



PELATIHAN KONSELING REALITA SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN KARAKTER HARDINESS SISWA PADA MGBK SMP SE-KOTA SEMARANG

Mulawarman Mulawarman*¹, Dwi Yuwono Puji Sugiharto², Eni Rindi Antika³, Achmad Miftachul 'Ilmi⁴,
Thrisia Febrianti⁵, Nabila Fuadina⁶, Alvia Ainil Lathifah⁷, Ilma Zaerotul Farida⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Universitas Negeri Semarang

*e-mail: mulawarman@mail.unnes.ac.id

ABSTRAK

Peran konselor sekolah sangat penting dalam mendukung perkembangan siswa secara optimal, terutama mengingat rendahnya karakter hardiness siswa SMP dalam menempuh pendidikan. Profesionalitas konselor dalam memberikan layanan konseling komprehensif sangat menentukan dalam penanganan karakter hardiness siswa. Salah satu pendekatan konseling yang dianggap efektif dalam meningkatkan karakter hardiness siswa adalah konseling realita. Oleh karena itu, tim pengabdian melakukan pelatihan konseling realita sebagai upaya peningkatan karakter hardiness siswa pada MGBK SMP se-Kota Semarang. Metode pelaksanaan pengabdian ini menggunakan tiga tahap yang terdiri atas identifikasi peserta, pelaksanaan pelatihan, dan evaluasi. Kegiatan peengabdian dilakukan selama dua hari dengan peserta 35 konselor SMP se-Kota Semarang. Kegiatan hari pertama berfokus pada peningkatan pengetahuan peserta dengan pemaparan materi oleh tim pengabdian terkait topik kompetensi responsif konselor di Era VUCA, karakter hardiness dan mind-skills, dan konseling pendekatan realita. Hari kedua melibatkan simulasi dan praktik tersupervisi, diikuti dengan sesi refleksi dan evaluasi. Hasil uji paired samples t-test menunjukkan perbedaan yang signifikan antara rata-rata nilai pre-test dan post-test dengan nilai Sig. 2-tailed=0.000 (<0,01), dengan demikian disimpulkan bahwa pelatihan yang dilaksanakan terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan konselor terkait penggunaan konseling realita. Selain itu, hasil evaluasi menunjukkan terdapat kepuasan peserta pelatihan selama mengikuti kegiatan pengabdian. Peserta pelatihan dapat mengimplementasikan layanan konseling realita di sekolah masing-masing untuk meningkatkan karakter hardiness siswa SMP.

Kata kunci: Konseling Realita; Karakter Hardiness; MGBK SMP

ABSTRACT

The role of counselors is important in supporting student development, especially considering the low hardiness character of junior high school students. The counselor's professionalism in providing comprehensive counseling services is decisive in handling students' hardiness character. One of counseling approach which can improve students' hardiness character is reality counseling. Therefore, the community service team conducted reality counseling training as an effort to improve students' hardiness character at MGBK SMP in Semarang City. The method of implementing uses three stages consisting of participant identification, training implementation, and evaluation. The service activities were carried out for two days with 35 participants from junior high school counselors in Semarang City. The first day's activities focused on increasing participants' knowledge with material presentation by the community service team related to the topic of counselor responsive competencies in the VUCA Era, hardiness character and mind-skills, and reality approach counseling. The second day involved simulation and supervised practice, followed by a reflection and evaluation session. The results of the paired samples t-test showed a significant differences between the average pre-test and post-test scores with a value of Sig. 2-tailed=0.000 (<0.01). It means that there is an effect of training implementation on the counselor's ability to use reality counseling. This is supported by, positive evaluation that shows satisfaction of the trainees during the service activities. Trainees can implement reality counseling in their respective schools to improve the hardiness character of junior high school students.

Keywords: Reality Counseling; Hardiness Character; MGBK SMP

1. PENDAHULUAN

Konselor sekolah memegang peran sentral untuk mendukung perkembangan siswa yang optimal. Profesionalitas konselor sebagai profesi sangat menentukan dalam pemberian layanan yang komprehensif. Penerapan bimbingan dan konseling komprehensif pada satuan pendidikan formal (SD, SMP, SMK, SMA-sederajat) bertujuan untuk mencapai kemandirian pada peserta didik (Permendikbud, 2014; Santoso, 2022; Wardhani *et al.*, 2019). Konselor memiliki profesi sebagai *helper* yang memiliki pengetahuan khusus dalam menerapkan suatu teknik intelektual untuk menghadapi dilema-dilema atau pertentangan manusia (Egbo, 2015; Sugiharto *et al.*, 2019). Sehingga profesi konselor di sekolah memiliki kedudukan yang sangat penting dalam rangka membantu peserta didik menghadapi permasalahan dalam kehidupannya sehari-hari, baik masalah pribadi, sosial, belajar dan karier (Afriwilda & Mulawarman, 2021; Mulawarman *et al.*, 2023; Nurihsan & Yusuf, 2010).

Karakter *hardiness* melibatkan aspek kemandirian dan kemampuan siswa untuk menghadapi berbagai tantangan dengan sikap positif (Antika *et al.*, 2020; Judkins *et al.*, 2020). Masa remaja merupakan tahap kritis dalam perjalanan kehidupan, seringkali dihadapi oleh berbagai tantangan dan tekanan yang kompleks, seperti tekanan akademis, masalah sosial di antara rekan sebaya, dan ketidakpastian mengenai arah masa depan (Hurlock, 2014; Papalia, Feldman; dan Martorell, 2015; Santrock, 2017; Zwagery & Leza, 2021). Menurut Judkins *et al.* (2020); Salwan *et al.* (2022); Zwagery & Leza (2021) kemampuan untuk menghadapi ketidakpastian dan mengubah tantangan menjadi peluang juga menjadi inti dari karakter *hardiness*. Riset-riset terkini secara konsisten menegaskan bahwa karakter *hardiness* bukan sekadar elemen tambahan, melainkan esensial bagi perkembangan holistik remaja, dengan fokus khusus pada siswa SMP (Abdollahi *et al.*, 2020; Green *et al.*, 2020; Simanjuntak *et al.*, 2022).

Hardiness memiliki tiga aspek yang saling berhubungan yaitu *commitment*, *control*, dan *challenge* (Funk, 1992). *Commitment* (komitmen) mencakup kecenderungan untuk terlibat sepenuh hati dalam kehidupan, memiliki tujuan dan nilai-nilai yang jelas, dan memiliki motivasi untuk mencapai tujuan tersebut. *Control* (kontrol) mengacu pada kepercayaan bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk mempengaruhi atau mengendalikan kejadian dalam hidupnya. Individu dengan karakter *hardiness* cenderung merasa bahwa mereka memiliki kontrol atas situasi yang mereka hadapi. *Challenge* (tantangan) individu dengan karakter *hardiness* melihat tantangan sebagai peluang untuk tumbuh dan belajar. Mereka tidak menganggap tekanan atau kesulitan sebagai hambatan, tetapi sebagai bagian alami dari kehidupan yang dapat mereka hadapi dan atasi. Sehingga individu yang memiliki karakter *hardiness* memiliki ketahanan yang lebih baik terhadap stres dan memiliki kemampuan untuk menjaga keseimbangan emosional dalam situasi-situasi sulit (Wiebe, 2020).

Konseling sebagai layanan profesional hanya dapat diselenggarakan oleh *professional helper* yang telah memenuhi kualifikasi dan kompetensi. Menurut Joni (2008), konselor sebagai *professional helper* diharapkan memiliki paling tidak tiga keterampilan kunci dalam penyelenggaraan layanan konseling. Pertama, penguasaan teori dan pendekatan konseling menjadi landasan utama agar konselor mampu menghadirkan pemahaman mendalam terhadap berbagai masalah psikologis yang dihadapi oleh klien. Kedua, keterampilan dasar komunikasi dalam konteks konseling menjadi unsur vital untuk membangun hubungan yang terapeutik dan memfasilitasi proses pengungkapan diri klien. Terakhir, keterampilan berpikir atau *mind-skills* menjadi penting agar konselor dapat

menggabungkan pengetahuan dan keterampilan dalam menghadapi dinamika kompleks dalam sesi konseling.

Studi pendahuluan dilakukan oleh tim pengabdian pada bulan Desember 2023 kepada 40 konselor SMP yang tergabung dalam Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) di Kota Semarang. Hasil menunjukkan sebanyak 45% konselor tidak menggunakan layanan konseling dengan menggunakan suatu pendekatan. Sebanyak 35% konselor belum menguasai teknik konseling, hal tersebut selaras dengan minimnya keterampilan konselor dalam mengembangkan instrumen evaluasi keberhasilan layanan konseling. Konselor juga menyebutkan bahwa memiliki keinginan dalam penguasaan konseling realita untuk meningkatkan karakter hardiness siswa. Oleh karena itu, perlu dilaksanakan program mengembangkan yang bertujuan untuk meningkatkan kompetensi guru BK/konselor SMP dalam memberikan layanan konseling dengan pendekatan realita.

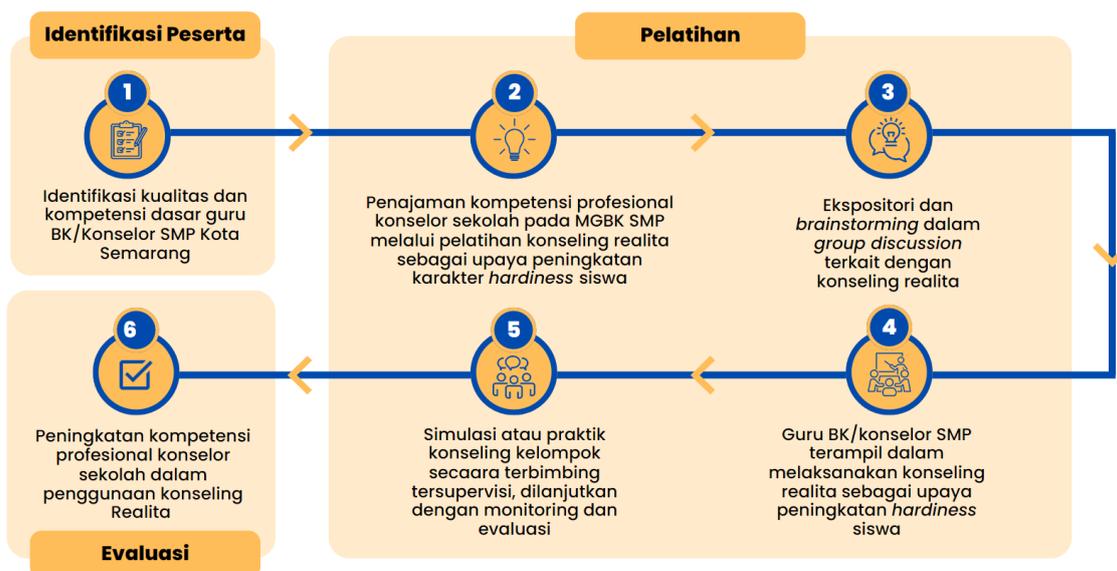
Fenomena kurangnya profesionalitas konselor dan tuntutan untuk meningkatkan karakter hardiness siswa di Sekolah Menengah Pertama (SMP) menciptakan dasar yang mendasari urgensi peningkatan profesionalitas konselor, khususnya dalam hal penguasaan konseling realita. Hal tersebut didasarkan pada karakter hardiness siswa SMP yang memainkan peran krusial dalam mempersiapkan siswa untuk menghadapi berbagai tekanan dan tantangan di masa remaja. Dengan demikian, pembaruan dalam kompetensi konselor tidak hanya meningkatkan mutu layanan konseling, tetapi juga mendukung pembentukan karakter hardiness siswa SMP, yang pada gilirannya akan memberikan dampak positif terhadap perkembangan holistik siswa di masa remaja.

Berdasarkan analisis permasalahan yang telah didapatkan, terdapat beberapa isu utama yang menjadi perhatian dalam kerangka program pengabdian masyarakat ini. Fokus program ini ditujukan kepada para guru BK/konselor di sekolah menengah pertama yang tergabung dalam Musyawarah Bimbingan dan Konseling (MGBK) di Kota Semarang. Pemilihan sasaran didasarkan pada hasil wawancara dengan koordinator MGBK SMP di Kota Semarang, yang menunjukkan bahwa guru BK/konselor SMP di kota tersebut belum memiliki pengalaman dalam mengikuti pelatihan realita.

Dengan demikian, penajaman kompetensi profesional konselor sekolah pada Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) SMP di Kota Semarang melalui pelatihan konseling realita menjadi langkah strategis dalam menjawab tuntutan meningkatnya karakter hardiness siswa. Melalui program ini, diharapkan konselor tidak hanya mampu memberikan layanan konseling yang efektif, tetapi juga menjadi fasilitator utama dalam membimbing siswa menghadapi realitas kehidupan dengan ketangguhan mental dan sikap positif. Dengan demikian, pelatihan konseling realita sebagai bagian dari penajaman kompetensi profesional konselor menjadi langkah berarti dalam memberikan dampak positif bagi perkembangan karakter hardiness siswa di tingkat Sekolah Menengah Pertama khususnya di Kota Semarang.

2. METODE

Kegiatan pengabdian awali dengan koordinasi tim hingga pelaksanaan pada tanggal 14 Februari 2024-25 April 2024. Pengabdian pada masyarakat ini akan dilaksanakan dalam 3 tahap yaitu: identifikasi peserta, pelaksanaan pelatihan, dan evaluasi sesuai pada gambar 1.



Gambar 1. Diagram Alir Kegiatan Pengabdian

Tahap **identifikasi peserta** pelatihan konseling realita di SMP Kota Semarang mencakup seleksi guru BK/konselor yang dianggap relevan, dilakukan secara kolaboratif dengan MGBK SMP Kota Semarang. Dalam kerjasama ini, sebuah survei awal diselenggarakan untuk menilai kompetensi profesional konselor, dengan hasil sebanyak 35 konselor SMP menunjukkan kesediaan untuk mengikuti pelatihan tersebut.

Kegiatan inti pelatihan menggunakan gabungan dari metode refleksi, *group discussion*, simulasi, dan praktik tersupervisi. Adapun penjelasan terkait dengan metode pengabdian secara lebih lanjut disampaikan sebagai berikut.

1. Metode refleksi adalah aktivitas pelatihan yang berupa penilaian atau umpan balik peserta terhadap pengalaman yang pernah dialami terkait dengan pemahaman mengenai karakter *Hardiness*. Selain itu pada tahap ini angket sederhana juga diisi oleh peserta pelatihan untuk mengetahui bagaimana pemahaman guru BK/konselor SMP terkait dengan intervensi layanan BK yang diberikan di sekolah. Hal ini bertujuan untuk menggali pengalaman awal yang dimiliki oleh guru BK/konselor SMP.
2. Metode *group discussion* merupakan diskusi secara kelompok ketika pelatihan berlangsung yang telah membahas tentang karakter *Hardiness* siswa. Diskusi bersifat interaktif antara tim pengabdian dengan peserta pelatihan, sehingga banyak informasi berkaitan dengan masalah, cara penanganan serta pilihan intervensi yang dilakukan. Melalui forum diskusi ini tim pengabdian mengenalkan, mengajarkan, dan melatih konseling realita kepada peserta serta bagaimana penerapan dalam bingkai layanan konseling kelompok.
3. Metode simulasi dan praktek tersupervisi merupakan metode yang memberikan fasilitas kepada peserta dalam hal ini guru BK/konselor SMP untuk dapat mencoba menerapkan Konseling Realita. Merujuk pada simulasi yang dilakukan, tim pengabdian memberikan supervisi untuk memberikan penguatan dan pengembangan praktik. Pada tahap ini peserta dilatih untuk menerapkan konseling Realita dalam *setting peer counseling*.

Selanjutnya dilakukan tahap **evaluasi** terkait keefektifan pelatihan konseling realita sebagai upaya peningkatan karakter *hardiness* siswa pada MGBK SMP se-Kota Semarang. Indikator yang digunakan untuk mengevaluasi keberhasilan pelatihan ini yaitu: (1)

observing yang meliputi kemampuan mengobservasi fenomena internal, *acting* yang meliputi kesadaran dan keterlibatan dalam aktivitas; serta *accepting without judgement* yakni penerimaan tanpa menghakimi dan terbuka dengan peristiwa internal yang dialami; (2) Observasi langsung terhadap pelaksanaan serta diskusi interaktif agar indikator yang dituju yakni meningkatkan karakter *hardiness* dengan pendekatan konseling realita pada peserta guru BK/konselor SMP efektif dilakukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan diikuti oleh 35 guru SMP se-Kota Semarang yang terdiri atas 5 laki-laki dan 30 perempuan. Kegiatan pelatihan dilaksanakan selama dua hari dengan fokus hari pertama berupa pemaparan materi dan hari kedua berupa praktik tersupervisi terkait pelaksanaan konseling realita. Penggunaan kombinasi beberapa metode seperti refleksi, diskusi kelompok, simulasi, dan praktik yang diawasi secara langsung oleh supervisor telah terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan individu dalam berbagai konteks (Pratiwi et al., 2023; Syahrani et al., 2024). Pendekatan ini memungkinkan peserta pelatihan untuk memperoleh pengalaman langsung, berdiskusi dengan rekan sejawat, merefleksikan pembelajaran, dan menerima umpan balik yang berguna dari supervisor (Alsaleh, 2020; Rasido et al., 2024).

Kegiatan hari pertama diawali dengan *pre-test* untuk mengukur pengetahuan tentang konsep konseling realita. Instrumen *pre-test* berupa 10 soal pernyataan dengan jawaban salah dan benar. *Pre-test* dilakukan sebelum peserta mengikuti pelatihan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman awal sebelum mengikuti pelatihan. Analisis statistik deskriptif dari hasil *pre-test* menunjukkan bahwa rentang nilai *pre-test* berkisar dari 20 hingga 80 dengan $M=47.71$ ($SD= 14.569$).

Tabel 1. Data Statistik Hasil *Pre-Test*

Variable	N	Min	Max	M	SD
Pre-Test	35	20	80	47.71	14.569

Kegiatan hari pertama berfokus pada peningkatan pengetahuan peserta dengan pemaparan materi oleh tim pengabdian yang merupakan pakar dalam bidangnya. Materi pertama membahas tentang “Kompetensi Responsif Konselor di Era VUCA” oleh Prof. Dr. DYP Sugiharto, M.Pd. Materi tersebut menyoroti pentingnya responsivitas seorang konselor dalam menghadapi tantangan dan perubahan yang cepat dalam dunia yang kompleks dan tidak pasti (VUCA). Materi kedua, “Karakter *Hardiness* dan *Mind-skills*”, disampaikan oleh Eni Rindi Antika, M.Pd. Berfokus pada telaah karakter *hardiness* dan penggunaan *mind-skills* untuk meningkatkan efektivitas dalam memberikan layanan konseling. Sedangkan materi ketiga, “Konseling Pendekatan Realita”, dipresentasikan oleh Mulawarman, S.Pd., M.Pd., Ph.D. Materi tersebut membahas tentang pendekatan konseling realita untuk membantu konseli dalam peningkatan karakter *hardiness*. Kompleksitas materi yang dipaparkan sangat berkaitan dengan peningkatan profesional konselor sebagai upaya peningkatan karakter *hardiness* siswa SMP (Kalkbrenner, 2021; Lambie & Stickl Haugen, 2021).



Gambar 1. Pelaksanaan Pelatihan Hari Pertama

Kegiatan hari kedua dilakukan untuk peningkatan praktik penerapan konseling realita. Metode yang digunakan dalam hari kedua adalah simulasi dan praktek tersupervisi. Pada tahap ini peserta dilatih untuk menerapkan konseling Realita dalam *setting peer counseling*. Kegiatan simulasi dan refleksi praktik konseling realita dipandu oleh Mulawarman, S.Pd., M.Pd., Ph.D. Selanjutnya peserta pelatihan dibagi menjadi 5 kelompok kecil untuk melakukan praktik pelaksanaan konseling dengan pendekatan realita secara tersupervisi oleh anggota tim pengabdian. Selanjutnya, tahap refleksi dan evaluasi akan dipimpin kembali oleh Mulawarman, S.Pd., M.Pd., Ph.D. Dalam sesi ini peserta dan supervisor akan melakukan refleksi mendalam terhadap pengalaman praktik yang telah dilakukan, mengevaluasi kekuatan dan area untuk perbaikan, serta menganalisis penerapan prinsip konseling realita dalam situasi yang telah disimulasikan. Keseluruhan kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengalaman praktis yang bermakna bagi peserta pelatihan terkait penggunaan konseling realita untuk meningkatkan karakter hardiness siswa.

Kegiatan di akhiri dengan pengisian post-test dan evaluasi program pelatihan oleh peserta. Analisis statistik deskriptif dari hasil pre-test menunjukkan bahwa rentang nilai post-test berkisar dari 50 hingga 100 dengan $M=75.43$ ($SD= 13.138$).

Tabel 2. Data Statistik Hasil *Post-Test*

<i>Variable</i>	N	Min	Max	M	SD
Post-Test	35	50	100	75.43	13.138



Gambar 2. Pelaksanaan Pelatihan Hari Kedua

Untuk mengetahui perubahan perilaku yang terjadi pada peserta pelatihan maka dilakukan uji statistik *paired sample T-Test* pada data *pre-test* dan *post-test*. Sebelum dilakukan uji *paired sample T-Test* maka data harus melewati uji asumsi berupa normalitas dan homogenitas. Uji normalitas menggunakan nilai *Shapiro-Wilk* dimana nilai *Sig* data *pre-test*=0,199 ($>0,05$) dan *post-test*=0,066 ($>0,05$), data berdistribusi normal. Sedangkan *test of homogeneity of variances* menunjukkan *Sig. based on mean* 0.678 ($>0,05$) yang berarti data bersifat homogen. Dengan demikian dapat dilanjutkan untuk uji *paired sample T-Test* untuk membuktikan bahwa terdapat pengaruh terkait pelaksanaan pelatihan konseling realita sebagai upaya peningkatan karakter *hardiness* siswa pada MGBK SMP se-Kota Semarang.

Tabel 3. Hasil *Paired Samples T-Test* terkait Efektivitas Pelatihan Konseling Realita

Variable	M	SD	t	df	$p < 0.001$
PostTest-PreTestt	27.714	17.671	9.278	34	.000

Hasil uji *paired samples t-test* menunjukkan perbedaan yang signifikan antara rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test*. Rata-rata selisih antara nilai *pre-test* dan *post-test* adalah 27.714, menunjukkan bahwa secara keseluruhan, nilai *pre-test* lebih rendah dari *post-test*. Nilai *t* sebesar 9.278 ($df=34$) dengan nilai *Sig. 2-tailed*=0.000 ($<0,001$), menunjukkan bahwa perbedaan antara *pre-test* dan *post-test*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test*, dengan nilai *pre-test* cenderung lebih rendah dibandingkan nilai *post-test*.

Hasil evaluasi pelaksanaan pelatihan mencakup pengukuran terhadap materi yang disampaikan, performansi narasumber, dan fasilitas yang diberikan dalam konteks pelaksanaan pengabdian. Berdasarkan data yang diperoleh, sebanyak 80% peserta menyatakan bahwa materi yang disampaikan sangat mudah dipahami, sementara 75% peserta merasa bahwa narasumber sangat menarik dalam memberikan materi pelatihan. Selain itu, sebanyak 75% peserta juga menyatakan kepuasan mereka terhadap fasilitas yang diberikan oleh tim pengabdian selama proses pelatihan. Evaluasi ini mencerminkan keberhasilan pelaksanaan pelatihan dalam menyampaikan materi dengan jelas, mempertahankan minat peserta melalui narasumber yang menarik, dan menyediakan fasilitas yang memadai bagi kebutuhan peserta selama proses pelatihan. Dengan demikian, hasil evaluasi tersebut dapat menjadi dasar untuk meningkatkan kualitas pelatihan di masa mendatang dengan mempertimbangkan masukan dan umpan balik dari peserta (Kopnina, 2020; Mertens & Wilson, 2018; Mustofa, 2021).

Keahlian konselor dalam penggunaan konseling realita diprediksi dapat membantu siswa dalam meningkatkan karakter *hardiness*. Menurut Abdi *et al.* (2019); Nurrahmah (2023); Wahyuningtyas *et al.* (2020). Pendekatan konseling realita telah terbukti menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan karakter *hardiness* remaja Dengan menggunakan pendekatan ini, siswa diberikan pengalaman langsung dalam menghadapi realitas kehidupan, yang pada gilirannya membantu mereka mengembangkan ketahanan mental, kemandirian, dan sikap positif dalam mengatasi berbagai tantangan (Mulawarman *et al.*, 2018; Munandar *et al.*, 2019). Dengan *memfokuskan* diri pada situasi nyata, konseling realita memberikan peluang bagi siswa untuk mengasah keterampilan penyelesaian masalah dan pengambilan keputusan di dunia nyata. Proses interaktif dengan konselor dalam konteks realitas membantu siswa merespons dengan lebih efektif terhadap tekanan akademis, permasalahan sosial, dan ketidakpastian terkait masa depan (Glasser, 2014).

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian dilakukan selama dua hari dengan 35 peserta konselor SMP se-Kota Semarang. Kegiatan hari pertama berfokus pada peningkatan pengetahuan peserta dengan pemaparan materi oleh tim pengabdian terkait topik kompetensi responsif konselor di Era VUCA, karakter hardiness dan mind-skills, dan konseling pendekatan realita. Hari kedua melibatkan simulasi dan praktik tersupervisi, diikuti dengan sesi refleksi dan evaluasi. Evaluasi menunjukkan perubahan yang signifikan dalam pemahaman dan keterampilan peserta dalam menggunakan pendekatan konseling realita sebagai upaya peningkatan karakter hardiness siswa pada MGBK SMP se-Kota Semarang. Sebagai tindak lanjut kegiatan pengabdian, para peserta dapat mempraktikkan layanan konseling dengan pendekatan realita pada siswa di sekoah masing-masing. Selain itu, perluasan jangkauan program pengabdian kepada masyarakat dapat memberikan manfaat yang lebih luas bagi konselor dan siswa, termasuk dalam aspek cakupan jenjang pendidikan dan wilayah pelaksanaan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan pendanaan dalam pengabdian, MGBK SMP Kota Semarang sebagai mitra, dan SMPN 30 Kota Semarang sebagai tempat kegiatan pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, S., Sharifi, T., Qazanfari, A., & Solati, K. (2019). A comparison of the effectiveness of group reality therapy and positive psychotherapy on irrational beliefs and psychological hardiness in brilliant talent students. *Journal of Shahrekord University of Medical Sciences*, 21(1), 31–38.
- Abdollahi, A., Panahipour, S., Akhavan Tafti, M., & Allen, K. A. (2020). Academic hardiness as a mediator for the relationship between school belonging and academic stress. *Psychology in the Schools*, 57(5), 823–832.
- Afriwilda, M. T., & Mulawarman, M. (2021). The Effectiveness of Motivational Interviewing Counseling to Improve Psychological Well-Being on Students with Online Game Addiction Tendency. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 4(1), 106–115.
- Alsaleh, N. J. (2020). Teaching Critical Thinking Skills: Literature Review. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 19(1), 21–39.
- Antika, E. R., Mulawarman, M., & Mawadah, Z. (2020). Applying mind-skills training to improve academic hardiness on guidance and counseling students with academic burnout. *2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019)*, 89–92.
- Egbo, J. O. E. (2015). Guidance and counselling: a creativity for promoting sustainable well-being and adjustment of secondary school students in nigeria. *British Journal of Education*, 3(10), 49–57.
- Funk, S. C. (1992). Hardiness: a review of theory and research. *Health Psychology*, 11(5), 335.
- Glasser, W. (2010). *Reality therapy: A new approach to psychiatry*. Harper & Row New York.
- Glasser, W. (2014). *Choice theory: A new psychology of personal freedom*. HarperPerennial.
- Green, S., Grant, A. M., & Rynsaardt, J. (2020). Evidence-based life coaching for senior high

- school students: Building hardiness and hope. *Coaching Researched: A Coaching Psychology Reader*, 257–268.
- Hurlock, E. (2014). Perkembangan Anak Edisi Keenam Jilid I. Jakarta. In Penerbit Erlangga.
- Joni, T. R. (2008). *Penajaman Keterampilan Konseling* (P. Pascasarjana & U. N. Malang, (eds.)). Tidak dipublikasikan.
- Judkins, J., Moore, B., & Colette, T. (2020). Psychological hardiness. *Book: The Routledge Research Encyclopedia of Psychology Applied to Everyday Life. Publisher: Abingdon, Oxon: Routledge.*
- Kalkbrenner, M. T. (2021). Enhancing Assessment Literacy in Professional Counseling: A Practical Overview of Factor Analysis. *Professional Counselor*, 11(3), 267–284.
- Kopnina, H. (2020). Education for the future? Critical evaluation of education for sustainable development goals. *The Journal of Environmental Education*, 51(4), 280–291.
- Lambie, G. W., & Stickl Haugen, J. (2021). The assessment of school counseling competencies as a tool to support school counseling students, supervisors, and training programs. *Professional School Counseling*, 25(1), 2156759X20981050.
- Mertens, D. M., & Wilson, A. T. (2018). *Program evaluation theory and practice*. Guilford Publications.
- Mulawarman, Mr, Sunawan, M., & Amin, Z. (2018). The Effectiveness of Reality Therapy for Decreasing Self-Motivation Problems of Lower Group Students. *1st International Conference on Education Innovation (ICEI 2017)*, 242–245.
- Mulawarman, Mulawarman, Antika, E. R., Sopotan, S. D. M., Aini, P. N., Afriwilda, M. T., & Prabawa, A. F. (2023). How is the Muslim Counselor's Experience in Implementing Single-Session Online Counseling on Adolescent? *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 6(1), 130–151.
- Munandar, A., Wibowo, M. E., Mulawarman, M., & Anni, C. T. (2019). Group Counseling Reality with Confrontation Techniques to Improve Self-Control and Self-Perception Students Problematic Internet Use. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(2), 168–173.
- Mustofa, I. (2021). Manajemen Strategi Pemberdayaan Masyarakat:(Evaluasi Program Pengabdian Kepada Masyarakat Tematik Pemberdayaan Umat Stai Darussalam Nganjuk). *INTIZAM: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 5(1), 29–48.
- Nurihsan, J., & Yusuf, S. (2010). Landasan bimbingan dan konseling. *Bandung: Remaja Rosdakarya.*
- Nurrahmah, L. A. (2023). Keefektifan Konseling Kelompok Realitas Dengan Teknik WDEP Untuk Meningkatkan Academic Hardiness Siswa SMK Farmasi Banjarmasin. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 9(1), 1–8.
- Papalia, D. E., Feldman, R. D; dan Martorell, G. (2015). *Menyelami Perkembangan Manusia. Edisi 12 buku 2*. Salemba Humanika.
- Permendikbud. (2014). 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. *Jakarta: Kemendikbud RI.*
- Pratiwi, A. S., Zen, E. F., Sobri, A. Y., Ilmi, A. M., & Khowatim, K. (2023). Strengthening School Counselor Capacity in Implementing The Pancasila Learner Profile Through Guidance and Counseling Program. *Community Development Journal*, 7(3), 162–167.
- Rasido, I., Hasan, H., Nurwahyuni, N., Silalahi, M. F., & Riyadi, N. E. W. (2024). Psikoedukasi Literasi Kesehatan Mental pada Guru Bimbingan dan Konseling di Kota Palu. *GANESHA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 61–70.
- Salwan, F. F., Winarso, W., & Heryandi, Y. (2022). Contribution of Hardiness Personality and Resilience Mathematics on Students' Mathematics Anxiety. *International Journal of Advanced Mathematics and Computational Sciences*, 3(1).

- Santoso, D. B. (2022). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Elang Mas.
- Santrock, J. W. (2017). *Life-Span Development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Simanjuntak, M. B., Suseno, M., Setiadi, S., Lustyantje, N., & Barus, I. R. G. R. G. (2022). Integration of Curricula (Curriculum 2013 and Cambridge Curriculum for Junior High School Level in Three Subjects) in Pandemic Situation. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Budaya*, 8(1), 77–86.
- Sugiharto, D. Y. P., Hariyadi, S., Amin, Z. N., Mulawarman, M., Muslikah, M., & Nugraheni, E. P. (2019). Pengembangan kompetensi konselor melalui pelatihan konseling motivational interviewing (MI) berbasis local wisdom budaya jawa. *Caradde*, 1(2), 278245.
- Syahrani, R., Lestari, M., Munifah, M., Arifyadi, A., & Fitriani, D. (2024). Pelatihan Bimbingan Kelompok Teknik Self Regulated Learning untuk Meningkatkan Partisipasi Belajar Siswa pada Guru BK SMP se-Kota Palu. *GANESHA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 14–23.
- Wahyuningtyas, T. A., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2020). Metaphor Reality Group Counseling Techniques to Increase Self-Esteem Students with Nomophobia Symptoms. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(1), 45–50.
- Wardhani, N. S., Farida, E., & Yudha, E. S. (2019). Profil kompetensi pedagogik dan profesional guru bimbingan dan konseling SMA di Kota Bandung. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(2), 147–154.
- Wiebe, D. J. (2020). Hardiness and health. In *Encyclopedia of Behavioral Medicine* (pp. 985–988). Springer.
- Zwagery, R. V., & Leza, N. M. (2021). Hubungan Hardiness dengan Student Engagement pada Siswa SMP Negeri 1 Banjarbaru. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 19(02).

First Publication Right
GANESHA Jurnal pengabdian Masyarakat

This Article is Licensed Under

