YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN: 2808-2346
e-ISSN: 2808-1854

Terindeks: SINTA 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v6i5.11445

PENGARUH KONSELING BEHAVIORISTIK TERHADAP *ACADEMIC HARDINESS* SISWA MAN 2 BUKITTINGGI

The Effect of Behavioristic Counseling on Students' Academic Hardiness at MAN 2 Bukittinggi

Yeni Febrianti & Fadhilla Yusri
UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi
yenifebrianti809@gmail.com; fadhillayusri@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Jun 15, 2026	Jul 13, 2026	Jul 25, 2026	Jul 30, 2026

Abstract

Low academic hardiness among some students at MAN 2 Bukittinggi was indicated by their tendency to give up easily when facing learning difficulties, limited self-control in dealing with academic challenges, and low commitment to completing school assignments. This study aimed to analyze the effect of behavioral counseling on the academic hardiness of students at MAN 2 Bukittinggi. The study employed a quantitative approach using a pre-experimental method and a one-group pretest–posttest design. The research population consisted of 125 Grade X students, while the sample comprised eight students selected through purposive sampling. Data were collected using an academic hardiness questionnaire developed by the researchers and analyzed using the Wilcoxon signed-rank test with SPSS version 26. The results showed that all students experienced an increase in academic hardiness after participating in behavioral counseling. The mean score increased from 72.75 on the pretest to 134.625 on the posttest, with all students classified in the high category after the intervention. The hypothesis test yielded an Asymp. Sig. (2-tailed) value of 0.012 < 0.05, indicating a significant difference between the conditions before and after the intervention. Thus, behavioral counseling had a significant effect on improving students' academic hardiness. These findings provide practical implications for Guidance and Counseling

Yasin Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

teachers to use behavioral counseling as an alternative service for improving students' commitment, self-control, and ability to face academic challenges.

Keywords: Guidance and Counseling; Academic Hardiness; Behavioral Counseling; Self-Control; Students

Abstrak: Rendahnya ketangguhan akademik (*academic hardiness*) pada sebagian peserta didik MAN 2 Bukittinggi ditunjukkan oleh kecenderungan mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan belajar, kurangnya kontrol diri dalam menghadapi tantangan akademik, serta rendahnya komitmen dalam menyelesaikan tugas sekolah. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh konseling behavioristik terhadap ketangguhan akademik peserta didik MAN 2 Bukittinggi. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode praeksperimen dan desain *One-Group Pretest–Posttest*. Populasi penelitian terdiri atas 125 peserta didik kelas X, sedangkan sampel berjumlah delapan peserta didik yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner ketangguhan akademik yang dikembangkan oleh peneliti dan dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank* dengan bantuan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh peserta didik mengalami peningkatan ketangguhan akademik setelah mengikuti konseling behavioristik. Rata-rata skor meningkat dari 72,75 pada *pretest* menjadi 134,625 pada *posttest*, dengan seluruh peserta didik berada pada kategori tinggi setelah perlakuan. Hasil uji hipotesis memperoleh nilai *Asymp. Sig.* (2-tailed) sebesar 0,012 < 0,05, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah perlakuan. Dengan demikian, konseling behavioristik berpengaruh signifikan terhadap peningkatan ketangguhan akademik peserta didik. Temuan ini memberikan implikasi praktis bagi guru Bimbingan dan Konseling untuk menggunakan konseling behavioristik sebagai alternatif layanan dalam meningkatkan komitmen, kontrol diri, dan kemampuan peserta didik menghadapi tantangan akademik.

Kata Kunci: Bimbingan dan Konseling; Ketangguhan Akademik; Konseling Behavioristik; Kontrol Diri; Peserta Didik

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu aspek penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia (Abdillah, 2024). Melalui pendidikan, peserta didik tidak hanya memperoleh pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga dibentuk agar mampu menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan (Cynthia & Sihotang, 2023; Fuadhah,2024). Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dijelaskan bahwa pendidikan bertujuan mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi individu yang beriman, berakhlak mulia, berilmu, mandiri, serta bertanggung jawab dalam kehidupan bermasyarakat (Abdullah, 2022; Ristanti et al., 2020)

Dalam proses pendidikan, siswa sering dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik seperti banyaknya tugas, persaingan belajar, tekanan memperoleh prestasi, serta perubahan sistem pembelajaran (Feyza & Prima, 2026; Fitriyanti, 2025) Kondisi tersebut dapat

menimbulkan tekanan akademik yang berdampak pada menurunnya motivasi belajar apabila siswa tidak memiliki kemampuan untuk bertahan dan menyesuaikan diri terhadap kesulitan yang dihadapi.

Salah satu konsep yang menjelaskan kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan akademik adalah academic hardiness (Muhlisin & Sa'diyah, 2025). Academic hardiness merupakan karakteristik kepribadian yang menggambarkan ketangguhan individu dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik melalui tiga aspek utama yaitu commitment (komitmen), control (kontrol), dan challenge (tantangan). Siswa yang memiliki academic hardiness tinggi cenderung tetap berkomitmen terhadap proses belajar, mampu mengendalikan diri ketika menghadapi kesulitan, serta memandang hambatan sebagai peluang untuk berkembang (Sutanti et al., 2026; Qais, 2025) Sebaliknya, siswa dengan academic hardiness rendah cenderung mudah menyerah, kehilangan motivasi, dan menganggap tekanan akademik sebagai ancaman.

Teori tersebut di perkuat dengan adanya penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hartati et al., 2018 dengan judul penelitian "Pengaruh Konseling Behavioristik Terhadap Perilaku Agresif Belajar Siswa." Adapun hasil penelitiannya yaitu hasil yang diperoleh dalam penelitian ini t-hitung lebih besar dari pada t-tabel (5.253 > 2.262) dengan demikian kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah: Ada Pengaruh Konseling Behavioristik Terhadap Perilaku Agresif Belajar Siswa di MTs. Asy-Syfi'iyah Bendung Kabupaten Lombok Timur Tahun Pelajaran 2017/2018. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini "Signifikan" (Hartati et al., 2018)

Upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan academic hardiness siswa yaitu melalui layanan bimbingan dan konseling, salah satunya menggunakan pendekatan konseling behavioristic (Wahyu et al., 2024). Konseling behavioristik merupakan pendekatan yang berfokus pada perubahan perilaku melalui proses pembelajaran dan penguatan (reinforcement) (Syafitri et al., 2019) Pendekatan ini menekankan bahwa perilaku individu dapat dipelajari dan diubah melalui pembiasaan, latihan, pemberian stimulus, serta penguatan terhadap perilaku yang diharapkan. Dalam konteks pendidikan, konseling behavioristik dapat membantu siswa membentuk perilaku belajar yang lebih adaptif sehingga mampu meningkatkan ketahanan akademiknya.

Hubungan antara konseling behavioristik dan academic hardiness terletak pada kemampuan pendekatan behavioristik dalam membentuk perilaku belajar yang konsisten dan

positif. Melalui proses konseling, siswa diarahkan untuk mengenali perilaku yang menghambat keberhasilan belajar dan menggantinya dengan perilaku yang mendukung pencapaian akademik. Penguatan yang diberikan selama proses konseling dapat membantu siswa meningkatkan komitmen belajar, kemampuan mengontrol diri, serta keberanian menghadapi tantangan akademik.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di MAN 2 Bukittinggi pada siswa kelas X, ditemukan bahwa masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan memahami materi pelajaran, kurang fokus saat pembelajaran berlangsung, menunda penyelesaian tugas, serta mudah menyerah ketika memperoleh hasil belajar yang kurang memuaskan. Selain itu, hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling menunjukkan bahwa sebagian siswa masih mengalami rendahnya aspek komitmen, kontrol diri, dan kemampuan menghadapi tantangan akademik. Kondisi tersebut menunjukkan masih rendahnya academic hardiness pada sebagian siswa serta belum diterapkannya layanan konseling behavioristik secara khusus untuk membantu meningkatkan academic hardiness siswa. Terkait layanan konseling behavioristik belum pernah digunakan untuk mengatasi masalah academic hardiness di MAN 2 Bukittinggi. Apabila masalah academic hardiness ini dibiarkan maka akan berdampak luas terhadap kegiatan belajar siswa.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling behavioristik terhadap peningkatan academic hardiness siswa kelas X di MAN 2 Bukittinggi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian Pre-Experimental Design. Desain penelitian yang digunakan adalah One Group Pretest-Posttest Design, yaitu penelitian eksperimen yang menggunakan satu kelompok tanpa kelompok pembanding (Al Muhandis & Riyadi, 2023). Desain ini digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat academic hardiness siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan konseling behavioristik. Dalam pelaksanaannya, siswa terlebih dahulu diberikan pre-test untuk mengetahui kondisi awal academic hardiness, kemudian diberikan perlakuan berupa konseling behavioristik, dan selanjutnya diberikan post-test untuk mengetahui perubahan academic hardiness setelah memperoleh perlakuan (Rifani & Ayuningtias; Sari et al., 2023)

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa kelas X MAN 2 Bukittinggi. Populasi penelitian berjumlah 125 orang siswa kelas X MAN 2 Bukittinggi. Sampel penelitian berjumlah 8 orang siswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu. Pemilihan sampel dilakukan berdasarkan kondisi siswa yang memiliki tingkat academic hardiness rendah sesuai dengan tujuan penelitian, sehingga siswa tersebut menjadi partisipan yang diberikan perlakuan konseling behavioristik.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner academic hardiness yang dikembangkan oleh peneliti (Sulastri & Yusra, 2023). Instrumen tersebut digunakan untuk mengukur tingkat academic hardiness siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Pengumpulan data dilakukan melalui pemberian pre-test dan post-test. Pre-test dilaksanakan pada Selasa, 28 April 2026 kepada 8 orang siswa yang telah ditetapkan sebagai sampel penelitian untuk mengetahui skor gejala-gejala academic hardiness sebelum diberikan perlakuan (treatment). Setelah itu, siswa diberikan perlakuan berupa layanan konseling behavioristik. Selanjutnya, post-test dilaksanakan pada 19 Mei 2026 untuk mengetahui kondisi academic hardiness siswa setelah diberikan perlakuan sekaligus melihat ada atau tidaknya perbedaan skor academic hardiness sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling behavioristik. Dengan demikian, proses penelitian yang terdokumentasi dalam penelitian ini berlangsung dari pelaksanaan pre-test pada 28 April 2026 sampai pelaksanaan post-test pada 19 Mei 2026, yaitu selama kurang lebih 21 hari atau tiga minggu.

Data yang telah diperoleh dari hasil pre-test dan post-test selanjutnya dianalisis secara kuantitatif. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan antara skor pre-test dan post-test setelah diberikan perlakuan konseling behavioristik. Uji Wilcoxon digunakan untuk menguji perubahan atau perbedaan skor academic hardiness siswa sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok yang sama (Farida & Heriyadi, 2026). Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 26. Hasil analisis kemudian digunakan sebagai dasar dalam pengujian hipotesis untuk mengetahui pengaruh layanan konseling behavioristik terhadap academic hardiness siswa di MAN 2 Bukittinggi.

HASIL

Pre-Test dilaksanakan pada hari Selasa 28 April 2026 yang diberikan kepada 8 orang siswa sebagai sampel penelitian yang digunakan untuk mengetahui skor gejala-gejala pada academic hardiness siswa, sebelum dilaksanakan perlakuan (treatmen), pre-test yang diberikan berupa instrumen academic hardiness siswa.

Tabel 1. Pre-Test

Statistics		
Pretest		
N	Valid	8
	Missing	0
Mean		72,7500
Std. Error of Mean		1,58959
Median		74,5000
Mode		76,00
Std. Deviation		4,49603
Variance		20,214
Range		13,00
Minimum		64,00
Maximum		77,00
Sum		582,00

Dari tabel diatas menunjukkan hasil *pre-test* dengan jumlah 8 orang siswa sebelum diberikan (*treatmen*) konseling behavioristik. Meannya 72,7500 yang mana nilai ini adalah rata-rata siswa yang memiliki *academic hardiness* yang rendah sebelum diberikannya perlakuan, median 74,5000 yang mana ini merupakan titik tengah dari data yang diurutkan, modus 76,00 yang mana ini merupakan nilai yang sering muncul, *sum* 582,00 *variance* 20,214 adalah varian data yang didapatkan dari kelipatan standar deviasi, nilai tertinggi 77,00 dan nilai terendah 64,00 dalam kelompok ini, kemudian untuk range 13,00 merupakan jarak nilai min dan max, standar deviasi 4,49603 adalah ukuran penyebaran data dan rata-rata serta standar error adalah 1,58959 yang mana ini adalah kesalahan standar untuk populasi yang diperkirakan sampel dengan menggunakan rata-rata.

Pemberian *post-test* dilaksanakan pada tanggal 19 Mei 2026, *academic hardiness* siswa setelah diberikan perlakuan (*treatmen)* sekaligus untuk melihat ada atau tidaknya perbedaan

skor *academic hardiness* yang diperoleh sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan konseling behavioristik.

Tabel 2. Post-Test

Statistics		
Posttest		
N	Valid	8
	Missing	0
Mean		134,6250
Std. Error of Mean		1,13291
Median		134,0000
Mode		132,00
Std. Deviation		3,20435
Variance		10,268
Range		9,00
Minimum		131,00
Maximum		140,00
Sum		1077,00

Dari tabel diatas menunjukkan hasil *post-test* dengan jumlah sampel 8 orang siswa di MAN 2 Bukittinggi setelah diberikan perlakuan konseling behavioristik.

Meannya 134,6250, yang mana ini adalah rata-rata siswa yang memiliki *academic hardiness* yang rendah dan nilai ini tergolong sedang, median 134,0000 yang mana ini merupakan titik tengah dari data yang diurutkan, modus 132,00 yang mana ini merupakan nilai yang sering muncul, sum 1077,00, *variance* 10,268 adalah varian data yang didapatkan dari kelipatan standar deviasi, nilai tertinggi 140,00 dan nilai terendah 131,00 dalam kelompok ini, kemudian *range* 9,00 merupakan jarak nilai min dan max, standar deviasi 3,20435 adalah ukuran penyebaran data dan rata-rata serta standar error adalah 1,13291 yang mana ini adalah kesalahan standar untuk populasi yang diperkirakan sampel dengan menggunakan rata-rata.

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor *post-test* setelah diberikan perlakuan konseling behavioristik terhadap *academic hardiness* siswa di MAN 2 Bukittinggi tergolong dalam kategori tinggi.

Tabel. 3 Perbandingan *Pre-Test* dan *Post-Test*

No	Responden	Pre-Test		Post-Test	
		Skor	Keterangan	Skor	Keterangan
1	AM	70	Rendah	135	Tinggi
2	MH	76	Rendah	138	Tinggi
3	ADF	77	Rendah	133	Tinggi
4	NF	76	Rendah	131	Tinggi
5	RAN	70	Rendah	132	Tinggi
6	DS	64	Rendah	136	Tinggi
7	NRD	76	Rendah	132	Tinggi
8	RU	73	Rendah	140	Tinggi
Jumlah		582		1077	
Mean		72,75		134,62	
Nilai Tertinggi		77		140	
Nilai Terendah		64		131	

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Skor Pre-Test dan Post-Test

No	Skor	Kategori	Pre-Test		Post-Test	
			Frekuensi	%	Frekuensi	%
1	124-169	Tinggi	0	0%	8	100%
2	79-123	Sedang	0	0%	0	0%
3	34-78	Rendah	8	100%	0	0%
Jumlah			8	100	8	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa pada hasil *pre-test* terdapat 8 frekuensi pada kategori rendah. Pada hasil *post-test* terdapat 8 frekuensi pada kategori tinggi.

Data yang sudah diperoleh selanjutnya akan dianalisis dengan menggunakan uji *wilcoxon*, analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan antara *pretest* dan *post-test*.

Tabel 5. Uji Wilcoxon

Test Statistics[a]	
	Posttest - Pretest
Z	-2,527[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	,012
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks.	

Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* dari tabel di atas maka dapat diketahui nilai signifikasi (2-tailed) bernilai 0,012 lebih kecil dari < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang artinya terdapat perbedaan antara *academic hardiness* siswa di MAN 2 Bukittinggi untuk *pre-test* dan *post-test*. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konseling behavioristik terhadap *academic hardiness* di MAN 2 Bukittinggi.

PEMBAHASAN

Hasil pengolahan data diketahui bahwa hasil *pre-test* dengan jumlah sampel 8 orang sebelum diberikan perlakuan konseling behavioristik. Jumlah skor *pre-test* 582 dengan mean 72,75 yang merupakan rata-rata tingkat *academic hardiness* siswa di kelas X. Nilai tersebut termasuk kategori rendah, sedangkan nilai tertingginya adalah 77 dan nilai terendah 64, oleh karena itu *academic hardiness* siswa dari hasil *pre-test* pada kelompok eksperimen tergolong kategori rendah, dapat dikatakan siswa memiliki *academic hardiness* yang rendah. *Academic hardiness* merupakan kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan dan tantangan akademik dengan sikap yang positif (Setyowati et al., 2024). Siswa yang memiliki academic hardiness tinggi cenderung mampu bertahan dalam situasi sulit, memiliki komitmen terhadap kegiatan belajar, mampu mengontrol diri, serta memandang kesulitan akademik sebagai tantangan yang harus dihadapi. Sebaliknya, siswa yang memiliki academic hardiness rendah biasanya mudah menyerah, kurang percaya diri, tidak disiplin dalam belajar, serta kurang mampu menghadapi tekanan akademik.

Rendahnya academic hardiness siswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, kurangnya dukungan sosial, serta kemampuan penyesuaian diri yang rendah (Syafira, 2024). Kondisi tersebut menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam menghadapi tugas akademik, kurang termotivasi dalam belajar, dan mudah mengalami stres ketika menghadapi tekanan akademik. Oleh karena itu, diperlukan layanan yang mampu membantu siswa membentuk perilaku yang lebih positif dan adaptif, salah satunya melalui konseling behavioristik kelompok.

Melalui konseling behavioristik kelompok, siswa dilatih untuk mengurangi perilaku negatif seperti menunda tugas, malas belajar, mudah menyerah, dan kurang percaya diri. Sebaliknya, siswa mulai membentuk perilaku positif seperti lebih disiplin dalam belajar, mampu menyelesaikan tugas tepat waktu, lebih percaya diri, serta lebih mampu

mengendalikan emosi ketika menghadapi tekanan akademik. Perubahan perilaku tersebut menunjukkan adanya peningkatan academic hardiness pada diri siswa.

Berdasarkan hasil pre-test, diperoleh nilai rata-rata academic hardiness siswa sebesar 72,50 yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan layanan konseling behavioristik siswa berada pada kategori rendah. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa siswa masih mengalami hambatan dalam menghadapi tuntutan akademik, seperti kurangnya ketahanan dalam menyelesaikan tugas, mudah menyerah ketika mengalami kesulitan belajar, serta kurangnya kontrol terhadap perilaku belajar.

Setelah diberikan layanan konseling behavioristik kelompok, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan dengan nilai rata-rata sebesar 134,625. Selain itu, hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami peningkatan, terlihat dari nilai Positive Ranks sebanyak 8 siswa, sedangkan Negative Ranks dan Ties bernilai 0. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh siswa mengalami perubahan positif setelah mengikuti konseling behavioristik.

Peningkatan academic hardiness tersebut sesuai dengan konsep konseling behavioristik yang menjelaskan bahwa perilaku individu dapat mengalami perubahan melalui proses belajar, pemberian stimulus, serta penguatan terhadap perilaku yang sesuai. Melalui proses konseling behavioristik, siswa diarahkan untuk mengenali perilaku belajar yang kurang efektif, memahami dampaknya, dan membentuk perilaku baru yang lebih adaptif.

Perubahan perilaku tersebut berkaitan dengan peningkatan academic hardiness, terutama pada aspek komitmen, kontrol, dan tantangan. Siswa mulai mampu meningkatkan tanggung jawab terhadap kegiatan akademik, mengendalikan perilaku belajar, serta melihat kesulitan akademik sebagai sesuatu yang dapat dihadapi.

Meningkatnya academic hardiness yang dialami oleh siswa MAN 2 Bukittinggi setelah diberikannya perlakuan melalui konseling behavioristik dapat memberikan perubahan perilaku siswa dalam belajar, yang dimana siswa mulai menunjukkan sikap yang lebih disiplin dalam belajar dan lebih bertanggung jawab terhadap tugas-tugas akademik. Siswa juga menjadi lebih aktif dalam mengikuti proses pembelajaran serta mampu menyelesaikan tugas tepat waktu. Selain itu, siswa terlihat lebih percaya diri dalam menghadapi kesulitan belajar dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi tantangan akademik.

Teori tersebut di perkuat dengan adanya penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hartati et al tahun 2018 penelitian "Pengaruh Konseling Behavioristik Terhadap Perilaku

Agresif Belajar Siswa." Adapun hasil penelitiannya yaitu hasil yang diperoleh dalam penelitian ini t-hitung lebih besar dari pada t-tabel (5.253 > 2.262) dengan demikian kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah: Ada Pengaruh Konseling Behavioristik Terhadap Perilaku Agresif Belajar Siswa di MTs. Asy-Syfi'iyah Bendung Kabupaten Lombok Timur Tahun Pelajaran 2017/2018. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini "Signifikan". Selain itu ada penelitian yang dilakukan oleh Reni Liana dengan judul penelitian "Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioristik Untuk Mengurangi Perilaku Membolos". Adapun hasil penelitiannya menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan behavioristik berpengaruh terhadap pengurangan perilaku membolos siswa. Hal ini dibuktikan dari hasil analisis uji paired T Test dengan nilai probabilitas sig (2-tailed) 0,000< 0,05. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, terdapat perbedaan skor pre-test dan post-test sebesar 16,75 atau 12,5%. Hasil dari penelitian ini disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan behavioristik berpengaruh terhadap peningkatan academic hardiness siswa kelas X SMK Ma'arif NU 1 Purworejo.

Setelah diberikannya perlakuan pada siswa yang mengalami academic hardiness yang rendah siswa di MAN 2 Bukittinggi. Maka berdasarkan hal tersebut, konseling behavioristik kelompok dapat membantu siswa, sehingga siswa mengalami peningkatan dalam academic hardiness. Pengujian hipotesis untuk mengetahui pre-test dan post-test dengan menggunak uji wilcoxon signed rank test yang dilakukan dengan menggunakan program SPSS 26. Sehingga didapatkan hasil positif rank (peningkatan dari pre-test dan post-test) sebanyak 8 orang siswa, sehingga ada peningkatan pada mean rank yaitu 4,50 maupun pada sum ranknya 36,00. Ties (nilai kesamaan dari nilai pre-test dan post-test) yang nilai 0.

Uji hipotesis pre-test dan post-test nilai sebesar -2,57b, sedangkan hasil Asymp sig (2-tailed) sebesar 0,012 yang berarti lebih kecil dari alpha < 0,05. Hasil pengujian hipotesis pre-test dan post-test dapat disimpulkan bahwa Ha diterima artinya terdapat pengaruh layanan konseling behavioristik terhadap academic hardiness.

Konseling behavioristik kelompok merupakan layanan konseling yang berfokus pada perubahan perilaku maladaptif menjadi perilaku yang lebih adaptif melalui proses belajar, pembiasaan, latihan, dan penguatan perilaku. Dalam pendekatan behavioristik, perilaku individu dipandang sebagai hasil belajar sehingga perilaku yang kurang sesuai dapat diubah melalui stimulus dan penguatan yang dilakukan secara sistematis. Melalui konseling behavioristik kelompok, siswa dibimbing untuk membentuk kebiasaan belajar yang lebih

baik, meningkatkan disiplin, melatih kontrol diri, serta mengembangkan tanggung jawab dalam kegiatan akademik.

Hubungan antara academic hardiness dengan konseling behavioristik kelompok terlihat pada proses perubahan perilaku siswa selama kegiatan konseling berlangsung. Teknik-teknik behavioristik seperti reinforcement, modeling, self-management, dan role playing membantu siswa mengembangkan perilaku positif dalam menghadapi tuntutan akademik. Penguatan yang diberikan konselor maupun anggota kelompok membuat siswa lebih termotivasi untuk mempertahankan perilaku positif tersebut. Selain itu, dinamika kelompok juga membantu siswa belajar dari pengalaman anggota lainnya sehingga siswa memperoleh pemahaman bahwa setiap masalah akademik dapat dihadapi dengan usaha dan sikap yang positif.

Dari hasil perlakuan (teratment) dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan academic hardiness siswa setelah diberikannya layanan konseling behavioristik, yang terlihat adanya penurunan data pre-test dan post-test. Maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan konseling behavioristik berpengaruh untuk meningkatkan academic hardiness siswa kelas X di MAN 2 Bukittinggi.

Hasil penelitian ini berimplikasi pada pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya dalam upaya meningkatkan academic hardiness siswa. Konseling behavioristik dapat dijadikan salah satu alternatif intervensi bagi guru BK untuk membantu siswa membentuk perilaku belajar yang lebih adaptif, meningkatkan komitmen, kontrol diri, kedisiplinan, serta kemampuan menghadapi tantangan akademik. Temuan penelitian menunjukkan bahwa layanan tersebut dapat memberikan perubahan positif terhadap ketahanan siswa dalam menghadapi tuntutan akademik.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel yang relatif kecil, yaitu hanya 8 siswa dari populasi 125 siswa, serta menggunakan desain pre-experimental dengan model one group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Oleh karena itu, hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas dan peningkatan academic hardiness belum sepenuhnya dapat dipastikan hanya disebabkan oleh perlakuan konseling behavioristik. Selain itu, penelitian dilakukan pada konteks satu sekolah sehingga kondisi lingkungan dan karakteristik siswa di sekolah lain mungkin menghasilkan temuan yang berbeda.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti menyimpulkan bahwa hasil pre-test pada sejumlah siswa sebelum diberikan perlakuan berupa konseling behavioristik menunjukkan nilai rata-rata lebih tinggi dibandingkan dengan hasil post-test setelah diberikan perlakuan, yang diperkuat dengan hasil uji hipotesis, dimana nilai statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik. Nilai signifikansi lebih kecil dari pada batas signifikansi yang telah ditetapkan.

Temuan ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah perlakuan. Dengan demikian, layanan konseling behavioristik terbukti efektif dalam mengatasi academic hardiness peserta didik kelas X di MAN 2 Bukittinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Ha diterima dan H0 ditolak, maka dapat dikatakan terdapat perbedaan antara pre-test dan post-test pada siswaa kelas X di MAN 2 Bukittinggi.

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu bimbingan dan konseling dengan memperkuat bukti empiris bahwa konseling behavioristik dapat digunakan sebagai pendekatan untuk meningkatkan academic hardiness siswa. Temuan penelitian memperkaya kajian mengenai penerapan pendekatan behavioristik dalam membantu siswa mengembangkan perilaku belajar yang lebih adaptif, khususnya dalam aspek komitmen, kontrol diri, dan kemampuan menghadapi tantangan akademik. Hasil uji Wilcoxon yang menunjukkan nilai signifikansi 0,012 juga memberikan dukungan empiris terhadap efektivitas intervensi tersebut dalam konteks pendidikan.

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar dan melibatkan beberapa sekolah dengan karakteristik yang beragam agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Penelitian berikutnya juga dapat menggunakan desain eksperimen yang lebih kuat, seperti quasi-experimental dengan kelompok kontrol, serta melakukan pengukuran tindak lanjut untuk mengetahui keberlanjutan efektivitas konseling behavioristik terhadap academic hardiness siswa. Selain itu, peneliti dapat mengkaji pengaruh faktor lain, seperti dukungan keluarga, lingkungan sekolah, dukungan sosial, dan kemampuan penyesuaian diri, yang berpotensi memengaruhi tingkat academic hardiness siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Abdillah, F. (2024). Peran Perguruan Tinggi dalam Meningkatkan Kualitas Sumber Daya Manusia di Indonesia. *EDUCAZIONE: Jurnal Multidisiplin, 1*(1), 13–24. https://doi.org/10.37985/educazione.v1i1.4

Abdullah, M. (2022). Lembaga Pendidikan sebagai Suatu Sistem Sosial: Studi tentang Peran Lembaga Pendidikan di Indonesia dalam Perspektif Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. *Mamba'ul 'Ulum, 18*(1), 38–48. https://doi.org/10.54090/mu.56

Al Muhandis, M. A., & Riyadi, A. (2023). Analisis Efektivitas Customer First Quality First Approach pada Training Quality Dojo dengan Metode Quasi Eksperimen One Group Pretest Posttest Design. *Journal of Applied Multimedia and Networking, 7*(2), 98–106. https://doi.org/10.30871/jamn.v7i2.6931

Cynthia, R. E., & Sihotang, H. (2023). Melangkah Bersama di Era Digital: Pentingnya Literasi Digital untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis dan Kemampuan Pemecahan Masalah Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Tambusai, 7*(3), 31712–31723. https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.12179

Farida, I., & Hariyadi, S. (2026). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Board Game untuk Meningkatkan Akademik Hardiness Siswa. *Jurnal Studi Guru dan Pembelajaran, 9*(1), 288–300. https://doi.org/10.30605/jsgp.9.1.2026.8171

Feyza, F. A., & Prima, E. (2026). Strategi Psikologi Pendidikan dalam Mengatasi Tekanan Akademik Mahasiswa Baru. *PARADIA: Journal of Education and Innovation, 1*(2), 1–11. https://jurnal.sahabatriset.com/index.php/paradia/article/view/5

Fitriyanti, W. A. (2025). Konsep Stres Akademik dan Implikasinya terhadap Perilaku Belajar Siswa. *Al-Kindi, 1*(1), 1–15. https://journal-aharesearch.com/index.php/akjpim/article/view/11

Fuadhah, N. L. (2024). Membentuk Karakter Peserta Didik dalam Perspektif Filsafat Pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Nusantara, 3*(2), 127–139. https://doi.org/10.55080/jpn.v3i2.90

Hartati, A., Kartiani, B. S., & Anam, M. C. (2018). Pengaruh Konseling Behavioristik terhadap Prilaku Agresif Belajar Siswa. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 3*(1), 525–535. https://doi.org/10.33394/realita.v3i1.2118

Hasanah, A. M., Sutanti, T., Kumara, A. R., & Setyowati, A. (2026). Pengaruh Academic Hardiness dan Resiliensi Akademik terhadap Work Readiness pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan, 9*(4), 946–963. https://doi.org/10.22460/fokus.v9i4.31000

Muhlisin, A. N., & Sa'diyah, E. H. (2025). Self-adjustment and academic hardiness in students at Islamic boarding school through Erik Erikson's psychosocial approach. *Empatheia: Jurnal Psikologi, 2*(1), 1–11. https://ejournal.iainutuban.ac.id/index.php/empatheia/article/view/1249

Qais, M. (2025). *Hubungan Hardiness terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni Universitas Lampung* [Undergraduate thesis, Universitas Lampung]. https://digilib.unila.ac.id/92329/

Rifani, E., & Ayuningtias, A. D. L. (2022). Academic Hardiness Tinjauan dari Jenis Kelamin dan Usia Siswa Sekolah Menengah Atas di Kota Semarang. *Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 4*(2), 68–73. https://doi.org/10.32585/advice.v4i2.3576

Ristanti, O., Suri, A., Choirrudin, C., & Dinanti, L. K. (2020). Pendidikan Islam dalam Sistem Pendidikan Nasional: Telaah terhadap UU No. 20 Tahun 2003. *Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam, 13*(2), 152–159. https://doi.org/10.32832/tawazun.v13i2.2826

Sari, P., Idris, I., & Siregar, I. K. (2023). An analysis of university students' academic hardiness: Its implication on academic achievement. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal), 10*(2), 227–234. https://doi.org/10.24042/kons.v10i2.18737

Setyowati, A., Partini, S., Wahyudi, A., Rahayu, Y. I., Ardini, F. M., & Widiatmoko, M. (2024). Melatih Academic Hardiness melalui Petualangan: Dampak Adventure Based Counseling pada Siswa. *Indonesian Journal of Educational Counseling, 8*(2), 217–227. https://doi.org/10.30653/001.202482.384

Sulastri, & Yusra, Z. (2023). Kontribusi Academic Hardiness dan Grit terhadap Prokrastinasi Akademik. *Innovative: Journal of Social Science Research, 3*(3), 8263–8270. https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/3128

Syafira, N. I. (2024). *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Academic Burnout dengan Hardiness sebagai Variabel Mediator: Studi pada Mahasiswa di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al Hidayah Kedungwaru Tulungagung* [Master's thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. http://etheses.uin-malang.ac.id/61373/

Syafitri, D., Rahardjo, S., & Zamroni, E. (2020). Mengatasi Dampak Negatif Introvert melalui Konseling Behavioristik Teknik Desensitisasi Sistematis pada Siswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia, 2*(2), 141–150. https://doi.org/10.24176/jpp.v2i2.4506

Wahyu, E., Ellita, Y., & Afriwilda, M. T. (2024). Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Self-Talk dalam Meningkatkan Academic Hardiness Siswa. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling, 13*(2), 49–57. https://doi.org/10.21009/INSIGHT.132.06