



Contents lists available at [Journal IICET](https://journal.iicet.org)
Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)
ISSN: 2502-8103 (Print) ISSN: 2477-8524 (Electronic)
Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jppi>



Pengembangan panduan konseling CBT teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan *self-efficacy* kesehatan reproduksi siswa

Tria Noviyanti^{*)}, Kadek Suranata, I Ketut Dharsana

Program Magister Bimbingan dan Konseling Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Des 16th, 2022

Revised Jan 18th, 2023

Accepted Feb 12th, 2023

Keyword:

Konseling CBT
Teknik kognitif dispute
Self-efficacy

ABSTRACT

The aim of this study was to (1) produce the design of a counseling guide, (2) determine the validity of the contents of the guide, (3) determine the practicality of the guide book, and (4) understand the effectiveness of the CBT Counseling, Counseling handbook with Cognitive Dispute and Modelling Techniques to Improve Self-Efficacy of Reproductive Health for Middle School Students. This research method uses research and development (R&D) with the 4D (Four D) model developed by Thiagarajan, using a question naire instrument. Expert testers of guide product involve five Guidance and Counseling experts. The results of this study indicates that (1) produce a CBT counseling guide book, and (2) test the validity of the Lawshe formula for the contents of the guidebook. The results obtained from the validity test using Lawshe CVR and CVI showed that the per-item value was greater than zero (CVR>0). Furthermore, the results of the Lawshe CVI analysis obtained a score of one. Based on the data analysis, it means that the content validity value of the guide book product is high, meaning it is considered feasible to be developed. (3) the practicality test of the guidebook on the assessment of 10 guidance and counseling practitioners is declared practical (90%), (4) the effectiveness of the guidebook obtains a sig value (2-tailed) is <0.001 or below 0.05 so that it can be said that the CBT counseling guidebook is effective in increasing students' reproductive health self-efficacy.



© 2023 The Authors. Published by IICET.
This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Tria Noviyanti,
Universitas Pendidikan Ganesha
Email: tria.novia63@gmail.com

Pendahuluan

Menurut Bandura (Ghufron, 2010), self-efficacy pada tiap diri individu akan berbeda antara satu individu dengan lainnya berdasarkan tiga dimensi. Berikut adalah tiga dimensi tersebut, yaitu (1) Tingkat (Level), (2) Kekuatan (Strenght), (3) Genaralisasi (Generality). Dimana pada tiga indikator tersebut memiliki peran yang penting untuk meningkatkan self-efficacy atau rasa percaya diri seseorang. Self-efficacy adalah keyakinan seseorang memiliki kemampuan untuk melakukan tugas tertentu (Karsten, R., & Roth, R.M. (1998). Orang cenderung terlibat dalam perilaku yang mereka yakini akan mendapatkan apa yang mereka inginkan dan yang mereka yakini dapat mereka lakukan. Seseorang lebih cenderung mengejar tujuan yang sangat dia hargai dari pada tujuan yang kurang dia hargai; individu lebih cenderung mengejar tindakan yang diantisipasi akan mengarah pada tujuan yang diinginkan dari pada tindakan yang tampaknya kurang menguntungkan; dan jika semuanya setara, individu lebih cenderung mencoba tindakan dan strategi yang yang dia yakini berada dalam

kemampuan individu itu sendiri menurut Burns, Higgins, et al. Dalam Maddux, J.E.(2012). Contoh tingkat self-efficacy kesehatan reproduksi siswa yang rendah, merasa malu ketika ingin mengungkapkan permasalahan, membicarakan kurangnya pengetahuan tentang fungsi-fungsi kesehatan reproduksi, malu ketika ingin bertanya karena dianggap tabu. Permasalahan selanjutnya adalah belum adanya fasilitas pelajaran lebih lanjut dan rinci mengenai kesehatan reproduksi di sekolah, kurangnya referensi-referensi bahan untuk mengajar juga menjadi penyebab rendahnya tingkat self-efficacy kesehatan reproduksi siswa.

Dalam Heslin, P.A,&Klehe, U.C (2006) self-efficacy sebagai keyakinan seseorang pada kemampuan untuk berhasil melakukan tugas tertentu. Bersama dengan tujuan yang ditetapkan orang, self-efficacy adalah salah satu prediktor motivasi yang paling kuat tentang seberapa baik seseorang akan tampil di hampir semua upaya. Kesuksesan seseorang adalah penentu kuat dari upaya, ketekunan, strategi, serta pelatihan dan kinerja pekerjaan mereka selanjutnya. Selain sangat prediktif, self-efficacy juga dapat dikembangkan untuk memanfaatkan manfaat peningkatan kinerjanya. Setelahnya menguraikan sifat efikasi diri dan bagaimana hal itu mengarah pada kinerja dan hasil terkait pekerjaan lainnya, pengukuran dan sumber self-efficacy akan dibahas. Bandura, A. (1978) teori self-efficacy mengendalikan bahwa mode pengaruh yang berbeda mengubah perilaku mencontoh dengan menciptakan dan memperkuat harapan akan menjadi pribadi yang sukses. Menurut formulasi ini, efikasi yang dirasakan dapat mempengaruhi perilaku dalam dalam beberapa cara, hal ini mempengaruhi pilihan kegiatan dan pengaturan dalam lingkungan.

Selain itu sumber self-efficacy menurut Albert Bandura dalam Bandura, A. Wessels (1994) yaitu keyakinan individu tentang kemampuannya dapat dikembangkan oleh empat sumber pengaruh utama, cara paling efektif untuk menciptakan rasa keberhasilan yang kuat adalah mulai penguasaan pengalaman. Sukses membangun keyakinan yang kuat pada kemandirian pribadi seseorang. Kegagalan dapat merusak, terutama jika kegagalan yang terjadi sebelum rasa kemandirian terbentuk dengan kuat. Cara kedua untuk menciptakan dan memperkuat self-efficacy kemandirian adalah melalui pengalaman perwakilan yang disediakan oleh model sosial. Melihat orang-orang yang serupa dengan dirinya yang berhasil dengan usaha yang berkelanjutan meningkatkan keyakinan pengamat bahwa mereka memiliki kemampuan untuk menguasai aktivitas serupa yang dibutuhkan untuk berhasil. Pada tahap ini siswa merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju masa remaja, remaja merupakan salah satu tahap perkembangan penting dalam perkembangan individu menurut Yeni Karneli, (2022). Disini maka disarankan juga untuk melakukan konsultasi agar dapat bermanfaat saat mengadopsi pendekatan atau pendirian baru terhadap terapi, Calloway, A., & Creed, T. A., (2022). Beberapa faktor juga mempengaruhi mengapa tingkat self-efficacy seseorang lemah atau menjadi turun diantaranya yaitu (1) Pengalaman menguasai sesuatu, (2) Modeling sosial, (3) Persuasi sosial, (4) Kondisi fisik dan emosional (dalam Jess Feist & Feist, 2010).

Seperti halnya penelitian pada jurnal kesehatan remaja yang dilakukan oleh Fatemeh Alavi-Arjas, M.Sc., et al. (2018). Yang berjudul pengaruh pendidikan kesehatan seksual dan reproduksi terhadap pengetahuan dan self-efficacy di sekolah. Dimana pengayaan pengetahuan konselor sekolah akan menjadi cara yang efektif untuk mempromosikan kesehatan seksual dan reproduksi (SRH) di kalangan remaja. Penelitian yang bertujuan untuk menilai pengaruh intervensi pendidikan terhadap pengetahuan dan self-efficacy konselor SMA di SRH remaja. Menggunakan uji coba terkontrol secara acak dilakukan antara Juni 2016 dan Maret 2017, sebanyak 112 konselor di Teheran direkrut dan diacak menjadi dua kelompok untuk intervensi terdiri dari kursus pelatihan SRH remaja sesuai sesuai dua pendekatan pendidikan: pembelajaran berbasis tim (TBL) dan ceramah. Pengetahuan dan tingkat self-efficacy dibagi menjadi dua kelompok dinilai pretest-posttest dengan kuesioner oleh peneliti. Dari hasil penelitian tersebut self-efficacy dapat meningkat secara signifikan pada kedua kelompok, pengetahuan kesehatan seksual dan self-efficacy berpengaruh terhadap kelompok TBL dapat menjadi indikasi pengaruh dari kelompok tersebut. Pada mata pelajaran yang bersifat sosio-religius tampaknya menerapkan pendekatan pendidikan yang berpusat pada peserta didik seperti TBL dapat memfasilitasi pencapaian kesehatan reproduksi yang telah ditetapkan sebelumnya. Perbedaan penelitian tersebut dengan peneliti saat ini adalah metode yang digunakan, peneliti yang sekarang menggunakan buku panduan konseling CBT teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Oktia Woro Kasmini Handayani (2019), menjelaskan bahwa hampir 50% remaja di Semarang telah melakukan hubungan seksual pranikah pada usia 10-15 tahun. Salah satu upaya pencegahannya adalah dengan diadakannya pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan remaja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan peran sekolah dalam pendidikan kesehatan dengan perilaku kesehatan reproduksi pada remaja SMA di Semarang, dengan menggunakan metode penelitian deskripsi korelasional dengan pendekatan kualitatif dengan populasi adalah seluruh siswa SMA di Semarang sejumlah 6620 siswa. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan purposive sampling dengan jumlah responden 178 orang. Instrumen kuesioner

digunakan untuk mengumpulkan data tentang peran sekolah dan perilaku kesehatan reproduksi remaja. Kemudian kuesioner di uji validitas dan reliabilitasnya terdahulu. Selain itu menggunakan instrumen seperti APARQ yaitu kuesioner standar untuk mengukur aktivitas fisik dan standar recall, sehingga tidak diperlukan uji validitas dan reliabilitas. Data dianalisis secara univariat, bivariat dan univariat dengan SPSS. Hasil dari penelitian ini adalah ada pengaruh sekolah yang signifikan terhadap perilaku kesehatan reproduksi remaja (p -value 0,023), tidak ada pengaruh status pacaran yang signifikan terhadap perilaku kesehatan reproduksi remaja dengan (p -value 0,693), ada pengaruh signifikan antara pengetahuan remaja dengan perilaku kesehatan reproduksi remaja (p -value 0,012) dan tidak ada hubungan yang signifikan antara fisik remaja dengan perilaku kesehatan reproduksi remaja di Semarang (p -value 0,370). Perbandingan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sekarang adalah penelitian sekarang menggunakan buku panduan untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa, dan di harapkan dengan buku panduan ini dapat membantu para guru di sekolah mengajar tentang kesehatan reproduksi remaja secara lebih luwes dan mudah di pahami oleh remaja yang bersifat pencegahan atau preventif.

Fenomena ini diperkuat oleh hasil penelitian Muflih pada tahun 2015 dengan judul pengetahuan kesehatan reproduksi berhubungan dengan kepercayaan diri remaja untuk menghindari seks bebas. Hal yang melatarbelakangi penelitian beliau yaitu pada remaja di Yogyakarta banyak mengalami masalah kesehatan reproduksi yang disebabkan oleh seks bebas saat mereka remaja, dari data hasil Survei Terpadu Biologis dan Perilaku (STBP) tahun 2009 didapatkan 12,1% remaja laki-laki dan 4,7% remaja perempuan mengaku pernah melakukan seks bebas. Persentase siswa atau remaja yang memiliki pengetahuan rendah tentang kesehatan reproduksi yang cukup menyebabkan semakin maraknya penyakit seks menular diakibatkan seks bebas. Gambaran pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan seksual yang masih rendah dari data, belum menggambarkan keadaan pengetahuan remaja secara lebih luas perihal kesehatan reproduksi.

Turunnya self-efficacy kesehatan reproduksi seseorang dapat dilakukan dengan konseling CBT terkait dengan pemberian stimulus agar pemikiran-pemikiran irasional dapat berubah menjadi rasional serta self-efficacy para siswa meningkat untuk pengetahuan kesehatan reproduksi. Menurut Fischer, J. & Mendez, D. M (2019) CBT dapat diterapkan dalam pengaturan kesehatan mental praktik pribadi, model pengawasan CBT cocok untuk pengaturan kesehatan mental praktik pribadi karena orientasi tindakan dan landasan empirisnya. Modalitas CBT memenuhi tantangan pengaturan kesehatan mental praktik pribadi karena sesuai untuk jenis masalah yang disajikan oleh klien dalam konseling. Sementara itu, CBT adalah terapi yang efektif untuk digunakan untuk pengawasan dan konseling dalam pengaturan kesehatan mental praktik pribadi. Saat pertumbuhan remaja fisik laki-laki maupun perempuan sangatlah cepat pertumbuhannya, pada saat itulah pertumbuhan tinggi badan dan postur tubuh akan mengalami perkembangan pesat. Perbedaan pertumbuhan fisik laki-laki dan perempuan adalah pada organ reproduksinya, dimana akan diproduksi hormon yang berbeda, penampilan, serta bentuk yang berbeda akibat berkembangnya tanda seks sekunder (Depkes RI, 2007). Konseli (siswa) mempelajari hal baru tanpa rasa ragu dan malu dengan diberikannya materi dan cara pembahasan yang tepat.

Menurut Fatoni, Z., Astuti, Y., et al (2015) ada beberapa kebijakan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi telah disusun dan diimplementasikan, meskipun banyak aspek atau isu yang belum mendapat perhatian secara penuh, berbagai faktor diduga ikut berpengaruh terhadap upaya peningkatan perhatian terhadap isu-isu yang berhubungan dengan kebijakan mengenai kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, konseling CBT dapat memberikan dampak baik bagi siswa untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi. Keyakinan akan masa depan dan penentuan nasib sendiri merupakan faktor pelindung yang menjanjikan maka diperlukan untuk lebih memahami potensi self-efficacy dan identitas yang jelas dan positif sebagai faktor pelindung (Gloppen, K.M., David-Ferdon, C. & Bates, J. 2010)

Keadaan sejahtera fisik, mental, sosial secara utuh tidak semata-mata terbebas dari penyakit dan kecacatan dalam segala hal yang berkaitan dengan system fungsi dan proses reproduksi (menurut ICPD). Menurut Hausa Hasan, suatu keadaan dimana proses reproduksi terjadi dalam kesatuan yang lengkap meliputi fisik, mental dan sosial yang baik serta tidak hanya adanya penyakit atau ketimpangan reproduksi. Organ reproduksi adalah bagian-bagian tubuh yang menjalankan fungsi reproduksi. Organ-organ reproduksi biasa disebut dengan organ seks. Remaja laki-laki maupun perempuan mempunyai organ seks bagian luar dan bagian dalam. Dalam perspektif siklus hidup, investasi dalam pendidikan pada tahap awal kehidupan meningkatkan produktivitas pembelajaran pada tahap kehidupan selanjutnya, dimana karena pendidikan ini biasanya memiliki efek pada kemudian hari nilai lebih tinggi seperti investasi, Shclotter, M., & Wößmann, L. (2010).

Pada penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa, dimana yang sebelumnya siswa merasa canggung, tabu dan merasa tidak nyaman karena kurangnya rasa percaya diri untuk membahas kesehatan reproduksi maka disinilah diadakannya pelayanan bimbingan dengan menggunakan

panduan konseling CBT teknik kognitif disputeserta modeling untuk meningkatkan self-efficacysiswa. Siswa disini merupakan dalam fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju remaja sedang mengalami pubertas. Aisyaroh, N. (2010) menjelaskan bahwa masa remaja rentang usia 11 – 20 tahun dimana masa yang khusus dan penting karena merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia, pada masa ini remaja disebut juga masa pubertas, merupakan masa transisi yang unik ditandai dengan brebagai perubahan fisik, emosi dan prikis. Masa remaja adalah masa yang paling penting dalam kehidupan manusia dalam Johariyah, A, & Mariati, R. (2018).Rima, Wirenviona (2020)remaja merupakan individu-individu calon penduduk usia produktif yang saatnya kelak menjadi pelaku pembangun sehingga harus disiapkan agar menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Maka dari itu untuk mempersiapkan remaja yang berkualitas khususnya dalam kesehatan reproduksi, remaja harus dimengerti bahwa memiliki kebutuhan kesehatan seksual dan reproduksi khusus yang harus dipenuhi terutama dalam hal pengetahuan, stigma sosial, serta fasilitas-fasilitas apa yang wajib diketahui para remaja untuk menjadi individu yang berkualitas, menurut Salam, R.A., etal(2016).Konseling kognitif-perilaku (CBT) adalah pendekatan yang berfokus pada pengalaman pikiran yang menegaskan persepsi dan menyelesaikan pikiran negatif dan pandangan maladaptif yang awalnya dimulai oleh Beck, Suranata, K. (2019). Kognitif dispute tidak hanya metode yang rasional atau kognitif, tetapi juga metode yang berkaitan dengan emosional yang mengubah keyakinan irasional menjadi rasional, menurut Yeni Karneli, (2022). Menurut Dharsana (2016) dalam Ananda,K.A.(2017)Teknik modeling adalah cara memperkenalkan dan konselor memberikan model persuasif yang memiliki minat tinggi untuk melakukan hal tersebut. Dengan adanya pelayanan bimbingan diharapkan tingkat self-efficacysiswa meningkat serta lebih mengetahui pentingnya kesehatan reproduksi pemaknaan fungsi-fungsi alat reproduksi perempuan maupun wanita. Dalam Bassanezi, R. C (1994) cara kerja modeling tidaklah sederhana dapat dicoba untuk memperluas pengetahuan tetapi untuk mengembangkan hal tertentu cara berpikir dan bertindak seperti memproduksi pengetahuan, menempatkan bersama-sama abstraksi dan formalisasi, saling berhubungan dengan fenomena dan proses empiris yang dianggap sebagai situasi bermasalah yang harus dapat dikendalikan.

Dalam Usman, I. Puluhulawa, M., & Smith, M.B.(2017) teknik modeling adalah teknik yang bertujuan untuk mempelajari perilaku baru dengan mengamati model dan mempelajari keterampilannya, teknik modeling juga diperuntukkan bagi konseli yang tidak memiliki pengetahuan tentang penampilan perilaku tetapi belum dapat menampilkannya. Proses terapeutik dalam bentuk modeling akan membantu atau mempengaruhi serta memperkuat perilaku yang lemah atau memperkuat perilaku yang siap dipelajari dan memperlancar respon.

Metode

Model penelitian yang digunakan yaitu model penelitian pengembangan 4D (Four D) yang dikembangkan oleh Thagarajan pada tahun 1974. Model ini memiliki 4 tahapan penting yaitu Define (mendefinisikan), Design (merancang), Develop (Mengembangkan) serta Disseminate (menyebarkan). Adapun produk yang dikembangkan pada penelitian yang dilaksanakan yakni Buku Panduan Konseling CBT Teknik kognitif dispute serta Modeling untuk Meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa SMP.

Subjek yang diteliti adalah Buku Panduan Konseling CBT Teknik Kognitif Dispute serta Modeling untuk Meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa SMP. Sedangkan subjek uji coba untuk uji kepraktisan penelitian adalah 10 orang praktisi bidang bimbingan konseling. Subjek uji coba untuk efektivitas Buku Panduan Meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tabanan.

Pakar akan mengisi lembar validasi buku yang selanjutnya digunakan sebagai pembuktian apakah Buku Panduan Konseling Konseling CBT Teknik Kognitif Dispute serta Modeling untuk Meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa diterima atau tidak. Setelah pengisian yang dilakukan. Hasil tanggapan tersebut dilakukan analisis dengan rumus CVR (Content Validity Ratio) yang dikembangkan oleh Lawshe. Berikut ini rumus penghitungan CVR (Content Validity Ratio):

$$CVR = \frac{N_e - \frac{N}{2}}{\frac{N}{2}}$$

Sumber: Dantes, 2021

Keterangan: (1)CVR : Content Validity Ratio, (2) N : total pakar,(3) ne : total pakar yang member nilai relevan. Berikut adalah criteria dalam mengambil keputusan atas dasar hasil pengujian CVR : (1) jika $ne < \frac{1}{2} N$ artinya $CVR < 0$ (tidak valid), (2) jika $ne < \frac{1}{2} N$ artinya $CVR = 0$ (tidak valid) , (3) jika $ne > \frac{1}{2} N$ artinya $CVR > 0$ (valid).

Setelah nilai CVR ditemukan, maka nilai validitas menyeluruh dilakukan penentuan melalui Content Validity Index (CVI) (Lawshe, 1975). Berikut adalah rumus yang digunakan:

$$CVI = \frac{\sum CVR}{K}$$

Keterangan: (1) CVI : rasio content validity, (2) $\sum CVR$: total rasio content validity, (3) k : total item

Analisis data untuk uji kepraktisan buku panduan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$Persentase = \frac{\sum (\text{Jawaban} \times \text{bobot tiap pilihan})}{\text{Skor maksimal Ideal (SMI)}} \times 100\%$$

Keterangan: (1) $\sum$: Jumlah, (2) SMI: Skor Maksimal Ideal

Selanjutnya untuk menghitung persentase keseluruhan subjek digunakan rumus sebagai berikut:

$$Persentase = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan: (1) F: Jumlah persentase keseluruhan subjek, (2) N: Jumlah subjek

Pada penelitian ini dalam pemberian makna dan pengambilan keputusan digunakan ketetapan yang disajikan pada tabel 1. Penilaian Acuan Patokan (PAP).

Tabel 1. Penilaian Acuan Patokan (PAP)

Tingkat Pencapaian	Kualifikasi
90 – 100%	Sangat Praktis
75 – 89%	Praktis
65 – 74%	Cukup Praktis
55 – 64%	Kurang Praktis
0 – 54%	Sangat Kurang Praktis

Uji efektifitas buku panduan konseling CBT teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa menggunakan rumus onegrouppretest-posttestdesign dengan uji analisis menggunakan t-test dapat disajikan melalui Gambar 1. One Group pretest-posttest design.

$$O_1 \times O_2$$

O_1 = Pretest
 X = perlakuan yang diberikan
 O_2 = Posttest

Gambar 1. One group pretest-posttest design

(sumber, Sugiyono 2020)

Keterangan : (1) O_1 = nilai Pretest (sebelum diberi *treatment*), (2) X = Perlakuan (*treatment*), (3) O_2 = nilai *posttest* (setelah diberi *treatment*)

Uji efektivitas buku panduan konseling Konseling CBT Teknik Kognitif Dispute serta Modeling untuk Meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi dilaksanakan melalui uji dependen sample-t test yakni membandingkan skor tingkat self-efficacy kesehatan reproduksi sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling CBT. Analisis dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS17.0 for Windows dengan signifikansi 0.05. Berikut adalah criteria ujinya: (1) Apabila Sig. (2- tailed) > 0,05 berarti tak ada yang berbeda pada rerata nilai self-efficacy siswa sesudah serta sebelum menjalani teknik kognitif dispute dan modeling, (2) Apabila Sig. (2- tailed) < 0,05 artinya ada yang berbeda pada rerata nilai self-efficacy sebelum dan sesudah menjalani konseling CBT dengan teknik kognitif dispute dan modeling.

Hasil dan Pembahasan

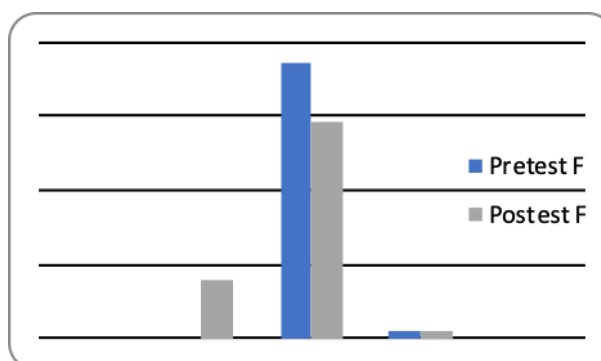
Buku panduan yang dihasilkan ini menggunakan tahapan pengembangan 4D dengan melalui 4 tahapan penting Define (mendefinisikan), Design (merancang), Develop (Mengembangkan) serta Disseminate (menyebarkan). Produk penelitian ini adalah Buku Panduan konseling CBT teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa. Berdasarkan tahapan yang telah dilaksanakan, maka rancang bangun buku panduan dapat dihasilkan berupa buku terdiri dari cover, kata pengantar, dasar pemikiran, langkah-langkah, evaluasi dan penutup.



Gambar 2. Tampilan buku panduan

Penggunaan tahapan pengembangan 4D dirasa sesuai dengan pengembangan rancang bangun buku panduan. Dikarenakan ada beberapa tahapan sesuai dengan kebutuhan pengembangan, Tahap Pendefinisian (Define) Peneliti menganalisis kebutuhan produk yang akan dikembangkan. Kemudian dilanjutkan pada Tahap Perancangan (Design), tahap ini menentukan dan membuat rancangan produk awal yang lengkap dengan spesifikasinya. Pada penelitian ini, peneliti membuat desain sampul, kerangka isi panduan konseling, serta mengembangkan instrumen pengumpulan data. Tahap Pengembangan (Development), pada tahap ini produk melalui uji ahli dan melakukan uji coba produk. Validasi isi buku panduan dilakukan oleh pakar ahli dalam bidang bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk mengavluasi hasil panduan buku panduan konseling CBT teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa. Kemudian dilanjutkan dengan uji kepraktisan yang dilakukan oleh praktisi di SMP Negeri 1 Tabanan. Selanjutnya uji coba produk diberikan pada peserta didik, hal ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan dari buku panduan konseling CBT teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa. Dan tahap yang terakhir yaitu penyebarluasan (Disseminate). Tahap dissemination atau penyebarluasan adalah bagian akhir yang harus diselesaikan. Dalam Thiagarajan (1974 : 9) tahapan ini dibagi menjadi tiga tahap yaitu validation testing, packaging, diffusion and adoption. Validation testing pada tahap produk buku panduan dinilai para ahli dan kemudian jika ada kekurangan maka akan dilakukan revisi selanjutnya dapat diterapkan pada subjek melalui ujian pratesis dan tesis. Packaging tahap ini merupakan tahap pembungkusan dan penyelesaian akhir sehingga produk yang dihasilkan rapi dan bagus. Diffusion and Adoption setelah selesai kemudian materi yang sudah dapat digunakan atau di adopsi sesuai kebutuhan masing-masing siswa atau sekolah. Untuk penelitian saat ini peneliti mencukupkan pada tahapan proses dissemination ini melakukan pada tahap validation testing saja.

Hasil uji validitas dengan rumus Lawshe untuk isi buku panduan. Hasil analisis validitas isi mendapatkan hasil CVR setiap item lebih dari 0 ($CVR > 0$) serta tidak ditemukan item yang bernilai lebih kecil; dari 0 ($CVR < 0$). Nilai CVI diperoleh nilai 1, maka dapat diartikan kelayakan buku panduan ini tinggi untuk dikembangkan, Pentingnya penilaian tersebut untuk dilakukan bertujuan supaya sebelum dipergunakan dalam melayani siswa, buku tersebut sudah sesuai dengan penerimaan teoritis. Hasil uji kepraktisan buku panduan atas penilaian 10 orang praktisi bimbingan konseling dinyatakan praktis (90%).



Gambar 3. Grafik Perolehan Nilai *Pretest* dan *Posttest* Mendapatkan Pendekatan CBT Teknik Kognitif Dispute serta Modeling untuk Meningkatkan *self-efficacy* kesehatan reproduksi siswa

Berdasarkan hasil dari perolehan nilai pre test dan post test mendapatkan layanan konseling CBT teknik kognitif dispute serta modeling untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa menjadi lebih positif dan tingkat self-efficacy kesehatan reproduksi meningkat.

Hasil efektivitas buku panduan memperoleh nilai sig (2-tailed) adalah $<0,001$ atau di bawah 0,05 sehingga dapat dikatakan buku panduan konseling CBT behavioristik efektif untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa. Hasil analisis uji kepraktisan, penilaian sepuluh (10) orang Guru atau Praktisi, maka kepraktisan panduan ini ditemukan dengan hasil rata-rata 90, artinya buku panduan ini praktis digunakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling. Berdasarkan hasil ini bahwa konseling CBT dengan teknik kognitif dispute dan modeling untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa telah memenuhi criteria kepraktisan, kelayakan, dan kebahasaan serta telah terbukti keefektifitas dalam meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi yang dialami siswa.

Konseling CBT teknik kognitif dispute dan modeling efektif meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa. Hal ini sesuai dengan tujuan Seperti yang telah dirumuskan oleh psikiater Aaron Beck dan Koleganya (Beck, 1976; Beck dkk, 1979; Derubeis, Tang & Beck, 2001), terapi kognitif berfokus pada kognitif maladaptif. Disputing adalah cara efektif untuk menolong klien mengevaluasi manfaat dan kemanjuran dari sistem belief, teknik ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi, memperdebatkan dan mengganti belief yang kaku menurut Marlina, M. Ningsih (2021). Kognitif dispute juga merupakan usaha untuk merubah pola pikir yang irasional menjadi rasional dengan philosophical persuasion, didactic presentation, socratic dialogue, vicarious experience, dan berbagai ekspresi verbal lainnya dalam Ikhtiarawati, I.F., et al (2022). Menurut Social Influence Theory (16) dalam Lin, Y.N (2002) Konseling adalah proses pengaruh antar pribadi dimana keberhasilan hubungan konseling itu bergantung pada kebutuhan yang dirasakan klien akan bantuan dan persepsi mereka tentang kemampuan terapis atau konselor untuk memenuhi kebutuhannya. Jadi semakin banyak kebutuhan yang dirasakan sendiri oleh klien sejalan dengan kemampuan konselor atau terapis. Terapi kognitif-perilaku (CBT) dalam Bryant, R.A, Harvey, A.G, et al (1998) adalah kerangka konseling dengan dukungan paling empiris untuk berbagai masalah psikologis. Terapi perilaku bertujuan untuk mengubah perilaku manusia yang bias diamati dan bisa di ukur. Perubahan-perubahan ini dipilih oleh terapis bersama dengan kliennya. Terapis bersikap direktif, member klien petunjuk jelas tentang yang harus dilakukan agar bias menghasilkan perubahan. Tujuan umum terapi perilaku adalah menghasilkan perubahan perilaku realistik yang diinginkan melalui pendekatan yang terencana dan konsisten.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa (1) menghasilkan buku panduan konseling CBT, (2) uji validitas dengan rumus Lawshe untuk isi buku panduan. Hasil analisis validitasi mendapatkan hasil CVR setiap item lebih dari 0 ($CVR > 0$) serta tidak ditemukan item yang bernilai lebih kecil; dari 0 ($CVR < 0$). Nilai CVI diperoleh nilai 1, maka dapat diartikan kelayakan buku panduan ini tinggi untuk dikembangkan, (3) uji kepraktisan buku panduan atas penilaian 10 orang praktisi bimbingan konseling dinyatakan praktis (90%), (4) efektivitas buku panduan memperoleh nilai sig (2-tailed) adalah $<0,001$ atau di bawah 0,05 sehingga dapat dikatakan buku panduan konseling CBT efektif untuk meningkatkan self-efficacy kesehatan reproduksi siswa.

Referensi

- Aisyaroh, N., Kebidanan, S. P. P. D. I., & Unissula, F. I. K. (2010). Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung. Universitas Sultan Agung*.
- Alavi-Arjas, F., Farnam, F., Granmayeh, M., & Haghani, H. (2018). The effect of sexual and reproductive health education on knowledge and self-efficacy of school counselors. *Journal of Adolescent Health*, 63(5), 615-620.
- Ananda, K. A. C., Dharsana, I. K., & Suarni, N. K. (2017). Cognitive Behavioral Counseling with Modelling Pan Balang Tamak to Improve Persuasive. *Bisma The Journal of Counseling*, 1(2), 60-68.
- Bandura, A., & Wessels, S. (1994). *Self-efficacy* (Vol. 4, pp. 71-81). na.
- Bandura, A. (1978). Reflections on self-efficacy. *Advances in behaviour research and therapy*, 1(4), 237-269.
- Bassanezi, R. C. (1994). Modelling as a teaching-learning strategy. *For the learning of mathematics*, 14(2), 31-35.
- Beck, J.S. (2011). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. New York: The Guilford Press.
- Bryant, R. A., Harvey, A. G., Dang, S. T., Sackville, T., & Basten, C. (1998). Treatment of acute stress disorder: a comparison of cognitive-behavioral therapy and supportive counseling. *Journal of consulting and clinical psychology*, 66(5), 862.
- Calloway, A., & Creed, T. A. (2022). Enhancing CBT consultation with multicultural counseling principles. *Cognitive and behavioral practice*, 29(4), 787-795.

- Dantes, Nyoman. (2021). *Asesmen dan Evaluasi Pembelajaran*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha
- Fatoni, Z., Astuti, Y., Seftiani, S., Situmorang, A., Widayatun, N. F. N., & Purwaningsih, S. S. (2015). Implementasi kebijakan kesehatan reproduksi di Indonesia: sebelum dan sesudah reformasi. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 10(1), 65-74.
- Fischer, J., & Mendez, D. M. (2019). Increasing the use of evidence-based practices in counseling: CBT as a supervision modality in private practice mental health. *Journal of Counselor Preparation and Supervision*, 12(4), 4.
- Ghufron, M. Nur dan Risnawati S, Rini. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gloppen, K. M., David-Ferdon, C., & Bates, J. (2010). Confidence as a predictor of sexual and reproductive health outcomes for youth. *Journal of Adolescent Health*, 46(3), S42-S58.
- Handayani, O. W. K., Wiranti, I., Raharjo, B. B., & Nugroho, E. (2019). The reproduction health behavior of high school teenagers in Semarang, Indonesia. *The Open Public Health Journal*, 12(1).
- Heslin, P. A., & Klehe, U. C. (2006). Self-efficacy. *Encyclopedia Of Industrial/Organizational Psychology*, SG Rogelberg, ed, 2, 705-708.
- Ikhtiarawati, I. F., Purwati, P., & Kurniati, A. (2022, July). Effectiveness of Counseling Group Behavioral Aversion Techniques and REBT Cognitive Dispute Techniques to Reduce Adolescent Smoking Behavior. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 210-219).
- Irianto, Koes. Kesehatan Reproduksi Teori dan Praktikum. (2015). Bandung: Alfabeta
- Johariyah, A., & Mariati, T. (2018). Efektivitas penyuluhan kesehatan reproduksi remaja dengan pemberian modul terhadap perubahan pengetahuan remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS. Dr. Soetomo*, 4(1), 38-46.
- Karsten, R., & Roth, R. M. (1998). Computer self-efficacy: A practical indicator of student computer competency in introductory IS courses. *Informing Science*, 1(3), 61-68.
- Lin, Y. N. (2002). The application of cognitive-behavioral therapy to counseling Chinese. *American journal of psychotherapy*, 56(1), 46-58.
- Maddux, J. E., & Gosselin, J. T. (2012). *Self-efficacy*. The Guilford Press.
- Marlina, M., Ningsih, Y. T., Fikry, Z., & Fransiska, D. R. (2021). Panduan Pelaksanaan REBT Berbasis Bisindo: Untuk Korban Pelecehan Seksual Perempuan Disabilitas (Perempuan Tunarungu).
- Muflih, M. (2015). Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Berhubungan Dengan Kepercayaan Diri Remaja Untuk Menghindari Seks Bebas. *Jurna I Keperawatan*, 5(1), 138536.
- Rima Wirenviona, S. S. T., Riris, A. A. I. D. C., & ST, S. (2020). *Edukasi kesehatan reproduksi remaja*. Airlangga University Press.
- Salam, R. A., Faqqah, A., Sajjad, N., Lassi, Z. S., Das, J. K., Kaufman, M., & Bhutta, Z. A. (2016). Improving adolescent sexual and reproductive health: a systematic review of potential interventions. *Journal of adolescent health*, 59(4), S11-S28.
- Setiawan, Andi. (2018). *Model Konseling Kelompok Teknik Problem Solving*. Yogyakarta: Deepublish
- Suranata, K. (2019). The pilot study of SMART-Resilience a psycho-educational program. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 4(3), 121.
- Schlotter, M., & Wößmann, L. (2010). Frühkindliche Bildung und spätere kognitive und nicht kognitive Fähigkeiten: Deutsche und internationale Evidenz. *Vierteljahrsshefte zur Wirtschaftsforschung*, 79(3), 99-120.
- Thiagarajan, S. (1974). Instructional development for training teachers of exceptional children: A sourcebook.
- Usman, I., Puluhulawa, M., & Smith, M. B. (2017, August). Teknik Modeling Simbolis Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling. In *Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2017* (pp. 84-92).
- Yunita, E., & Karneli, Y. (2022). Efektifitas Teknik Dispute Cognitive Untuk Mengurangi Perilaku Non Suicidal Self-Injury (Study Kasus Pada Mahasiswa Trauma). *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 3(2), 45-53.