya, 1994 : 12).

Ada beberapa kelebihan dan kelemahan dari penelitian tindakan. Kelebihan penelitian tindakan kelas menurut Shumsky (dalam Swarsih Mafya 1994 : 13) antara lain:

- 1) kerjasama dalam penelitian tindakan menimbulkan rasa memiliki, 2) kerjasama dalam penelitian tindakan mendorong kreatifitas dan pemikiran kritis, 3) kerjasama meningkatkan kemungkinan untuk berubah, 4) kerjasama dalam penelitian meningkatkan kesepakatan.

Di samping memiliki kelebihan, penelitian tindakan tidak lepas dari kelemahan-kelemahan. Adapun kelemahan-kelemahan dari penelitian tindakan menurut Shumsky (dalam Suwarsih Madya, 1994 : 15) yaitu :

- 1) kelemahan yang berkaitan dengan kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam teknik dasar penelitian tindakan oleh pihak peneliti, 2) kelemahan yang berkenaan dengan waktu, karena penelitian tindakan memerlukan komitmen peneliti untuk terlibat dalam prosesnya, 3) kesulitan yang berhubungan dengan konsepsi

proses kelompok. Proses kelompok dapat berjalan baik jika pemimpin kelompok itu demokratis, yaitu seseorang yang memungkinkan para anggotanya ikut mengendalikan jalannya diskusi.

Untuk mengatasi kelemahan tersebut, maka upaya yang dilakukan oleh penulis yaitu : 1) untuk mengatasi kelemahan pertama berkenaan dengan kurangnya pengetahuan peneliti, peneliti berupaya mempelajari pendekatan penelitian tindakan kelas dengan membaca buku referensi dan mengadakan diskusi dengan dosen pembimbing, 2) untuk mengatasi kelemahan kedua berkenaan dengan waktu, peneliti melakukan penjadwalan dan kesepakatan dengan partisipan penelitian secara terpadu melalui koordinasi dengan pihak sekolah serta konselor di sekolah penelitian, 3) untuk mengatasi kelemahan ketiga berkenaan dengan kesulitan berhubungan dengan konsepsi proses kelompok, penelitian melakukan proses penelitian secara demokratis (dalam hal melibatkan partisipan sampai tindakan yang dilakukan). Harapannya, dengan adanya upaya meminimalisir kelemahan-kelemahan dalam penelitian tindakan kelas, proses penelitian proses penelitian akan berjalan dengan baik.

Menurut Chein, dkk (Suwarsih Madya, 1994 : 25) terdapat empat jenis penelitian tindakan, yaitu : 1) penelitian tindakan diagnostic, 2) penelitian tindakan partisipan, 3) penelitian tindakan empiris, 4) penelitian eksperimental. Dalam penelitian ini jenis penelitian tindakan partisipan yang penulis gunakan disebabkan dalam penelitian ini penulis melakukan tindakan dan terlibat langsung dalam proses penelitian dari awal. Dalam penelitian tersebut juga menekankan keterlibatan anggota agar merasa ikut serta memiliki program kegiatan tersebut serta aktif berpartisipasi di dalamnya.

Empat langkah yang disarankan Suwarsih Madya (1994:19) dalam proses penelitian tindakan adalah 1) Penyusunan Rencana; 2) Tindakan; 3) Observasi; 4) Refleksi. Keempat langkah penelitian tersebut dijelaskan secara singkat pada sub bab selanjutnya.

B. LANGKAH-LANGKAH PENELITIAN

1. Penyusunan Rencana

Rencana penelitian tindakan merupakan tindakan yang tersusun, dari segi definisi harus prospektif pada tindakan, rencana itu harus memandang ke depan. Adapun penyusunan rencana yang penulis lakukan dalam penelitian ini meliputi : a) identifikasi dan perumusan masalah, b) menetapkan hipotesis tindakan, c) menetapkan partisipan, d) menyusun rencana tindakan. Penyusunan rencana yang penulis lakukan disajikan dalam tabel 2 berikut :

Tabel 2. Penyusunan rencana penelitian

No	Kegiatan	Kegiatan nyata yang dilakukan peneliti
1.	Identifikasi dan perumusan masalah.	(1) Melakukan pengambilan data awal tentang adversity quotient siswa dengan Adversity Response Profile (ARP) (2) Memilih siswa yang memiliki adversity quotient heterogen. (3) Menggali dan merumuskan penyebab utama adversity quotient siswa menjadi beragam. Untuk ini penelitian melakukan wawancara dengan siswa (4) Menentukan tindakan layanan yang harus dilakukan untuk meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang mendasar pada faktor penyebab adversity quotient siswa menjadi rendah.
2.	Menetapkan hipotesis	Menentukan alternatif tindakan yang dapat

	tindakan.	dilakukan dalam rangka meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang.
3.	Menetapkan partisipan.	Mempersiapkan partisipan yang dilibatkan dalam penelitian tindakan, yaitu siswa kelas X SMK N 5 Semarang.
4.	Menyusun rencana tindakan.	Melaksanakan tindakan bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan baik dengan konvensional dan dengan penggunaan media bimbingan film yang alur ceritanya membangkitkan adversity quotient seseorang yaitu film education "Insight 12 Spss" dan "orang cacat yang sukses". Kegiatan pemutaran film ini merupakan suatu media dalam pelaksanaan pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini. Diharapkan dengan adanya pemutaran film dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini mampu merangsang siswa mengembangkan adversity quotientnya dalam lingkungannya secara dinamis dan konstruktif dan mampu menghindarkan dari penurunan adversity quotientnya. Hal juga mendasar pada konsep kiat-kiat meningkatkan adversity quotient pada bab II yaitu Listen, Explore, Analyse, dan Do. Sehingga ada benang merah diantara konsep di atas bahwa di dalam media film terdapat kandungan di dalamnya siswa dapat melakukan Listen, explore, analisis serta diharapkan mampu merangsang siswa melakukan do (bertindak) sehingga timbul perubahan sikap dalam rangka meningkatkan adversity quotient siswa.

Keempat langkah rencana penelitian tersebut selanjutnya dijelaskan secara lebih rinci sebagai berikut :

a. Identifikasi dan perumusan masalah.

- (1) Sebelum menyusun rencana penelitian ini, peneliti berupaya mengetahui bagaimana adversity quotient siswa kelas X SMK N 5

Semarang. Setelah Adversity Response Profile diberlakukan pada siswa kelas X TPTL2 SMK N 5 Semarang yakni yang berjumlah 32 orang maka diperoleh data sebagai berikut : siswa yang mempunyai adversity quotient sangat rendah berjumlah 21 siswa (65,125%), adversity quotient rendah berjumlah 9 siswa (28,125%), mempunyai adversity quotient sedang berjumlah 0 siswa (0%), adversity quotient tinggi berjumlah 1 siswa (3,125%), adversity quotient sangat tinggi berjumlah 1 siswa (3,125%).

(2) Menggali dan merumuskan penyebab utama adversity quotient siswa kelas X TPTL2 SMK N 5 Semarang menjadi beragam melalui wawancara dengan siswa. Dari hasil wawancara dengan 10 siswa kelas X TPTL2 (X6, X5, X21, X26, X28, X29, X30, X31, X32, X34) didapatkan penyebab rendah atau sangat rendah adversity quotient siswa dari SMK N 5 Semarang sebagai berikut;

(a) Siswa mengalami kesulitan atau hambatan, adapun kesulitan itu adalah : 50% atau 5 siswa dari 10 siswa yang diwawancarai (X21, X6, X5, X30, X32) menjawab malas, 30% atau 3 siswa (X34, X26, X31) menjawab kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sekolah, 20% atau 2 siswa (X28, X29) menjawab kesulitan mentaati peraturan sekolah.

(b) Ketika dihadapkan pada kesulitan dari 10 siswa, 5 siswa atau 50% (X6, X21, X30, X31, X32) langsung berpikiran menyerah tidak bereaksi apapun (pasrah) dan menganggap apa yang dilakukan

untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat serta pesimistis, 5 siswa lainnya atau 50% (X0, X26, X28, X29, X34) merespons kesulitan tersebut dengan berpikiran untuk terus berusaha mengatasinya dan optimis.

(c) 7 siswa atau 70% (X21, X6, X5, X30, X32, X26, X28) terbentuk pola pikir untuk tidak berdaya menghadapi kesulitan.

(d) 60% atau 6 siswa adanya bantuan dari lingkungan sekitar dalam mengatasi masalah tersebut (X29, X21, X6, X5, X30, X32).

(e) 8 siswa atau 80% (X6, X28, X5, X29, X34, X21, X30, X32) kesulitan yang mereka alami bersifat permanet dan pribadi.

(f) 6 siswa atau 60% (X32, X5, X6, X34, X26, X29) menjawab bahwa kesulitan tersebut mengganggu kesehatan mental mereka, 1 siswa atau 10% (X31) mengganggu kesehatan jasmani, dan 3 siswa atau 30% (X30, X21, X26) tidak mengganggu kedua-duanya baik kesehatan mental maupun jasmani.

(g) 60% atau 6 siswa (X29, X21, X6, X5, X30, X32) tidak tahan banting menghadapi kesulitan.

(h) 7 siswa atau 70% (X21, X6, X5, X30, X32, X26, X28) kurang ulet dalam merespons kesulitan.

(i) 8 siswa atau 80% (X26, X28, X5, X29, X34, X21, X30, X31) tidak mampu menguasai diri ketika dihadapkan pada kesulitan.

(j) 7 siswa atau 70% (X26, X28, X21, X6, X5, X30, X32) terbentuk pola-pola destruktif serta telah menjadi suatu kebiasaan bagi mereka.

(3) Menentukan tindakan layanan untuk meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang. Dari perolehan data awal yang disajikan di atas, dapat ditetapkan bahwa penyebab utama siswa adversity quotient beragam adalah: (a) Terbentuknya pola-pola pikir destruktif dalam merespons kesulitan yaitu pola pikir untuk tidak berdaya, pola pikir memandang pesimis menghadapi kesulitan, pola pikir tidak tahan banting, pola pikir tidak ulet, dan pola pikir tidak efektif diri; (b) belum adanya diskusi antarsiswa (pelaksanaan bimbingan klasikal) tentang mengubah pola pikir destruktif yang merangsang adversity quotient menjadi lebih baik. Pola pikir destruktif tersebut adalah bagian dari Adversity quotient yang rendah; (c) belum dimanfaatkannya media bimbingan (alat, kegiatan ataupun orang) untuk mengembangkan adversity quotient siswa.

b. Menetapkan hipotesis tindakan.

Bertolak dari kerangka konseptual tersebut di atas, ada beberapa alternative yang mungkin dapat dilakukan untuk meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang yaitu dengan : (1) memberikan pemahaman tentang pola pikir destruktif dalam adversity quotient serta dampaknya bagi siswa dan arti pentingnya adversity quotient tinggi bagi

siswa; (2) melakukan diskusi antar siswa tentang pola pikir destruktif serta dampaknya bagi siswa dan arti pentingnya adversity quotient tinggi bagi siswa; (3) memanfaatkan media bimbingan untuk meningkatkan adversity quotient siswa.

Untuk memenuhi harapan, maka hipotesis tindakan yang dilakukan yaitu :

- (1) Memanfaatkan pelaksanaan bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan dengan topik tugas, materi yang diketengahkan pola pikir destruktif dan adversity quotient. Alasan melaksanakan bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan yaitu: tujuan dari bimbingan klasikal yaitu : penguasaan informasi, pengembangan pribadi, mempunyai manfaat sebagai upaya preventif terhadap topic yang dibahas, sehingga tujuan dari bimbingan klasikal dalam penelitian ini adalah penguasaan informasi (mengubah pola pikir destruktif dan adversity quotient) untuk tujuan yang lebih luas serta diharapkan siswa (siswa) mampu mengembangkan pribadi (mengembangkan adversity quotientnya), menjaga serta mempertahankan adversity quotient siswa secara dinamis dan konstruktif , dan terhindar dari penurunan adversity quotientnya.
- (2) Memanfaatkan bimbingan klasikal yang dipadukan dengan media film yang membangkitkan adversity quotient siswa, yaitu melihat film (VCD) yang isi ceritanya dapat membangkitkan adversity quotient siswa, mampu memberikan pelajaran kehidupan, mampu

meningkatkan daya tangkap pendengaran, mampu menganalisis alur cerita film, serta mampu mengeksplornya, yang mana diharapkan setelah itu siswa mampu bertindak mengatasi hambatan atau kesulitan. Selain itu penggunaan media film digunakan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal sebagai sarana untuk menarik atau membawa kesegaran dan variasi dalam pelaksanaan bimbingan klasikal.

c. Menetapkan partisipan.

Pihak-pihak yang dilibatkan dalam penelitian ini yaitu yaitu siswa kelas X TPTL2 SMK N 5 Semarang. Sesuai dengan tujuannya, harapannya siswa kelas X TPTL2 SMK N 5 Semarang yang memiliki adversity quotient heteroginitas dalam satu kelas.

d. Menyusun rencana tindakan

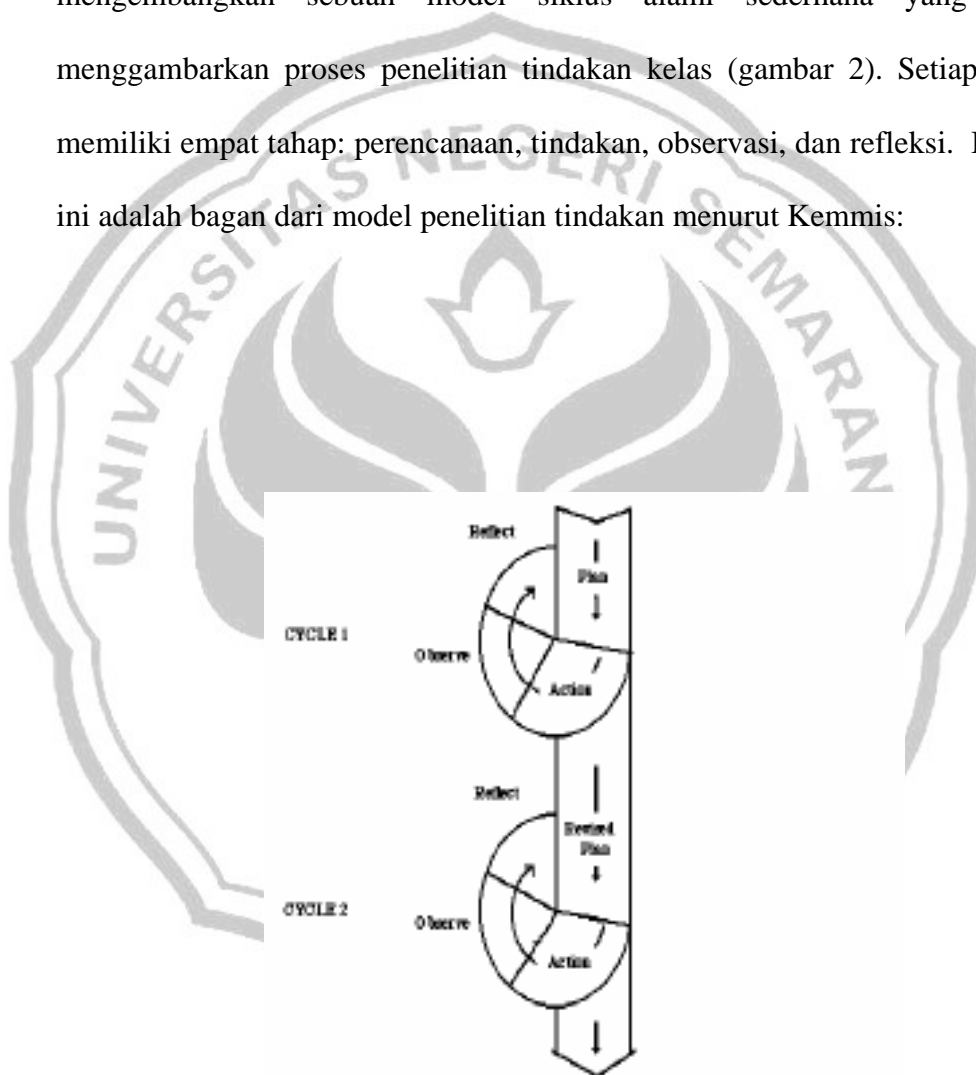
Mengacu kepada hipotesis tindakan dan partisipan yang terlibat dalam penelitian, maka rencana tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang yaitu melaksanakan tindakan bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan serta menggunakan media bimbingan film yang alur ceritanya membangkitkan adversity quotient seseorang yaitu film education tentang “Insight 12 Spss” serta “orang cacat yang sukses”.

2. Pelaksanaan Tindakan (Implementasi)

Penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan yaitu suatu bentuk kajian yang reflektif dengan pemberian yang dilakukan untuk

meningkatkan kemampuan rasional dan tindakan, serta memperbaiki kondisi dimana praktik-praktik pembelajaran tersebut dilakukan.

Penelitian tindakan ini menggunakan model penelitian tindakan Stephen Kemmis (Suwarsih Madya, 1994 : 25). Stephen Kemmis telah mengembangkan sebuah model siklus alami sederhana yang dapat menggambarkan proses penelitian tindakan kelas (gambar 2). Setiap siklus memiliki empat tahap: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Berikut ini adalah bagan dari model penelitian tindakan menurut Kemmis:



Gambar 2. Model penelitian tindakan

Alur kerja skema siklus I dan siklus II di atas dapat digambarkan dalam Tabel 3 sebagai berikut :

Tabel 3. Rencana pelaksanaan tindakan

KEGIATAN	RENCANA YANG DILAKUKAN PENELITI	
Siklus I	1. Plan (Perencanaan) I	Membuat rencana tindakan Penyusunan Adversity Response Profile Analisis
	2. Action (Tindakan) I	Memberikan bimbingan klasikal, materi yang diketengahkan pola destruktif dalam adversity quotient dampaknya bagi siswa dan arti penting adversity quotient tinggi Bentuk layanan bimbingan yang digunakan adalah bentuk ceramah bimbingan konvensional yaitu ceramah (diskusi kelas).
	3. Observe (Observasi) 1	Melakukan pengamatan dan pemantauan terhadap perkembangan adversity quotient siswa setelah diberikan tindakan I Mengevaluasi penyebab hasil tindakan belum optimal.
	4. Reflect (Refleksi) 1	Perbaikan pada siklus 1 Mengatasi kelemahan yang ditemukan pada siklus 1
Siklus II	1. Plan (Perencanaan) II	Membuat rencana tindakan 2
	2. Action (Tindakan) II	Memberikan bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan yang menggunakan media bimbingan film “Insight 12 SPSS” serta “orang cacat yang sukses”.
	3. Observe (Observasi) II	Melakukan pengamatan dan pemantauan terhadap perkembangan adversity quotient siswa setelah diberikan tindakan II.
	4. Reflect (Refleksi) II	Adversity Quotient siswa mengalami peningkatan.

C. Metode dan Alat Pengumpul Data

Dalam penelitian ini digunakan metode dan alat pengumpul data adalah Adversity Response Profile yaitu alat ukur untuk mengukur adversity quotient

seseorang. Untuk menjamin validitas dan reabilitas alat ukur yang digunakan maka peneliti melakukan hal-hal sebagai berikut :

1. Adaptasi alat ukur

Adaptasi alat ukur dilakukan dalam hal ini karena menyesuaikan alat ukur tersebut dengan kondisi partisipan dalam penelitian. alat ukur adversity response profile yang dikemukakan di atas diuji cobakan di luar negeri dan partisipannya bukan siswa (khususnya dalam penelitian ini siswa SMK). Sehingga sangatlah perlu diadaptasi.

Menurut pembimbing dosen ahli (Bapak Sunawan, S.pd , M.si). Adapun langkah-langkah dalam mengadaptasi alat ukur adalah sebagai berikut :

- a) Menterjemahkan instrument adversity response profile
- b) Menyesuaikan isi serta bahasanya dengan kondisi si testi
- c) Menguji validitas dan reabilitasnya.

2. Validitas

Menurut Suharsimi Arikunto (1998:160) validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Untuk menguji validitas instrument dalam penelitian ini digunakan alat bantu komputer dengan program *SPSS for Windows release 11*, dengan perhitungan teknik korelasi bivariat *product moment one tailed*. Suharsimi Arikunto (1997:252) menerangkan bahwa korelasi bivariat adalah statistic yang dapat digunakan oleh peneliti untuk menerangkan keeratan hubungan antara dua variable. Sugiyono (2005:97) mengemukakan bahwa one tail digunakan apabila hipotesis nol berbunyi lebih besar atau sama dengan dan hipotesis

alternatifnya berbunyi lebih kecil atau sama dengan sinonim “kata paling sedikit atau paling kecil”. Penggunaan teknik korelasi bivariat one tail bertujuan untuk menerangkan keeratan hubungan antara dua variable.

Adapun langkah-langkah dalam menggunakan alat bantu komputer dengan program *SPSS for Windows release 11*, dengan perhitungan teknik korelasi bivariat *product moment* one tailed adalah sebagai berikut :

- a) Masukkan hasil skor instrument ke dalam *SPSS for Windows release 11*
- b) Pilih dan klik analyze –correlate – bivariate – one tailed - semua var diarahkan ke variable – klik OK.
- c) Akan muncul tampilan pada total ada yang mempunyai tanda *. Bila mempunyai tanda * berarti item termasuk kategori valid begitu juga sebaliknya jika tidak ada berarti tidak valid.

3. Reabilitas

Suharsimi Arikunto (1998:170) menerangkan bahwa reliabilitas adalah suatu instrumen yang dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data karena instrument itu cukup baik. Untuk menguji reliabelitas instrument dalam penelitian ini digunakan alat bantu komputer dengan program *SPSS for Windows release 11*, dengan perhitungan teknik *reliability analysis - scale (alpha)*.

Adapun langkah-langkah dalam menggunakan alat bantu komputer dengan program *SPSS for Windows release 11* untuk mengetahui reabilitas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a) Masukkan hasil skor instrument ke dalam *SPSS for Windows release 11*

- b) Pilih dan klik analyze – scale – reability analysis – arahkan semua var+total ke item - klik statistic – descriptives for – item, scale, scale if item deleted – continue - klik OK.
- c) Akan muncul tampilan hasil alpha.

4. Analisis Data

Analisis data yang digunakan yaitu analisis frekuensi persentil. Sugiyono (2005:32) menerangkan bahwa frekuensi persentil adalah penyajian data dinyatakan dalam prosen. Untuk menganalisis data dalam penelitian ini digunakan alat bantu komputer dengan program *SPSS for Windows release 11* dengan teknik frekuensi persentil.

Adapun langkah-langkah dalam menggunakan alat bantu komputer dengan program *SPSS for Windows release 11* frekuensi persentil untuk menganalisis data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a) Masukkan hasil skor instrument yang valid dan reabel ke dalam *SPSS for Windows release 11*
- b) Pilih dan klik analyze – descriptive stastistic – frequencies – arahkan semua var+total ke variabel - klik statistic – klik quartiles, cut point for, percentile add (masukkan angka 19, 39,59,79, 99) – continue - klik OK.
- c) Akan muncul tampilan hasil total frekuensi.

Untuk mengukur seberapa besar ukuran AQ kita, maka dapat dihitung lewat uji ARP (Adversity Response Profile). Terdapat sejumlah pertanyaan yang kemudian dikelompokkan kedalam unsur Control, Origin

and Ownership, Reach dan Endurance, atau dengan akronim CO2RE. Setelah melalui tahap adaptasi alat ukur, validitas, reabilitas barulah adversity response profile tersebut layak untuk untuk diukur.

Stoltz (Hermaya, 2005 : 140) mengemukakan bahwa rumus pengukuran Adversity Quotient seseorang (Adversity Response Profile) adalah :

$$\mathbf{C} + \mathbf{O}_2 + \mathbf{R} + \mathbf{E} = \mathbf{AQ}$$

Keterangan :

AQ : Adversity Quotient Seseorang

C : Control atau kendali, ditujukan untuk mengetahui seberapa banyak kendali yang dapat kita rasakan terhadap suatu peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Yang penting adalah sejauhmana kita merasakan bahwa kendali itu ikut berperan dalam peristiwa yang menimbulkan kesulitan.

O₂ : Origin dan Ownership, aspek yang mempertanyakan siapa atau apa yang menimbulkan kesulitan, dan sejauhmana seseorang menganggap dirinya mempengaruhi dirinya sebagai penyebab dan asal-usul kesulitan.

R : Reach, merupakan bagian dari AQ yang mempertanyakan sejauhmanakah kesulitan akan menjangkau bagian-bagian lain dari kehidupan kita.

E : Endurance, dalam bahasa Indonesia dapat diartikan ketahanan yaitu aspek yang mempertanyakan dua hal yang berkaitan

yaitu berapa lamakah kesulitan akan berlangsung dan berapa lamakah penyebab kesulitan itu akan berlangsung lama.

Dari situ barulah kemudian akan didapat skor AQ kita, dimana setelah melakukan analisis data dengan frekuensi persentil terdapat 5 kategori yaitu : AQ sangat rendah, AQ rendah, AQ sedang, AQ tinggi, AQ sangat tinggi.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Uji Coba Instrumen

1. Adaptasi Alat Ukur

Sebelum penelitian dimulai, terlebih dahulu peneliti mengadakan adaptasi alat ukur. Adaptasi alat ukur dilakukan dalam hal ini karena menyesuaikan alat ukur tersebut dengan kondisi partisipan dalam penelitian. adversity response profile yang dikemukakan di atas diuji cobakan di luar negeri dan partisipannya bukan siswa (khususnya dalam penelitian ini siswa SMK). Sehingga sangatlah perlu diadaptasi. Dalam proses adaptasi ini peneliti melakukan bimbingan kepada dosen ahli. Setelah diadaptasikan dari 60 item instrument sebelumnya menjadi 40 item. Hal tersebut dilakukan karena terdapat 20 item di dalamnya merupakan item pelengkap, sehingga ke 20 item tersebut dibuang untuk menghindari kerancuan karena focus penelitian ini terdapat pada 40 item tersebut. Untuk lebih lengkapnya lihat pada lampiran.

2. Validitas

Setelah melakukan adaptasi alat ukur, selanjutnya peneliti mengadakan try out atau uji coba instrument tujuannya untuk mengetahui tingkat validitas dan reabilitas instrument. Uji coba instrument diberlakukan kepada 32 siswa kelas X TKJ I SMK N 5 Semarang. Setelah diuji cobakan

diketahui tingkat validitas yang dihitung dengan alat bantu komputer dengan program *SPSS for Windows release 11*, dengan perhitungan teknik korelasi bivariat *product moment one tailed* adalah terdapat 3 item yang tidak valid yaitu no 1b, 19b, 28b. Ketiga item yang dinyatakan tidak valid dibuang, sehingga hanya 37 item yang valid. Untuk lebih lengkapnya lihat pada lampiran.

3. Reabilitas

Selain valid, instrument juga harus reliable. Untuk menguji reliabilitas instrument dalam penelitian ini digunakan alat bantu komputer dengan program *SPSS for Windows release 11*, dengan perhitungan teknik *reliability analysis - scale (alpha)*. Hasil dari perhitungan tersebut menghasilkan $\alpha = 0.942$. Pada $\alpha = 5\%$ dengan $N = 32$ diperoleh $r_{tabel} = 0.349$ karena $\alpha > r_{tabel}$ signifikansi 5% sehingga instrument tersebut cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik. Untuk lebih lengkapnya lihat pada lampiran

4. Analisis Data

Untuk menganalisis data dalam penelitian ini digunakan alat bantu komputer dengan program *SPSS for Windows release 11* *frekuensi persentil*. Dalam perhitungannya pengklasifikasian kategori terbagi atas 5, hal ini merunut pada teori yang sudah ada. Hasil dari perhitungan tersebut dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4. Frekuensi Persentil

Persentil	Skor	Kategori
80-99	176-185	Sangat Tinggi
60-79	169-175	Tinggi
40-59	163-168	Sedang
20-39	144-162	Rendah
0-19	0-143	Sangat Rendah

Penjelasan dari Tabel 4 di atas adalah sebagai berikut:

Apabila seorang testi memperoleh skor 0 – 143 dikategorikan mempunyai adversity quotient sangat rendah, seorang testi memperoleh skor 144 – 162 dikategorikan mempunyai adversity quotient rendah, seorang testi memperoleh skor 163 – 168 dikategorikan mempunyai adversity quotient sedang, seorang testi memperoleh skor 169 – 175 dikategorikan mempunyai adversity quotient tinggi, Apabila seorang testi memperoleh skor 176 – 185 dikategorikan mempunyai adversity quotient sangat tinggi.

B. Hasil Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini telah teruji validitas dan reliabilitasnya, sehingga langkah berikutnya adalah melakukan penjarangan siswa untuk pelaksanaan bimbingan klasikal dengan menggunakan instrumen tersebut. Penjarangan kelompok dengan instrumen tersebut diberikan kepada siswa kelas X SMK N 5 selain kelas X TKJ, hal ini dikarenakan testi try out harus berbeda dengan testi instrumen penelitian yang sudah valid dan reliabel.

Langkah awal peneliti dalam rangka penjangkaran siswa untuk dijadikan siswa adalah memberikan surat penelitian yang telah disetujui oleh Dinas Pendidikan kepada pihak SMK N 5 Semarang. Di sekolah tersebut peneliti dianjurkan bertemu dengan Wakil Kepala Sekolah. Dalam pertemuan tersebut peneliti menjelaskan maksud dan tujuan peneliti datang ke sekolah tersebut. Kemudian oleh Wakil kepala sekolah peneliti dipertemukan dengan koordinator BK, dalam hal penelitian ini Wakil Kepala Sekolah menyerahkan tanggung jawabnya kepada Koordinator BK. Setelah melalui konsultasi dan koordinasi dengan koordinator BK didapatkan hasil penyebaran instrument penelitian dilakukan kepada siswa kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang tanggal 28 Juli 2008. Pelaksanaan penyebaran instrument didapatkan hasil sebagai berikut; siswa yang mempunyai adversity quotient sangat rendah berjumlah 21 siswa, adversity quotient rendah berjumlah 9 siswa, mempunyai adversity quotient sedang berjumlah 0 siswa, adversity quotient tinggi berjumlah 1 siswa, adversity quotient sangat tinggi berjumlah 1 siswa. Berikut ini data selengkapnya :

Tabel 5. Kondisi Awal Adversity Quotient Siswa Kelas X TPTL 2

No.	Kode	Adversity Quotient	
		Σ	Kriteria
1	R-30	104	Sangat Rendah
2	R-32	111	Sangat Rendah
3	R-29	117	Sangat Rendah
4	R-1	118	Sangat Rendah
5	R-4	120	Sangat Rendah
6	R-6	122	Sangat Rendah
7	R-25	125	Sangat Rendah
8	R-9	126	Sangat Rendah
9	R-18	128	Sangat Rendah
10	R-14	129	Sangat Rendah
11	R-21	130	Sangat Rendah
12	R-27	133	Sangat Rendah
13	R-8	134	Sangat Rendah
14	R-26	135	Sangat Rendah
15	R-24	135	Sangat Rendah
16	R-22	136	Sangat Rendah
17	R-28	138	Sangat Rendah
18	R-19	140	Sangat Rendah
19	R-12	141	Sangat Rendah
20	R-15	142	Sangat Rendah
21	R-3	142	Sangat Rendah
22	R-7	144	Rendah
23	R-13	144	Rendah
24	R-2	145	Rendah
25	R-11	146	Rendah
26	R-35	146	Rendah
27	R-5	150	Rendah
28	R-31	152	Rendah
29	R-16	156	Rendah
30	R-34	158	Rendah
31	R-10	172	Tinggi
32	R-20	179	Sangat Tinggi

Tabel 6. Prosentase kondisi Awal Adversity Quotient Siswa X TPTL2

Adversity Quotient	Kondisi awal (nol)/Prosentase
Sangat Tinggi	3,125 %
Tinggi	3,125 %
Sedang	0 %
Rendah	28,125 %
Sangat Rendah	65,625 %

Merunut pada rencana tindakan pada Bab III bahwa siswa yang dijadikan partisipan dalam penelitian ini adalah siswa yang mempunyai kategori adversity quotient sangat rendah, rendah, dan sedang. Hasil dari penyebaran instrument menyebutkan bahwa hampir 93 % siswa kelas X TPTL2 atau 32 siswa terjaring menjadi partisipan dalam penelitian ini. Dalam rangka mempermudah kelancaran dalam penelitian maka seluruh siswa kelas X TPTL2 dijadikan partisipan dalam penelitian ini.

Langkah selanjutnya setelah mengetahui hasil penjarangan siswa adalah melakukan diagnostik yang bertujuan untuk lebih mengetahui penyebab tinggi rendahnya adversity quotient siswa. Dari hasil diagnostik tersebut diharapkan mampu mempertegas rencana tindakan dalam penelitian ini. Adapun langkah dari diagnostik ini adalah melalui wawancara langsung dengan siswa X TPTL 2 serta guru BK di SMK N 5 Semarang yang dilaksanakan pada tanggal 21 dan 22 Agustus 2008. Adapun pedoman wawancaranya terlampir pada lampiran.

Hasil dari wawancara tersebut adalah sebagai : 1) Siswa mengalami kesulitan atau hambatan, kesulitan itu adalah : 50% atau 5 siswa dari 10 siswa yang diwawancarai (X21, X6, X5, X30, X32) menjawab malas, 30% atau 3 siswa

(X34, X26, X31) menjawab kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sekolah, 20% atau 2 siswa (X28, X29) menjawab kesulitan mentaati peraturan sekolah; 2) Ketika dihadapkan pada kesulitan dari 10 siswa, 5 siswa atau 50% (X6, X21, X30, X31, X32) langsung berpikiran menyerah tidak bereaksi apapun (pasrah) dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat serta pesimistis, 5 siswa lainnya atau 50% (X0, X26, X28, X29, X34) merespons kesulitan tersebut dengan berpikiran untuk terus berusaha mengatasinya dan optimis; 3) 7 siswa atau 70% (X21, X6, X5, X30, X32, X26, X28) terbentuk pola pikir untuk tidak berdaya menghadapi kesulitan; 4) 60% atau 6 siswa adanya bantuan dari lingkungan sekitar dalam mengatasi masalah tersebut (X29, X21, X6, X5, X30, X32); 5) 8 siswa atau 80% (X6, X28, X5, X29, X34, X21, X30, X32) kesulitan yang mereka alami bersifat permanet dan pribadi; 6) 6 siswa atau 60% (X32, X5, X6, X34, X26, X29) menjawab bahwa kesulitan tersebut mengganggu kesehatan mental mereka, 1 siswa atau 10% (X31) mengganggu kesehatan jasmani, dan 3 siswa atau 30% (X30, X21, X26) tidak mengganggu kedua-duanya baik kesehatan mental maupun jasmani; 7) 60% atau 6 siswa (X29, X21, X6, X5, X30, X32) tidak tahan banting menghadapi kesulitan; 8) 7 siswa atau 70% (X21, X6, X5, X30, X32, X26, X28) kurang ulet dalam merespons kesulitan; 9) 8 siswa atau 80% (X26, X28, X5, X29, X34, X21, X30, X31) tidak mampu menguasai diri ketika dihadapkan pada kesulitan; 10) 7 siswa atau 70% (X26, X28, X21, X6, X5, X30, X32) terbentuk pola-pola destruktif serta telah menjadi suatu kebiasaan bagi mereka.

Dari perolehan data wawancara di atas, dapat ditetapkan bahwa penyebab utama keberagaman adversity quotient siswa adalah : (a) Terbentuknya pola-pola pikir destruktif dalam merespons kesulitan yaitu pola pikir untuk tidak berdaya, pola pikir memandang pesimis menghadapi kesulitan, pola pikir tidak tahan banting, pola pikir tidak ulet, dan pola pikir tidak efektif diri; (b) belum adanya diskusi antarsiswa (pelaksanaan bimbingan klasikal) tentang mengubah pola pikir destruktif yang merangsang adversity quotient menjadi lebih baik. Pola pikir destruktif tersebut adalah bagian dari Adversity quotient yang rendah; (c) belum dimanfaatkannya media bimbingan (alat, kegiatan ataupun orang) untuk mengembangkan adversity quotient siswa

Untuk memenuhi harapan, maka hipotesis tindakan yang dilakukan yaitu:

- (1) Memanfaatkan bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan dengan topik yang diketengahkan adalah pola pikir destruktif dan adversity quotient. Alasan melaksanakan bimbingan klasikal dengan metode ceramah dan diskusi karena tujuan dari bimbingan klasikal yaitu : penguasaan informasi, mempunyai manfaat sebagai upaya preventif terhadap topic yang dibahas, sehingga tujuan dari pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini adalah penguasaan informasi (mengubah pola pikir destruktif dan adversity quotient) untuk tujuan yang lebih luas serta diharapkan siswa (partisipan) mampu mengembangkan pribadi (mengembangkan adversity quotientnya) dan menjaga dan mempertahankan kondisi yang kondusif serta terhindar dari penurunan adversity quotient.

(2) Memanfaatkan bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan baik dengan cara konvensional maupun yang dipadukan dengan media film yang membangkitkan adversity quotient siswa, yaitu melihat film (VCD) yang isi ceritanya dapat membangkitkan adversity quotient siswa, mampu memberikan pelajaran kehidupan, mampu meningkatkan daya tangkap pendengaran, mampu menganalisis alur cerita film, serta mampu mengeksplornya, yang mana diharapkan setelah itu siswa mampu bertindak mengatasi hambatan atau kesulitan. Selain itu penggunaan media film digunakan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal sebagai sarana untuk menarik atau membawa kesegaran dan variasi dalam pelaksanaan bimbingan klasikal.

Mengacu kepada hipotesis tindakan dan partisipan yang terlibat dalam penelitian, maka rencana tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang yaitu melaksanakan tindakan bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan serta menggunakan media bimbingan film yang alur ceritanya membangkitkan adversity quotient seseorang yaitu film education tentang “Insight 12 Spss” serta “orang cacat yang sukses”. Adapun rencana tindakan tersebut akan dijabarkan menjadi rencana pelaksanaan tindakan lebih detailnya sebagai berikut :

Tabel 7. Rencana Pelaksanaan Tindakan

KEGIATAN	RENCANA YANG DILAKUKAN PENELITI	
Siklus I	1. Plan (Perencanaan) I	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Membuat rencana tindakan ➤ Penyusunan Adversity Response Profile ➤ Analisis
	2. Action (Tindakan) I	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Memberikan bimbingan klasikal, materi yang diketengahkan pola destruktif dalam adversity quotient dampaknya bagi siswa dan pengertian adversity quotient serta arti penting adversity quotient tinggi bagi siswa ➤ Bentuk layanan bimbingan yang digunakan dalam penelitian ini adalah ceramah bimbingan melalui tiga tahap : tahap awal, tahap proses, dan tahap pengakhiran.
	3. Observe (Observasi) 1	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melakukan pengamatan dan pemantauan terhadap perkembangan adversity quotient siswa setelah diberikan tindakan I. Observasi diperuntukkan bagi siswa yang dalam kondisi awal mengalami kondisi rendah dan sangat rendah hal ini dikarenakan dengan mengetahui hasil observasi ini peneliti mampu mengidentifikasi perkembangan adversity quotientnya serta mampu mengevaluasi bertujuan ke depannya membuat rencana tindakan lanjutan dalam rangka menyiapkan mereka menghadapi perkembangan adversity quotient mereka. Siswa yang dalam kondisi awal mempunyai adversity quotient tinggi dan sangat tinggi tidak diobservasi dikarenakan dalam penelitian ini hanya memfokuskan pada upaya-upaya yang dapat meningkatkan adversity quotientnya saja. ➤ Mengevaluasi penyebab hasil tindakan belum optimal.
	4. Reflect (Refleksi) 1	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Perbaiki pada siklus 1 ➤ Mengatasi kelemahan yang ditemukan pada siklus 1
Siklus II	1. Plan (Perencanaan) II	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Membuat rencana tindakan 2
	2. Action (Tindakan) II	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Memberikan bimbingan klasikal menggunakan media bimbingan film “Insight 12 SPSS” serta “orang cacat yang sukses”. ➤ Bentuk layanan bimbingan yang digunakan dalam penelitian ini adalah ceramah bimbingan melalui tiga tahap : tahap awal, tahap proses, dan tahap pengakhiran.
	3. Observe (Observasi) II	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melakukan pengamatan dan pemantauan terhadap perkembangan adversity quotient siswa setelah diberikan tindakan II.
	4. Reflect (Refleksi) II	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Adversity Quotient siswa mengalami peningkatan.

Sebelum melangkah pada proses melaksanakan tindakan (action) yang dijabarkan di atas, ada beberapa kegiatan yang harus peneliti lakukan yaitu:

- 1) Mempersiapkan alat pengumpul data berupa adversity response profile yang telah diadaptasi, valid, dan reliabel.
- 2) Mempersiapkan satuan pelaksanaan bimbingan klasikal, materi-materi yang diperlukan dalam pelaksanaan tindakan beserta absensi siswa (lampiran).
- 3) Membuat lembar pedoman observasi untuk mengetahui kondisi selama pelaksanaan bimbingan klasikal, lebih detailnya terlampir pada lampiran.
- 4) Mempersiapkan fasilitas dan sarana pendukung yang diperlukan dalam proses pelaksanaan bimbingan klasikal.

1. Hasil Penelitian Siklus I

Siklus I dalam penelitian ini terdiri dari dua tindakan, yaitu tindakan I dan tindakan II. Hal-hal yang terkait dengan tindakan I dan tindakan II akan dijabarkan lebih jelas sebagai berikut :

a. Tindakan I

Tindakan pertama yang akan peneliti lakukan yaitu bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan. Hal ini peneliti lakukan dengan bimbingan klasikal dengan mengetengahkan materi yang mempunyai tujuan untuk mengarahkan pemahaman mereka akan pola destruktif dalam pandangan adversity quotient. Lebih jelasnya, rencana pelaksanaan tindakan I dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 8. Rencana Pelaksanaan Siklus 1 Tindakan 1

Tujuan	Memberikan pemahaman kepada siswa kelas X TPTL2 SMK N 5 Semarang tentang pola pikir destruktif dalam pandangan adversity quotient serta dampaknya
Indikator	Siswa dapat menjelaskan pola pikir destruktif dalam pandangan adversity quotient, serta dampak bagi siswa.
Pelaksanaan Tindakan	Mengetengahkan materi tentang pola pikir destruktif dalam adversity quotient kepada siswa melalui bimbingan klasikal dengan metode ceramah
Kemampuan yang diharapkan tercapai	Siswa dapat menjelaskan pola pikir destruktif dalam pandangan adversity quotient, serta dampak bagi siswa

Setelah melakukan perencanaan tindakan, adapun pelaksanaan tindakan I dapat dijelaskan sebagai berikut :

Waktu/tanggal : 3x45 menit/ Kamis/20 November 2008

Tempat Penyelenggaraan : Ruang praktek (bengkel) teknik instalasi listrik SMK N 5 Semarang

Jumlah siswa : 32 siswa

Jalannya tindakan :

1) Tahap Awal

Sebelum memulai kegiatan ini peneliti mempersiapkan fasilitas (sarana) yang diperlukan dalam penelitian ini seperti laptop, proyektor, dan alat-alat tulis. Setelah persiapan tersebut telah selesai barulah peneliti memulai kegiatan ini. Peneliti mencoba membina hubungan baik (rapport), dengan membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dilanjutkan menanyakan kabar murid serta memperkenalkan diri. Kemudian menjelaskan dilanjutkan dengan penjelasan maksud

diadakannya penelitian tersebut. Peneliti juga memberikan penjelasan mengenai bimbingan klasikal, sebagai awalan jalannya kegiatan.

2) Tahap Proses

Sebelum memulai tahap ini, peneliti memberikan permainan “Who I Am” sebagai permainan perkenalan (pengakraban), agar siswa dapat lebih mengenal satu sama dan peneliti mengenal siswanya lebih dekat agar terjalin hubungan baik. Setelah suasana terlihat akrab, peneliti kemudian menyetengahkan materi tentang pola pikir destruktif dalam adversity quotient serta dampaknya. Sejak awal kegiatan ini siswa antusias dengan kegiatan ini, hal ini terlihat dari perhatian mereka terhadap materi yang peneliti ketengahkan. Hal ini dikarenakan dalam penyampaian materi peneliti mempresentasikan menggunakan media laptop beserta proyektor sehingga siswa interest dan ada suasana baru dalam proses pembelajaran mereka. Siswa masih kurang untuk diajak diskusi, dikarenakan materi yang peneliti ketengahkan agak asing di telinga siswa sehingga peneliti memberikan penjelasan lebih pada mereka agar mereka paham dengan materi yang ada. Peneliti masih banyak memancing mereka untuk berpendapat secara terbuka. Sedikit demi sedikit mereka mau mengeluarkan pendapat.

3) Tahap Pengakhiran

Setelah kegiatan ini selesai, peneliti memberikan kesimpulan dari kegiatan ini. Kemudian setelah dirasa cukup, peneliti mengakhiri kegiatan pada sesi ini dan mengevaluasi dengan memberikan pendapat mereka tentang kegiatan pertemuan pertama ini. Setelah selesai maka peneliti menutup bimbingan klasikal itu dengan mengucapkan salam dan mengingatkan pertemuan lanjutan akan dilakukan kembali sesuai dengan hasil koordinasi dengan konselor sekolah serta pihak guru yang bersedia diminta jam mengajarnya untuk penelitian lanjutan.

4) Penyebaran Adversity Response Profile

Setelah kegiatan bimbingan klasikal pada siklus I Tindakan I ini telah usai, sesi berikutnya adalah penyebaran Adversity Response Profile kepada siswa. Peneliti kembali menjelaskan kembali maksud penyebaran adversity quotient dan petunjuk pengisiannya. Hasil dari penyebaran adversity response profile tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

PERPUSTAKAAN
UNNES

Tabel 9. Kondisi Adversity Quotient Siklus 1 Tindakan 1

No.	Kode	Kondisi Awal		Siklus I Tindakan I	
		Σ	Kriteria	Σ	Kriteria
1	R-30	104	Sangat Rendah	145	Rendah
2	R-32	111	Sangat Rendah	135	Sangat Rendah
3	R-29	117	Sangat Rendah	135	Sangat Rendah
4	R-1	118	Sangat Rendah	140	Sangat Rendah
5	R-4	120	Sangat Rendah	140	Sangat Rendah
6	R-6	122	Sangat Rendah	153	Rendah
7	R-25	125	Sangat Rendah	148	Rendah
8	R-9	126	Sangat Rendah	134	Sangat Rendah
9	R-18	128	Sangat Rendah	131	Sangat Rendah
10	R-14	129	Sangat Rendah	142	Sangat Rendah
11	R-21	130	Sangat Rendah	132	Sangat Rendah
12	R-27	133	Sangat Rendah	165	Sedang
13	R-8	134	Sangat Rendah	139	Sangat Rendah
14	R-26	135	Sangat Rendah	156	Rendah
15	R-24	135	Sangat Rendah	168	Sedang
16	R-22	136	Sangat Rendah	142	Sangat Rendah
17	R-28	138	Sangat Rendah	144	Rendah
18	R-19	140	Sangat Rendah	155	Rendah
19	R-12	141	Sangat Rendah	149	Rendah
20	R-15	142	Sangat Rendah	147	Rendah
21	R-3	142	Sangat Rendah	153	Rendah
22	R-7	144	Rendah	145	Rendah
23	R-13	144	Rendah	145	Rendah
24	R-2	145	Rendah	153	Rendah
25	R-11	146	Rendah	157	Rendah
26	R-35	146	Rendah	168	Sedang
27	R-5	150	Rendah	156	Rendah
28	R-31	152	Rendah	160	Rendah
29	R-16	156	Rendah	158	Rendah
30	R-34	158	Rendah	159	Rendah
31	R-10	172	Tinggi	179	Sangat Tinggi
32	R-20	179	Sangat Tinggi	181	Sangat Tinggi

Tabel 10. Prosentase Kondisi Adversity Quotient Siklus 1 Tindakan 1

Kondisi Awal		Siklus I Tindakan I	
Kriteria	Prosentase	Kriteria	Prosentase
Sangat Tinggi	3,125 %	Sangat Tinggi	6,25 %
Tinggi	3,125 %	Tinggi	0 %
Sedang	0 %	Sedang	9,375 %
Rendah	28,125 %	Rendah	56,25%
Sangat Rendah	65,625 %	Sangat Rendah	31,25 %

Berdasarkan dua tabel di atas, dapat diketahui bahwa tingkat perkembangan adversity quotient siswa (siswa) setelah melaksanakan bimbingan klasikal pada siklus I tindakan I mengalami perkembangan meskipun tidak signifikan. Perkembangan tersebut terlihat dari berkurangnya kondisi kriteria siswa yang sangat rendah 65,625% menjadi hanya 31,25% dan bertambahnya siswa yang sangat tinggi dari 3,125% menjadi 6,25%.

5) Observasi

Peneliti melakukan observasi sendiri melalui pengamatan langsung selama kegiatan berlangsung dan melihat kembali hasil rekaman audio visual (MP5) kegiatan tersebut untuk lebih memantapkan hasil observasi. Adapun hasil dari observasi pada siklus I tindakan I dapat dicatat sebagai berikut :

- (a) Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan, hal ini terbukti dari beberapa siswa merespon malu-malu serta enggan berbicara ketika peneliti menawarkan untuk berpendapat dan bertanya terhadap materi yang peneliti

ketengahkan. Pada aspek ini terdapat 18 siswa yang masih berpola pikir langsung menyerah.

(b) Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan. Seperti halnya pola pikir langsung menyerah, siswa dalam merespons materi yang peneliti ketengahkan terdapat 17 siswa yang tidak bereaksi apapun untuk mengemukakan pendapat dan bertanya pada hal yang sekiranya mereka belum paham.

(c) Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat. Meskipun materi yang peneliti ketengahkan asing di telinga mereka, ada beberapa siswa yang merespons dengan bertanya kepada peneliti jika mereka belum paham dan ada perhatian lebih untuk memahaminya. Pada aspek ada 16 siswa yang belum nampak.

(d) Tidak adanya imunisasi pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan. Pada aspek ini siswa banyak yang terpengaruh suasana kelas, jika di saat tertentu mereka gaduh beberapa yang lain mengikutinya. Pada aspek ini terdapat 20 siswa yang mengalaminya.

(e) Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar. Masih adanya beberapa siswa yang duduk paling belakang masih gaduh dan kadang-kadang tidak memperhatikan ketika peneliti menengahkan materi, hal tersebut dikarenakan tempat duduk

mereka jauh dari pandangan peneliti dan sempit pojok di belakang.

Pada aspek ini terdapat 13 siswa

- (f) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen. Banyak siswa enggan merespon kegiatan ini karena mereka berpandangan bahwa dia pasti tidak tahu, jadi mereka lebih banyak menunggu temannya yang berani mengemukakan baru kemudian dia akan mau itupun jika ditunjuk peneliti untuk mengemukakannya. Ada 25 siswa yang nampak pada aspek ini.
- (g) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis. Sedikit anak yang merespon pesimis, hal ini bisa dilihat dari kesediaan siswa mengemukakan sesuatu yang ditanyakan peneliti meskipun harus ditunjuk terlebih dahulu. Terdapat 9 siswa yang masih pesimis.
- (h) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas. Terdapat 24 siswa yang mengalaminya.
- (i) Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderita dan tahan lama. Terdapat 22 siswa yang mengalaminya.
- (j) Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan, hal ini terlihat dari keenganan siswa untuk lebih partisipatif dalam kegiatan ini. Terdapat 21 siswa yang mengalaminya.
- (k) Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana. Banyak siswa yang masih kurang bisa menempatkan diri kapan waktunya mereka

mengemukakan sesuatu atau memperhatikan materi yang diketengahkan peneliti. Terdapat 27 siswa yang mengalaminya.

(l) Tidak mampu memanfaatkan peluang. Terdapat 21 siswa yang ketika ditawarkan untuk bertanya mereka enggan padahal mereka belum paham dengan materi yang ada.

(m) Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan. 24 siswa yang masih sering gaduh ketika kegiatan ini berlangsung.

(n) Terbentuknya kebiasaan destruktif. 20 siswa kerap gaduh dalam kegiatan ini.

(o) Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan. Pada aspek ini tidak nampak siswa yang terganggu kesehatan mental dalam merespon kegiatan ini.

(p) Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan. Seperti halnya kesehatan mental kesehatan jasmani siswa pun tidak terganggu dalam merespon kegiatan ini.

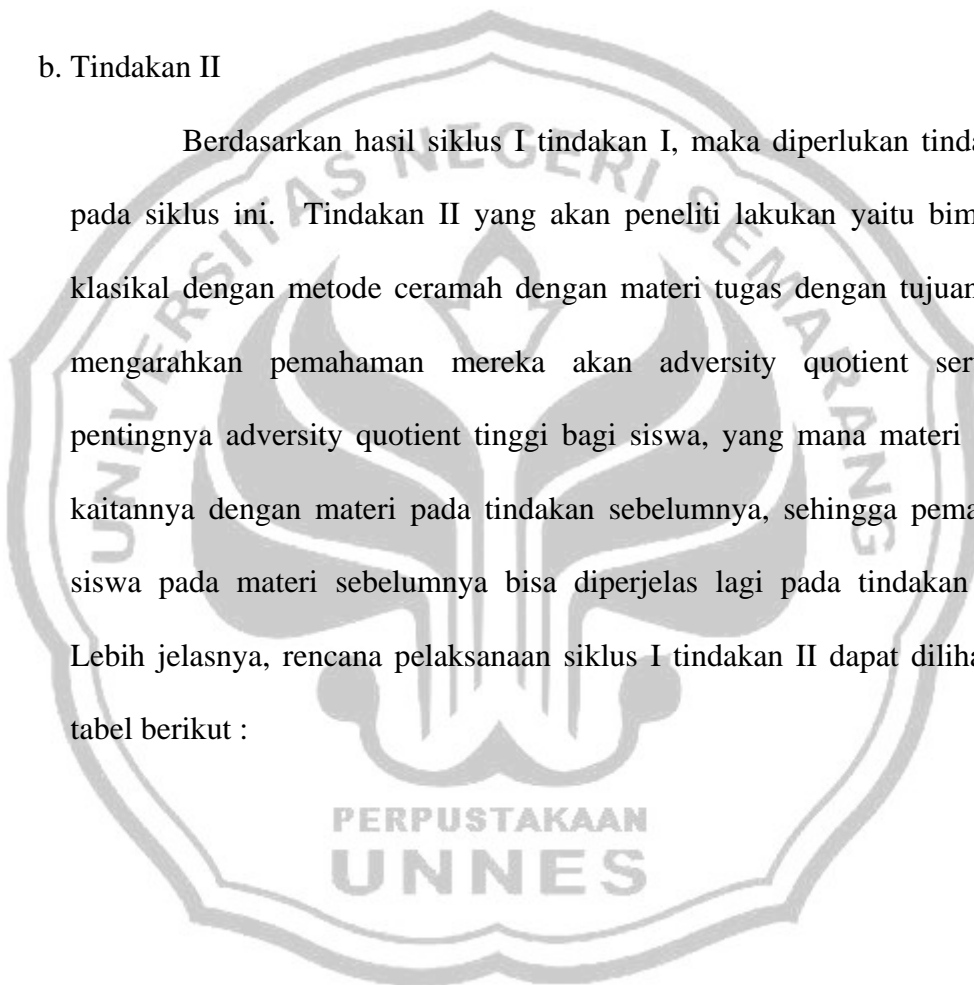
6) Refleksi

Atas dasar hasil penelitian pada siklus I dan tindakan I, didukung oleh hasil pengamatan/observasi selama pelaksanaan bimbingan klasikal berlangsung, maka refleksi dapat dilakukan. Dari hasil evaluasi ditemukan belum ada siswa yang masuk kategori tinggi maupun sangat tinggi. Refleksi yang peneliti lakukan setelah melakukan siklus I tindakan I ini yaitu peneliti dapat mengetengahkan

materi dengan bahasa yang memudahkan siswa memahaminya, mengkondisikan siswa pada ruangan yang agak luas,nyaman dan proporsional untuk melakukan kegiatan berikutnya, peneliti lebih bersikap tegas pada kondisi-kondisi tertentu.

b. Tindakan II

Berdasarkan hasil siklus I tindakan I, maka diperlukan tindakan II pada siklus ini. Tindakan II yang akan peneliti lakukan yaitu bimbingan klasikal dengan metode ceramah dengan materi tugas dengan tujuan untuk mengarahkan pemahaman mereka akan adversity quotient serta arti pentingnya adversity quotient tinggi bagi siswa, yang mana materi ini ada kaitannya dengan materi pada tindakan sebelumnya, sehingga pemahaman siswa pada materi sebelumnya bisa diperjelas lagi pada tindakan II ini. Lebih jelasnya, rencana pelaksanaan siklus I tindakan II dapat dilihat pada tabel berikut :



Tabel 11. Rencana Pelaksanaan Siklus 1 Tindakan 2

Tujuan	Memberikan pemahaman kepada siswa kelas X TPTL2 SMK N 5 Semarang tentang adversity quotient serta arti pentingnya adversity quotient tinggi bagi siswa
Indikator	Siswa dapat menjelaskan pengertian adversity quotient serta arti pentingnya adversity quotient bagi siswa sendiri.
Pelaksanaan Tindakan	Mengetengahkan materi tentang adversity quotient serta arti pentingnya adversity quotient tinggi kepada siswa melalui bimbingan klasikal dengan metode ceramah dan mendiskusikan hal-hal yang perlu ditempuh agar adversity quotient siswa lebih meningkat dalam kegiatan bimbingan klasikal.
Kemampuan yang diharapkan tercapai	Pemahaman siswa tentang adversity quotient dapat berkembang dengan baik serta siswa dapat merumuskan upaya apa saja yang bisa dilakukan agar adversity quotient meningkat.

Setelah melakukan perencanaan tindakan, adapun pelaksanaan tindakan II dapat dijelaskan sebagai berikut :

Waktu/tanggal : 1x45 menit/ Kamis/27 November 2008

Tempat Penyelenggaraan : Ruang kelas R.18 SMK N 5 Semarang

Jumlah Siswa : 32 siswa

Jalannya tindakan :

1) Tahap Awal

Sebelum tindakan II dimulai, minta izin dulu pada guru mata pelajaran pada jam tersebut untuk pindah dari ruangan bengkel instalasi listrik ke tempat yang lebih kondusif yaitu ruang kelas R 18. peneliti mengkondisikan tempat duduk siswa membentuk setengah lingkaran agar interaksi antar siswa berjalan dengan baik. Peneliti mencoba membina hubungan baik (rapport), dengan membuka kegiatan dengan mengucapkan

salam. Kemudian peneliti menjelaskan maksud diadakannya penelitian ini dan mengulas kembali materi yang dibahas pada pertemuan sebelumnya serta bersama-sama dengan siswa mengevaluasi pertemuan yang lalu agar kegiatan ini lebih baik.

2) Tahap Proses

Peneliti memberikan penjelasan yang akan dibahas pada pertemuan kali ini, yaitu tentang adversity quotient serta arti pentingnya adversity quotient tinggi bagi siswa. Peneliti menjelaskan tentang pengertian adversity quotient, dimensi adversity quotient beserta tingkatannya, faktor penyebab adversity quotient individu rendah, kiat-kiat meningkatkan adversity quotient. Pada kegiatan ini rasa keingintahuan siswa mulai nampak. Dinamika dalam kelompok mulai berjalan. Dalam penyampaian materi pada kegiatan ini peneliti berusaha menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh siswa menggunakan contoh-contoh dalam kehidupan mereka untuk lebih mempermudah mereka memahami materi yang peneliti ketengahkan. Ketika peneliti mencoba mengajukan dengan pertanyaan mereka mulai untuk merespon dengan mengemukakan pendapat, ketika peneliti menawarkan untuk bertanya mereka mulai bersedia untuk bertanya.

3) Tahap Pengakhiran

Setelah kegiatan ini selesai, peneliti memberikan kesimpulan dari kegiatan ini. Kemudian peneliti mengakhiri kegiatan pada sesi ini dan mengevaluasi dengan memberikan pendapat mereka tentang kegiatan pertemuan kedua ini. Setelah selesai maka peneliti menutup bimbingan klasikal itu dengan mengucapkan salam serta memberikan support menjelang mereka tes akhir semesteran dan mengingatkan pertemuan lanjutan akan dilakukan setelah berakhirnya tes akhir semester atau awal masuk semesteran baru tergantung hasil konfirmasi dengan pihak konselor dan guru mata pelajaran yang bersedia diambil jamnya.

4) Penyebaran Adversity Response Profile

Setelah kegiatan bimbingan klasikal pada siklus I Tindakan II ini telah usai, sesi berikutnya adalah penyebaran Adversity Response Profile kepada siswa. Peneliti kembali menjelaskan kembali maksud penyebaran adversity quotient dan petunjuk pengisiannya. Hasil dari penyebaran adversity response profile tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 12. Kondisi Adversity Quotient Siklus I Tindakan II

No.	Kode	Siklus I Tindakan I		Siklus I Tindakan II	
		Σ	Kriteria	Σ	Kriteria
1	R-30	145	Rendah	164	Sedang
2	R-32	135	Sangat Rendah	153	Rendah
3	R-29	135	Sangat Rendah	145	Rendah
4	R-1	140	Sangat Rendah	153	Rendah
5	R-4	140	Sangat Rendah	166	Sedang
6	R-6	153	Rendah	167	Sedang
7	R-25	148	Rendah	153	Rendah
8	R-9	134	Sangat Rendah	135	Sangat Rendah
9	R-18	131	Sangat Rendah	135	Sangat Rendah
10	R-14	142	Sangat Rendah	152	Rendah
11	R-21	132	Sangat Rendah	160	Rendah
12	R-27	165	Sedang	169	Tinggi
13	R-8	139	Sangat Rendah	151	Rendah
14	R-26	156	Rendah	157	Rendah
15	R-24	168	Sedang	171	Tinggi
16	R-22	142	Sangat Rendah	156	Rendah
17	R-28	144	Rendah	147	Rendah
18	R-19	155	Rendah	159	Rendah
19	R-12	149	Rendah	155	Rendah
20	R-15	147	Rendah	167	Sedang
21	R-3	153	Rendah	160	Rendah
22	R-7	145	Rendah	154	Rendah
23	R-13	145	Rendah	146	Rendah
24	R-2	153	Rendah	166	Sedang
25	R-11	157	Rendah	163	Sedang
26	R-35	168	Sedang	169	Tinggi
27	R-5	156	Rendah	164	Sedang
28	R-31	160	Rendah	163	Sedang
29	R-16	158	Rendah	165	Sedang
30	R-34	159	Rendah	163	Sedang
31	R-10	179	Sangat Tinggi	180	Sangat tinggi
32	R-20	181	Sangat Tinggi	182	Sangat tinggi

Tabel 13. Prosentase Kondisi Adversity Quotient Siklus 1 Tindakan 2

Siklus I Tindakan I		Siklus I Tindakan II	
Kriteria	Prosentase	Kriteria	Prosentase
Sangat Tinggi	6,25 %	Sangat Tinggi	6,25 %
Tinggi	0 %	Tinggi	9,375 %
Sedang	9,375 %	Sedang	31,25 %
Rendah	56,25%	Rendah	46,875%
Sangat Rendah	31,25 %	Sangat Rendah	6,25 %

Berdasarkan dua tabel di atas, dapat diketahui bahwa tingkat perkembangan adversity quotient siswa setelah melaksanakan bimbingan klasikal pada siklus I tindakan II mengalami perkembangan meskipun. Perkembangan tersebut terlihat dari berkurangnya kondisi kriteria siswa yang sangat rendah 31,25% pada siklus I menjadi hanya 6,25%, berkurang pula kriteria siswa yang rendah dari sebelumnya 56,25% menjadi 46,875% dan bertambahnya siswa yang sedang dari 9,375 menjadi 31,25%, terdapat pula siswa tinggi 9,375%..

5) Observasi

Peneliti melakukan observasi sendiri melalui pengamatan langsung selama kegiatan berlangsung. Adapun hasil dari observasi pada siklus I tindakan II dapat dicatat sebagai berikut :

- (a) Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan, hal ini terbukti dari beberapa siswa mulai nampak merespon dengan mengemukakan pendapat dan pertanyaan ketika peneliti menawarkan untuk berpendapat dan bertanya terhadap materi

yang peneliti ketengahkan. Pada aspek ini pola pikir langsung menyerah siswa mulai berkembang, meskipun dalam observasi masih terdapat 12 siswa berpola pikir langsung menyerah.

- (b) Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan. Masih terdapat 11 siswa yang tidak bereaksi apapun untuk mengemukakan pendapat dan bertanya pada hal yang sekiranya mereka belum paham.
- (c) Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat. Meskipun materi yang peneliti ketengahkan asing di telinga mereka, ada beberapa siswa yang merespons dengan bertanya kepada peneliti jika mereka belum paham dan ada perhatian lebih untuk memahaminya. Pada aspek ada 11 siswa yang belum nampak.
- (d) Tidak adanya imunitas pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan. Pada aspek ini siswa mulai berkembang untuk lebih fokus memperhatikan materi yang peneliti ketengahkan meskipun ruangan yang digunakan dalam penelitian ini berdekatan dengan lapangan olahraga yang agak gaduh. Pada aspek ini masih terdapat 14 siswa yang mengalaminya.
- (e) Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar. Pada kegiatan ini suasana kelas yang kondusif, siswa yang mulai tidak

gaduh dan serius memungkinkan siswa lebih fokus memperhatikan materi yang ada. Pada aspek ini terdapat 9 siswa

- (f) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen. Siswa mulai menampakkan bahwa mereka mampu berubah untuk lebih baik, hal ini ditunjukkan pada perubahan sikap mereka ketika menjawab pertanyaan dan mengemukakan pendapat, meskipun pada aspek ini masih terdapat siswa 10 yang masih menampakkan.
- (g) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis. Berkurangnya siswa yang merespon pesimis dari kegiatan yang pertama, hal ini bisa dilihat dari kesediaan siswa mengemukakan sesuatu yang ditanyakan peneliti meskipun harus ditunjuk terlebih dahulu. Terdapat 7 siswa yang masih pesimis.
- (h) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas. Terdapat 10 siswa yang mengalaminya.
- (i) Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderitakan dan tahan lama. Terdapat 9 siswa yang mengalaminya, hal ini terlihat meskipun di luar suasana agak sedikit gaduh karena ruangan kelas berdekatan dengan lapangan olahraga yang sedang digunakan mereka mulai bisa fokus. Terdapat 13 siswa ya
- (j) Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan, hal ini terlihat dari siswa lebih partisipatif dalam kegiatan ini. Terdapat 7 siswa yang masih mengalaminya.

- (k) Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana. Masih terdapat siswa yang masih kurang bisa menempatkan diri kapan waktunya mereka mengemukakan sesuatu atau memperhatikan materi yang diketengahkan peneliti. Terdapat 9 siswa yang mengalaminya.
- (l) Tidak mampu memanfaatkan peluang. Masih terdapat 8 siswa yang ketika ditawarkan untuk bertanya mereka enggan padahal mereka belum paham dengan materi yang ada.
- (m) Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan. 9 siswa yang masih sering gaduh ketika kegiatan ini berlangsung.
- (n) Terbentuknya kebiasaan destruktif. 9 siswa mengalaminya.
- (o) Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan. Pada aspek ini tidak nampak siswa yang terganggu kesehatan mental dalam merespon kegiatan ini.
- (p) Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan. Seperti halnya kesehatan mental kesehatan jasmani siswa pun tidak terganggu dalam merespon kegiatan ini.

6) Refleksi

Atas dasar hasil penelitian pada siklus I dan tindakan II, didukung oleh hasil pengamatan/observasi, penyebaran adversity response, serta dari harapan siswa selama pelaksanaan bimbingan klasikal berlangsung, maka refleksi dapat dilakukan. Dari hasil evaluasi mulai berkembangnya adversity quotient anggota meskipun belum optimal. Refleksi yang

peneliti lakukan setelah melakukan siklus I tindakan II ini yaitu peneliti dapat mengetengahkan materi yang lebih mengedepankan dengan realita disertai model sehingga merangsang pola pikir mereka untuk lebih tajam merespons hambatan, mengkondisikan siswa pada ruangan yang luas,nyaman serta proporsional untuk melakukan kegiatan berikutnya, memberikan permainan yang ada kaitannya dengan materi yang akan diketengahkan, perlunya media untuk lebih memberikan suasana baru dan menambah interest siswa untuk lebih berpartisipasi aktif pada penelitian ini.

Berdasarkan kekurangan yang ada pada siklus I, maka perlu dilanjutkan dengan melaksanakan siklus II. Hasil penelitian siklus II tersebut akan dijelaskan pada sub bab selanjutnya.

2. Hasil Penelitian Siklus II

Berdasarkan hasil tindakan pada siklus I, perlu dilanjutkan pada siklus II. Sama hal dengan siklus I pada siklus II ini terdiri dari dua tindakan yaitu tindakan I dan tindakan II. Hal-hal yang berkaitan dengan siklus II akan dijelaskan sebagai berikut :

a. Tindakan I

Tindakan pertama yang akan peneliti lakukan dalam siklus ini yaitu bimbingan klasikal dengan media film. Hal ini peneliti lakukan menindaklanjuti hasil refleksi siklus II, adapun dengan menggunakan media film diiharapkan selain untuk memberikan suasana variatif juga mampu

menjadi inspirasi bagi siswa menumbuhkembangkan advesity quotient. Lebih jelasnya, rencana pelaksanaan tindakan I siklus II dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 14. Rencana Pelaksanaan Tindakan I Siklus II

Tujuan	Adversity quotient siswa dapat lebih meningkat setelah melihat film.
Indikator	Siswa dapat menjelaskan adegan yang membuat pola pikir destruktif. Siswa dapat menjelaskan adegan yang membuat adversity quotientnya muncul. Dan siswa dapat mengetahui hal-hal apa saja yang bisa meningkatkan adversity quotient
Pelaksanaan Tindakan	Memutar film “orang cacat yang sukses”
Kemampuan yang diharapkan tercapai	Siswa dapat merasakan bahwa adversity quotientnya lebih meningkat setelah melihat film

Setelah melakukan perencanaan tindakan, adapun pelaksanaan tindakan I siklus II dapat dijelaskan sebagai berikut :

Waktu/tanggal : 3x45 menit/ Kamis/ 8 Januari 2009

Tempat Penyelenggaraan : Ruang aula SMK N 5 Semarang

Jumlah siswa : 32 siswa

Jalannya tindakan :

1) Tahap Awal

Sebelum memulai kegiatan ini peneliti mempersiapkan fasilitas (sarana) yang diperlukan dalam penelitian ini seperti laptop beserta dvd room, proyektor, speaker aktif dan alat-alat tulis. Persiapan juga meliputi mengkondisikan tempat duduk siswa dalam formasi setengah lingkaran. Setelah persiapan tersebut telah selesai barulah peneliti memulai kegiatan

ini. Setelah siswa masuk ruangan peneliti mempersilahkan duduk sesuai no urut absen masing-masing siswa. Kemudian peneliti membuka kegiatan dengan mengucapkan salam. Kemudian peneliti menjelaskan maksud diadakannya penelitian ini dan mengulas kembali materi yang dibahas pada pertemuan sebelumnya serta bersama-sama dengan siswa mengevaluasi pertemuan yang lalu agar kegiatan ini lebih baik.

2) Tahap Proses

Sebelum memulai tahap ini, peneliti memberikan permainan “MANSYUR ” tujuan dari permainan ini adalah selain sebagai relaksasi permainan ini juga mampu menghantarkan pada tema film yang diketengahkan pada kegiatan ini. Makna yang dapat diambil dari permainan ini adalah siswa mampu mensyukuri yang ada dan mengoptimalkan apa yang ada pada mereka serta mampu memberikan pola pikir pada mereka bahwa hambatan bisa mereka atasi dengan berusaha. Setelah dirasa cukup, peneliti kemudian memutar film tentang orang cacat yang sukses. Mereka tampak antusias melihatnya. Mereka mengikuti alur cerita tersebut dengan tenang dan seksama. Mereka tertegun dan kagum ketika melihat orang yang secara fisik cacat tetapi dia mampu berbuat mungkin lebih daripada apa yang mereka lakukan. Setelah film ini selesai menanyakan kepada siswa hikmah apa yang dapat diambil fillm tersebut. Siswa kemudian mengemukakan pendapatnya mereka beragam. Dari pendapat mereka peneliti mencoba mengaitkan dengan tema penelitian ini yaitu adversity quotient dan pola

pikir destruktif. Untuk lebih menajamkan pola pikir mereka agar tumbuh adversity quotientnya, peneliti memutar film tentang ibu yang mana menentang tentang seorang ibu. Dalam pemutaran film tentang ibu ini siswa mulai merenungi dan dengan seksama mengikuti alur cerita itu. Dari pemutaran kedua film di atas siswa mulai tersadar bahwa dalam menghadapi hambatan harus tetap berjuang memberikan hasil terbaik bagi orang-orang yang dicintainya khusus kedua orang tua.

3) Tahap Pengakhiran

Setelah kegiatan ini selesai, peneliti memberikan kesimpulan dari kegiatan ini. Kemudian setelah dirasa cukup, peneliti mengakhiri kegiatan pada sesi ini dan mengevaluasi dengan memberikan pendapat mereka tentang kegiatan pertemuan ini. Setelah selesai maka peneliti menutup bimbingan klasikal itu dengan mengucapkan salam dan mengingatkan pertemuan lanjutan akan dilakukan kembali sesuai dengan hasil koordinasi dengan konselor sekolah serta pihak guru yang bersedia diminta jam mengajarnya untuk penelitian lanjutan.

4) Penyebaran Adversity Response Profile

Setelah kegiatan bimbingan klasikal pada siklus II Tindakan I ini telah usai, sesi berikutnya adalah penyebaran Adversity Response Profile kepada siswa. Peneliti kembali menjelaskan kembali maksud penyebaran adversity quotient dan petunjuk pengisiannya. Dengan menyantap snack yang disediakan oleh peneliti, mereka sangat serius mengerjakan adversity

response profile. Adapun hasil dari penyebaran adversity response profile tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 15. Kondisi Adversity Quotient Siklus 2 Tindakan 1

No.	Kode	Siklus I Tindakan II		Siklus 2 Tindakan I	
		Σ	Kriteria	Σ	Kriteria
1	R-30	164	Sedang	171	Tinggi
2	R-32	153	Rendah	153	Rendah
3	R-29	145	Rendah	149	Rendah
4	R-1	153	Rendah	155	Rendah
5	R-4	166	Sedang	169	Tinggi
6	R-6	167	Sedang	166	Sedang
7	R-25	153	Rendah	170	Tinggi
8	R-9	135	Sangat Rendah	164	Sedang
9	R-18	135	Sangat Rendah	158	Rendah
10	R-14	152	Rendah	166	Sedang
11	R-21	160	Rendah	165	Sedang
12	R-27	169	Tinggi	173	Tinggi
13	R-8	151	Rendah	166	Sedang
14	R-26	157	Rendah	165	Sedang
15	R-24	171	Tinggi	173	Tinggi
16	R-22	156	Rendah	158	Rendah
17	R-28	147	Rendah	164	Sedang
18	R-19	159	Rendah	170	Tinggi
19	R-12	155	Rendah	164	Sedang
20	R-15	167	Sedang	166	Sedang
21	R-3	153	Rendah	172	Tinggi
22	R-7	154	Rendah	167	Sedang
23	R-13	146	Rendah	162	Sedang
24	R-2	166	Sedang	164	Sedang
25	R-11	163	Sedang	171	Tinggi
26	R-35	169	Tinggi	169	Tinggi
27	R-5	164	Sedang	175	Tinggi
28	R-31	163	Sedang	174	Tinggi
29	R-16	165	Sedang	172	Tinggi
30	R-34	163	Sedang	165	Sedang
31	R-10	180	Sangat tinggi	174	Tinggi
32	R-20	182	Sangat tinggi	180	Sangat tinggi

Tabel 16. Prosentase Kondisi Adversity Quotient Siklus 2 Tindakan 1

Siklus I Tindakan II		Siklus II Tindakan I	
Kriteria	Prosentase	Kriteria	Prosentase
Sangat Tinggi	6,25 %	Sangat Tinggi	6,25 %
Tinggi	9,375 %	Tinggi	40 %
Sedang	31,25 %	Sedang	40 %
Rendah	46,875%	Rendah	16,6 %
Sangat Rendah	6,25 %	Sangat Rendah	0 %

Berdasarkan dua tabel di atas, dapat diketahui bahwa tingkat perkembangan adversity quotient siswa setelah melaksanakan bimbingan klasikal dengan media film pada siklus I tindakan II mengalami perkembangan yang signifikan. Perkembangan tersebut terlihat dari tidak adanya kriteria siswa yang sangat rendah, berkurangnya siswa pada kategori rendah dari 46,875% menjadi 16,6% dan bertambahnya siswa yang masuk kategori tinggi dan sedang masing-masing mempunyai prosentase 40%.

5) Observasi

Peneliti melakukan observasi sendiri melalui pengamatan langsung selama kegiatan berlangsung dan melihat kembali hasil rekaman audio visual (MP5) kegiatan tersebut untuk lebih memantapkan hasil observasi. Adapun hasil dari observasi pada siklus II tindakan I dapat dicatat sebagai berikut :

- (a) Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan mulai berkurang, hal ini terbukti dari beberapa siswa merespon ketika peneliti menawarkan untuk berpendapat dan bertanya terhadap materi yang peneliti ketengahkan. Aspek ini pun terlihat pada waktu sesi permainan ada yang tidak membawa alat tulis untuk kegiatan ini mereka berusaha meminjam pada peneliti, ada juga yang berusaha mengambil di kelas, bahkan ada yang membeli di koperasi sekolah. Pada aspek ini masih terdapat 3 siswa yang masih berpola pikir langsung menyerah.
- (b) Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan. Seperti halnya terlihat pada pola pikir langsung menyerah, pada aspek ini masih terdapat 3 siswa yang mengalaminya
- (c) Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat. Hal ini terlihat dari penjelasan dua item sebelumnya juga adanya keinginan bertanya dan berpendapat dalam kegiatan ini. Antusiasnya serta dengan seksama melihat alur cerita film memperlihatkan adanya keinginan untuk merubah diri mereka menjadi lebih baik. Pada aspek ada 6 siswa yang masih mengalaminya.

- (d) Tidak adanya imunisasi pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan. Pada aspek ini siswa mulai bisa mengatasi keinginan untuk gaduh meskipun pada waktu jam istirahat ruang aula sering menjadi lalu lalang siswa kelas lain yang sedang lewat untuk istirahat. Adanya antusias dan keinginan yang lebih melihat film yang peneliti ketengahkan meskipun waktunya jam istirahat mereka masih memperhatikan dengan seksama. Pada aspek ini masih terdapat 7 siswa yang mengalaminya.
- (e) Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar. Dalam kegiatan ini siswa bisa mengkondisikan dengan tenang serius dan seksama melihat alur cerita film ini. Sehingga adanya dorongan dari suasana ini menjadikan siswa untuk fokus memperhatikan kegiatan yang diketengahkan peneliti. Pada aspek ini masih terdapat 5 siswa yang mengalaminya.
- (f) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen. Terdapat 5 siswa yang mengalaminya.
- (g) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis. Sedikit anak yang merespon pesimis, hal ini bisa dilihat dari kesedian siswa mengemukakan sesuatu yang ditanyakan peneliti, mengemukakan pendapat, berusaha mendapatkan alat tulis pada waktu permainan. Terdapat 4 siswa yang masih pesimis.

- (h) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas. Masih terdapat 5 siswa yang mengalaminya.
- (i) Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderita dan tahan lama. Terdapat 6 siswa yang mengalaminya.
- (j) Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan, hal ini terlihat usaha siswa untuk lebih partisipatif dalam kegiatan ini. Terdapat 3 siswa yang mengalaminya.
- (k) Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana. Terdapat 3 siswa yang mengalaminya.
- (l) Tidak mampu memanfaatkan peluang. Hal ini terlihat dari antusias siswa untuk lebih berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini karena jarang sekali mereka mendapatkan jam pelajaran dengan metode pemutran film. Meskipun begitu masih Terdapat 3 siswa yang mengalaminya.
- (m) Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan. Mereka mampu menguasai diri untuk kesediaan mereka melanjutkan kegiatan ini dengan seksama dan memperhatikan materi film yang peneliti ketengahkan meskipun waktu itu jam istirahat. 4 siswa masih mengalami aspek ini.
- (n) Terbentuknya kebiasaan destruktif. 5 siswa yang mengalami aspek ini, hal ini terlihat dari kurang partisipasi aktif mereka.

- (o) Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan. Pada aspek ini tidak nampak siswa yang terganggu kesehatan mental dalam merespon kegiatan ini.
- (p) Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan. Seperti halnya kesehatan mental kesehatan jasmani siswa pun tidak terganggu dalam merespon kegiatan ini.

6) Refleksi

Atas dasar hasil penelitian pada siklus II tindakan I, didukung oleh hasil pengamatan/observasi selama pelaksanaan bimbingan klasikal dengan media film berlangsung, maka refleksi dapat dilakukan. Dari hasil evaluasi baik hasil adversity quotient maupun observasi, adversity quotient mengalami perkembangan cukup signifikan. Refleksi yang peneliti lakukan setelah melakukan siklus II tindakan I ini yaitu peneliti dapat menyetengahkan materi dengan metode yang sama yaitu pemutaran film dengan model yang lebih menarik diikuti dengan tips-tips orang bisa sukses.

Berdasarkan kekurangan yang ada pada siklus II tindakan I, maka perlu dilanjutkan dengan melaksanakan siklus II. Tindakan II Hasil penelitian siklus II tindakan II tersebut akan dijelaskan pada sub bab selanjutnya.

b. Tindakan II

Berdasarkan hasil siklus II tindakan I, maka diperlukan tindakan II pada siklus ini. Tindakan II yang akan peneliti lakukan masih bimbingan klasikal dengan media pemutaran film, melihat hasil dari hasil tindakan sebelumnya yang cukup memberikan dampak signifikan pada perkembangan adversity quotient. Adapun perbedaannya hanya materi yang peneliti ketengahkan lebih menekankan pada model film yang cukup familiar di mata siswa disertai tips-tips kesuksesan menurut model tersebut. Lebih jelasnya, rencana pelaksanaan tindakan II siklus II dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 17. Rencana Pelaksanaan Tindakan II Siklus II

Tujuan	Adversity quotient siswa dapat lebih meningkat setelah melihat film.
Indikator	Siswa dapat menjelaskan adegan yang membuat pola pikir destruktif. Siswa dapat menjelaskan adegan yang membuat adversity quotientnya muncul. Dan siswa dapat mengetahui hal-hal apa saja yang bisa meningkatkan adversity quotient
Pelaksanaan Tindakan	Memutar film “Isght 12 SPSS”
Kemampuan yang diharapkan tercapai	Siswa dapat merasakan bahwa adversity quotientnya lebih meningkat setelah melihat film

Setelah melakukan perencanaan tindakan, adapun pelaksanaan tindakan II siklus II dapat dijelaskan sebagai berikut :

Waktu/tanggal : 3x45 menit/ Kamis/ 15 Januari 2009

Tempat Penyelenggaraan : Ruang aula SMK N 5 Semarang

Jumlah siswa : 32 siswa

Jalannya tindakan :

1) Tahap Awal

Sebelum memulai kegiatan ini peneliti mempersiapkan fasilitas (sarana) yang diperlukan dalam penelitian ini seperti laptop beserta dvd room, proyektor, speaker aktif. Persiapan juga meliputi mengkondisikan tempat duduk siswa dalam formasi setengah lingkaran. Setelah persiapan tersebut telah selesai barulah peneliti memulai kegiatan ini. Setelah siswa masuk ruangan peneliti mempersilahkan duduk sesuai nomor urut absen masing-masing siswa. Kemudian peneliti membuka kegiatan dengan mengucapkan salam, menjelaskan maksud diadakannya penelitian ini dan mengulas kembali materi yang dibahas pada pertemuan sebelumnya serta bersama-sama dengan siswa mengevaluasi pertemuan yang lalu agar kegiatan ini lebih baik.

2) Tahap Proses

Setelah para anggota siap, peneliti langsung memutar filmnya. Mereka tampak lebih antusias melihatnya daripada pertemuan kemarin. Film diawali dengan perjalanan orang Indonesia yang mampu mendaki puncak Mount Everest, dilanjutkan dengan atlet pelari yang mulai mengurai kesuksesan dalam karier kejuaraan lari. Kemudian peneliti menjelaskan tentang sukses, model orang-orang yang sukses, serta tips-tips mereka meraih kesuksesan yang terdapat dalam VCD film tersebut. Para siswa dengan seksama memperhatikan materi yang peneliti ketengahkan. Apalagi ketika tentang penjelasan model orang sukses Tukul Arwana mereka sangat tertarik sekali. Setelah film ini selesai menanyakan kepada siswa hikmah apa yang dapat diambil dari film tersebut. Siswa kemudian mengemukakan pendapatnya mereka beragam. Dari pendapat mereka peneliti mencoba mengaitkan dengan tema penelitian ini yaitu adversity quotient dan pola pikir destruktif. Untuk lebih mengoptimalkan pola pikir mereka agar meningkatkan adversity quotientnya, peneliti kembali memutar film tentang ibu pada pertemuan kemarin yang mana mengetengahkan tentang seorang ibu. Dalam pemutaran film tentang ibu ini siswa kembali merenungi dan dengan seksama mengikuti alur cerita itu. Dari pemutaran kedua film di atas siswa mulai tersadar bahwa dalam menghadapi hambatan harus tetap berjuang memberikan hasil terbaik bagi orang-orang yang

dicintainya khusus kedua orang tua dan berkaca pada kesuksesan orang lain.

3) Tahap Pengakhiran

Setelah kegiatan ini selesai, peneliti memberikan kesimpulan dari kegiatan ini. Kemudian setelah dirasa cukup, peneliti mengakhiri kegiatan pada sesi ini dan mengevaluasi dengan memberikan pendapat mereka tentang kegiatan pertemuan ini. Setelah selesai maka peneliti menutup bimbingan klasikal itu dengan mengucapkan salam.

4) Penyebaran Adversity Response Profile

Setelah kegiatan bimbingan klasikal pada siklus II Tindakan II ini telah usai, sesi berikutnya adalah penyebaran Adversity Response Profile kepada siswa. Peneliti kembali menjelaskan kembali maksud penyebaran adversity quotient dan petunjuk pengisiannya. Dengan menyantap snack yang disediakan oleh peneliti, mereka sangat serius mengerjakan adversity response profile. Adapun hasil dari penyebaran adversity response profile tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 18. Kondisi Adversity Quotient Siklus 2 Tindakan II

No.	Kode	Siklus I Tindakan II		Siklus 2 Tindakan I	
		Σ	Kriteria	Σ	Kriteria
1	R-30	171	Tinggi	172	Tinggi
2	R-32	153	Rendah	169	Tinggi
3	R-29	149	Rendah	167	Sedang
4	R-1	155	Rendah	181	Sangat tinggi
5	R-4	169	Tinggi	178	Sangat tinggi
6	R-6	166	Sedang	169	Tinggi
7	R-25	170	Tinggi	179	Sangat tinggi
8	R-9	164	Sedang	172	Tinggi
9	R-18	158	Rendah	165	Sedang
10	R-14	166	Sedang	173	Tinggi
11	R-21	165	Sedang	179	Sangat tinggi
12	R-27	173	Tinggi	177	Sangat tinggi
13	R-8	166	Sedang	174	Tinggi
14	R-26	165	Sedang	173	Tinggi
15	R-24	173	Tinggi	182	Sangat tinggi
16	R-22	158	Rendah	167	Sedang
17	R-28	164	Sedang	173	Tinggi
18	R-19	170	Tinggi	176	Sangat tinggi
19	R-12	164	Sedang	172	Tinggi
20	R-15	166	Sedang	176	Tinggi
21	R-3	172	Tinggi	175	Tinggi
22	R-7	167	Sedang	173	Tinggi
23	R-13	162	Sedang	174	Tinggi
24	R-2	164	Sedang	178	Sangat tinggi
25	R-11	171	Tinggi	178	Sangat tinggi
26	R-35	169	Tinggi	177	Sangat tinggi
27	R-5	175	Tinggi	170	Tinggi
28	R-31	174	Tinggi	176	Sangat tinggi
29	R-16	172	Tinggi	173	Tinggi
30	R-34	165	Sedang	170	Tinggi
31	R-10	174	Tinggi	183	Sangat tinggi
32	R-20	180	Sangat tinggi	181	Sangat tinggi

Tabel 19. Prosentase Kondisi Adversity Quotient Siklus 2 Tindakan II

Siklus II Tindakan I		Siklus II Tindakan II	
Kriteria	Prosentase	Kriteria	Prosentase
Sangat Tinggi	6,25 %	Sangat Tinggi	41 %
Tinggi	9,375 %	Tinggi	50%
Sedang	31,25 %	Sedang	9 %
Rendah	46,875%	Rendah	0%
Sangat Rendah	6,25 %	Sangat Rendah	0 %

Berdasarkan dua tabel di atas, dapat diketahui bahwa tingkat perkembangan adversity quotient siswa setelah melaksanakan bimbingan klasikal dengan media film pada siklus II tindakan II mengalami perkembangan yang signifikan. Perkembangan tersebut terlihat dari tidak adanya kriteria siswa yang sangat rendah dan serta bertambahnya siswa yang masuk kategori sangat tinggi menjadi 41%, tinggi 50% dan sedang hanya 9%.

5) Observasi

Peneliti melakukan observasi sendiri melalui pengamatan langsung selama kegiatan berlangsung. Adapun hasil dari observasi pada siklus II tindakan II dapat dicatat sebagai berikut :

- (a) Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan. Pada aspek ini tidak terdapat siswa berpola pikir langsung menyerah.
- (b) Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan. Pada aspek ini tidak terdapat siswa yang mengalaminya

- (c) Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat. Pada aspek ada 3 siswa yang masih mengalaminya.
- (d) Tidak adanya imunitas pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan. Pada aspek ini masih terdapat 1 siswa yang mengalaminya.
- (e) Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar. Pada aspek ini tidak terdapat siswa yang mengalaminya.
- (f) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen. Terdapat 3 siswa yang mengalaminya.
- (g) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis. Tidak terdapat siswa yang masih mengalaminya.
- (h) Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas. Masih terdapat 1 siswa yang mengalaminya.
- (i) Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderita dan tahan lama. Terdapat 1 siswa yang mengalaminya.
- (j) Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan, hal ini terlihat usaha siswa untuk lebih partisipatif dalam kegiatan ini. Terdapat 2 siswa yang mengalaminya.
- (k) Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana. Terdapat 2 siswa yang mengalaminya.

(l) Tidak mampu memanfaatkan peluang. Hal ini terlihat dari antusias siswa untuk lebih berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini karena jarang sekali mereka mendapatkan jam pelajaran dengan metode pemutran film.

(m) Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan. Mereka mampu menguasai diri untuk kesediaan mereka melanjutkan kegiatan ini dengan seksama dan memperhatikan materi film yang peneliti ketengahkan meskipun waktu itu jam istirahat. Tidak ada siswa yang mengalaminya.

(n) Terbentuknya kebiasaan destruktif. Tidak ada siswa yang mengalaminya.

(o) Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan. Pada aspek ini tidak nampak siswa yang terganggu kesehatan mental dalam merespon kegiatan ini.

(p) Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan. Seperti halnya kesehatan mental kesehatan jasmani siswa pun tidak terganggu dalam merespon kegiatan ini.

6) Refleksi

Dari hasil evaluasi baik hasil adversity quotient maupun observasi, adversity quotient mengalami perkembangan cukup signifikan dari siklus I sampai pada siklus II ini. Refleksi yang peneliti lakukan adalah bahwa bimbingan klasikal bentuk ceramah bimbingan dengan ceramah konvensional maupun menggunakan media film

mampu meningkatkan adversity quotient siswa, khususnya dalam hal ini siswa kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang.

C. Pembahasan

Hasil penelitian siklus pertama menunjukkan adanya peningkatan adversity quotient baik dilihat dari hasil adversity response profile maupun hasil observasi. Namun demikian dalam siklus ini perkembangan adversity quotient belum berkembang dengan optimal, hal ini ditandai dengan masih adanya siswa yang masuk kriteria sangat rendah 6,25% dan rendah 46,875%. Adapun dari hasil observasi menunjukkan masih banyak siswa yang mengalami gejala-gejala adversity quotient rendah. Gejala tidak adanya imunisasi pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan adalah gejala yang paling banyak dialami oleh siswa. Pada aspek ini masih terdapat 14 siswa yang mengalaminya.

Dari hasil siklus kedua menunjukkan hasil perkembangan adversity quotient berkembang signifikan ini ditandai dengan tidak adanya siswa yang masuk baik kategori sangat rendah 0% maupun rendah 0%. Keberhasilan pelaksanaan bimbingan klasikal pada siklus kedua, adalah buah dari upaya peneliti yang berusaha membuat variasi metode dan penggunaan media yang sangat memperhatikan aspek pembelajaran dan aspek psikologis.

Mendasarkan pada hasil penelitian dapat diketahui bahwa bimbingan klasikal dapat meningkatkan adversity quotient siswa. Upaya meningkatkan adversity quotient siswa melalui bimbingan klasikal ini dilakukan melalui dua siklus (siklus I dan siklus II), masing-masing menggunakan tahapan-tahapan yang meliputi tahap perencanaan tindakan (plan), tahap tindakan (action), tahap observasi, dan tahap refleksi.

Upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan adversity quotient siswa melalui bimbingan klasikal yaitu :

1. Siswa atau partisipan dalam bimbingan klasikal yang bisa meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang adalah :

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK N 5 Semarang yang mempunyai adversity quotient beragam. Dalam penjarangan siswa dengan adversity response profile didapatkan hasil siswa yang mempunyai adversity quotient sangat rendah adalah 21 siswa, sedangkan siswa yang adversity quotient rendah adalah 9 siswa. Adapun dalam siswa yang mempunyai adversity quotient tinggi adalah 1 siswa dan adversity quotient sangat tinggi adalah 1 siswa diikutkan dalam pelaksanaan kegiatan dengan maksud mempermudah perijinan penelitian dengan pihak sekolah.

2. Pelaksana bimbingan klasikal yang bisa meningkatkan adversity quotient pada penelitian ini adalah :

Berdasarkan materi Bahan Ajar Layanan Bimbingan Klasikal Yang Digunakan Untuk Pendidikan dan Pelatihan Profesi Guru (PLPG) Sertifikasi Guru Dalam Jabatan Rayon 12 Lembaga Pendidikan Profesi Universitas Negeri

Semarang 2007 (2007 : 10) Konselor atau tenaga bimbingan dapat melakukan kegiatan layanan klasikal ini.

3. Teknik bimbingan klasikal yang dapat digunakan untuk meningkatkan adversity quotient siswa adalah

Pelaksanaan bimbingan klasikal bentuk ceramah bimbingan yang dipadukan dengan media bimbingan

4. Penggunaan media bimbingan yang dapat digunakan untuk meningkatkan adversity quotient siswa yaitu :

Dengan media bimbingan film. Asep

(<http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/02/18/media-dan-proses-pembelajaran/>) mengemukakan bahwa media pembelajaran merupakan wahana dari pesan/ informasi yang oleh sumber pesan (guru) ingin diteruskan kepada penerima pesan (siswa), pesan atau bahan ajar yang disampaikan adalah pesan/ materi pembelajaran dengan istilah lain disebut perangkat lunak (software), tujuan yang ingin dicapai adalah terjadinya proses belajar pada diri siswa.

Pengaruh film terhadap perubahan sikap sangat besar. Individu memiliki kecenderungan untuk meniru obyek yang dilihatnya. Dalam penelitian ini peneliti mengetengahkan film tentang hal-hal yang memaparkan

a) perubahan keberhasilan kita dengan mengubah kebiasaan-kebiasaan berpikir kita, perubahan diciptakan dengan pola-pola lama dan membentuk pola baru.

b) respon-respon terhadap kesulitan. c) kemampuan memahami tentang kesulitan serta konsekuensinya dari kesulitan yang dihadapinya. d) kemampuan menelusuri bagaimana kendalinya terhadap kesulitan yang

dihadapinya. e) film yang merangsang seseorang tindak tinggal diam dalam menghadapi kesulitan karena ia akan mengambil tindakan.

Kegiatan pemutaran film ini merupakan suatu media dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini. Pemutaran film dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini mampu merangsang siswa meningkatkan adversity quotientnya, hal ini terbukti dari hasil adversity response profile yang mengalami peningkatan signifikan.

5. Pihak-pihak yang dilibatkan dalam proses bimbingan klasikal yang bisa meningkatkan adversity quotient siswa adalah :

Guru mata pelajaran yang bersedia diambil jam mata pelajaran, Koordinator konselor di sekolah. Mereka dilibatkan dalam proses bimbingan klasikal ini karena birokrasi menghendaki mereka hadir dalam proses bimbingan klasikal.

6. Topic permasalahan yang diketengahkan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal adalah topik-topik yang mempunyai kaitan dengan tujuan bimbingan klasikal pada penelitian adversity quotient itu sendiri. Adapun topik-topik permasalahan itu adalah :

a) Topik pola pikir destruktif. Topik ini diketengahkan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dengan tujuan untuk memberikan pemahaman kepada siswa kelas X TPTL2 SMK N 5 Semarang tentang pola pikir destruktif dalam pandangan adversity quotient serta dampaknya.

b) Topik adversity quotient. Topik ini diketengahkan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dengan tujuan agar siswa dapat menjelaskan pengertian

adversity quotient serta dapat menjelaskan arti pentingnya adversity quotient bagi siswa sendiri.

c) Topik film edukasi dengan judul “orang cacat yang sukses”. Topik ini diketengahkan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dengan tujuan agar siswa dapat merasakan bahwa adversity quotientnya lebih meningkat setelah melihat film.

d) Topik film edukasi dengan judul “INSIGHT 12 SPSS”. Topik ini diketengahkan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dengan tujuan agar siswa dapat merasakan bahwa adversity quotientnya lebih meningkat setelah melihat film.

7. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

Mengetahui pelaksanaan bimbingan klasikal yang efektif untuk meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang. Dalam penelitian ini pelaksanaan bimbingan klasikal efektif untuk meningkatkan adversity quotient siswa. Hal tersebut dari hasil evaluasi baik hasil adversity quotient maupun observasi, adversity quotient mengalami perkembangan cukup signifikan dari siklus I sampai pada siklus II ini. Refleksi yang peneliti lakukan adalah bahwa bimbingan klasikal dengan metode ceramah, maupun menggunakan media film mampu meningkatkan adversity quotient siswa, khususnya dalam hal ini siswa kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang.

D. Kendala Pelaksanaan Penelitian

Proses penelitian yang peneliti lakukan mengalami beberapa kendala. Kendala-kendala yang peneliti alami diusahakan dapat diselesaikan dengan baik. Peneliti mencoba bersabar ketika menghadapi kendala-kendala dalam penelitian dan mengkonsultasikan kepada dosen pembimbing. Akhirnya dengan segala kelebihan dan keterbatasan peneliti dapat menyelesaikan penelitian tindakan ini. Kendala-kendala yang peneliti hadapi diantaranya :

1. Pencarian konsep-konsep teoritis yang mendasari penelitian ini yaitu tentang adversity quotient.

Dalam rangka memantapkan konsep-konsep yang mendasari penelitian ini yaitu tentang adversity quotient, peneliti sempat kesulitan mencari referensi tentang adversity quotient dikarenakan jaranganya buku yang membahas tentang adversity quotient. Peneliti berusaha mencari referensi dari internet untuk memantapkan konsep teoritis tentang adversity quotient, meskipun peneliti telah memiliki buku induk terjemahan tentang adversity quotient, referensi dari internet dalam penelitian ini cukup banyak

2. Mengadaptasi adversity response profile.

Proses mengadaptasi suatu instrument merupakan hal yang asing bagi peneliti waktu itu. Dengan pengetahuan yang minim tentang adaptasi instrument, maka dengan rekomendasi dosen pembimbing dianjurkan bimbingan pada dosen ahli.

3. Jumlah subyek penelitian

Dengan jumlah 32 siswa dalam bimbingan klasikal menurut pemahaman peneliti kurang bisa maksimal dalam melakukan layanan ini. Dinamika kelompok kurang berjalan dengan baik. Meskipun begitu dalam penelitian ini berusaha meminimalisir keadaan di atas, hal ini terlihat dari mengkondisikan siswa pada tempat yang luas, dan menata tempat duduk siswa agar lancar kegiatannya. Dan menjaga hubungan baik di dalam maupun di luar kegiatan penelitian ini.

4. Waktu penelitian

Terdapat kendala waktu dikarenakan jam bimbingan dan konseling di SMK N 5 hanya 1 jam saja dan waktu itu menjelang ujian semesteran. Untuk mengatasi hal tersebut dari hasil koordinasi dengan pihak sekolah, meminta jam pelajaran yang sekiranya bisa diambil. Dalam penelitian ini terdapat guru yang bersedia diminta jam pelajarannya yaitu jam pelajaran praktek instalasi listrik. Adapun kendala waktu ujian semesteran, dalam siklus I penelitian diadakan waktu menjelang ujian semesteran dilanjutkan siklus II pada semesteran baru. Jadi rentang waktu antara siklus I dan siklus II adalah satu bulan. Meskipun demikian, rentang satu bulan tersebut digunakan untuk mempersiapkan lebih matang siklus II.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Melalui penelitian tindakan yang melibatkan siswa kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang sebagai partisipan, yang dilakukan dalam dua siklus diperoleh simpulan sebagai berikut : 1) siswa atau partisipan dalam bimbingan klasikal yang bisa meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang siswa kelas X SMK N 5 Semarang yang mempunyai adversity quotient yang beragam. Penjarangan siswa dengan menggunakan adversity response profile. 2) Teknik bimbingan klasikal yang dapat digunakan untuk meningkatkan adversity quotient siswa yaitu bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan dan dengan menggunakan media bimbingan. Dalam penelitian ini kolaborasi kedua teknik ini efektif dalam meningkatkan adversity quotient siswa kelas X SMK N 5 Semarang. 3) Penggunaan media bimbingan yang dapat digunakan untuk meningkatkan adversity quotient siswa yaitu dengan media bimbingan film. Pengaruh film terhadap perubahan sikap sangat besar. Individu memiliki kecenderungan untuk meniru obyek yang dilihatnya. Dalam penelitian ini peneliti mengetengahkan film tentang hal-hal yang memaparkan: perubahan keberhasilan kita dengan mengubah kebiasaan-kebiasaan berpikir kita, perubahan diciptakan dengan pola-pola lama dan membentuk pola baru, respon-respon terhadap kesulitan, kemampuan memahami tentang kesulitan serta konsekuensinya dari

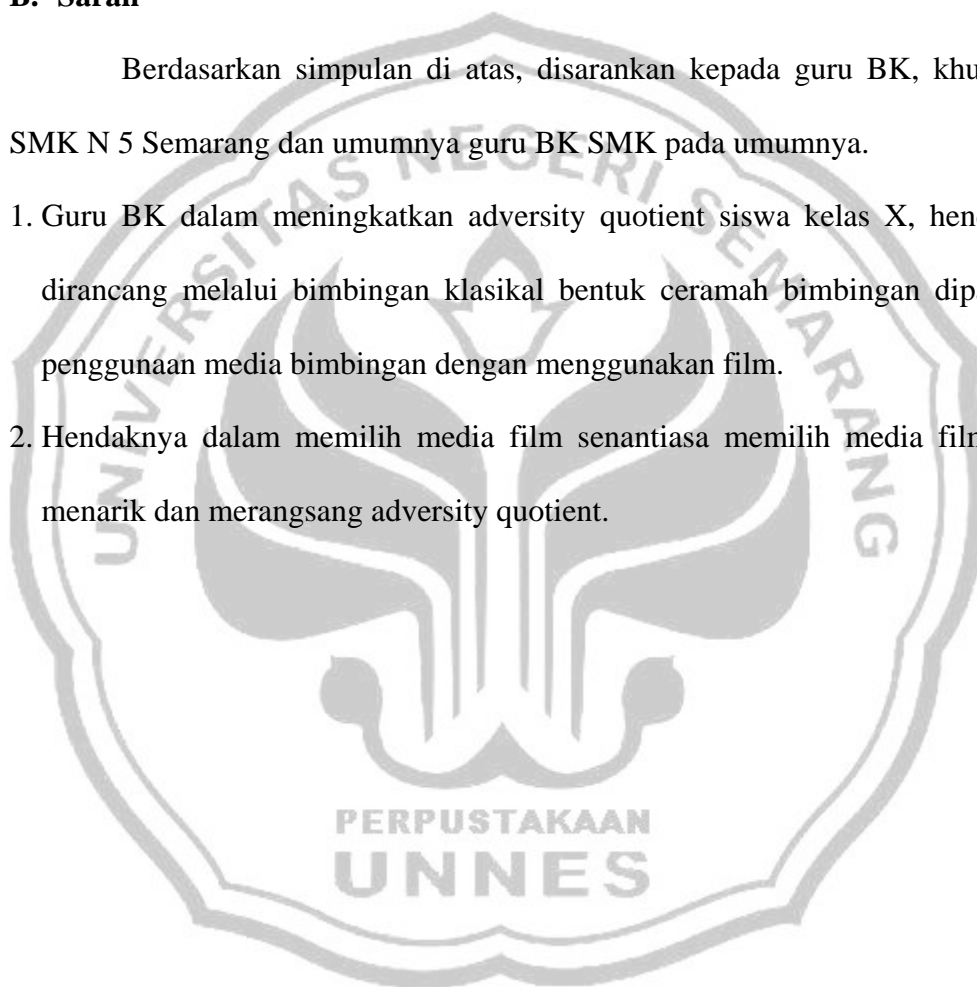
kesulitan yang dihadapinya, kemampuan menelusuri bagaimana kendalanya terhadap kesulitan yang dihadapinya, film yang merangsang seseorang tidak tinggal diam dalam menghadapi kesulitan karena ia akan mengambil tindakan. 4) Pihak-pihak yang dilibatkan dalam proses bimbingan klasikal yang bisa meningkatkan adversity quotient siswa adalah konselor sekolah selaku yang diberi kewewenangan penuh oleh pihak sekolah dilibatkan hanya meliputi pengawasan jalannya proses penelitian dan guru mata pelajaran yang diambil jam pelajarannya untuk penelitian ini. Adapun dosen pembimbing dilibatkan hanya meliputi pembimbingan dalam bimbingan klasikal. 5) Topic permasalahan yang diketengahkan dalam pelaksanaan bimbingan klasikal adalah topik-topik yang mempunyai kaitan dengan tujuan bimbingan klasikal pada penelitian adversity quotient itu sendiri. Adapun topik-topik permasalahan itu adalah topik pola pikir destruktif, topik adversity quotient, topik film edukasi dengan judul “orang cacat yang sukses”, topik film edukasi dengan judul “INSIGHT 12 SPS. 6) Dalam penelitian ini pelaksanaan bimbingan klasikal efektif untuk meningkatkan adversity quotient siswa. Hal tersebut dari hasil evaluasi baik hasil adversity quotient maupun observasi, adversity quotient mengalami perkembangan cukup signifikan dari siklus I sampai pada siklus II ini. Bimbingan klasikal tugas dengan pengembangan dinamika kelompok dan teknik permainan kelompok maupun menggunakan media film mampu meningkatkan adversity quotient siswa, khususnya dalam hal ini siswa kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang. 7) Pelaksana bimbingan klasikal yang bisa meningkatkan adversity quotient pada penelitian ini adalah peneliti sendiri melakukan bimbingan klasikal yang bisa meningkatkan

adversity quotient siswa pada penelitian ini. Dalam pemberian bimbingan klasikal ini disamping memerlukan keahlian dalam melaksanakan kelompok juga dibutuhkan pengetahuan pemimpin kelompok tentang materi yang diketengahkan.

B. Saran

Berdasarkan simpulan di atas, disarankan kepada guru BK, khususnya SMK N 5 Semarang dan umumnya guru BK SMK pada umumnya.

1. Guru BK dalam meningkatkan adversity quotient siswa kelas X, hendaknya dirancang melalui bimbingan klasikal bentuk ceramah bimbingan dipadukan penggunaan media bimbingan dengan menggunakan film.
2. Hendaknya dalam memilih media film senantiasa memilih media film yang menarik dan merangsang adversity quotient.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1997. *Prosedur Penelitian Suatu Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Aqib, Zaenal. 2007. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Yrama Widya.
- Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Deroktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Normalisasi Kehidupan Kampus. 1983. *Materi dasar pendidikan program pendidikan dan konseling di perguruan tinggi*.
- Direktorat Jendral Peningkatan Mutu Pendidikan Dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional .2007. *Rambu-Rambu Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling Dalam Jalur Pendidikan Formal*
- [Http://Akhmadsudrajat.Wordpress.com./2008/02/18/media-dan-proses-pembelajaran](http://Akhmadsudrajat.Wordpress.com./2008/02/18/media-dan-proses-pembelajaran).
- [Http://Group.Yahoo.com/Group/manajemen/message/3010](http://Group.Yahoo.com/Group/manajemen/message/3010)
- [Http://Karyaboy.Blogspot.com/2007_12_01Archive.html](http://Karyaboy.Blogspot.com/2007_12_01Archive.html).
- [Http://Smartoperation.Tripot.com/Index3.html](http://Smartoperation.Tripot.com/Index3.html).
- [Http://72.14.235.104/Search?Q=Cache:Dpftdy9d5kaj:Pusdiklatdepdiknas.Net/Dm documents/Akselerasihartati.Pdf+Kiatkiat+Peningkatan+Adversity+Quotient&Hl=Id&Ct=Clnk&Cd=1&Gl=Id&Client=Firefox-A](http://72.14.235.104/Search?Q=Cache:Dpftdy9d5kaj:Pusdiklatdepdiknas.Net/Dm documents/Akselerasihartati.Pdf+Kiatkiat+Peningkatan+Adversity+Quotient&Hl=Id&Ct=Clnk&Cd=1&Gl=Id&Client=Firefox-A)
- [Http://Www.Tabloid-Nakita.Com/Khasanah/Khasanah09441-01.Htm](http://Www.Tabloid-Nakita.Com/Khasanah/Khasanah09441-01.Htm)
- Panitia Sertifikasi Guru Rayon 12 Lembaga Pengembangan Pendidikan Profesi Universitas Negeri Semarang. 2007. *Bahan Ajar Pelaksanaan bimbingan klasikal*.
- Prayitno. 1999. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Renika Cipta.
- Stoltz, Paul G. 2005. *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Translated by Hermaya. 2005. Jakarta: PT. Gramedia.
- Sugiono. 2005. *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.

- Suparman, Atwi. 1997. *Desain Intruksional*. Jakarta : DIRJEN DIKTI
- Suparno, Paul. 2008. *Riset Tindakan Untuk Pendidik (Action Research)*. Jakarta: Grasindo.
- Madya, Suwarsih. 1994. *Panduan Penelitian Tindakan*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian IKIP Yogyakarta.
- Walgito, Bimo. 2005. *Bimbingan Dan Konseling.(Studi & Karrir)*. Jogjakarta: Andi Offset.
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT. UNNES Press.





PEMERINTAH KOTA SEMARANG

DINAS PENDIDIKAN

SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 5 SEMARANG

Jalan Dr.Cipto 121 ☎ (024) 8416335 – 8447476 Semarang ✉ 50124

DAFTAR NAMA SISWA TAHUN PELAJARAN 2008-2009

KELAS : I TPTL 2

WALI KELAS : ADHISTY WISUDANINGTYAS, S.Pd.

No.	Induk	Nama	Keterangan
1.	0812846	ACHMAD ALI SADIQIN	
2.	0812847	ACHMAD ZAZULI	
3.	0812848	AGUNG DWI HARTANTO	
4.	0812849	AGUS SUPARDI	
5.	0812850	AHMAD WAHYUDI	
6.	0812851	ANDY SAPUTRA	
7.	0812852	ARDIAN KUKUH S.	
8.	0812853	ARFAN AFRIANTO	
9.	0812854	DANANG JAYA	
10.	0812855	DEDI ISKANDAR	
11.	0812856	DIDIK HARTANTO	
12.	0812857	DIDIN SETIYADI	
13.	0812858	DIMAS SAPTO N	
14.	0812859	DWI ITONI S.	
15.	0812860	IIP PRASETYO	
16.	0812861	IKHWAN ALKINDY	
17.	0812862	IRWAN AGIL D.	Pindahan
18.	0812863	ISMAIL NUR S	
19.	0812864	KIKI AFGIANSYAH	
20.	0812865	MOCH. GUFRON	
21.	0812866	MOFID ARDIANTO	
22.	0812867	MOHAMMAD AGUS S.	
23.	0812868	MUCHAMAT WISNU W	Pindahan
24.	0812869	MUHAMMAD ARIF S	
25.	0812870	RASYID YOGI A.	
26.	0812871	RICKY S.	
27.	0812872	RODZI MIANTORO	
28.	0812873	SEPTIAN JAKA P	
29.	0812874	SUGENG P	
30.	0812875	TEGUH F	
31.	0812876	TRI UTOMO	
32.	0812877	TRIAN TO YAHYA	
33.	0812878	TRIYAN CHANDRA	Keluar
34.	0812879	WAHYU A	
35.	0812880	ZUNDI S	
36.	0812881	ERVAN AMBON P	Keluar



**PEDOMAN WAWANCARA DENGAN SISWA KELAS X TPTL 2 SMK N 5
TAHUN AJARAN 2008/2009 SEMARANG**

1. Judul penelitian :

Upaya Meningkatkan Adversity Qoutient Melalui Pelaksanaan Bimbingan Klasikal (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009).

2. Tujuan :

Menggali dan merumuskan penyebab utama adversity quotient siswa kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang menjadi beragam.

3. Tempat pelaksanaan :

4. Hari/tanggal :

5. Wawancara ke :

6. Pelaksana wawancara :

7. Yang diwawancarai :

Berikut ini adalah daftar pertanyaan untuk menggali dan merumuskan penyebab utama adversity quotient siswa kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang menjadi beragam.

1. Apakah saudara mengalami kesulitan atau hambatan dalam kehidupan anda ? apakah kesulitan tersebut? Mengapa kesulitan tersebut bisa anda alami?

Jawab:.....
.....

2. Apakah respons anda ketika dihadapkan pada kesulitan tersebut, anda langsung berpikiran menyerah dan tidak bereaksi apapun atau pasrah saja? Mengapa?

Jawab:.....
.....

3. Apa saja yang anda lakukan untuk mengatasi kesulitan tersebut ?

Jawab:.....
.....

4. Apakah anda beranggapan bahwa apa yang anda lakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat ?

Jawab:.....
.....

5. Apakah anda mempunyai pola pikir bahwa ketika dihadapkan pada kesulitan anda tersebut, respons anda sudah terbentuk untuk tidak berdaya menghadapi kesulitan anda tersebut ?

Jawab:.....
.....

6. Apakah ketika dihadapkan pada kesulitan tersebut lingkungan sekitar anda membantu anda mengatasi kesulitan yang anda alami ?

Jawab:.....
.....

7. Bagaimana anda merespon kesulitan? Jelaskan ? Apakah kesulitan yang anda alami sebagai suatu yang bersifat permanent, bersifat pribadi dan meluas?

Jawab:.....
.....

8. Bagaimana anda merespon kesulitan? Jelaskan ? Apakah kesulitan yang anda alami, respons anda pandang pesimis ?

Jawab:.....
.....

9. Apakah ketika dihadapkan pada kesulitan tersebut, pola pikir anda merespon kesulitan tersebut cenderung terlalu menderita dan tahan lama anda alami ?

Jawab:.....
.....

10. Apakah ketika dihadapkan pada kesulitan tersebut, pola pikir anda merespon kesulitan mempunyai komitmen apapun yang terjadi anda akan berusaha mengatasi kesulitan tersebut ?

Jawab:.....
.....

11. Apakah ketika dihadapkan pada kesulitan tersebut, pola pikir anda merespon kesulitan tersebut adalah suatu tantangan yang harus dihadapi ?

Jawab:.....
.....

12. Apakah ketika dihadapkan pada kesulitan tersebut, anda mempunyai rencana-rencana untuk menghadapi kesulitan tersebut ?

Jawab:.....
.....

13. Apakah ketika dihadapkan pada kesulitan tersebut, anda mampu memanfaatkan peluang ?

Jawab:.....
.....

14. Apakah ketika dihadapkan pada kesulitan tersebut, anda mempunyai keyakinan menguasai diri untuk menghadapi kesulitan ?

Jawab:.....
.....

15. Apakah perilaku merespons kesulitan secara destruktif sudah menjadi kebiasaan bagi anda dalam menghadapi kesulitan ?

Jawab:.....
.....

16. Apakah ketika anda mengalami kesulitan tersebut berpengaruh pada kesehatan mental anda?

Jawab:.....
.....

17. Apakah ketika anda mengalami kesulitan tersebut berpengaruh pada kesehatan jasmani anda?

Jawab:.....
.....



HASIL WAWANCARA DENGAN SISWA KELAS X TPTL 2 SMK N 5 TAHUN AJARAN 2008/2009 SEMARANG

1. Judul penelitian :

Upaya Meningkatkan Adversity Qoutient Melalui Pelaksanaan Bimbingan Klasikal (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009).

2. Tujuan :

Menggali dan merumuskan penyebab utama adversity quotient siswa kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang menjadi beragam.

3. Tempat Pelaksanaan :

Di SMK N 5 Semarang

4. Hari/tanggal :

Kamis&Jumat/21&22 Agustus 2008

5. Wawancara ke :

Pertama

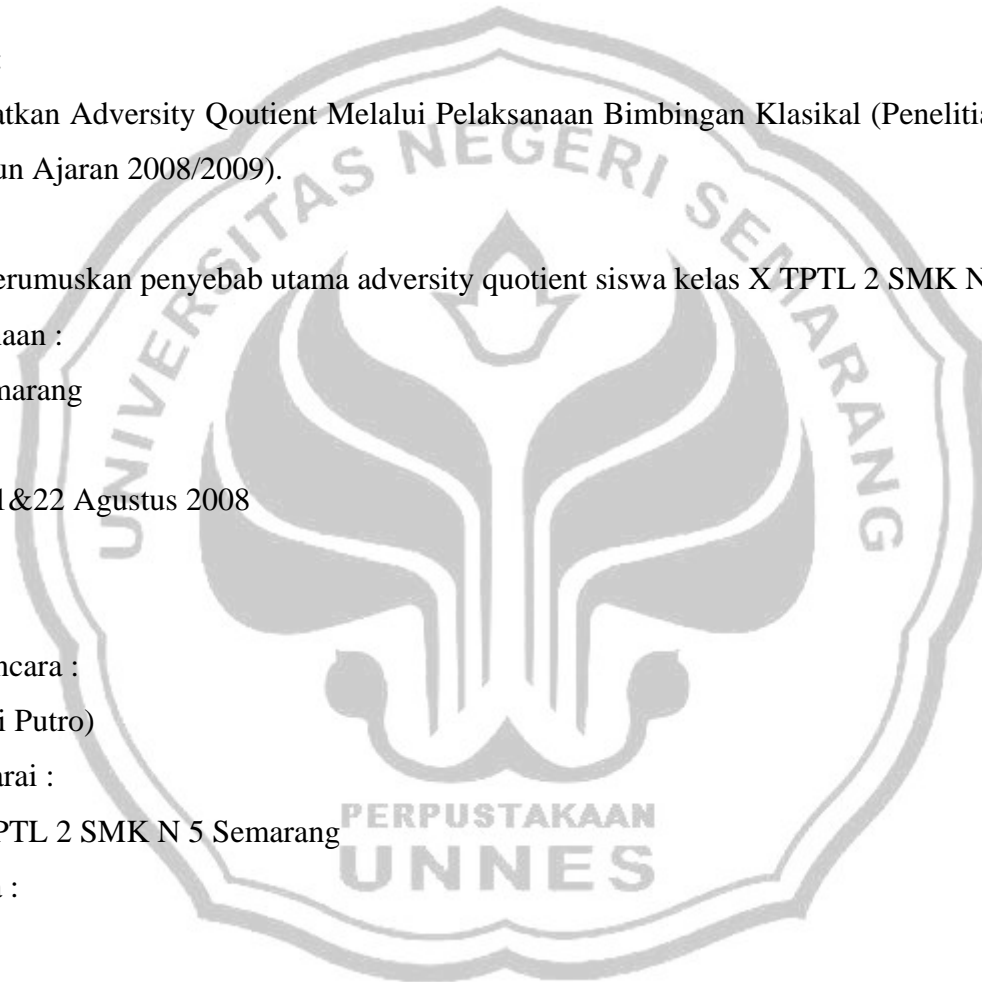
6. Pelaksana wawancara :

Peneliti (Eko Adi Putro)

7. Yang diwawancarai :

Siswa kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang

8. Hasil wawancara :



Deskripsi Wawancara ke I

Dari hasil wawancara dengan 10 siswa kelas X TPTL2 (X6, X15, X21, X26, X28, X29, X30, X31, X32, X34) didapatkan penyebab rendah atau sangat rendah adversity quotient siswa dari SMK N 5 Semarang sebagai berikut : (a) Siswa mengalami kesulitan atau hambatan, adapun kesulitan itu adalah : 50% atau 5 siswa dari 10 siswa yang diwawancarai (X21, X6, X15, X30, X32) menjawab malas, 30% atau 3 siswa (X34, X26, X31) menjawab kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sekolah, 20% atau 2 siswa (X28, X29) menjawab kesulitan mentaati peraturan sekolah; (b) Ketika dihadapkan pada kesulitan dari 10 siswa, 5 siswa atau 50% (X6, X21, X30, X31, X32) langsung berpikiran menyerah tidak bereaksi apapun (pasrah) dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat serta pesimistis, 5 siswa lainnya atau 50% (X10, X26, X28, X29, X34) merespons kesulitan tersebut dengan berpikiran untuk terus berusaha mengatasinya dan optimis; (c) 7 siswa atau 70% (X21, X6, X15, X30, X32, X26, X28) terbentuk pola pikir untuk tidak berdaya menghadapi kesulitan; (d) 60% atau 6 siswa adanya bantuan dari lingkungan sekitar dalam mengatasi masalah tersebut (X29, X21, X6, X15, X30, X32); (e) 8 siswa atau 80% (X6, X28, X15, X29, X34, X21, X30, X32) kesulitan yang mereka alami bersifat permanet dan pribadi; (f) 6 siswa atau 60% (X32, X15, X6, X34, X26, X29) menjawab bahwa kesulitan tersebut mengganggu kesehatan mental mereka, 1 siswa atau 10% (X31) mengganggu kesehatan jasmani, dan 3 siswa atau 30% (X30, X21, X26) tidak mengganggu kedua-duanya baik kesehatan mental maupun jasmani; (g) 60% atau 6 siswa (X29, X21, X6, X15, X30, X32) tidak tahan banting menghadapi kesulitan; (h) 7 siswa atau 70% X21, X6, X15, X30, X32, X26, X28) kurang ulet dalam merespons kesulitan; (i) 8 siswa atau 80% (X26, X28, X15, X29, X34, X21, X30, X31) tidak mampu menguasai diri ketika dihadapkan pada kesulitan; (j) 7 siswa atau 70% (X26, X28, X21, X6, X15, X30, X32) terbentuk pola-pola destruktif serta telah menjadi suatu kebiasaan bagi mereka.

TABEL HASIL WAWANCARA

Item wawancara		Jumlah		Sebelum memasuki siklus dan tindakan	
		Yang diwawancarai		10	
		Penjawab	%		
Kesulitan atau hambatan siswa :	Malas			5	50%
	Sulit beradaptasi			3	30%
	Kesulitan mentaati peraturan sekolah			2	20%
Ketika dihadapkan pada kesulitan	Langsung berpikiran menyerah tidak bereaksi apapun (pasrah) dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat serta pes			5	50%
	Merespons kesulitan tersebut dengan berpikiran untuk terus berusaha mengatasinya dan optimis			5	50%
Terbentuk pola pikir untuk tidak berdaya menghadapi kesulitan				7	70%
Adanya bantuan dari lingkungan sekitar dalam mengatasi masalah tersebut				6	60%
Kesulitan yang mereka alami bersifat permanet dan pribadi				8	80%
Kesulitan yang mereka alami berakibat pada	Terganggunya kesehatan jasamani			1	10%
	Terganggunya kesehatan mental			6	60%
	Tidak terganggu sama sekali			3	30%
Tidak tahan banting menghadapi kesulitan				6	60%
Kurang ulet dalam merespons kesulitan				7	70%
Tidak mampu menguasai diri ketika dihadapkan pada kesulitan				8	80%
Terbentuk pola-pola destruktif serta telah menjadi suatu kebiasaan bagi mereka.				7	70%

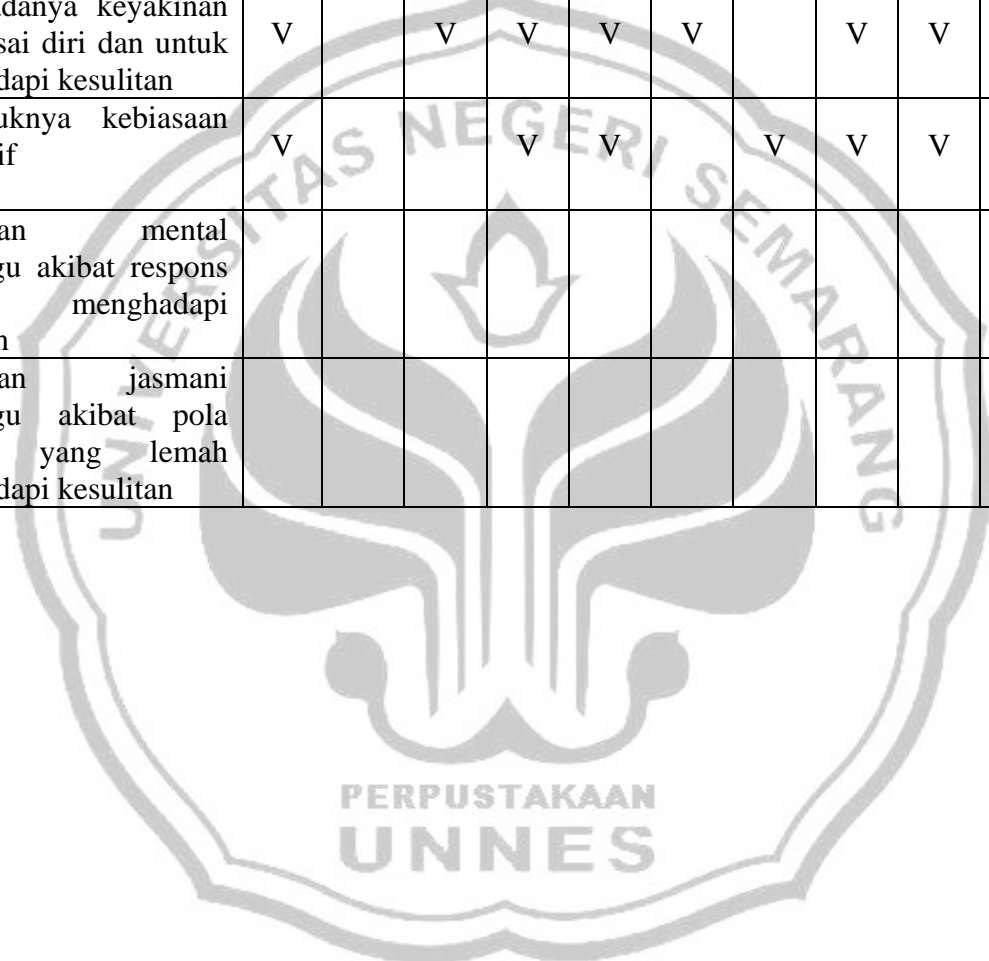
HASIL OBSERVASI PROSES PELAKSANAAN BIMBINGAN KLASIKAL DALAM MENINGKATKAN ADVERSITY QUOTIENT

1. Judul penelitian :
Upaya Meningkatkan Adversity Qoutient Melalui Pelaksanaan Bimbingan Klasikal (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009).
2. Tujuan :
Untuk mengetahui adversity quotient siswa melalui pengamatan langsung disertai pencatatan.
3. Tempat pelaksanaan : Ruang Praktek (bengkel) Teknik Instalasi Listrik SMK N 5 Semarang
4. Hari/tanggal : Kamis/20 November 2008
5. Observasi ke : Pertama
6. Observer : Eko Adi Putro
7. Observee : Siswa Kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009 R-30, R-32, R-29, R-1, R-4, R-6, R-25, R-9, R-17, R-14, R-20, R-27, R-8, R-26, R-23, R-21, R-28, R-18, R-12, R-15, R-3, R-7, R-13, R-2, R-11, R-35, R-5, R-31, R-16, R-34

No	Indikator	Descriptor	Nama Anggota Pelaksanaan Bimbingan Klasikal															
			R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R11	R12	R13	R14	R15	R16	
1.	Ketidakberdayaan yang dipelajari	Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan	V			V	V	V	V	V			V		V	V	V	
		Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan	V			V		V	V	V			V		V	V	V	
		Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat.	V			V		V	V	V			V		V	V	V	V
		Tidak adanya imunisasi pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan	V			V	V	V	V	V	V			V	V	V	V	V
		Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar	V						V	V	V					V	V	V

2.	Teori atribusi	Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen.	V	V	V	V			V	V	V	V	V	V	V	V	V	
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis.										V				V		
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas	V	V	V	V			V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
4	Tahan banting	Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderita dan tahan lama		V		V		V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	
		Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan		V		V		V	V	V	V	V			V	V	V	
5	Keuletan	Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V			V	V	V	
		Tidak mampu memanfaatkan peluang	V	V		V	V			V	V			V		V	V	

6	Efektivitas diri	Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan	V		V	V	V	V		V	V	V		V		V	V
7	Kebiasaan	Terbentuknya kebiasaan destruktif	V		V	V		V	V	V				V	V	V	
8	Ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda	Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan															
		Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan															



No	Indikator	Descriptor	Nama Anggota Pelaksanaan Bimbingan Klasikal															Σ		
			R 18	R 19	R 21	R 22	R 24	R 25	R 26	R 27	R 28	R 29	R 30	R 31	R 32	R 34	R 35	N	%	
1.	Ketidakberdayaan yang dipelajari	Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan	V		V	V		V		V	V				V	V		18	60%	
		Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan	V		V	V		V		V	V				V	V		17	57%	
		Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat.	V		V	V		V		V	V						V		16	53%
		Tidak adanya imunisasi pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan	V		V	V		V		V	V				V	V		20	67%	
		Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar	V					V		V	V				V	V		13	43%	

2.	Teori atribusi	Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen.	V		V	V	V	V	V			V	V	V	V	V	V	25	83%	
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis.			V		V						V	V	V	V	V		9	30%
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas	V		V	V	V	V	V			V		V	V	V	V		24	80%
4	Tahan banting	Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderita dan tahan lama	V	V	V	V			V		V	V	V	V	V			22	73%	
		Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan	V	V	V	V			V		V	V	V	V	V				21	70%
5	Keuletan	Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana	V		V	V	V	V		V	V	V	V	V	V	V		27	90%	
		Tidak mampu memanfaatkan peluang.	V		V	V	V	V		V		V	V	V	V	V		21	70%	

6	Efektivitas diri	Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V			V	24	80%
7	Kebiasaan	Terbentuknya kebiasaan destruktif	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V		V				20	67%
8	Ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda	Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan																0	0%	
		Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan																	0	0%



HASIL OBSERVASI PROSES PELAKSANAAN BIMBINGAN KLASIKAL DALAM MENINGKATKAN ADVERSITY

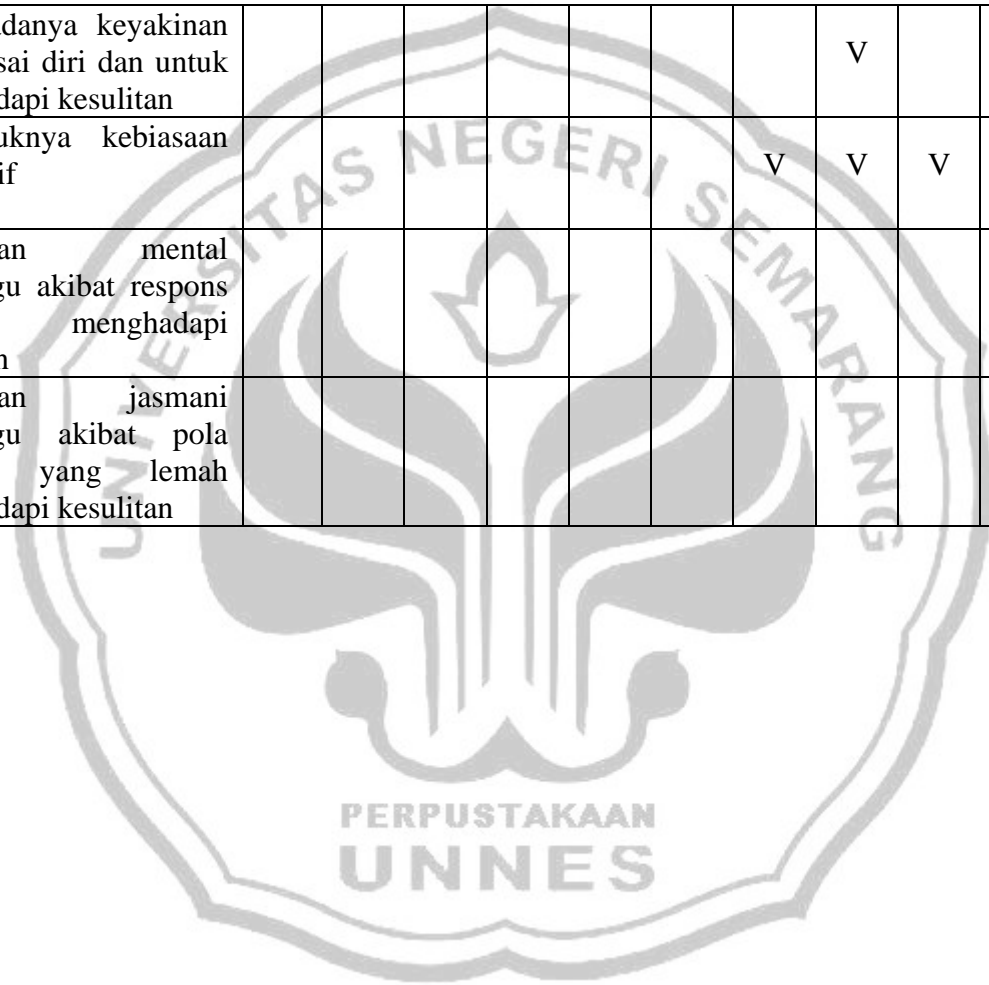
QUOTIENT

1. Judul penelitian :
Upaya Meningkatkan Adversity Qoutient Melalui Pelaksanaan Bimbingan Klasikal (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009).
2. Tujuan :
Untuk mengetahui adversity quotient siswa melalui pengamatan langsung disertai pencatatan.
3. Tempat pelaksanaan : Ruang kelas R.18 SMK N 5 Semarang
4. Hari/tanggal : Kamis/27 November 2008
5. Observasi ke : Kedua
6. Observer : Eko Adi Putro
7. Observee : Siswa Kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009 R-30, R-32, R-29, R-1, R-4, R-6, R-25, R-9, R-17, R-14, R-20, R-27, R-8, R-26, R-23, R-21, R-28, R-18, R-12, R-15, R-3, R-7, R-13, R-2, R-11, R-35, R-5, R-31, R-16, R-34

No	Indikator	Descriptor	Nama Anggota Pelaksanaan Bimbingan Klasikal														
			R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R11	R12	R13	R14	R15	R16
1.	Ketidakberdayaan yang dipelajari	Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan	V					V		V	V	V					
		Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan	V					V		V	V	V					
		Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat.	V					V		V	V	V					
		Tidak adanya imunitas pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan	V					V		V	V	V		V			
		Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar	V					V			V	V					

2.	Teori atribusi	Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen.	V	V										V		V	
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis.						V	V	V					V		
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas	V	V				V	V	V			V	V	V	V	V
4	Tahan banting	Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderita dan tahan lama	V	V				V					V	V		V	
		Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan	V	V				V									V
5	Keuletan	Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana						V				V			V	V	
		Tidak mampu memanfaatkan peluang												V		V	

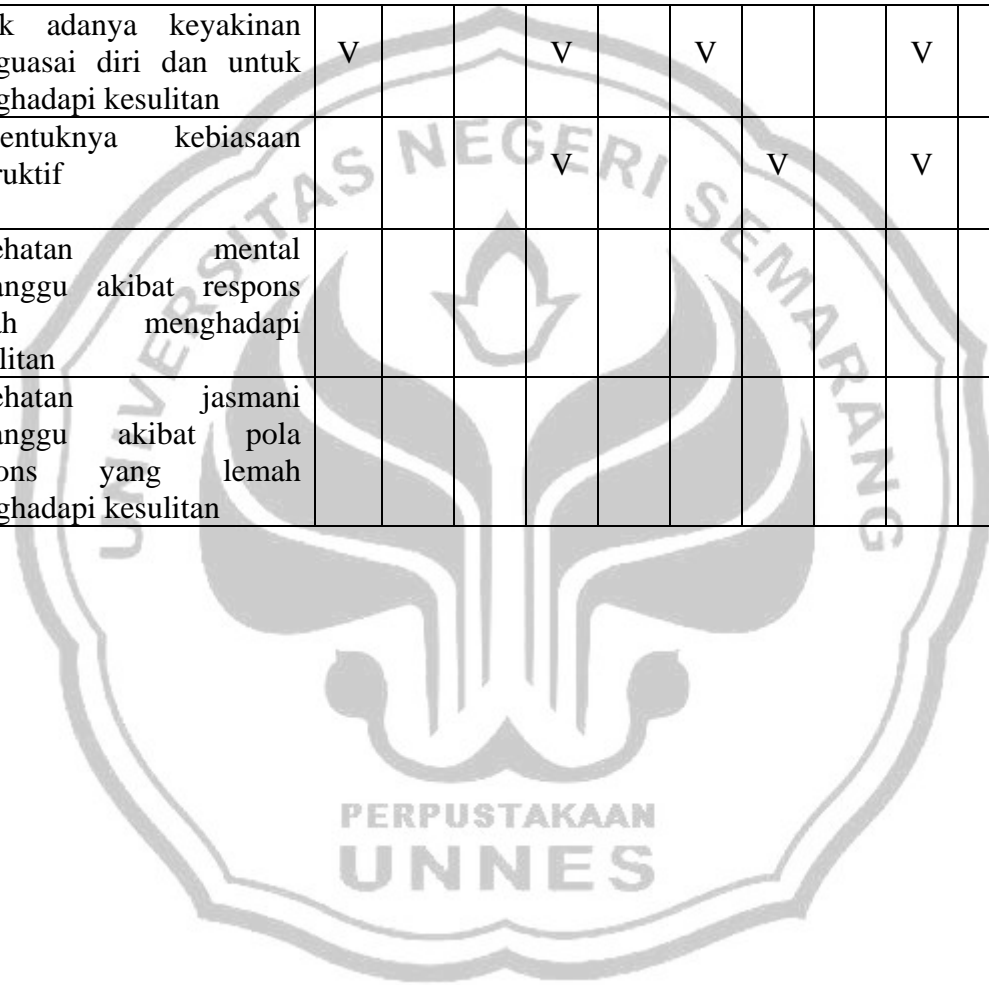
6	Efektivitas diri	Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan								V		V		V			V
7	Kebiasaan	Terbentuknya kebiasaan destruktif								V	V	V	V			V	V
8	Ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda	Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan															
		Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan															



No	Indikator	Descriptor	Nama Anggota Pelaksanaan Bimbingan Klasikal														Σ		
			R 18	R 19	R 21	R 22	R 24	R 25	R 26	R 27	R 28	R 29	R 30	R 31	R 32	R 34	R 35	N	%
1.	Ketidakberdayaan yang dipelajari	Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan				V				V	V	V	V		V	V		12	40%
		Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan				V				V	V		V		V	V		11	37%
		Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat.				V				V	V		V		V	V		11	37%
		Tidak adanya imunisasi pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan				V		V		V	V	V	V		V	V		14	47%
		Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar				V				V	V	V	V					9	30%

2.	Teori atribusi	Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen.	V			V	V				V			V	V	V	10	33%	
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis.				V				V	V							7	23%
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas	V						V	V								10	33%
4	Tahan banting	Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderita dan tahan lama			V		V	V			V	V		V			13	43%	
		Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan						V						V			7	23%	
5	Keuletan	Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana	V	V		V	V							V			9	30%	
		Tidak mampu memanfaatkan peluang.	V					V	V		V				V		8	27%	

6	Efektivitas diri	Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan	V		V		V			V			V				9	30%
7	Kebiasaan	Terbentuknya kebiasaan destruktif			V		V			V							9	30%
8	Ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda	Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan															0	%
		Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan															0	0%



HASIL OBSERVASI PROSES PELAKSANAAN BIMBINGAN KLASIKAL DALAM MENINGKATKAN ADVERSITY

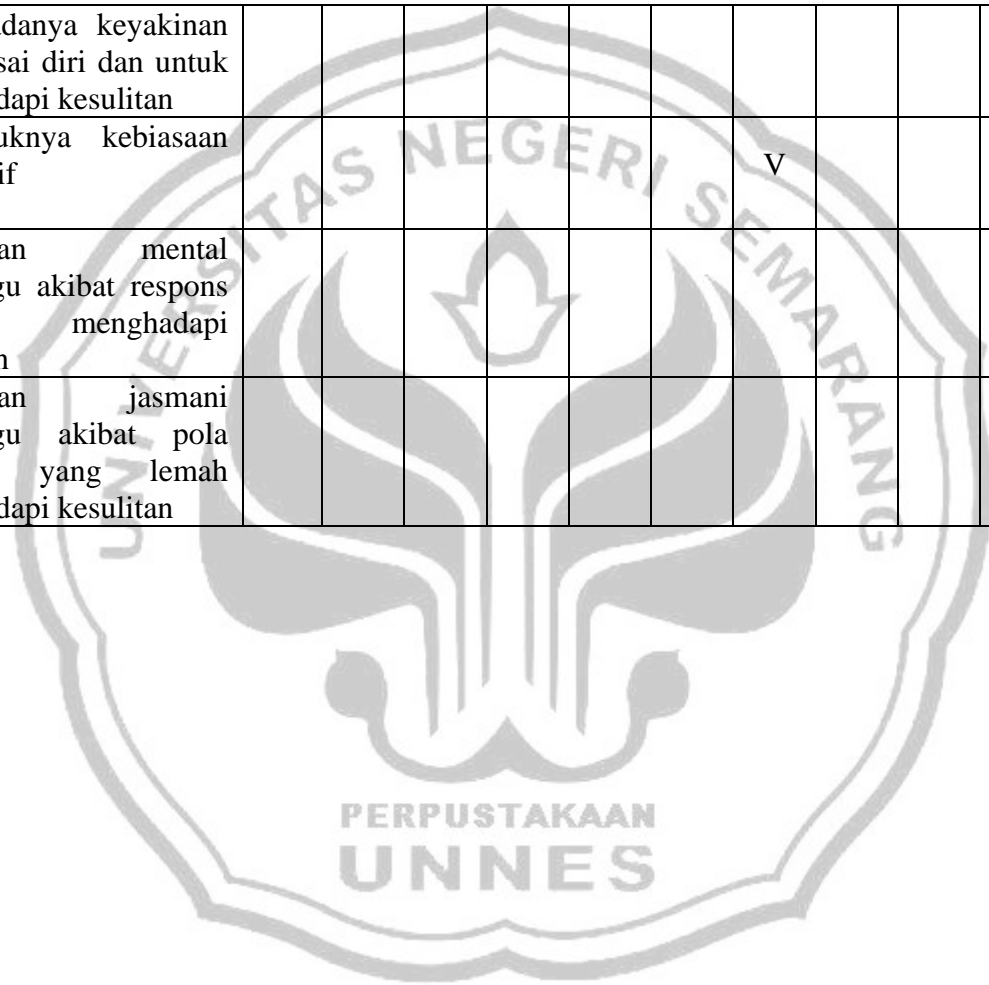
QUOTIENT

1. Judul penelitian :
Upaya Meningkatkan Adversity Qoutient Melalui Pelaksanaan Bimbingan Klasikal (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009).
2. Tujuan :
Untuk mengetahui adversity quotient siswa melalui pengamatan langsung disertai pencatatan.
3. Tempat pelaksanaan : Ruang kelas Aula SMK N 5 Semarang
4. Hari/tanggal : Kamis/8 Januari 2009
5. Observasi ke : Ketiga
6. Observer : Eko Adi Putro
7. Observee : Siswa Kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009 R-30, R-32, R-29, R-1, R-4, R-6, R-25, R-9, R-17, R-14, R-20, R-27, R-8, R-26, R-23, R-21, R-28, R-18, R-12, R-15, R-3, R-7, R-13, R-2, R-11, R-35, R-5, R-31, R-16, R-34

No	Indikator	Descriptor	Nama Anggota Pelaksanaan Bimbingan Klasikal															
			R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R11	R12	R13	R14	R15	R16	
1.	Ketidakberdayaan yang dipelajari	Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan	V															
		Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan																
		Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat.	V							V								
		Tidak adanya imunitas pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan	V						V			V		V				
		Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar						V		V								

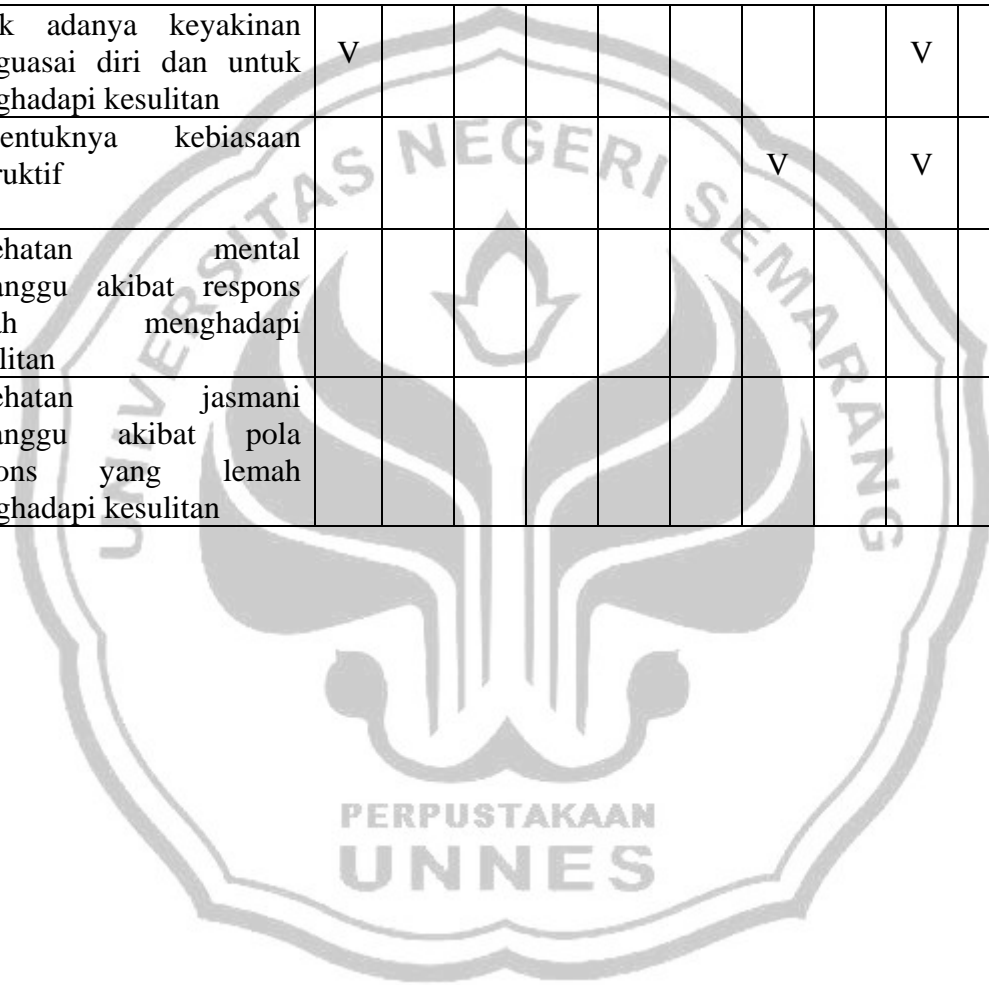
2.	Teori atribusi	Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen.														V		V	
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis.							V								V		
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas							V					V				V	
4	Tahan banting	Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderita dan tahan lama							V								V		
		Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan																V	
5	Keuletan	Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana																V	
		Tidak mampu memanfaatkan peluang																V	

6	Efektivitas diri	Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan										V					
7	Kebiasaan	Terbentuknya kebiasaan destruktif							V						V		V
8	Ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda	Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan															
		Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan															



2.	Teori atribusi	Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen.	V															5	17%	
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis.							V	V									4	13%
		Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas	V								V								5	17%
4	Tahan banting	Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderita dan tahan lama									V	V						6	20%	
		Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan												V					3	10%
5	Keuletan	Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana	V															3	10%	
		Tidak mampu memanfaatkan peluang.																V	3	10%

6	Efektivitas diri	Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan	V							V			V				4	13%
7	Kebiasaan	Terbentuknya kebiasaan destruktif						V		V							5	17%
8	Ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda	Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan															0	%
		Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan															0	0%

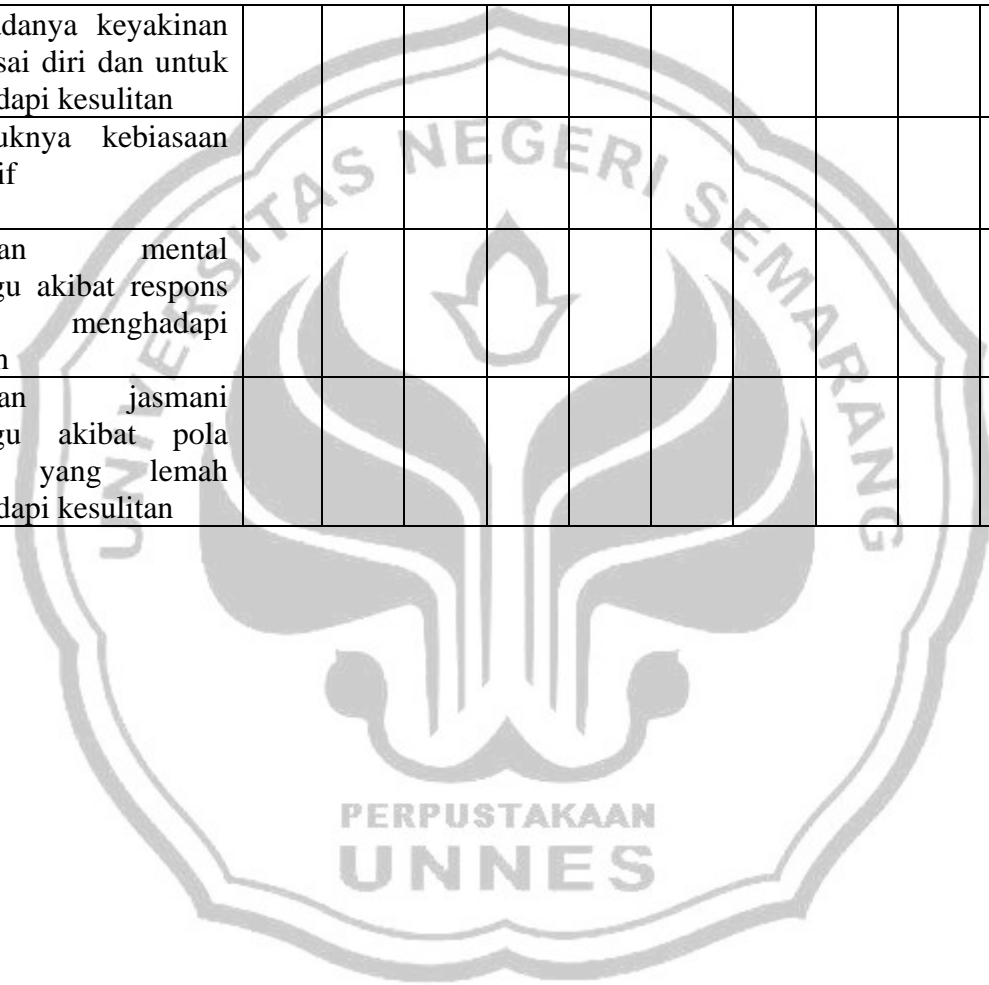


HASIL OBSERVASI PROSES PELAKSANAAN BIMBINGAN KLASIKAL DALAM MENINGKATKAN ADVERSITY

QUOTIENT

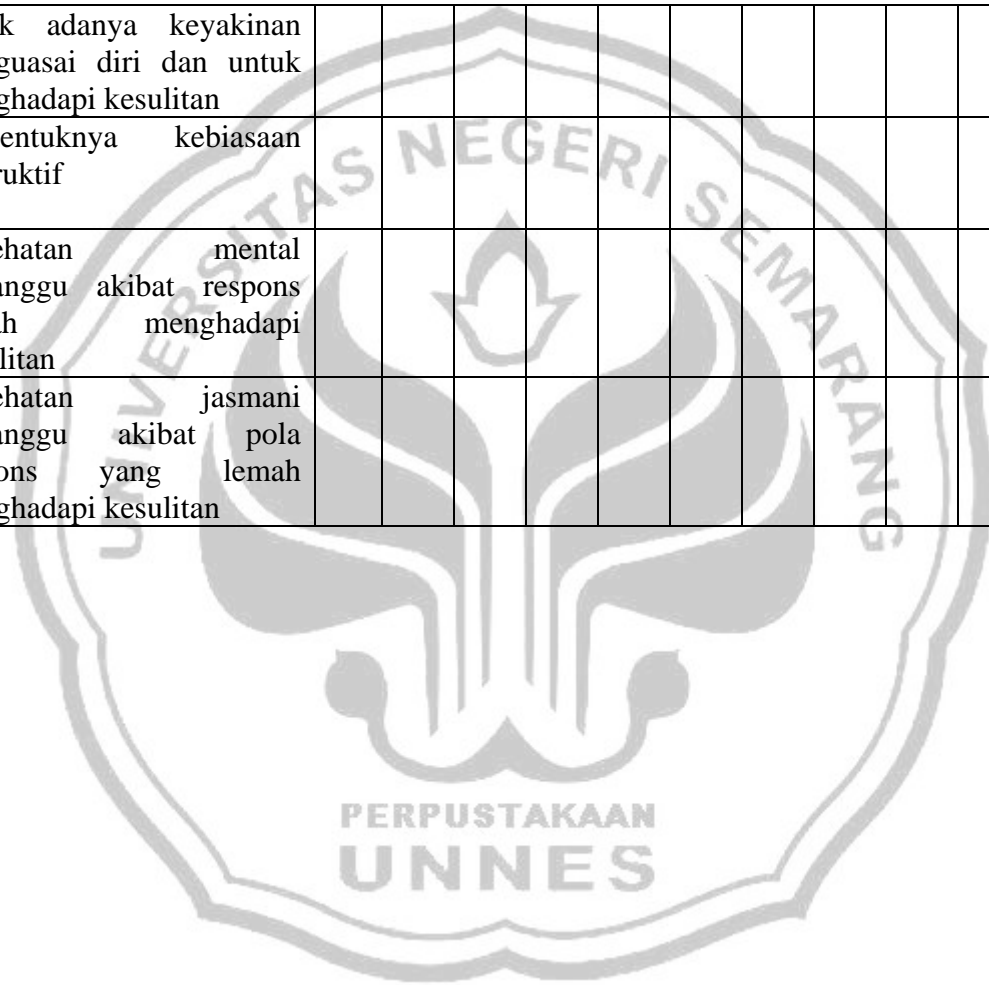
1. Judul penelitian :
Upaya Meningkatkan Adversity Qoutient Melalui Pelaksanaan Bimbingan Klasikal (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009).
2. Tujuan :
Untuk mengetahui adversity quotient siswa melalui pengamatan langsung disertai pencatatan.
3. Tempat pelaksanaan : Ruang kelas Aula SMK N 5 Semarang
4. Hari/tanggal : Kamis/15 Januari 2009
5. Observasi ke : Keempat
6. Observer : Eko Adi Putro
7. Observee : Siswa Kelas X TPTL 2 SMK N 5 Semarang Tahun Ajaran 2008/2009 R-30, R-32, R-29, R-1, R-4, R-6, R-25, R-9, R-17, R-14, R-20, R-27, R-8, R-26, R-23, R-21, R-28, R-18, R-12, R-15, R-3, R-7, R-13, R-2, R-11, R-35, R-5, R-31, R-16, R-34

6	Efektivitas diri	Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan																	
7	Kebiasaan	Terbentuknya kebiasaan destruktif																	
8	Ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda	Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan																	
		Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan																	



No	Indikator	Descriptor	Nama Anggota Pelaksanaan Bimbingan Klasikal														Σ		
			R 18	R 19	R 21	R 22	R 24	R 25	R 26	R 27	R 28	R 29	R 30	R 31	R 32	R 34	R 35	N	%
1.	Ketidakberdayaan yang dipelajari	Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan																0	10%
		Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan																0	10%
		Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat.	V			V							V					3	20%
		Tidak adanya imunisasi pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan											V					1	23%
		Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar																0	17%

6	Efektivitas diri	Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan																0	13%
7	Kebiasaan	Terbentuknya kebiasaan destruktif																0	17%
8	Ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda	Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan																0	%
		Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan																0	0%



ADVERSITY RESPONSE PROFILE

Pengantar

Adversity response profile bukanlah tes. Instrument ini sekadar untuk memberi anda pemahaman-pemahaman baru mengenal aspek-aspek penting tentang cara berpikir dan bekerja. Berbeda dengan tes atau instrument lain yang barangkali telah anda ikuti selama ini, adversity response profile (profile response terhadap kesulitan) ini memberikan gambaran singkat yang baru dan sangat penting mengenai apa yang mendorong dan menghambat saudara untuk mengembangkan potensi anda. Tujuan dari Bimbingan dan konseling adalah membantu individu agar dapat mencapai perkembangan secara optimal serta membantu terpecahkannya masalah yang dihadapi individu.

Informasi atas jawaban yang anda berikan diharapkan bermanfaat bagi pengembangan pendidikan khususnya bimbingan dan konseling. Sebelum dan sesudahnya saya haturkan terima kasih sedalam-dalamnya atas perhatian serta partisipasi anda.

Petunjuk Pengisian :

Di bawah ini ada 30 pernyataan yang mana dalam tiap pernyataan terdapat 2 pertanyaan. Adapun cara menjawabnya adalah sebagai berikut :

1. Isilah identitas yang diperlukan (cukup No absen dan kelas anda).
2. Dalam setiap pernyataan mungkin pernah anda alami, tetapi jika pernyataan tersebut belum pernah anda alami anggaplah pernyataan tersebut sedang anda hadapi.
3. Bacalah secara seksama pernyataan tersebut serta responlah pertanyaan tersebut dengan menjawab 2 pertanyaan di bawahnya.
4. Jawablah pertanyaan tersebut dengan melingkari salah satu pilihan jawaban.
5. Jawaban Anda yang pertama itulah yang terbaik. Jangan membuang waktu dengan mencoba memikirkan kembali jawaban atau respons anda.
6. Tidak ada jawaban yang benar atau salah, yang ada adalah sesuai atau tidak dengan diri anda, oleh sebab itu saudara diharapkan menjawab dengan sejujurnya.

Sesamat Mengerjakan

No Absen :

Kelas :

1. Teman-teman sekelas anda tidak menerima ide-ide anda dalam suatu diskusi.

a. Bila teman-teman kelas saya tidak menerima ide, yang saya lakukan adalah:

(C -)

- (1) Memukuli teman yang tidak sependapat dengan saya
- (2) Marah-marah serta merusak benda yang berada di sekitar saya.
- (3) Tetap dalam suasana diskusi tetapi mengacuhkan pembicaraan diskusi
- (4) Pergi meninggalkan diskusi tersebut
- (5) Tetap tenang dan berpikir jernih menerima dengan lapang dada

b. Penyebab teman-teman kelas saya tidak menerima ide saya adalah karena:

(Or -)

- (1) Saya kurang bisa dalam mengemukakan ide tersebut dengan baik
- (2) Saya bukan seorang anak yang cerdas
- (3) Ide-ide saya tidak sesuai dengan apa yang dibahas
- (4) Latar belakang keluarga saya tidak sederajat dengan teman-teman sekelas saya
- (5) Ada beberapa teman yang tidak menyukai saya atau selalu berseberangan pendapat dalam berbagai hal.

2. Teman-teman sekelas tidak tanggap terhadap pendapat saya dalam suatu diskusi.
- a. Bila teman-teman tidak tanggap terhadap pendapat saya, hal tersebut menjadikan saya merasakan :

(R-)

- (1) Saya malas untuk ikut dalam suatu diskusi apapun.
- (2) Saya menjadi orang yang minder dalam mengemukakan pendapat dalam suatu diskusi apapun.
- (3) Saya mengikuti diskusi apapun hanya dalam suasana diskusi saja tanpa ikut aktif berpartisipasi di dalamnya
- (4) Saya hanya akan mengemukakan pendapat saya jika memang saya mempunyai mood saja
- (5) Saya tetap berusaha memperbaiki cara berkomunikasi saya agar teman-teman mampu memahami pendapat saya

- b. Teman-teman sekelas tidak tanggap terhadap pendapat saya, hal tersebut telah saya rasakan selama :

(E-)

- (1) Semenjak dari kecil sampai sekarang orang-orang sulit menanggapi pendapat saya
- (2) Semenjak saya mengenal teman-teman saya sampai sekarang mereka selalu tidak tanggap terhadap pendapat saya
- (3) Hal tersebut berlangsung ketika saya mendapatkan nilai raport terjelek semester lalu sampai sekarang
- (4) Ketika dalam diskusi pelajaran bahasa inggris seminggu lalu saya tidak bisa mengemukakan pendapat sehingga berakibat pada tidak tanggapnya teman-teman saya pada diskusi tersebut.
- (5) Mereka tidak tanggap terhadap pendapat saya hanya pada diskusi tersebut saja, karena keadaan badan saya agak tidak enak menyebabkan saya kurang bisa mengemukakan pendapat dengan baik

3. Anda mendapatkan banyak uang dari hasil menyetor uang saku untuk ditabung selama setahun ini.

a. Saya menyetor banyak uang saku adalah sesuatu yang :

(R+)

- (1) Sudah menjadi suatu kebiasaan saya semenjak kecil
- (2) Saya merupakan orang yang suka berhemat dalam segala hal
- (3) Saya menjadi orang yang pelit selama menyetor uang saku
- (4) Menjadikan saya jarang bersedekah terhadap fakir miskin
- (5) Hanya setahun ini saja saya rajin menabung

b. Saya menyetor banyak uang saku, hal tersebut saya lakukan berlangsung selama :

(E+)

- (1) Semenjak kecil sampai sekarang saya selalu menyetor uang saku
- (2) Sejak SMP sampai sekarang saya menyetor uang saku
- (3) Saya kadang-kadang menyetor uang saku selama ini
- (4) Saya menyetor uang saku jika ada sesuatu hal yang sekiranya perlu untuk menyetorkannya
- (5) Hanya setahun ini saja saya menyetor uang saku

4. Hubungan anda dengan orang-orang yang anda cintai terasa semakin menjauh.

a. Hubungan saya dengan orang-orang yang saya cintai terasa semakin jauh menyebabkan saya menjadi :

(R-)

- (1) Menjadikan saya merasa terkucilkan dan suka menyendiri
- (2) Sulit bergaul dengan orang lain
- (3) Mengacuhkan orang lain
- (4) Mencari orang-orang yang lebih mencintai saya
- (5) Berpikir positif bahwa perasaan tersebut salah adanya dan hanya terbawa emosi sesaat belaka

b. Hubungan saya dengan orang-orang yang saya cintai terasa semakin jauh berlangsung selama :

(E-)

- (1) Semenjak kecil sampai sekarang hubungan saya dengan orang-orang yang saya cintai semakin menjauh.
- (2) Setiap saya membuat kesalahan orang-orang yang saya cintai semakin menjauh
- (3) Kadang-kadang perasaan tersebut muncul
- (4) Saya hanya merasakan pada saat itu saja perasaan menjauhnya orang-orang yang saya cintai menjauh, setelah itu perasaan tersebut tidak pernah muncul lagi.
- (5) Saya tidak mengalami perasaan orang-orang yang saya cintai menjauh

5. Seseorang yang anda hormati menelpon anda untuk minta nasihat.

a. Seseorang yang saya hormati menelpon saya untuk minta nasihat, hal tersebut saya merasakan karena:

(R+)

- (1) Saya adalah orang yang pandai diajak saling bertukar pikiran
- (2) Saya adalah anak seorang yang terpendang di lingkungan saya
- (3) Karena hanya iseng saja beliau menghubungi saya lewat telepon
- (4) Karena masalah yang diutarakannya tersebut pernah saya alami sebelumnya
- (5) Karena tidak ada teman selain saya yang bisa dihubungi oleh beliau

b. Seseorang yang saya hormati menelpon saya untuk minta nasihat, hal tersebut telah berlangsung selama :

(E-)

- (1) Dia selalu meminta nasihat kepada saya dalam segala hal
- (2) Dia sering meminta nasihat kepada saya
- (3) Dia kadang-kadang meminta nasihat kepada saya
- (4) Dia meminta nasihat kepada saya hanya satu kali itu saja
- (5) Dia tidak pernah meminta nasihat kepada saya

6. Anda bertengkar hebat dengan orang lingkungan sekitar anda (orang tua, adik, kakak, sepupu, teman, pacar atau orang lain di sekitar lingkungan anda).

a. kami bertengkar hebat dengan orang di sekitar saya, yang saya lakukan adalah :

(C-)

- (1) Mengajak berkelahi dengan orang tersebut
- (2) Merusak barang-barang yang ada di sekitarnya
- (3) Memaki-maki orang tersebut
- (4) Meninggalkan tempat pertengkar tersebut
- (5) Berusaha menenangkan diri dan mencari jalan keluar terbaik atas persoalan yang dipertengkarkan dengan orang tersebut

b. kami bertengkar hebat dengan orang di sekitar saya adalah sesuatu yang saya rasa :

(Ow-)

- (1) Orang tersebut mengajak untuk bertengkar
- (2) Ada beberapa orang yang memprovokasi sehingga kami bertengkar
- (3) Adanya kesalahpahaman diantara kami
- (4) Saya mencari gara-gara agar kami bertengkar
- (5) Saya merasa bersalah karena saya yang memulai pertengkar tersebut

7. Anda diminta untuk pindah sekolah kalau anda ingin tetap bersekolah.

a. Dalam menghadapi peristiwa tersebut saya :

(R-)

- (1) Tidak mau bersekolah lagi
- (2) Akan pergi meninggalkan rumah
- (3) Menjauh dari lingkungan sekitar saya
- (4) Acuh tak acuh dengan persoalan tersebut
- (5) Berusaha menerima keadaan tersebut dan berusaha tidak mengulanginya lagi kesalahan-kesalahan yang mengakibatkan hal tersebut terjadi

b. Kejadian Saya diminta untuk pindah sekolah telah berlangsung selama :

(E-)

- (1) Kejadian ini mulai dari SD sampai sekarang karena saya selalu melanggar tata tertib yang ada di sekolah
- (2) Kejadian tersebut saya alami ketika saya melanggar tata tertib sekolah yang masuk kategori berat
- (3) Cuma 2 kali saja saya disuruh pindah sekolah
- (4) Sekali ini saja kejadian ini saya alami
- (5) Kejadian tersebut tidak pernah saya alami sama sekali

8. Seseorang teman karib tidak menelpon pada hari ulang tahun anda.

a. Seseorang teman karib tidak menelpon pada hari ulang tahun saya, yang saya lakukan adalah :

(C-)

- (1) Tidak mau berteman lagi dengan dia
- (2) Menganggap dia bukan teman karib lagi melainkan teman biasa saja
- (3) Mencari teman karib baru yang mau menelpon pada hari ulang tahun baru
- (4) Mengacuhkan persoalan ini
- (5) Berpikir positif terhadap teman karib saya mungkin saja dia tidak ada pulsa untuk menelpon saya atau sebagainya.

b. Penyebab teman karib tidak menelpon pada hari ulang tahun saya karena:

(Or-)

- (1) Saya juga tidak pernah menelpon dia ketika dia ulang tahun
- (2) Saya tidak memberitahukan tanggal kelahiran saya kepada dia
- (3) Karena keluarga saya tidak mengadakan perayaan ulang tahun secara besar-besaran
- (4) Karena pulsa teman karib saya habis
- (5) Teman karib saya lupa tanggal kelahiran saya

9. Seorang sahabat karib anda sakit jantung parah.

a. Sahabat karib saya sakit parah yang saya lakukan adalah :

(C-)

- (1) Saya tidak mau makan sehari-hari sehingga menyebabkan saya juga sakit
- (2) Saya menangis sejadi-jadinya pada saat itu
- (3) Acuh terhadap persoalan tersebut
- (4) Ikut bersedih
- (5) Mendoakan teman saya agar cepat sembuh serta membantu semampunya demi kesembuhannya

b. Sahabat karib saya sakit jantung parah, hal ini ini adalah sesuatu yang saya rasa disebabkan :

(Ow-)

- (1) Karena kesalahan saya sering mengajaknya merokok
- (2) Karena saya tidak menegurnya untuk tidak merokok
- (3) Karena pola hidupnya yang tidak sehat
- (4) Karena kondisi rumahnya yang tidak sehat
- (5) Karena pola makan yang salah

10. Anda diundang ke sebuah acara penting (ajang kejuaraan antar pelajar bergengsi).

a. Saya diundang ke sebuah acara penting, yang saya rasakan adalah :

(C+)

- (1) Girang bukan kepalang sehingga lupa dengan persiapan menghadapi acara tersebut
- (2) Terlena dengan acara tersebut
- (3) Mengacuhkan acara tersebut
- (4) Senang saja
- (5) Mengucap syukur serta berusaha mempersiapkan dengan baik segala sesuatunya yang berkaitan dengan acara tersebut

b. Alasan saya diundang adalah :

(Or+)

- (1) Saya mempunyai potensi yang memadai mengikuti acara tersebut
- (2) Saya mempunyai kedekatan dengan salah satu panitia dalam penyelenggaraan acara tersebut
- (3) Karena pemilihan orang yang mengikuti acara tersebut dipilih secara acak, saya yang terpilih
- (4) Karena saya anak seorang yang terpendang di daerah saya
- (5) Karena saya anak seorang ulama besar di desa saya

11. Anda tidak termasuk sebagai peserta cerdas cermat (yang mana menjadi impian saya selama ini) di sekolah.

a. Lantaran hal tersebut saya merasakan :

(R-)

- (1) Saya menjadi malas mengerjakan tugas-tugas yang lain
- (2) Saya menangis sekeras-kerasnya
- (3) Mengacuhkan persoalan tersebut
- (4) Saya berusaha tabah
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

b. Saya ditolak untuk peserta tersebut, hal ini telah berlangsung :

(E-)

- (1) Semenjak kelas 1 SMK sampai sekarang
- (2) Kadang-kadang ikut
- (3) Cuma periode ini saja saya tidak diikutkan
- (4) Tidak pernah mengikutinya
- (5) Saya tidak pernah mengalaminya

12. Anda dikecewakan oleh seorang teman sekelas yang dekat dengan anda.

a. Saya dikecewakan teman kelas yang dekat menyebabkan saya :

(R-)

- (1) Merasa terkucilkan dan suka menyendiri
- (2) Sulit bergaul dengan orang lain
- (3) Mengacuhkan orang lain
- (4) Mencari orang-orang yang lebih mencintai saya
- (5) Berpikir positif bahwa perasaan tersebut salah adanya dan hanya terbawa emosi sesaat belaka

b. Saya dikecewakan teman kelas yang dekat, hal tersebut berlangsung :

(E-)

- (1) Semenjak saya anggap dia menjadi teman dekat dia selalu mengecewakan
- (2) Sering mengecewakan
- (3) Kadang-kadang mengecewakan
- (4) Cuma sekali ini saja dia mengecewakan saya
- (5) Tidak pernah mengecewakan

13. Anda menerima kenaikan ranking peringkat kelas pada semester ini.

a. Saya menerima kenaikan ranking peringkat kelas pada semester ini, hal tersebut mengakibatkan saya :

(C+)

- (1) Senang secara berlebihan sehingga tidak mau belajar lagi
- (2) Sombong
- (3) Biasa saja dan mengacuhkannya
- (4) Bersyukur
- (5) Bersyukur serta berusaha mempertahankan dan memperbaiki prestasi tersebut

b. Penyebab saya menerima kenaikan ranking peringkat kelas pada semester ini sepenuhnya berkaitan dengan :

(Or+)

- (1) Saya rajin belajar
- (2) Saya memang anak yang pandai
- (3) Keberuntungan saya mendapatkannya
- (4) Saya selalu mencontek teman saya yang pintar
- (5) Saya anak seorang pedagang terkaya

14. Seseorang yang dekat dengan anda didiagnosis menderita kanker.

a. Teman saya mengidap penyakit kanker, hal yang saya rasakan :

(R-)

- (1) Saya menjadi ikut-ikutan sakit karena terlalu memikirkan hal tersebut
- (2) Saya menangis sekeras-kerasnya
- (3) Mengacuhkan persoalan tersebut
- (4) Biasa saja
- (5) Saya menjadi seorang yang bersyukur karena diberi kesehatan oleh Tuhan YME

b. Penyebab dia mengidap penyakit kanker, hal tersebut telah berlangsung :

(E-)

- (1) Semenjak dia kecil sudah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut
- (2) Semenjak dia SD
- (3) Semenjak SMP
- (4) Semenjak kelas 1
- (5) Tidak pernah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut

15. Strategi belajar anda selama semester ini mendatangkan penurunan prestasi.

a. Strategi belajar saya selama semester ini mendatangkan penurunan prestasi menyebabkan :

(R-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Saya sedih
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

b. Strategi belajar saya selama semester ini mendatangkan penurunan prestasi, hal tersebut telah berlangsung :

(E-)

- (1) Saya selalu gagal merancang strategi belajar
- (2) Semenjak SMP
- (3) Semenjak kelas 1
- (4) Cuma semester ini saja saya gagal
- (5) Tidak pernah gagal

16. Anda ketinggalan angkutan umum yang menuju ke sekolah.

a. Saya ketinggalan angkutan umum yang menuju ke sekolah, adalah sesuatu yang disebabkan :

(C-)

- (1) Saya sulit tidur sehingga saya bangun tidur kesiangan
- (2) Saya selalu begadang setiap malam ada pertandingan bola di TV sehingga bangun tidur kesiangan
- (3) Saya lagi apes saja
- (4) Dua hari ini rumah saya sedang mengadakan hajatan sehingga kalau malam sering begadang sehingga bangun tidur kesiangan
- (5) Cuma hari ini saja kejadian ini terjadi karena hujan cukup deras sehingga terlambat menuju halte bus.

b. Penyebab saya ketinggalan angkutan umum yang menuju ke sekolah :

(Or-)

- (1) Saya tidur kemalaman
- (2) Saya begadang sepakbola
- (3) Orang tua saya tidak mengantarkan saya ke halte bus tepat pada waktunya
- (4) Teman meminta dijemput dulu agar bisa naik angkutan umum bersama-sama
- (5) Hujan deras

17. Anda terpilih menjadi panitia perlombaan yang bergengsi antar sekolahan SMK se-Semarang.

a. Saya terpilih menjadi panitia perlombaan yang bergengsi antar sekolahan SMK se-Semarang yang saya rasakan adalah :

(C+)

- (1) Girang bukan kepalang sehingga lupa dengan persiapan menghadapi acara tersebut
- (2) Terlenu dengan acara tersebut
- (3) Mengacuhkan acara tersebut
- (4) Senang saja
- (5) Mengucap syukur serta berusaha mempersiapkan dengan baik segala sesuatunya yang berkaitan dengan acara tersebut

b. Saya terpilih menjadi panitia perlombaan yang bergengsi antar sekolahan SMK se-Semarang sepenuhnya berkaitan dengan :

(Ow+)

- (1) Saya rajin belajar
- (2) Saya memang anak yang pandai
- (3) Keberuntungan saya mendapatkannya
- (4) Saya selalu mencontek teman saya yang pintar
- (5) Saya anak seorang pedagang terkaya

18. Hasil prestasi belajar anda mengalami kegagalan.

a. Saya mengalami kegagalan mengakibatkan :

(C-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Saya sedih
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

b. Penyebab saya mengalami kegagalan:

(Or+)

- (1) Karena guru saya telah mencap saya sebagai murid yang nakal dan bodoh sehingga memberikan nilai jelek
- (2) Karena saya tidak dibelikan oleh orang tua buku pelajaran yang menunjang hasil belajar saya
- (3) Karena apes
- (4) Saya jarang belajar
- (5) Saya akan memperbaiki kegagalan tersebut dengan rajin belajar

19. Orang tua anda menawarkan untuk memotong uang saku anda sebesar 50 % kalau anda ingin tetap bersekolah.

a. Tindakan orang tua saya tersebut menyebabkan :

(C-)

- (1) Saya menolak secara keras penawaran tersebut
- (2) Saya marah dan merusak benda-benda di rumah jika uang saku dikurangi
- (3) Saya acuhkan persoalan tersebut
- (4) Saya diam saja
- (5) Saya berusaha tenang dan berpikir jernih dengan pikiran positif

b. Penyebab saya menyisihkan banyak uang saku adalah :

(Or-)

- (1) Saya meminta uang saku kepada orang tua secara berlebihan
- (2) Uang dari orang tua sedikit karena untuk bayar ongkos rumah sakit ketika saya sakit kemarin
- (3) Orang tua saya pelit
- (4) Penghasilan Ayah dari hasil panen kali ini menurun
- (5) Uang bulan ini lebih diprioritaskan untuk kakak masuk ke perguruan tinggi

20. Anda menerima hadiah tidak terduga pada hari ulang tahun anda.

a. Peristiwa tersebut adalah sesuatu yang :

(R+)

- (1) Saya sering dikasih kejutan seperti itu karena mereka sayang sama saya
- (2) Saya juga sering mengasih hadiah orang-orang tersebut pada hari ulang tahun mereka
- (3) Saya adalah seorang anak yang kaya sehingga hal tersebut merupakan hal yang biasa
- (4) Hal ini terjadi karena kebetulan saja
- (5) Hal tersebut hanya terjadi pada saat itu saja

b. Hal tersebut telah berlangsung :

(E+)

- (1) Selalu saya dapatkan pada hari ulang tahun saya
- (2) Sering saya dapatkan
- (3) Kadang-kadang hal tersebut saya dapatkan
- (4) Cuma sekali hal tersebut saya dapatkan
- (5) Hampir tidak pernah saya dapatkan

21. Motor anda mogok dalam perjalanan menuju sekolah.

a. Hal tersebut menyebabkan :

(R-)

- (1) Saya marah dan membanting motor tersebut
- (2) Saya panik
- (3) Saya bolos sekolah
- (4) Saya tetap masuk sekolah meskipun telat
- (5) Saya tenang, mencari bengkel dan tetap sekolah meskipun telat

b. Motor saya mogok dalam perjalanan menuju sekolah, hal tersebut telah saya alami selama:

(E-)

- (1) Hal tersebut selalu saya alami karena motor tersebut sudah tua
- (2) Hal tersebut kadang-kadang saya alami
- (3) Hal tersebut saya alami jika dalam sebulan motor tidak diservis
- (4) Hal tersebut cuma dua kali saja saya alami selama ini
- (5) Tidak pernah mogok

22. Dokter saya memberitahu bahwa tekanan darah anda terlampau tinggi.

a. Hal tersebut mengakibatkan :

(R-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan
- (4) Saya sedih
- (5) Saya berusaha tenang serta menjaga kesehatan lebih baik lagi

b. Tekanan darah saya tinggi, hal tersebut telah berlangsung selama :

(E-)

- (1) Semenjak saya kecil sudah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut
- (2) Semenjak SD
- (3) Semenjak SMP
- (4) Semenjak kelas 1
- (5) Tidak pernah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut

23. Anda terpilih menjadi ketua osis di sekolah anda.

a. Dalam menghadapi masalah tersebut saya :

(C+)

- (1) Girang bukan kepalang
- (2) Menangis karena terharu
- (3) Mengacuhkan
- (4) Senang saja
- (5) Mengucap syukur serta berusaha mengemban jabatan tersebut dengan baik

b. Saya terpilih menjadi ketua osis di sekolah karena :

(Or+)

- (1) Saya orang terpopuler di sekolah
- (2) Saya seorang anak yang terpandai di sekolah
- (3) Saya sudah berpengalaman dalam hal keorganisasian
- (4) Keberuntungan saya mendapatkannya
- (5) Saya anak seorang pedagang terkaya

24. Anda menelpon teman berkali-kali dan meninggalkan pesan, tetapi tidak satupun dibalas.

a. Hal tersebut mengakibatkan saya :

(R-)

- (1) Tidak mau berteman lagi dengan dia
- (2) Menganggap dia bukan teman
- (3) Mencari teman baru yang lain
- (4) Mengacuhkan persoalan ini
- (5) Berpikir positif terhadap teman karib saya mungkin saja dia sedang sibuk

b. Teman saya tidak menjawab telepon saya, hal tersebut telah berlangsung selama:

(E-)

- (1) Semenjak saya anggap dia menjadi teman dekat dia selalu mengecewakan
- (2) Sering mengecewakan
- (3) Kadang-kadang mengecewakan
- (4) Cuma sekali ini saja dia mengecewakan saya
- (5) Tidak pernah mengecewakan

25. Prestasi belajar anda dipuji di depan umum.

a. Hal tersebut mengakibatkan :

(R-)

- (1) Girang bukan kepalang
- (2) Terlenna
- (3) Mengacuhkan
- (4) Senang saja
- (5) Mengucap syukur serta tetap seperti peribahasa padi semakin berisi makin merunduk

b. Penyebab belajar prestasi saya dipuji di depan umum karena:

(Ow-)

- (1) Saya berhasil mengerjakan sesuatu yang sangat membanggakan
- (2) Saya selalu dibanggakan oleh semua
- (3) Saya memang anak yang pandai sehingga layak dipuji
- (4) Keberuntungan saya mendapatkannya
- (5) Saya anak seorang pedagang terkaya

26. Saat pemeriksaan kesehatan, dokter anda memperingatkan kesehatan anda.

a. Saya diperingatkan dokter tentang kesehatan, hal yang saya lakukan :

(C-)

- (1) Saya tidak mau makan sehari
- (2) Saya menangis sejadi-jadinya pada saat itu
- (3) Acuh terhadap persoalan tersebut
- (4) Bersedih
- (5) Menerima peringatan tersebut dengan terbuka

b. Penyebab dokter saya memperingatkan saya adalah karena :

(Ow-)

- (1) Kesalahan saya sering melanggar perintah dari dokter
- (2) Saya tidak minum obat secara rutin
- (3) Pola hidup yang tidak sehat
- (4) Kondisi rumahnya yang tidak sehat
- (5) Pola makan yang salah

27. Seseorang yang anda hormati memuji anda.

a. Hal tersebut membuat saya :

(C+)

- (1) Girang bukan kepalang
- (2) Terlenna
- (3) Mengacuhkan
- (4) Senang saja
- (5) Mengucap syukur

b. Penyebab saya mendapat pujian adalah karena :

(Ow+)

- (1) Saya berhasil mengerjakan sesuatu yang sangat membanggakan
- (2) Saya selalu dibanggakan oleh semua
- (3) Saya memang anak yang pandai sehingga layak dipuji
- (4) Keberuntungan saya mendapatkannya
- (5) Saya anak seorang pedagang terkaya

28. Hasil penilaian prestasi belajar anda tidak menyenangkan.

a. Hal tersebut menyebabkan saya :

(C-)

- (1) Menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Menjadi frustrasi
- (3) Menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Sedih
- (5) Sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

b. Hasil dari peristiwa ini adalah sesuatu yang saya rasa :

(Ow-)

- (1) Karena kesalahan menilai gurunya
- (2) Karena saya tidak dibelikan oleh orang tua buku pelajaran yang menunjang hasil belajar saya
- (3) Karena apes
- (4) Saya jarang belajar
- (5) Saya akan memperbaiki kegagalan tersebut dengan rajin belajar

29. Anda tidak naik kelas seperti yang anda harapkan.

a. Dalam menghadapi masalah tersebut :

(C-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Saya sedih
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

b. Penyebab saya tidak naik kelas :

(Or-)

- (1) Karena kesalahan menilai gurunya
- (2) Karena saya tidak dibelikan oleh orang tua buku pelajaran yang menunjang hasil belajar saya
- (3) Karena apes
- (4) Saya jarang belajar
- (5) Saya akan memperbaiki kegagalan tersebut dengan rajin belajar

30. Anda dipilih teman-teman di sekolah anda untu memimpin osis sekolah anda.

a. Dalam menghadapi hal tersebut saya :

(R+)

- (1) Senang secara berlebihan sehingga tidak mau belajar lagi
- (2) Sombong
- (3) Biasa saja dan mengacuhkannya
- (4) Bersyukur
- (5) Bersyukur serta berusaha mempertahankan dan memperbaiki prestasi tersebut

b. Penyebab saya dipilih teman-teman telah berlangsung selama :

(E+)

- (1) Semenjak SD sudah terbiasa dipilih teman-teman menjadi ketua kelas
- (2) Semenjak SMP sudah terbiasa dipilih teman-teman menjadi ketua osis
- (3) Saya pernah dipilih teman-teman menjadi ketua karang taruna desa pada periode kemarin
- (4) Cuma tahun ini saja saya dipilih teman-teman menjadi ketua osis
- (5) Tidak pernah sama kali dipilih teman-teman menjadi pemimpin

HARAP DIPERIKSA KEMBALI APAKAH SUDAH DIISI DENGAN LENGKAP

TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASINYA

Mimpikan mimpi yang menjulang, dan jadilah seperti yang kau impikan. Visi yang kau miliki adalah janji seperti apa kau suatu hari nanti; cita-cita yang kau miliki adalah ramalan yang akan kau ungkapkan pada akhirnya... (James Allen)

Pemberian Skor

Anda perhatikan huruf kecil C, Or, Ow, R, E di samping setiap pertanyaan tempat Anda melingkari jawabannya. Ada yang memiliki tanda plus, dan ada yang memiliki tanda minus. Karena kita lebih memperhatikan respons-respons anda terhadap kesulitan, anda hanya akan memberi nilai pada jawaban-jawaban yang bertanda minus di sampingnya. Ini adalah peristiwa-peristiwa yang mengandung kesulitan, dan hanya inilah yang didaftar secara berurutan pada lembar kerja yang disediakan di halaman berikut.

- A. Di dalam lembar kerja yang tersedia, masukkanlah jawaban-jawaban anda di tempat yang kosong di samping angka untuk setiap peristiwa.
- B. Ikutilah instruksinya pada lembar kerja itu secara berurutan untuk menghitung dimensi-dimensi CORE anda dan AQ keseluruhan anda.

ADVERSITY RESPONSE PROFILE

Pengantar

Adversity response profile bukanlah tes. Instrument ini sekadar untuk memberi anda pemahaman-pemahaman baru mengenal aspek-aspek penting tentang cara berpikir dan bekerja. Berbeda dengan tes atau instrument lain yang barangkali telah anda ikuti selama ini, adversity response profile (profile response terhadap kesulitan) ini memberikan gambaran singkat yang baru dan sangat penting mengenai apa yang mendorong dan menghambat saudara untuk mengembangkan potensi anda. Tujuan dari Bimbingan dan konseling adalah membantu individu agar dapat mencapai perkembangan secara optimal serta membantu terpecahkannya masalah yang dihadapi individu.

Informasi atas jawaban yang anda berikan diharapkan bermanfaat bagi pengembangan pendidikan khususnya bimbingan dan konseling. Sebelum dan sesudahnya saya haturkan terima kasih sedalam-dalamnya atas perhatian serta partisipasi anda.

Petunjuk Pengisian :

Di bawah ini ada 20 pernyataan yang mana dalam tiap pernyataan terdapat 2 pertanyaan. Adapun cara menjawabnya adalah sebagai berikut :

1. Isilah identitas yang diperlukan (cukup No absen dan kelas anda).
2. Dalam setiap pernyataan mungkin pernah anda alami, tetapi jika pernyataan tersebut belum pernah anda alami anggaplah pernyataan tersebut sedang anda hadapi.
3. Bacalah secara seksama pernyataan tersebut serta responlah pertanyaan tersebut dengan menjawab 2 pertanyaan di bawahnya.
4. Jawablah pertanyaan tersebut dengan melingkari salah satu pilihan jawaban.
5. Jawaban Anda yang pertama itulah yang terbaik. Jangan membuang waktu dengan mencoba memikirkan kembali jawaban atau respons anda.
6. Tidak ada jawaban yang benar atau salah, yang ada adalah sesuai atau tidak dengan diri anda, oleh sebab itu saudara diharapkan menjawab dengan sejujurnya.

Sesamat Mengerjakan

No Absen :

Kelas :

1. Teman-teman sekelas anda tidak menerima ide-ide anda dalam suatu diskusi.

a. Bila teman-teman kelas saya tidak menerima ide, yang saya lakukan adalah:

(C -)

- (1) Memukuli teman yang tidak sependapat dengan saya
- (2) Marah-marah serta merusak benda yang berada di sekitar saya.
- (3) Tetap dalam suasana diskusi tetapi mengacuhkan pembicaraan diskusi
- (4) Pergi meninggalkan diskusi tersebut
- (5) Tetap tenang dan berpikir jernih menerima dengan lapang dada

b. Penyebab teman-teman kelas saya tidak menerima ide saya adalah karena:

(Or -)

- (1) Saya kurang bisa dalam mengemukakan ide tersebut dengan baik
- (2) Saya bukan seorang anak yang cerdas
- (3) Ide-ide saya tidak sesuai dengan apa yang dibahas
- (4) Latar belakang keluarga saya tidak sederajat dengan teman-teman sekelas saya
- (5) Ada beberapa teman yang tidak menyukai saya atau selalu berseberangan pendapat dalam berbagai hal.

2. Teman-teman sekelas tidak tanggap terhadap pendapat saya dalam suatu diskusi.
- a. Bila teman-teman tidak tanggap terhadap pendapat saya, hal tersebut menjadikan saya merasakan :

(R-)

- (1) Saya malas untuk ikut dalam suatu diskusi apapun.
- (2) Saya menjadi orang yang minder dalam mengemukakan pendapat dalam suatu diskusi apapun.
- (3) Saya mengikuti diskusi apapun hanya dalam suasana diskusi saja tanpa ikut aktif berpartisipasi di dalamnya
- (4) Saya hanya akan mengemukakan pendapat saya jika memang saya mempunyai mood saja
- (5) Saya tetap berusaha memperbaiki cara berkomunikasi saya agar teman-teman mampu memahami pendapat saya

- b. Teman-teman sekelas tidak tanggap terhadap pendapat saya, hal tersebut telah saya rasakan selama :

(E-)

- (1) Semenjak dari kecil sampai sekarang orang-orang sulit menanggapi pendapat saya
- (2) Semenjak saya mengenal teman-teman saya sampai sekarang mereka selalu tidak tanggap terhadap pendapat saya
- (3) Hal tersebut berlangsung ketika saya mendapatkan nilai raport terjelek semester lalu sampai sekarang
- (4) Ketika dalam diskusi pelajaran bahasa inggris seminggu lalu saya tidak bisa mengemukakan pendapat sehingga berakibat pada tidak tanggapnya teman-teman saya pada diskusi tersebut.
- (5) Mereka tidak tanggap terhadap pendapat saya hanya pada diskusi tersebut saja, karena keadaan badan saya agak tidak enak menyebabkan saya kurang bisa mengemukakan pendapat dengan baik

4. Hubungan anda dengan orang-orang yang anda cintai terasa semakin menjauh.

a. Hubungan saya dengan orang-orang yang saya cintai terasa semakin jauh menyebabkan saya menjadi :

(R-)

- (1) Menjadikan saya merasa terkucilkan dan suka menyendiri
- (2) Sulit bergaul dengan orang lain
- (3) Mengacuhkan orang lain
- (4) Mencari orang-orang yang lebih mencintai saya
- (5) Berpikir positif bahwa perasaan tersebut salah adanya dan hanya terbawa emosi sesaat belaka

b. Hubungan saya dengan orang-orang yang saya cintai terasa semakin jauh berlangsung selama :

(E-)

- (1) Semenjak kecil sampai sekarang hubungan saya dengan orang-orang yang saya cintai semakin menjauh.
- (2) Setiap saya membuat kesalahan orang-orang yang saya cintai semakin menjauh
- (3) Kadang-kadang perasaan tersebut muncul
- (4) Saya hanya merasakan pada saat itu saja perasaan menjauhnya orang-orang yang saya cintai menjauh, setelah itu perasaan tersebut tidak pernah muncul lagi.
- (5) Saya tidak mengalami perasaan orang-orang yang saya cintai menjauh

6. Anda bertengkar hebat dengan orang lingkungan sekitar anda (orang tua, adik, kakak, sepupu, teman, pacar atau orang lain di sekitar lingkungan anda).

a. kami bertengkar hebat dengan orang di sekitar saya, yang saya lakukan adalah :

(C-)

- (1) Mengajak berkelahi dengan orang tersebut
- (2) Merusak barang-barang yang ada di sekitarnya
- (3) Memaki-maki orang tersebut
- (4) Meninggalkan tempat pertengkaran tersebut
- (5) Berusaha menenangkan diri dan mencari jalan keluar terbaik atas persoalan yang dipertengkarkan dengan orang tersebut

b. kami bertengkar hebat dengan orang di sekitar saya adalah sesuatu yang saya rasa :

(Ow-)

- (1) Orang tersebut mengajak untuk bertengkar
- (2) Ada beberapa orang yang memprovokasi sehingga kami bertengkar
- (3) Adanya kesalahpahaman diantara kami
- (4) Saya mencari gara-gara agar kami bertengkar
- (5) Saya merasa bersalah karena saya yang memulai pertengkaran tersebut

7. Anda diminta untuk pindah sekolahan kalau anda ingin tetap bersekolah.

a. Dalam menghadapi peristiwa tersebut saya :

(R-)

- (1) Tidak mau bersekolah lagi
- (2) Akan pergi meninggalkan rumah
- (3) Menjauh dari lingkungan sekitar saya
- (4) Acuh tak acuh dengan persoalan tersebut
- (5) Berusaha menerima keadaan tersebut dan berusaha tidak mengulanginya lagi kesalahan-kesalahan yang mengakibatkan hal tersebut terjadi

b. Kejadian Saya diminta untuk pindah sekolahan telah berlangsung selama :

(E-)

- (1) Kejadian ini mulai dari SD sampai sekarang karena saya selalu melanggar tata tertib yang ada di sekolahan
- (2) Kejadian tersebut saya alami ketika saya melanggar tata tertib sekolahan yang masuk kategori berat
- (3) Cuma 2 kali saja saya disuruh pindah sekolahan
- (4) Sekali ini saja kejadian ini saya alami
- (5) Kejadian tersebut tidak pernah saya alami sama sekali

8. Seseorang teman karib tidak menelpon pada hari ulang tahun anda.

a. Seseorang teman karib tidak menelpon pada hari ulang tahun saya, yang saya lakukan adalah :

(C-)

- (1) Tidak mau berteman lagi dengan dia
- (2) Menganggap dia bukan teman karib lagi melainkan teman biasa saja
- (3) Mencari teman karib baru yang mau menelpon pada hari ulang tahun baru
- (4) Mengacuhkan persoalan ini
- (5) Berpikir positif terhadap teman karib saya mungkin saja dia tidak ada pulsa untuk menelpon saya atau sebagainya.

b. Penyebab teman karib tidak menelpon pada hari ulang tahun saya karena:

(Or-)

- (1) Saya juga tidak pernah menelpon dia ketika dia ulang tahun
- (2) Saya tidak memberitahukan tanggal kelahiran saya kepada dia
- (3) Karena keluarga saya tidak mengadakan perayaan ulang tahun secara besar-besaran
- (4) Karena pulsa teman karib saya habis
- (5) Teman karib saya lupa tanggal kelahiran saya

9. Seorang sahabat karib anda sakit jantung parah.

a. Sahabat karib saya sakit parah yang saya lakukan adalah :

(C-)

- (1) Saya tidak mau makan sehari-hari sehingga menyebabkan saya juga sakit
- (2) Saya menangis sejadi-jadinya pada saat itu
- (3) Acuh terhadap persoalan tersebut
- (4) Ikut bersedih
- (5) Mendoakan teman saya agar cepat sembuh serta membantu semampunya demi kesembuhannya

b. Sahabat karib saya sakit jantung parah, hal ini ini adalah sesuatu yang saya rasa disebabkan :

(Ow-)

- (1) Karena kesalahan saya sering mengajaknya merokok
- (2) Karena saya tidak menegurnya untuk tidak merokok
- (3) Karena pola hidupnya yang tidak sehat
- (4) Karena kondisi rumahnya yang tidak sehat
- (5) Karena pola makan yang salah

11. Anda tidak termasuk sebagai peserta cerdas cermat (yang mana menjadi impian saya selama ini) di sekolah.

a. Lantaran hal tersebut saya merasakan :

(R-)

- (1) Saya menjadi malas mengerjakan tugas-tugas yang lain
- (2) Saya menangis sekeras-kerasnya
- (3) Mengacuhkan persoalan tersebut
- (4) Saya berusaha tabah
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

b. Saya ditolak untuk peserta tersebut, hal ini telah berlangsung :

(E-)

- (1) Semenjak kelas 1 SMK sampai sekarang
- (2) Kadang-kadang ikut
- (3) Cuma periode ini saja saya tidak diikutkan
- (4) Tidak pernah mengikutinya
- (5) Saya tidak pernah mengalaminya

12. Anda dikecewakan oleh seorang teman sekelas yang dekat dengan anda.

a. Saya dikecewakan teman kelas yang dekat menyebabkan saya :

(R-)

- (1) Merasa terkucilkan dan suka menyendiri
- (2) Sulit bergaul dengan orang lain
- (3) Mengacuhkan orang lain
- (4) Mencari orang-orang yang lebih mencintai saya
- (5) Berpikir positif bahwa perasaan tersebut salah adanya dan hanya terbawa emosi sesaat belaka

b. Saya dikecewakan teman kelas yang dekat, hal tersebut berlangsung :

(E-)

- (1) Semenjak saya anggap dia menjadi teman dekat dia selalu mengecewakan
- (2) Sering mengecewakan
- (3) Kadang-kadang mengecewakan
- (4) Cuma sekali ini saja dia mengecewakan saya
- (5) Tidak pernah mengecewakan

14. Seseorang yang dekat dengan anda didiagnosis menderita kanker.

a. Teman saya mengidap penyakit kanker, hal yang saya rasakan :

(R-)

- (1) Saya menjadi ikut-ikutan sakit karena terlalu memikirkan hal tersebut
- (2) Saya menangis sekeras-kerasnya
- (3) Mengacuhkan persoalan tersebut
- (4) Biasa saja
- (5) Saya menjadi seorang yang bersyukur karena diberi kesehatan oleh Tuhan YME

b. Penyebab dia mengidap penyakit kanker, hal tersebut telah berlangsung :

(E-)

- (1) Semenjak dia kecil sudah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut
- (2) Semenjak dia SD
- (3) Semenjak SMP
- (4) Semenjak kelas 1
- (5) Tidak pernah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut

15. Strategi belajar anda selama semester ini mendatangkan penurunan prestasi.

a. Strategi belajar saya selama semester ini mendatangkan penurunan prestasi menyebabkan :

(R-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Saya sedih
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

- b. Strategi belajar saya selama semester ini mendatangkan penurunan prestasi, hal tersebut telah berlangsung :

(E-)

- (1) Saya selalu gagal merancang strategi belajar
- (2) Semenjak SMP
- (3) Semenjak kelas 1
- (4) Cuma semester ini saja saya gagal
- (5) Tidak pernah gagal

16 Anda ketinggalan angkutan umum yang menuju ke sekolah.

- a. Saya ketinggalan angkutan umum yang menuju ke sekolah, adalah sesuatu yang disebabkan :

(C-)

- (1) Saya sulit tidur sehingga saya bangun tidur kesiangan
- (2) Saya selalu begadang setiap malam ada pertandingan bola di TV sehingga bangun tidur kesiangan
- (3) Saya lagi apes saja
- (4) Dua hari ini rumah saya sedang mengadakan hajatan sehingga kalau malam sering begadang sehingga bangun tidur kesiangan
- (5) Cuma hari ini saja kejadian ini terjadi karena hujan cukup deras sehingga terlambat menuju halte bus.

- b. Penyebab saya ketinggalan angkutan umum yang menuju ke sekolah :

(Or-)

- (1) Saya tidur kemalaman
- (2) Saya begadang sepakbola
- (3) Orang tua saya tidak mengantarkan saya ke halte bus tepat pada waktunya
- (4) Teman meminta dijemput dulu agar bisa naik angkutan umum bersama-sama
- (5) Hujan deras

18. Hasil prestasi belajar anda mengalami kegagalan.

a. Saya mengalami kegagalan mengakibatkan :

(C-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Saya sedih
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

b. Penyebab saya mengalami kegagalan:

(Or-)

- (1) Karena guru saya telah mencap saya sebagai murid yang nakal dan bodoh sehingga memberikan nilai jelek
- (2) Karena saya tidak dibelikan oleh orang tua buku pelajaran yang menunjang hasil belajar saya
- (3) Karena apes
- (4) Saya jarang belajar
- (5) Saya akan memperbaiki kegagalan tersebut dengan rajin belajar

19. Orang tua anda menawarkan untuk memotong uang saku anda sebesar 50 % kalau anda ingin tetap bersekolah.

a. Tindakan orang tua saya tersebut menyebabkan :

(C-)

- (1) Saya menolak secara keras penawaran tersebut
- (2) Saya marah dan merusak benda-benda di rumah jika uang saku dikurangi
- (3) Saya acuhkan persoalan tersebut
- (4) Saya diam saja
- (5) Saya berusaha tenang dan berpikir jernih dengan pikiran positif

b. Penyebab saya menyisihkan banyak uang saku adalah :

(Or-)

- (1) Saya meminta uang saku kepada orang tua secara berlebihan
- (2) Uang dari orang tua sedikit karena untuk bayar ongkos rumah sakit ketika saya sakit kemarin
- (3) Orang tua saya pelit
- (4) Penghasilan Ayah dari hasil panen kali ini menurun
- (5) Uang bulan ini lebih diprioritaskan untuk kakak masuk ke perguruan tinggi

21. Motor anda mogok dalam perjalanan menuju sekolah.

a. Hal tersebut menyebabkan :

(R-)

- (1) Saya marah dan membanting motor tersebut
- (2) Saya panik
- (3) Saya bolos sekolah
- (4) Saya tetap masuk sekolah meskipun telat
- (5) Saya tenang, mencari bengkel dan tetap sekolah meskipun telat

b. Motor saya mogok dalam perjalanan menuju sekolah, hal tersebut telah saya alami selama:

(E-)

- (1) Hal tersebut selalu saya alami karena motor tersebut sudah tua
- (2) Hal tersebut kadang-kadang saya alami
- (3) Hal tersebut saya alami jika dalam sebulan motor tidak diservis
- (4) Hal tersebut cuma dua kali saja saya alami selama ini
- (5) Tidak pernah mogok

22. Dokter saya memberitahu bahwa tekanan darah anda terlampau tinggi.

a. Hal tersebut mengakibatkan :

(R-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan
- (4) Saya sedih
- (5) Saya berusaha tenang serta menjaga kesehatan lebih baik lagi

b. Tekanan darah saya tinggi, hal tersebut telah berlangsung selama :

(E-)

- (1) Semenjak saya kecil sudah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut
- (2) Semenjak SD
- (3) Semenjak SMP
- (4) Semenjak kelas 1
- (5) Tidak pernah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut

24. Anda menelpon teman berkali-kali dan meninggalkan pesan, tetapi tidak satupun dibalas.

a. Hal tersebut mengakibatkan saya :

(R-)

- (1) Tidak mau berteman lagi dengan dia
- (2) Menganggap dia bukan teman
- (3) Mencari teman baru yang lain
- (4) Mengacuhkan persoalan ini
- (5) Berpikir positif terhadap teman karib saya mungkin saja dia sedang sibuk

b. Teman saya tidak menjawab telepon saya, hal tersebut telah berlangsung selama:

(E-)

- (1) Semenjak saya anggap dia menjadi teman dekat dia selalu mengecewakan
- (2) Sering mengecewakan
- (3) Kadang-kadang mengecewakan
- (4) Cuma sekali ini saja dia mengecewakan saya
- (5) Tidak pernah mengecewakan

26. Saat pemeriksaan kesehatan, dokter anda memperingatkan kesehatan anda.

a. Saya diperingatkan dokter tentang kesehatan, hal yang saya lakukan :

(C-)

- (1) Saya tidak mau makan sehari
- (2) Saya menangis sejadi-jadinya pada saat itu
- (3) Acuh terhadap persoalan tersebut
- (4) Bersedih
- (5) Menerima peringatan tersebut dengan terbuka

b. Penyebab dokter saya memperingatkan saya adalah karena :

(Ow-)

- (1) Kesalahan saya sering melanggar perintah dari dokter
- (2) Saya tidak minum obat secara rutin
- (3) Pola hidup yang tidak sehat
- (4) Kondisi rumahnya yang tidak sehat
- (5) Pola makan yang salah

28. Hasil penilaian prestasi belajar anda tidak menyenangkan.

a. Hal tersebut menyebabkan saya :

(C-)

- (1) Menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Menjadi frustrasi
- (3) Menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Sedih
- (5) Sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

b. Hasil dari peristiwa ini adalah sesuatu yang saya rasa :

(Ow-)

- (1) Karena kesalahan menilai gurunya
- (2) Karena saya tidak dibelikan oleh orang tua buku pelajaran yang menunjang hasil belajar saya
- (3) Karena apes
- (4) Saya jarang belajar
- (5) Saya akan memperbaiki kegagalan tersebut dengan rajin belajar

29. Anda tidak naik kelas seperti yang anda harapkan.

a. Dalam menghadapi masalah tersebut :

(C-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Saya sedih
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

b. Penyebab saya tidak naik kelas :

(Or-)

- (1) Karena kesalahan menilai gurunya
- (2) Karena saya tidak dibelikan oleh orang tua buku pelajaran yang menunjang hasil belajar saya
- (3) Karena apes
- (4) Saya jarang belajar
- (5) Saya akan memperbaiki kegagalan tersebut dengan rajin belajar

HARAP DIPERIKSA KEMBALI APAKAH SUDAH DIISI DENGAN LENGKAP

TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASINYA

Mimpikan mimpi yang menjangkau, dan jadilah seperti yang kau impikan. Visi yang kau miliki adalah janji seperti apa kau suatu hari nanti; cita-cita yang kau miliki adalah ramalan yang akan kau ungkapkan pada akhirnya... (James Allen)

Pemberian Skor

Anda perhatikan huruf kecil C, Or, Ow, R, E di samping setiap pertanyaan tempat Anda melingkari jawabannya. Ada yang memiliki tanda plus, dan ada yang memiliki tanda minus. Karena kita lebih memperhatikan respons-respons anda terhadap kesulitan, anda hanya akan memberi nilai pada jawaban-jawaban yang bertanda minus di sampingnya. Ini adalah peristiwa-peristiwa yang mengandung kesulitan, dan hanya inilah yang didaftar secara berurutan pada lembar kerja yang disediakan di halaman berikut.

- A. Di dalam lembar kerja yang tersedia, masukkanlah jawaban-jawaban anda di tempat yang kosong di samping angka untuk setiap peristiwa.
- B. Ikutilah instruksinya pada lembar kerja itu secara berurutan untuk menghitung dimensi-dimensi CORE anda dan AQ keseluruhan anda.

ADVERSITY RESPONSE PROFILE

Pengantar

Adversity response profile bukanlah tes. Instrument ini sekadar untuk memberi anda pemahaman-pemahaman baru mengenal aspek-aspek penting tentang cara berpikir dan bekerja. Berbeda dengan tes atau instrument lain yang barangkali telah anda ikuti selama ini, adversity response profile (profile response terhadap kesulitan) ini memberikan gambaran singkat yang baru dan sangat penting mengenai apa yang mendorong dan menghambat saudara untuk mengembangkan potensi anda. Tujuan dari Bimbingan dan konseling adalah membantu individu agar dapat mencapai perkembangan secara optimal serta membantu terpecahkannya masalah yang dihadapi individu.

Informasi atas jawaban yang anda berikan diharapkan bermanfaat bagi pengembangan pendidikan khususnya bimbingan dan konseling. Sebelum dan sesudahnya saya haturkan terima kasih sedalam-dalamnya atas perhatian serta partisipasi anda.

Petunjuk Pengisian :

Di bawah ini ada 37 pertanyaan. Adapun cara menjawabnya adalah sebagai berikut :

1. Isilah identitas yang diperlukan (cukup No absen dan kelas anda).
2. Dalam setiap pertanyaan mungkin pernah anda alami, tetapi jika pertanyaan tersebut belum pernah anda alami anggaplah pertanyaan tersebut sedang anda hadapi.
3. Bacalah secara seksama pertanyaan tersebut serta responlah pertanyaan tersebut dengan memilih salah satu dari kelima item pilihan.
4. Jawablah pertanyaan tersebut dengan melingkari salah satu pilihan jawaban.
5. Jawaban Anda yang pertama itulah yang terbaik. Jangan membuang waktu dengan mencoba memikirkan kembali jawaban atau respons anda.
6. Tidak ada jawaban yang benar atau salah, yang ada adalah sesuai atau tidak dengan diri anda, oleh sebab itu saudara diharapkan menjawab dengan sejujurnya.

Sesamat Mengerjakan

No Absen :
Kelas :

1. Teman-teman sekelas saya tidak menerima ide-ide anda dalam suatu diskusi, yang saya lakukan adalah:

(C -)

- (a) Memukuli teman yang tidak sependapat dengan saya
- (b) Marah-marah serta merusak benda yang berada di sekitar saya.
- (c) Tetap dalam suasana diskusi tetapi mengacuhkan pembicaraan diskusi
- (d) Pergi meninggalkan diskusi tersebut
- (e) Tetap tenang dan berpikir jernih menerima dengan lapang dada

2. Teman-teman sekelas tidak tanggap terhadap pendapat saya dalam suatu diskusi, hal tersebut menjadikan saya merasakan :

(R-)

- (1) Saya malas untuk ikut dalam suatu diskusi apapun.
- (2) Saya menjadi orang yang minder dalam mengemukakan pendapat dalam suatu diskusi apapun.
- (3) Saya mengikuti diskusi apapun hanya dalam suasana diskusi saja tanpa ikut aktif berpartisipasi di dalamnya
- (4) Saya hanya akan mengemukakan pendapat saya jika memang saya mempunyai mood saja
- (5) Saya tetap berusaha memperbaiki cara berkomunikasi saya agar teman-teman mampu memahami pendapat saya

3. Teman-teman sekelas tidak tanggap terhadap pendapat saya, hal tersebut telah saya rasakan selama :

(E-)

- (1) Semenjak dari kecil sampai sekarang orang-orang sulit menanggapi pendapat saya
- (2) Semenjak saya mengenal teman-teman saya sampai sekarang mereka selalu tidak tanggap terhadap pendapat saya
- (3) Hal tersebut berlangsung ketika saya mendapatkan nilai raport terjelek semester lalu sampai sekarang
- (4) Ketika dalam diskusi pelajaran bahasa inggris seminggu lalu saya tidak bisa mengemukakan pendapat sehingga berakibat pada tidak tanggapnya teman-teman saya pada diskusi tersebut.
- (5) Mereka tidak tanggap terhadap pendapat saya hanya pada diskusi tersebut saja, karena keadaan badan saya agak tidak enak menyebabkan saya kurang bisa mengemukakan pendapat dengan baik

4. Hubungan saya dengan orang-orang yang saya cintai terasa semakin jauh menyebabkan saya menjadi :

(R-)

- (1) Menjadikan saya merasa terkucilkan dan suka menyendiri
- (2) Sulit bergaul dengan orang lain
- (3) Mengacuhkan orang lain
- (4) Mencari orang-orang yang lebih mencintai saya
- (5) Berpikir positif bahwa perasaan tersebut salah adanya dan hanya terbawa emosi sesaat belaka

5. Hubungan saya dengan orang-orang yang saya cintai terasa semakin jauh berlangsung selama :

(E-)

- (1) Semenjak kecil sampai sekarang hubungan saya dengan orang-orang yang saya cintai semakin menjauh.
- (2) Setiap saya membuat kesalahan orang-orang yang saya cintai semakin menjauh
- (3) Kadang-kadang perasaan tersebut muncul
- (4) Saya hanya merasakan pada saat itu saja perasaan menjauhnya orang-orang yang saya cintai menjauh, setelah itu perasaan tersebut tidak pernah muncul lagi.
- (5) Saya tidak mengalami perasaan orang-orang yang saya cintai menjauh

6. Saya bertengkar hebat dengan orang lingkungan sekitar anda (orang tua, adik, kakak, sepupu, teman, pacar atau orang lain di sekitar lingkungan anda), yang saya lakukan adalah :

(C-)

- (1) Mengajak berkelahi dengan orang tersebut
- (2) Merusak barang-barang yang ada di sekitarnya
- (3) Memaki-maki orang tersebut
- (4) Meninggalkan tempat pertengkaran tersebut
- (5) Berusaha menenangkan diri dan mencari jalan keluar terbaik atas persoalan yang dipertengkarkan dengan orang tersebut

7. Saya bertengkar hebat dengan orang lingkungan sekitar anda (orang tua, adik, kakak, sepupu, teman, pacar atau orang lain di sekitar lingkungan anda) adalah sesuatu yang saya rasa :

(Ow-)

- (1) Orang tersebut mengajak untuk bertengkar
- (2) Ada beberapa orang yang memprovokasi sehingga kami bertengkar
- (3) Adanya kesalahpahaman diantara kami
- (4) Saya mencari gara-gara agar kami bertengkar
- (5) Saya merasa bersalah karena saya yang memulai pertengkar tersebut

8. Saya diminta untuk pindah sekolahan kalau ingin tetap bersekolah, dalam menghadapi peristiwa tersebut saya :

(R-)

- (1) Tidak mau bersekolah lagi
- (2) Akan pergi meninggalkan rumah
- (3) Menjauh dari lingkungan sekitar saya
- (4) Acuh tak acuh dengan persoalan tersebut
- (5) Berusaha menerima keadaan tersebut dan berusaha tidak mengulanginya lagi kesalahan-kesalahan yang mengakibatkan hal tersebut terjadi

9. Kejadian Saya diminta untuk pindah sekolahan telah berlangsung selama :

(E-)

- (1) Kejadian ini mulai dari SD sampai sekarang karena saya selalu melanggar tata tertib yang ada di sekolahan
- (2) Kejadian tersebut saya alami ketika saya melanggar tata tertib sekolahan yang masuk kategori berat
- (3) Cuma 2 kali saja saya disuruh pindah sekolahan
- (4) Sekali ini saja kejadian ini saya alami
- (5) Kejadian tersebut tidak pernah saya alami sama sekali

10. Seseorang teman karib tidak menelpon pada hari ulang tahun saya, yang saya lakukan adalah :

(C-)

- (1) Tidak mau berteman lagi dengan dia
- (2) Menganggap dia bukan teman karib lagi melainkan teman biasa saja
- (3) Mencari teman karib baru yang mau menelpon pada hari ulang tahun baru
- (4) Mengacuhkan persoalan ini
- (5) Berpikir positif terhadap teman karib saya mungkin saja dia tidak ada pulsa untuk menelpon saya atau sebagainya.

11. Seseorang teman karib tidak menelpon pada hari ulang tahun anda, penyebab teman karib tidak menelpon pada hari ulang tahun saya karena:

(Or-)

- (1) Saya juga tidak pernah menelpon dia ketika dia ulang tahun
- (2) Saya tidak memberitahukan tanggal kelahiran saya kepada dia
- (3) Karena keluarga saya tidak mengadakan perayaan ulang tahun secara besar-besaran
- (4) Karena pulsa teman karib saya habis
- (5) Teman karib saya lupa tanggal kelahiran saya

12. Seorang sahabat karib Saya sakit jantung parah, yang saya lakukan adalah :

(C-)

- (1) Saya tidak mau makan sehari-hari sehingga menyebabkan saya juga sakit
- (2) Saya menangis sejadi-jadinya pada saat itu
- (3) Acuh terhadap persoalan tersebut
- (4) Ikut bersedih
- (5) Mendoakan teman saya agar cepat sembuh serta membantu semampunya demi kesembuhannya

13. Sahabat karib saya sakit jantung parah, hal ini ini adalah sesuatu yang saya rasa disebabkan :

(Ow-)

- (1) Karena kesalahan saya sering mengajaknya merokok
- (2) Karena saya tidak menegurnya untuk tidak merokok
- (3) Karena pola hidupnya yang tidak sehat
- (4) Karena kondisi rumahnya yang tidak sehat
- (5) Karena pola makan yang salah

14. Saya tidak termasuk sebagai peserta cerdas cermat (yang mana menjadi impian saya selama ini) di sekolah, lantaran hal tersebut saya merasakan :

(R-)

- (1) Saya menjadi malas mengerjakan tugas-tugas yang lain
- (2) Saya menangis sekeras-kerasnya
- (3) Mengacuhkan persoalan tersebut
- (4) Saya berusaha tabah
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

15. Saya tidak termasuk sebagai peserta cerdas cermat (yang mana menjadi impian saya selama ini) di sekolah, hal ini telah berlangsung :

(E-)

- (1) Semenjak kelas 1 SMK sampai sekarang
- (2) Kadang-kadang ikut
- (3) Cuma periode ini saja saya tidak diikutkan
- (4) Tidak pernah mengikutinya
- (5) Saya tidak pernah mengalaminya

16. Saya dikecewakan teman kelas yang dekat menyebabkan saya :

(R-)

- (1) Merasa terkucilkan dan suka menyendiri
- (2) Sulit bergaul dengan orang lain
- (3) Mengacuhkan orang lain
- (4) Mencari orang-orang yang lebih mencintai saya
- (5) Berpikir positif bahwa perasaan tersebut salah adanya dan hanya terbawa emosi sesaat belaka

17. Saya dikecewakan teman kelas yang dekat, hal tersebut berlangsung :

(E-)

- (1) Semenjak saya anggap dia menjadi teman dekat dia selalu mengecewakan
- (2) Sering mengecewakan
- (3) Kadang-kadang mengecewakan
- (4) Cuma sekali ini saja dia mengecewakan saya
- (5) Tidak pernah mengecewakan

18. Teman saya mengidap penyakit kanker, hal yang saya rasakan :

(R-)

- (1) Saya menjadi ikut-ikutan sakit karena terlalu memikirkan hal tersebut
- (2) Saya menangis sekeras-kerasnya
- (3) Mengacuhkan persoalan tersebut
- (4) Biasa saja
- (5) Saya menjadi seorang yang bersyukur karena diberi kesehatan oleh Tuhan YME

19. Penyebab Teman saya mengidap penyakit kanker, hal tersebut telah berlangsung :

(E-)

- (1) Semenjak dia kecil sudah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut
- (2) Semenjak dia SD
- (3) Semenjak SMP
- (4) Semenjak kelas 1
- (5) Tidak pernah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut

20. Strategi belajar saya selama semester ini mendatangkan penurunan prestasi menyebabkan :

(R-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Saya sedih
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

21. Strategi belajar saya selama semester ini mendatangkan penurunan prestasi, hal tersebut telah berlangsung :

(E-)

- (1) Saya selalu gagal merancang strategi belajar
- (2) Semenjak SMP
- (3) Semenjak kelas 1
- (4) Cuma semester ini saja saya gagal
- (5) Tidak pernah gagal

22. Saya ketinggalan angkutan umum yang menuju ke sekolahan, adalah sesuatu yang disebabkan :

(C-)

- (1) Saya sulit tidur sehingga saya bangun tidur kesiangan
- (2) Saya selalu begadang setiap malam ada pertandingan bola di TV sehingga bangun tidur kesiangan
- (3) Saya lagi apes saja
- (4) Dua hari ini rumah saya sedang mengadakan hajatan sehingga kalau malam sering begadang sehingga bangun tidur kesiangan
- (5) Cuma hari ini saja kejadian ini terjadi karena hujan cukup deras sehingga terlambat menuju halte bus.

23. Saya ketinggalan angkutan umum yang menuju ke sekolahan, penyebab saya ketinggalan angkutan umum yang menuju ke sekolahan :

(Or-)

- (1) Saya tidur kemalaman
- (2) Saya begadang sepakbola
- (3) Orang tua saya tidak mengantarkan saya ke halte bus tepat pada waktunya
- (4) Teman meminta dijemput dulu agar bisa naik angkutan umum bersama-sama
- (5) Hujan deras

24. Hasil prestasi belajar Saya mengalami kegagalan, Saya mengalami kegagalan mengakibatkan :

(C-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Saya sedih
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

25. Hasil prestasi belajar Saya mengalami kegagalan, penyebab saya mengalami kegagalan:

(Or-)

- (1) Karena guru saya telah mencap saya sebagai murid yang nakal dan bodoh sehingga memberikan nilai jelek
- (2) Karena saya tidak dibelikan oleh orang tua buku pelajaran yang menunjang hasil belajar saya
- (3) Karena apes
- (4) Saya jarang belajar
- (5) Saya akan memperbaiki kegagalan tersebut dengan rajin belajar

26. Orang tua saya menawarkan untuk memotong uang saku sebesar 50 % kalau ingin tetap bersekolah, tindakan orang tua saya tersebut menyebabkan :

(C-)

- (1) Saya menolak secara keras penawaran tersebut
- (2) Saya marah dan merusak benda-benda di rumah jika uang saku dikurangi
- (3) Saya acuhkan persoalan tersebut
- (4) Saya diam saja
- (5) Saya berusaha tenang dan berpikir jernih dengan pikiran positif

27. Motor saya mogok dalam perjalanan menuju sekolah, hal tersebut menyebabkan :

(R-)

- (1) Saya marah dan membanting motor tersebut
- (2) Saya panik
- (3) Saya bolos sekolah
- (4) Saya tetap masuk sekolah meskipun telat
- (5) Saya tenang, mencari bengkel dan tetap sekolah meskipun telat

28. Motor saya mogok dalam perjalanan menuju sekolah, hal tersebut telah saya alami selama:

(E-)

- (1) Hal tersebut selalu saya alami karena motor tersebut sudah tua
- (2) Hal tersebut kadang-kadang saya alami
- (3) Hal tersebut saya alami jika dalam sebulan motor tidak diservis
- (4) Hal tersebut cuma dua kali saja saya alami selama ini
- (5) Tidak pernah mogok

29. Dokter saya memberitahu bahwa tekanan darah saya terlampau tinggi, hal tersebut mengakibatkan :

(R-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan
- (4) Saya sedih
- (5) Saya berusaha tenang serta menjaga kesehatan lebih baik lagi

30. Tekanan darah saya tinggi, hal tersebut telah berlangsung selama :

(E-)

- (1) Semenjak saya kecil sudah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut
- (2) Semenjak SD
- (3) Semenjak SMP
- (4) Semenjak kelas 1
- (5) Tidak pernah mengidap gejala-gejala penyakit tersebut

31. Saya menelpon teman berkali-kali dan meninggalkan pesan, tetapi tidak satupun dibalas. Hal tersebut mengakibatkan saya :

(R-)

- (1) Tidak mau berteman lagi dengan dia
- (2) Menganggap dia bukan teman
- (3) Mencari teman baru yang lain
- (4) Mengacuhkan persoalan ini
- (5) Berpikir positif terhadap teman karib saya mungkin saja dia sedang sibuk

32. Saya menelpon teman berkali-kali tetapi dibalas. Teman saya tidak menjawab telepon saya, hal tersebut telah berlangsung selama:

(E-)

- (1) Semenjak saya anggap dia menjadi teman dekat dia selalu mengecewakan
- (2) Sering mengecewakan
- (3) Kadang-kadang mengecewakan
- (4) Cuma sekali ini saja dia mengecewakan saya
- (5) Tidak pernah mengecewakan

33. Saat pemeriksaan kesehatan, dokter memperingatkan kesehatan saya. hal yang saya lakukan :

(C-)

- (1) Saya tidak mau makan sehari
- (2) Saya menangis sejadi-jadinya pada saat itu
- (3) Acuh terhadap persoalan tersebut
- (4) Bersedih
- (5) Menerima peringatan tersebut dengan terbuka

34. Saat pemeriksaan kesehatan, dokter memperingatkan kesehatan saya. Penyebab dokter saya memperingatkan saya adalah karena :

(Ow-)

- (1) Kesalahan saya sering melanggar perintah dari dokter
- (2) Saya tidak minum obat secara rutin
- (3) Pola hidup yang tidak sehat
- (4) Kondisi rumahnya yang tidak sehat
- (5) Pola makan yang salah

35. Hasil penilaian prestasi belajar saya tidak menyenangkan. Hal tersebut menyebabkan saya :

(C-)

- (1) Menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Menjadi frustrasi
- (3) Menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Sedih
- (5) Sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

36. Saya tidak naik kelas seperti yang diharapkan, dalam menghadapi masalah tersebut :

(C-)

- (1) Saya menjadi tidak bergairah menjalani hidup
- (2) Saya menjadi frustrasi
- (3) Saya menjadi mengacuhkan tentang prestasi
- (4) Saya sedih
- (5) Saya, sabar, menerima dengan lapang dada , serta mengevaluasi diri agar menjadi lebih baik

37. Saya tidak naik kelas seperti yang diharapkan, penyebab saya tidak naik kelas :

(Or-)

- (1) Karena kesalahan menilai gurunya
- (2) Karena saya tidak dibelikan oleh orang tua buku pelajaran yang menunjang hasil belajar saya
- (3) Karena apes
- (4) Saya jarang belajar
- (5) Saya akan memperbaiki kegagalan tersebut dengan rajin belajar

HARAP DIPERIKSA KEMBALI APAKAH SUDAH DIISI DENGAN LENGKAP

TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASINYA

Mimpikan mimpi yang menjulang, dan jadilah seperti yang kau impikan. Visi yang kau miliki adalah janji seperti apa kau suatu hari nanti; cita-cita yang kau miliki adalah ramalan yang akan kau ungkapkan pada akhirnya... (James Allen)

Pemberian Skor

Anda perhatikan huruf kecil C, Or, Ow, R, E di samping setiap pertanyaan tempat Anda melingkari jawabannya. Ada yang memiliki tanda plus, dan ada yang memiliki tanda minus. Karena kita lebih memperhatikan respons-respons anda terhadap kesulitan, anda hanya akan memberi nilai pada jawaban-jawaban yang bertanda minus di sampingnya. Ini adalah peristiwa-peristiwa yang mengandung kesulitan, dan hanya inilah yang didaftar secara berurutan pada lembar kerja yang disediakan di halaman berikut.

- A. Di dalam lembar kerja yang tersedia, masukkanlah jawaban-jawaban anda di tempat yang kosong di samping angka untuk setiap peristiwa.
- B. Ikutilah instruksinya pada lembar kerja itu secara berurutan untuk menghitung dimensi-dimensi CORE anda dan AQ keseluruhan anda.

RENCANA TINDAKAN

NO	TUJUAN	INDIKATOR	PELAKSANAAN TINDAKAN	KEMAMPUAN YANG DIHARAPKAN TERCAPAI	WAKTU PELAKSANAAN
1	Memberikan pemahaman kepada siswa kelas X TPTL2 SMK N 5 Semarang tentang pola pikir destruktif dalam pandangan adversity quotient serta dampaknya dan adversity quotient serta arti pentingnya adversity quotient tinggi bagi siswa.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dapat menjelaskan pola pikir destruktif dalam pandangan adversity quotient, serta dampak bagi siswa ➤ Siswa dapat menjelaskan pengertian adversity quotient. ➤ Siswa dapat menjelaskan arti pentingnya adversity quotient bagi siswa sendiri. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mengetengahkan materi tentang pola pikir destruktif dalam adversity quotient dan adversity quotient kepada siswa melalui pelaksanaan bimbingan klasikal dengan bentuk ceramah bimbingan. ➤ Mendiskusikan hal-hal yang perlu ditempuh agar adversity quotient siswa lebih meningkat dalam pelaksanaan bimbingan klasikal. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pemahaman siswa tentang adversity quotient dapat berkembang dengan baik. ➤ Siswa dapat merumuskan upaya apa saja yang bias dilakukan agar adversity quotient siswa meningkat. 	9&16 Oktober 2008 (Siklus 1 Tindakan 1&2)

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dapat menjelaskan cara-cara untuk meningkatkan adversity quotient siswa 			
2.	Adversity quotient siswa dapat lebih meningkat setelah melihat film.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dapat menjelaskan adegan yang membuat pola pikir destruktif ➤ Siswa dapat menjelaskan adegan yang membuat adversity quotientnya muncul. Dan siswa dapat mengetahui hal-hal apa saja yang bisa meningkatkan adversity quotient. 	Memutar film education “Insight 12 SPSS” dan “orang cacat yang sukses”.	Siswa dapat merasakan bahwa adversity quotientnya lebih meningkat setelah melihat film	22 Oktober 2008 (Siklus 2 Tindakan 1&2)

SATUAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik permasalahan : Pola Pikir Destruktif
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi, sosial dan belajar
- C. Jenis Pelayanan Dasar : Bimbingan Klasikal
- D. Fungsi Pelayanan Dasar : Pemahaman
- E. Tujuan Pelayanan Dasar : Memberikan pemahaman kepada siswa kelas X TPTL2 SMK N 5 Semarang tentang pola pikir destruktif dalam pandangan adversity quotient serta dampaknya
- F. Hasil yang dicapai : Agar Siswa dapat menjelaskan pola pikir destruktif dalam pandangan adversity quotient, serta dampak bagi siswa
- G. Sasaran : Siswa SMK N 5 Semarang kelas X TPTL 2
- H. Uraian Kegiatan
- a. Tahap Awal
 1. Berdoa
 2. Pembentukan rapport
 3. Menjelaskan pengertian dan tujuan melaksanakan bimbingan klasikal
 4. Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri
 5. Permainan untuk pengakraban
 - b. Tahap Proses
 1. Menjelaskan kegiatan akan ditempuh pada tahap berikutnya
 2. Menawarkan atau mengamati apakah para siswa sudah siap memasuki kegiatan berikutnya.
 3. Membahas suasana yang terjadi
 4. Meningkatkan suasana yang terjadi
 5. Peneliti mengungkapkan masalah atau topik bahasan.
 6. Peneliti dan siswa membahas topik secara mendalam dan tuntas

c. Tahap Pengakhiran

1. Peneliti mengemukakan bahwa kegiatan bimbingan klasikal akan segera berakhir
2. Peneliti dan siswa mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan.
3. Membahas kegiatan lanjutan
4. Para siswa mengemukakan pesan dan harapan.
5. Menutup dengan doa

I. Metode : Ceramah Bimbingan

J. Tempat Penyelenggaraan : Ruang praktek (bengkel) teknik instalasi listrik
SMK N 5 Semarang

K. Waktu/tanggal : 3x45 menit/ Kamis/20 November 2008

L. Penyelenggara Pelayanan Dasar: Peneliti (Eko Adi Putro)

M. Pihak-pihak yang disertakan:

1. Konselor sekolah.
2. Guru Mata Pelajaran Yang Diambil jam Pelajarannya.

N. Alat dan perlengkapan yang digunakan: Laptop, Proyektor, kertas A4, MP5 dan alat tulis serta presensi siswa.

O. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

1. Evaluasi proses, yaitu antusias para siswa dalam mengikuti pelaksanaan bimbingan klasikal dan keterlibatannya dalamnya. Seberapa besar pemahaman siswa pada saat pelaksanaan bimbingan klasikal tentang pola pikir destruktif dalam pandangan adversity quotient serta dampaknya
2. Evaluasi hasil, yaitu evaluasi yang dilaksanakan pada saat pelaksanaan bimbingan klasikal dan dapat mengambil rencana apa yang harus dilakukan pada siklus selanjutnya.

P. Tindak lanjut: Melaksanakan tindakan lanjutan pada siklus ini

Q. Keterkaitan kegiatan layanan/kegiatan pendukung :

R. Catatan Khusus:

Semarang, November 2008

Praktikan

Eko Adi Putro

NIM 1301403067



MATERI

POLA PIKIR DESTRUKTIF

Ketika orang menemui kesulitan lalu gagal tidak dapat mengatasinya, maka langsung memvonis dan menyakini dirinya tidak berdaya. Demikianlah pada situasi kesulitan berikutnya, juga terburu mempercayai bahwa dirinya “bakal tidak berdaya lagi” sehingga terbentuklah pola pikir destruktif

Indikator pola pikir destruktif adalah sebagai berikut :

1. Ketidakberdayaan yang dipelajari
 - Pola pikir langsung menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan atau hambatan
 - Pola pikir tidak bereaksi apapun dan pasrah dalam merespon kesulitan
 - Pola pikir tidak mencoba untuk mengakhiri kesulitan, dan menganggap apa yang dilakukan untuk mengakhiri kesulitan tersebut tidak bermanfaat.
 - Tidak adanya imunitas pada pola pikir individu dalam merespon kesulitan
 - Tidak adanya dorongan pemberdayaan dari lingkungan sekitar
2. Teori atribusi
 - Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat permanen.
 - Cara menjelaskan atau merespon kesulitan pesimis.
 - Cara menjelaskan atau merespon kesulitan sebagai suatu yang bersifat pribadi dan meluas
3. Tahan banting
 - Pola pikir terbentuk dalam merespon kesulitan cenderung terlalu menderita dan tahan lama
 - Tidak adanya komitmen dan pola pikir merespon kesulitan adalah tantangan

4. Keuletan

- Tidak mempunyai pola pikir sebagai perencana
- Tidak mampu memanfaatkan peluang

5. Efektivitas diri

- Tidak adanya keyakinan menguasai diri dan untuk menghadapi kesulitan

6. Kebiasaan

- Terbentuknya kebiasaan destruktif

7. Ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda

- Kesehatan mental terganggu akibat respons lemah menghadapi kesulitan
- Kesehatan jasmani terganggu akibat pola respons yang lemah menghadapi kesulitan

Sikap mental seperti ini menghancurkan dorongan untuk bertindak. Hilanglah kemampuan untuk mengendalikan peristiwa. Sebaliknya peristiwalah yang akhirnya mengendalikan dirinya.

Akibat buruk dari pola pikir destruktif ini adalah :

1. Merendahkan prestasi, kinerja, motivasi, energi.
2. Menurunkan produktifitas, vitalitas, kreatifitas.
3. Melemahkan kemauan belajar.
4. Memupuskan keberanian mengambil resiko.
5. Meracuni keuletan dan ketekunan.
6. Bahkan mengganggu kesehatan.

SATUAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik permasalahan : Adversity Quotient
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi, sosial dan belajar
- C. Jenis Pelayanan Dasar : Bimbingan Klasikal
- D. Fungsi Pelayanan Dasar : Pemahaman
- E. Tujuan Pelayanan Dasar : Memberikan pemahaman kepada siswa kelas X TPTL2 SMK N 5 Semarang tentang adversity quotient serta arti pentingnya adversity quotient tinggi bagi siswa
- F. Hasil yang dicapai : Siswa dapat menjelaskan pengertian adversity quotient serta dapat menjelaskan arti pentingnya adversity quotient bagi siswa sendiri.
- G. Sasaran : Siswa SMK N 5 Semarang kelas X TPTL 2
- H. Uraian Kegiatan
- a. Tahap Awal
 1. Berdoa
 2. Pembentukan rapport
 3. Menjelaskan kembali tujuan pelaksanaan bimbingan klasikal
 - b. Tahap Proses
 1. Menjelaskan kegiatan akan ditempuh pada tahap berikutnya
 2. Menawarkan atau mengamati apakah para siswa sudah siap memasuki kegiatan berikutnya.
 3. Membahas suasana yang terjadi
 4. Meningkatkan suasana yang terjadi
 5. Peneliti mengungkapkan masalah atau topik bahasan.
 6. Peneliti dan siswa membahas topik secara mendalam dan tuntas

c. Tahap Pengakhiran

1. Peneliti mengemukakan bahwa kegiatan bimbingan klasikal akan segera berakhir
2. Peneliti dan para siswa mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan.
3. Membahas kegiatan lanjutan
4. Para siswa mengemukakan pesan dan harapan.
5. Menutup dengan berdoa

I. Metode : Ceramah dan Tanya Jawab

J. Tempat Penyelenggaraan : Ruang kelas R.18 SMK N 5 Semarang

K. Waktu/tanggal : 1x45 menit/ Kamis/27 November 2008

L. Penyelenggara Pelayanan Dasar: Peneliti (Eko Adi Putro)

M. Pihak-pihak yang disertakan:

1. Konselor sekolah.
2. Guru mata pelajaran yang diambil jam pelajarannya

N. Alat dan perlengkapan yang digunakan: Laptop, papan tulis dan alat tulis serta presensi siswa.

O. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

1. Evaluasi proses, yaitu antusias dari para siswa dalam mengikuti kegiatan bimbingan klasikal dan keterlibatannya dalam pelaksanaan bimbingan klasikal. Seberapa besar pemahaman siswa pada saat bimbingan klasikal tentang adversity quotient serta arti pentingnya adversity quotient tinggi bagi siswa
2. Evaluasi hasil, yaitu evaluasi yang dilaksanakan pada saat bimbingan klasikal dan dapat mengambil rencana apa yang harus dilakukan pada siklus selanjutnya.

P. Tindak lanjut: Melaksanakan tindakan lanjutan pada siklus ke dua

Q. Keterkaitan kegiatan layanan/kegiatan pendukung :

R. Catatan Khusus:

Semarang, November 2008

Praktikan

Eko Adi Putro

NIM 1301403067



MATERI

ADVERSITY QUOTIENT

A. PENGERTIAN

Adversity Quotient dapat diambil pengertian sebagai suatu usaha manusia untuk merespon hambatan, kegagalan dan kesulitan dalam hidup sebagai sesuatu yang menumbuhkan tantangan atau daya juang untuk mencapai sesuatu yang positif.

B. DIMENSI ADVERSITY QOUTIENT (AQ)

AQ mempunyai 4 dimensi yang disingkat CO2RE :

- *Control (C)* atau kendali ditujukan untuk mengetahui seberapa banyak kendali yang dapat kita rasakan terhadap suatu peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Yang penting adalah sejauhmana kita merasakan bahwa kendali itu ikut berperan dalam peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Contoh : siswa mampu mengendalikan masalah kurang bisa menelaah pelajaran matematika
- *Origin dan Ownership (O2)* = Aspek yang mempertanyakan siapa atau apa yang menimbulkan kesulitan, dan sejauhmana seseorang menganggap dirinya mempengaruhi dirinya sebagai penyebab dan asal-usul kesulitan. Contoh : siswa mampu mengetahui penyebab timbulnya masalah itu dari dirinya sendiri, teman-teman sekelasnya atau guru mata pelajaran matematika.
- *Reach (R)* = Merupakan bagian dari AQ yang mempertanyakan sejauhmanakah kesulitan akan menjangkau bagian-bagian lain dari kehidupan kita. Contoh dari masalah kurang bisa menelaah pelajaran matematika denga baik itu siswa menjadi malas belajar matematika, minder, bolos pelajAran matematika.
- *Endurance (E)* = Dalam bahasa Indonesia dapat diartikan ketahanan yaitu aspek yang mempertanyakan dua hal yang berkaitan yaitu berapa lamakah kesulitan akan berlangsung dan berapa lamakah penyebab kesulitan itu

akan berlangsung lama. Contoh : siswa dalam mengalami masalah kurang bisa menelaah pelajaran matematika berlangsung lama.

C. TINGKATAN ADVERSITY QUOTIENT

1. Mereka yang berhenti (*Quitters*)

Contoh : seorang individu atau siswa yang tidak berlutik hanya mengeluh ketika ditimpa kondisi buruk misalnya pendeirtaan, kemiskinan, kebodohan dan sebagainya.

2. Mereka yang berkemah (*Campers*)

Contoh : Siswa yang mengira bahwa sukses itu adalah yang penting sudah naik atau lulus, meskipun pas-pasan saja.

3. Para pendaki (*Climbers*)

Climbers adalah orang yang ulet, gigih., tabah dan tidak mudah putus asa. Di tempat kerja mereka menyukai tantangan, dapat memotivasi diri sendiri, mau mau belajar seumur hidup dan melakukan perbaikan terus menerus serta tidak takut akan perubahan.

D. FAKTOR PENYEBAB ADVERSITY QUOTIENT MENJADI RENDAH

Pola Pikir Destruktif :

2. Ketidakberdayaan yang dipelajari
3. Teori atribusi
3. Tahan banting
4. Keuletan
5. Efektivitas diri
6. Kebiasaan
7. Ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda

E. KIAM-KIAM PENINGKATAN ADVERSITY QUOTIENT

1. LEAD :

- a) Listen ; Melalui Listen, kita mendengarkan respon-respon terhadap kesulitan
- b) Explore; Melalui explore, mampu memahami kesulitan serta konsekuensinya dari kesulitan yang dihadapinya
- c) Analyse : Melalui analyse, mampu menelusuri bagaimana kendalinya terhadap kesulitan yang dihadapinya
- d) Do : Melalui do, seseorang tidak tinggal diam dalam menghadapi kesulitan karena ia akan mengambil tindakan.

LEAD dapat mengubah keberhasilan kita dengan mengubah kebiasaan-kebiasaan berpikir kita. Perubahan diciptakan dengan pola-pola lama dan membentuk pola baru.

2. Melalui puasa, kecerdasan ini pun bisa diasah. Berikut kegiatannya:

- a. Bertahan meski lapar/haus

Jadikan kegiatan puasa sebagai tantangan bagi anak. Kalau di tahun sebelumnya ia baru puasa setengah hari, coba untuk puasa sehari penuh tahun ini. Awalnya mungkin berat, namun semangat anak untuk tetap bertahan dari segala godaan. Kuat menahan godaan adalah bagian dari AQ.

- b. Mendengar cerita nabi-nabi

Selama bulan puasa ajak anak mendengar cerita perjuangan nabi-nabi baik dari buku cerita, teve, maupun kegiatan pesantren kilat. Semua nabi memiliki AQ yang tinggi dan bisa dijadikan contoh. Ceritakan dengan gaya yang menarik sehingga anak terinspirasi untuk selalu bersemangat menghadapi tantangan, tidak mudah menyerah dan putus asa serta selalu memohon perlindungan pada Tuhan.

SATUAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Permasalahan : Film edukasi dengan judul “orang cacat yang sukses”.
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi, sosial dan belajar
- C. Jenis Pelayanan Dasar : Bimbingan Klasikal
- D. Fungsi Pelayanan Dasar : Pemahaman
- E. Tujuan Pelayanan Dasar : Adversity quotient siswa dapat lebih meningkat setelah melihat film.
- F. Hasil yang dicapai : Siswa dapat merasakan bahwa adversity quotientnya lebih meningkat setelah melihat film.
- G. Sasaran : Siswa SMK N 5 Semarang kelas X TPTL 2
- H. Uraian Kegiatan
- a. Tahap Proses
 1. Berdoa
 2. Pembentukan rapport
 3. Menjelaskan kembali sekilas pengertian dan tujuan Bimbingan klasikal
 4. Menjelaskan kegiatan akan ditempuh pada tahap berikutnya
 5. Menawarkan atau mengamati apakah para siswa sudah siap memasuki kegiatan berikutnya.
 6. Membahas suasana yang terjadi
 7. Mengadakan permainan “Mansyur” dengan tujuan dari permainan ini adalah selain sebagai relaksasi permainan ini juga mampu menghantarkan pada tema film yang diketengahkan pada kegiatan ini
 8. Meningkatkan suasana yang terjadi.

b. Tahap Proses

1. Peneliti memutar film tentang orang cacat yang sukses.
2. Peneliti bersama-sama siswa mengungkapkan masalah atau topik bahasan yang dapat diambil dari film tersebut.
3. Peneliti dan siswa membahas topik secara mendalam dan tuntas.
4. Memutar film selingan tentang ibu dengan tujuan lebih menajamkan kembali pola pikir menumbuhkembangkan adversity quotient siswa

c. Tahap Pengakhiran

1. Peneliti mengemukakan bahwa kegiatan bimbingan klasikal akan segera berakhir.
2. Peneliti dan siswa mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan.
3. Membahas kegiatan lanjutan
4. Siswa mengemukakan pesan dan harapan.
5. mengakhiri dengan doa

I. Metode : Ceramah bimbingan dengan media bimbingan Film

J. Tempat Penyelenggaraan : Ruang aula SMK N 5 Semarang

K. Waktu/tanggal : 3x45 menit/ Kamis/ 8 Januari 2009

L. Penyelenggara Pelayanan Dasar: Peneliti (Eko Adi Putro)

M. Pihak-pihak yang disertakan:

1. Konselor sekolah.
2. guru mata pelajaran yang diambil jam pelajarannya

N. Alat dan perlengkapan yang digunakan: laptop beserta dvd room, proyektor, speaker aktif dan alat-alat tulis serta presensi siswa.

O. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

1. Evaluasi proses, yaitu antusias dari para siswa dalam mengikuti kegiatan bimbingan klasikal dan keterlibatan di dalamnya. Melakukan observasi mengetahui adversity quotient siswa melalui pengamatan langsung disertai pencatatan

2. Evaluasi hasil, yaitu evaluasi yang dilaksanakan pada saat pelaksanaan bimbingan klasikal dan dapat mengambil rencana apa yang harus dilakukan pada siklus selanjutnya.

P. Tindak lanjut: Melaksanakan tindakan lanjutan pada siklus kedua tindakan kedua

Q. Keterkaitan kegiatan layanan/kegiatan pendukung :

R. Catatan Khusus:



Semarang, November 2008

Praktikan

Eko Adi Putro

NIM 1301403067

RESUME

Bimbingan klasikal dalam penelitian menggunakan media bimbingan. Adapun topic bimbingan klasikal penelitian ini yaitu akan mengetengahkan film tentang hal-hal yang memaparkan 1) perubahan keberhasilan kita dengan mengubah kebiasaan-kebiasaan berpikir kita, perubahan diciptakan dengan pola-pola lama dan membentuk pola baru. 2) respon-respon terhadap kesulitan. 3) kemampuan memahami tentang kesulitan serta konsekuensinya dari kesulitan yang dihadapinya. 4) kemampuan menelusuri bagaimana kendalanya terhadap kesulitan yang dihadapinya. 5) film yang merangsang seseorang tindak tinggal diam dalam menghadapi kesulitan karena ia akan mengambil tindakan

Kegiatan pemutaran film ini merupakan suatu media dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini. Diharapkan dengan adanya pemutaran film dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini mampu merangsang siswa meningkatkan adversity quotientnya.

Adapun sinopsis dari cerita film tersebut adalah model-model orang sukses beserta tips-tips mereka mampu meraih kesuksesan. Dalam film tersebut terdapat banyak sekali unsur-unsur tentang adversity quotient yaitu tentang : Batu I psikologi kognitif yang meliputi ketidakberdayaan yang dipelajari, teori atribusi, tahan banting, keuletan, efektivitas diri; Batu II neurofisiologi meliputi : kebiasaan destruktif; Batu III psikoneuroimunologi meliputi : ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda.

Perubahan film terhadap perubahan sikap sangat besar. Individu memiliki kecenderungan untuk meniru obyek yang telah dilihatnya. Dengan melihat film edukasi orang cacat yang sukses dapat meningkatkan adversity quotient siswa.



SATUAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Permasalahan : Film edukasi dengan judul “INSIGHT 12 SPSS”.
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi, sosial dan belajar
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman
- E. Tujuan Layanan : Adversity quotient siswa dapat lebih meningkat setelah melihat film.
- F. Hasil yang dicapai : Siswa dapat merasakan bahwa adversity quotientnya lebih meningkat setelah melihat film.
- G. Sasaran : Siswa SMK N 5 Semarang kelas X TPTL 2
- H. Uraian Kegiatan
- a. Tahap pembentukan
 1. Pembentukan rapport
 2. Pemimpin kelompok menjelaskan maksud diadakannya penelitian ini dan mengulas kembali materi yang dibahas pada pertemuan sebelumnya serta bersama-sama dengan anggota kelompok mengevaluasi pertemuan yang lalu agar kegiatan ini lebih baik.
 - b. Tahap Peralihan
 1. Menjelaskan kegiatan akan ditempuh pada tahap berikutnya
 2. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap memasuki kegiatan berikutnya.
 3. Membahas suasana yang terjadi
 4. Meningkatkan suasana yang terjadi.

c. Tahap Kegiatan

1. Pemimpin kelompok memutar film tentang INSIHGT 12 SPSS.
2. Pemimpin kelompok bersama-sama anggota kelompok mengungkapkan masalah atau topik bahasan yang dapat diambil dari film tersebut.
3. Pemimpin kelompok dan anggota membahas topik secara mendalam dan tuntas.
4. Memutar film selingan tentang ibu dengan tujuan lebih menajamkan kembali pola pikir menumbuhkembangkan adversity quotient anggota kelompok.

d. Tahap Pengakhiran

1. Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan segera berakhir.
2. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan.
3. Membahas kegiatan lanjutan
4. Anggota mengemukakan pesan dan harapan.

I. Metode : Media bimbingan Film, Ceramah dan Tanya Jawab

J. Tempat Penyelenggaraan : Ruang aula SMK N 5 Semarang

K. Waktu/tanggal : 3x45 menit/ Kamis/ 15 Januari 2009

L. Penyelenggara Layanan : Praktikan (Eko Adi Putro)

M. Pihak-pihak yang disertakan:

1. Konselor sekolah.
2. Dosen pembimbing skripsi

N. Alat dan perlengkapan yang digunakan: laptop beserta dvd room, proyektor, speaker aktif dan alat-alat tulis serta presensi anggota kelompok.

O. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

1. Evaluasi proses, yaitu Antusias dari anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan Bimbingan Kelompok dan keterlibatannya dalam dinamika kelompok. Melakukan observasi mengetahui adversity quotient siswa melalui pengamatan langsung disertai pencatatan

2. Evaluasi hasil, yaitu adversity quotient anggota kelompok meningkat.

P. Tindak lanjut:

Q. Keterkaitan kegiatan layanan/kegiatan pendukung :

R. Catatan Khusus:

Semarang, November 2008

Praktikan

Eko Adi Putro

NIM 1301403067



RESUME

Bimbingan klasikal dalam penelitian menggunakan media bimbingan. Adapun topik bimbingan klasikal dalam penelitian ini yaitu akan mengetengahkan film tentang hal-hal yang memaparkan 1) perubahan keberhasilan kita dengan mengubah kebiasaan-kebiasaan berpikir kita, perubahan diciptakan dengan pola-pola lama dan membentuk pola baru. 2) respon-respon terhadap kesulitan. 3) kemampuan memahami tentang kesulitan serta konsekuensinya dari kesulitan yang dihadapinya. 4) kemampuan menelusuri bagaimana kendalanya terhadap kesulitan yang dihadapinya. 5) film yang merangsang seseorang tindak tinggal diam dalam menghadapi kesulitan karena ia akan mengambil tindakan

Kegiatan pemutaran film ini merupakan suatu media dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini. Diharapkan dengan adanya pemutaran film dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dalam penelitian ini mampu merangsang siswa meningkatkan adversity quotientnya.

Adapun sinopsis dari cerita film tersebut adalah perjuangan hidup seorang pemuda cacat secara fisik yaitu tidak mempunyai tangan mampu hidup sukses dengan keterbatasan yang dimilikinya. Dalam film tersebut terdapat banyak sekali unsur-unsur tentang adversity quotient yaitu tentang : Batu I psikologi kognitif yang meliputi ketidakberdayaan yang dipelajari, teori atribusi, tahan banting, keuletan, efektivitas diri; Batu II neurofisiologi meliputi : kebiasaan destruktif; Batu III psikoneuroimunologi meliputi : ada hubungan respon kesulitan dengan kesehatan mental dan jasmaniah anda.

Perubahan film terhadap perubahan sikap sangat besar. Individu memiliki kecenderungan untuk meniru obyek yang telah dilihatnya. Dengan melihat film edukasi orang cacat yang sukses dapat meningkatkan adversity quotient siswa.



ADVERSITY RESPONSE PROFILE SIKLUS I

HASIL SIKLUS I TINDAKAN I

No.	Kode	Kondisi Awal		Siklus I Tindakan I	
		Σ	Kriteria	Σ	Kriteria
1	R-30	104	Sangat Rendah	145	Rendah
2	R-32	111	Sangat Rendah	135	Sangat Rendah
3	R-29	117	Sangat Rendah	135	Sangat Rendah
4	R-1	118	Sangat Rendah	140	Sangat Rendah
5	R-4	120	Sangat Rendah	140	Sangat Rendah
6	R-6	122	Sangat Rendah	153	Rendah
7	R-25	125	Sangat Rendah	148	Rendah
8	R-9	126	Sangat Rendah	134	Sangat Rendah
9	R-18	128	Sangat Rendah	131	Sangat Rendah
10	R-14	129	Sangat Rendah	142	Sangat Rendah
11	R-21	130	Sangat Rendah	132	Sangat Rendah
12	R-27	133	Sangat Rendah	165	Sedang
13	R-8	134	Sangat Rendah	139	Sangat Rendah
14	R-26	135	Sangat Rendah	156	Rendah
15	R-24	135	Sangat Rendah	168	Sedang
16	R-22	136	Sangat Rendah	142	Sangat Rendah
17	R-28	138	Sangat Rendah	144	Rendah
18	R-19	140	Sangat Rendah	155	Rendah
19	R-12	141	Sangat Rendah	149	Rendah
20	R-15	142	Sangat Rendah	147	Rendah
21	R-3	142	Sangat Rendah	153	Rendah
22	R-7	144	Rendah	145	Rendah
23	R-13	144	Rendah	145	Rendah
24	R-2	145	Rendah	153	Rendah
25	R-11	146	Rendah	157	Rendah
26	R-35	146	Rendah	168	Sedang
27	R-5	150	Rendah	156	Rendah
28	R-31	152	Rendah	160	Rendah
29	R-16	156	Rendah	158	Rendah
30	R-34	158	Rendah	159	Rendah
31	R-10	172	Tinggi	179	Sangat Tinggi
32	R-20	179	Sangat Tinggi	181	Sangat Tinggi

HASIL SIKLUS I TINDAKAN II

No.	Kode	Siklus I Tindakan I		Siklus I Tindakan II	
		Σ	Kriteria	Σ	Kriteria
1	R-30	145	Rendah	164	Sedang
2	R-32	135	Sangat Rendah	153	Rendah
3	R-29	135	Sangat Rendah	145	Rendah
4	R-1	140	Sangat Rendah	153	Rendah
5	R-4	140	Sangat Rendah	166	Sedang
6	R-6	153	Rendah	167	Sedang
7	R-25	148	Rendah	153	Rendah
8	R-9	134	Sangat Rendah	135	Sangat Rendah
9	R-18	131	Sangat Rendah	135	Sangat Rendah
10	R-14	142	Sangat Rendah	152	Rendah
11	R-21	132	Sangat Rendah	160	Rendah
12	R-27	165	Sedang	169	Tinggi
13	R-8	139	Sangat Rendah	151	Rendah
14	R-26	156	Rendah	157	Rendah
15	R-24	168	Sedang	171	Tinggi
16	R-22	142	Sangat Rendah	156	Rendah
17	R-28	144	Rendah	147	Rendah
18	R-19	155	Rendah	159	Rendah
19	R-12	149	Rendah	155	Rendah
20	R-15	147	Rendah	167	Sedang
21	R-3	153	Rendah	160	Rendah
22	R-7	145	Rendah	154	Rendah
23	R-13	145	Rendah	146	Rendah
24	R-2	153	Rendah	166	Sedang
25	R-11	157	Rendah	163	Sedang
26	R-35	168	Sedang	169	Tinggi
27	R-5	156	Rendah	164	Sedang
28	R-31	160	Rendah	163	Sedang
29	R-16	158	Rendah	165	Sedang
30	R-34	159	Rendah	163	Sedang
31	R-10	179	Sangat Tinggi	180	Sangat tinggi
32	R-20	181	Sangat Tinggi	182	Sangat tinggi

ADVERSITY RESPONSE PROFILE SIKLUS II

HASIL SIKLUS 2 TINDAKAN I

No.	Kode	Siklus I Tindakan II		Siklus 2 Tindakan I	
		Σ	Kriteria	Σ	Kriteria
1	R-30	164	Sedang	171	Tinggi
2	R-32	153	Rendah	153	Rendah
3	R-29	145	Rendah	149	Rendah
4	R-1	153	Rendah	155	Rendah
5	R-4	166	Sedang	169	Tinggi
6	R-6	167	Sedang	166	Sedang
7	R-25	153	Rendah	170	Tinggi
8	R-9	135	Sangat Rendah	164	Sedang
9	R-18	135	Sangat Rendah	158	Rendah
10	R-14	152	Rendah	166	Sedang
11	R-21	160	Rendah	165	Sedang
12	R-27	169	Tinggi	173	Tinggi
13	R-8	151	Rendah	166	Sedang
14	R-26	157	Rendah	165	Sedang
15	R-24	171	Tinggi	173	Tinggi
16	R-22	156	Rendah	158	Rendah
17	R-28	147	Rendah	164	Sedang
18	R-19	159	Rendah	170	Tinggi
19	R-12	155	Rendah	164	Sedang
20	R-15	167	Sedang	166	Sedang
21	R-3	153	Rendah	172	Tinggi
22	R-7	154	Rendah	167	Sedang
23	R-13	146	Rendah	162	Sedang
24	R-2	166	Sedang	164	Sedang
25	R-11	163	Sedang	171	Tinggi
26	R-35	169	Tinggi	169	Tinggi
27	R-5	164	Sedang	175	Tinggi
28	R-31	163	Sedang	174	Tinggi
29	R-16	165	Sedang	172	Tinggi
30	R-34	163	Sedang	165	Sedang
31	R-10	180	Sangat tinggi	174	Tinggi
32	R-20	182	Sangat tinggi	180	Sangat tinggi

HASIL SIKLUS 2 TINDAKAN II

No.	Kode	Siklus I Tindakan II		Siklus 2 Tindakan I	
		Σ	Kriteria	Σ	Kriteria
1	R-30	171	Tinggi	172	Tinggi
2	R-32	153	Rendah	169	Tinggi
3	R-29	149	Rendah	167	Sedang
4	R-1	155	Rendah	181	Sangat tinggi
5	R-4	169	Tinggi	178	Sangat tinggi
6	R-6	166	Sedang	169	Tinggi
7	R-25	170	Tinggi	179	Sangat tinggi
8	R-9	164	Sedang	172	Tinggi
9	R-18	158	Rendah	165	Sedang
10	R-14	166	Sedang	173	Tinggi
11	R-21	165	Sedang	179	Sangat tinggi
12	R-27	173	Tinggi	177	Sangat tinggi
13	R-8	166	Sedang	174	Tinggi
14	R-26	165	Sedang	173	Tinggi
15	R-24	173	Tinggi	182	Sangat tinggi
16	R-22	158	Rendah	167	Sedang
17	R-28	164	Sedang	173	Tinggi
18	R-19	170	Tinggi	176	Sangat tinggi
19	R-12	164	Sedang	172	Tinggi
20	R-15	166	Sedang	176	Tinggi
21	R-3	172	Tinggi	175	Tinggi
22	R-7	167	Sedang	173	Tinggi
23	R-13	162	Sedang	174	Tinggi
24	R-2	164	Sedang	178	Sangat tinggi
25	R-11	171	Tinggi	178	Sangat tinggi
26	R-35	169	Tinggi	177	Sangat tinggi
27	R-5	175	Tinggi	170	Tinggi
28	R-31	174	Tinggi	176	Sangat tinggi
29	R-16	172	Tinggi	173	Tinggi
30	R-34	165	Sedang	170	Tinggi
31	R-10	174	Tinggi	183	Sangat tinggi
32	R-20	180	Sangat tinggi	181	Sangat tinggi

DOKUMENTASI PENELITIAN



1. Penyebaran Adversity Response Profile Awal



2. Wawancara



3. Tindakan I Siklus I



4. Penyebaran ARP Siklus I Tindakan I



5. Tindakan II Siklus I



6. Penyebaran AR Siklus I Tindakan II



7. Tindakan I Siklus II



8. Penyebaran ARP Siklus II Tindakan I



9. Tindakan II Siklus II



10. Penyebaran ARP Siklus II Tindakan II