

***LITERATURE REVIEW: PENGEMBANGAN MEDIA ISLAND
ACADEMIC HARDINESS (ICHA) TENTANG ACADEMIC
HARDINESS***

Nadila Halimatusya’diah¹⁾, Aprilia Setyowati²⁾
Universitas Ahmad Dahlan
nadila2000001033@webmail.uad.ac.id

Abstrak

Academic Hardiness merupakan konsep yang penting dalam konteks pendidikan. Hal ini berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk menghadapi tantangan akademik dengan keyakinan, ketahanan, dan motivasi yang tinggi. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengkaji media *Island Academic Hardiness* (ICHA) untuk mengetahui produk media permainan *Island Academic Hardiness* yang layak atau valid tentang *academic hardiness*. Media pembelajaran yang digunakan dalam layanan meliputi media nyata. Desain penelitian ini berupa *review* jurnal yang telah terbit dalam kurun waktu 2022-2023. Hasil yang diperoleh setidaknya lima artikel yang dipilih sesuai dengan inklusi peneliti yang telah ditetapkan, dalam kajian literatur tersebut terdapat hubungan media untuk meningkatkan *academic hardiness*. Rekomendasi kajian *literature* ini dapat menjadikan pengembangan media yang dapat digunakan untuk meningkatkan *academic hardiness*.

Kata Kunci: *Academic, Hardiness, Media, Pengembangan*

1. Pendahuluan

Sekolah menengah atas merupakan tahun peralihan bagi siswa karena siswa mulai adaptasi dengan lingkungan sekolah yang berbeda dari sebelumnya. Di tingkat SMP, siswa masih mendapatkan bantuan yang dominan dari guru dan orang tua saat belajar untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik. Namun, di SMA siswa diharapkan untuk lebih proaktif dan mandiri dalam mengatasi tuntutan akademik. Di SMA, guru tidak akan memberikan bantuan yang dominan seperti yang terjadi di SMP. Terkadang, siswa merasa tertekan dengan tugas-tugas dan tuntutan akademik karena gaya belajar mereka yang berbeda serta lingkungan sekolah yang berbeda. Kemampuan siswa untuk beradaptasi di lingkungan sekolah sangat penting dalam kesuksesan akademik (Zubaidah, 2020). Siswa yang dapat dengan mudah beradaptasi dengan tantangan dan perubahan yang terjadi di lingkungan sekolah cenderung memiliki pengalaman yang positif, siswa mampu mengatasi stres, menyesuaikan diri dengan aturan dan harapan sekolah serta

membentuk hubungan yang baik. Begitupun sebaliknya jika siswa tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan maka siswa akan mudah untuk stres.

Siswa seringkali mengalami stres karena meningkatnya tekanan akademik yang membuat mereka merasa terbebani oleh berbagai tuntutan dan tekanan (Barseli et al., 2020). Stres akademik adalah tekanan atau beban yang dialami oleh siswa ketika menghadapi tuntutan akademik seperti jumlah tugas yang banyak, ujian, praktikum bagi siswa SMK, dan sebagainya. Stres akademik ini perlu diperhatikan karena dapat menyebabkan penurunan prestasi siswa atau timbulnya kecemasan, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif pada siswa tersebut jika tidak ditangani dengan baik. Oleh karena itu, sangat penting bagi siswa untuk memiliki tingkat ketangguhan (*hardiness*) yang memadai agar mampu mengatasi tekanan dan stres dalam menghadapi tuntutan akademik. (Heditya & Sawitri, 2023). Siswa yang memiliki tingkat ketangguhan akademik (*academic hardiness*) yang tinggi umumnya mampu menghadapi stres akademik dengan lebih efektif karena memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosi dan merespons situasi yang mereka hadapi dengan lebih baik

Selama masa pertumbuhan, semua individu akan mengalami masa transisi yang signifikan, terutama dari masa anak-anak menjadi masa remaja. Dalam masa transisi ini, seseorang akan menghadapi perbedaan seperti meningkatnya beban tugas dan perubahan gaya belajar, dan lain sebagainya. Dalam menghadapi semua hal tersebut, individu perlu memiliki karakter *hardiness* guna mencapai tujuan yang diinginkan. *Hardiness* merupakan sebuah sifat kepribadian yang ditandai dengan peningkatan komitmen, kontrol, dan keberanian untuk menghadapi tantangan di masa depan. Individu yang memiliki *hardiness* mampu menikmati dan terlibat secara aktif dalam tuntutan atau aktivitas yang dihadapinya. Individu tersebut memandang masalah atau tuntutan sebagai hasil dari pilihan yang mereka sendiri, dan memandang sebagai peluang untuk belajar dan berkembang. Dalam beberapa penelitian oleh Maddi, Lifton dkk (dalam Evangelia, 2013) *Hardiness* telah terbukti menjadi faktor yang dapat memprediksi efektivitas kinerja mahasiswa dengan baik, serta memiliki korelasi positif dengan tingkat retensi dan kreativitas di antara mereka. Selain itu, *hardiness* juga memiliki korelasi negatif dengan tingkat stres akademik dan berbagai masalah kesehatan yang dialami oleh mahasiswa.

Kobasa et al., (1982) mengatakan bahwa dalam *hardiness* ini terdapat tiga karakteristik diantaranya yaitu *commitment*, *control*, dan *challenge*. *Control* adalah salah satu aspek dari *hardiness* yang mencakup kecenderungan individu untuk menerima dan percaya bahwa individu memiliki kemampuan untuk mengontrol dan mempengaruhi peristiwa dengan menggunakan pengalaman. Individu yang memiliki pengendalian cenderung memiliki sikap optimis dalam menghadapi situasi yang tak terduga. *Commitment* yaitu kecenderungan individu untuk terlibat sepenuhnya dalam semua aktivitasnya, dengan keyakinan bahwa itu adalah tantangan yang bermakna. Dengan hal ini, seseorang akan menjadi lebih kuat dan memiliki ketahanan yang tinggi, sehingga tidak mudah menyerah dalam menghadapi tekanan. *Challenge* yaitu kecenderungan individu untuk melihat perubahan sebagai sesuatu yang wajar dan peluang untuk tumbuh, bukan sebagai ancaman.

Adanya karakter *hardiness* pada siswa memiliki banyak sekali fungsinya. Adapun fungsi *hardiness* menurut Kobasa et al., (1982) yaitu mencakup kemampuan individu dalam proses adaptasi, toleransi terhadap frustrasi, mengurangi dampak negatif dari stres, mengurangi risiko kelelahan emosional (*burnout*), mengubah persepsi negatif terhadap kejadian atau situasi yang dianggap sebagai ancaman, serta meningkatkan keyakinan untuk berhasil menghadapinya melalui strategi penanganan (*coping*) yang efektif. Selain itu, *hardiness* juga meningkatkan ketahanan individu terhadap stres, serta membantu individu melihat peluang dengan lebih jelas. Siswa dengan tingkat *hardiness* yang tinggi cenderung menunjukkan motivasi belajar yang kuat dan komitmen untuk terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran, dibandingkan dengan siswa yang memiliki tingkat *hardiness* rendah atau kurang memiliki *hardiness* (Evangelia, 2013). Disebutkan juga dalam penelitian yang dilakukan oleh sheard dan golby (dalam Evangelia, 2013) individu dengan tingkat *hardiness* yang tinggi akan menunjukkan pola perilaku yang dapat mengatasi stres dan mengubah situasi yang berpotensi berbahaya menjadi peluang. Sebagai hasilnya, individu dengan *academic hardiness* yang kuat akan menunjukkan komitmen dalam menjalankan tugas-tugas akademik, memiliki kontrol atas diri sendiri dan kejadian yang terjadi, terutama saat menghadapi tekanan yang diberikan. Individu juga melihat beban tersebut sebagai tantangan yang harus dihadapi dan diselesaikan.

Berbagai dampak dari stress akademik bisa dilihat dari rendahnya prestasi akademik siswa, kurangnya motivasi siswa terhadap mata pelajaran, kecenderungan siswa untuk bolos sekolah atau pelajaran, absen dalam kelas, bahkan dapat mengakibatkan berhenti atau dikeluarkannya siswa dari sekolah. Hal ini banyak ditemukan di sekolah, seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Sudarsana, (2019) di SMPN 2 Kemalang yang dimana Dalam penelitian tersebut, disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara tingkat stres akademik yang tinggi dan prestasi belajar yang rendah, begitu pula sebaliknya, yaitu hubungan positif antara tingkat stres akademik yang rendah dan prestasi belajar yang tinggi pada siswa.

Salah satu konsekuensi dari kurangnya dukungan yang diberikan oleh guru terhadap *academic hardiness* pada siswa adalah timbulnya stres akademik pada siswa. Dalam hal ini, siswa cenderung mengalami stres akademik. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara skor *hardiness* yang dimiliki oleh mahasiswa dengan tingkat stres akademik yang mereka alami, dalam hal ini *hardiness* memberikan kontribusi sebesar 38,1% terhadap tingkat stres akademik yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menghadapi tugas skripsi (Azizah & Satwika, 2021). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa *academic hardiness* sangat berpengaruh dalam mengerjakan skripsi.

Penelitian lain juga mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa angkatan 2017 dari Departemen Teknik Sipil UNDIP memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa menunjukkan komitmen yang teguh untuk terus mengerjakan tugas dan mengatasi tantangan, meskipun menghadapi kesulitan. Selain itu, mahasiswa mampu mengatasi tekanan dan berusaha untuk belajar dengan lebih tekun ketika mereka mendapatkan nilai yang kurang memuaskan. Dari hasil penelitian ini, ditemukan bahwa 40 mahasiswa (33,8%) dari angkatan 2017 departemen Teknik Sipil Universitas Diponegoro mengalami tingkat stres akademik yang cukup tinggi. Sebanyak 76 mahasiswa (64,4%) dari angkatan yang sama mengalami stres akademik yang tergolong rendah, sementara hanya 2 mahasiswa (1,6%) yang mengalami stres akademik pada tingkat yang sangat rendah (Risana & Kustanti, 2017). Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan antara *academic hardiness* dengan stres akademik. Mahasiswa dari Departemen Teknik Sipil menunjukkan usaha yang gigih dalam belajar

ketika mereka mendapatkan nilai yang kurang memuaskan. Oleh karena itu, mahasiswa di departemen tersebut cenderung memiliki tingkat stres akademik yang rendah.

Salah satu strategi yang perlu diterapkan adalah meningkatkan *academic hardiness* pada siswa agar mereka dapat menghadapi tuntutan akademik dengan baik. Dalam upaya meningkatkan *academic hardiness* siswa, diperlukan penyediaan layanan yang khusus mengenai *academic hardiness*. Hingga saat ini, layanan bimbingan dan konseling di sekolah cenderung kurang bervariasi, dengan guru yang masih menggunakan metode ceramah yang membuat siswa merasa bosan. Akibatnya, siswa cenderung menghindari layanan bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling jarang menggunakan metode yang menarik atau media dalam menyampaikan layanan tersebut. Namun, banyak peneliti telah melakukan inovasi dengan menggunakan media seperti modul atau poster. Selain itu, terdapat pula inovasi metode seperti permainan yang dapat membuat layanan bimbingan dan konseling lebih menarik bagi siswa.

Penggunaan permainan dalam konteks sekolah masih jarang, padahal metode permainan dapat menarik minat dan antusiasme siswa dalam mengikuti layanan bimbingan dan konseling. Menerapkan permainan dalam layanan bimbingan dan konseling dapat memberikan pengalaman langsung kepada siswa terkait masalah yang mereka hadapi, serta memberikan nilai psikoedukasi yang penting. Hal ini dapat menjadi katarsis bagi siswa, dimana mereka dapat menghadapi dan memahami masalah mereka melalui pengalaman interaktif dengan permainan tersebut (Hariyadi et al., 2022). Maka dari itu guru bimbingan dan konseling membutuhkan pembaharuan untuk menarik siswa dalam mengikuti layanan yaitu dengan pengembangan media games.

Sebagai guru bimbingan dan konseling, penting untuk memberikan layanan yang kreatif, inovatif, inspiratif, dan interaktif agar siswa dapat dengan mudah memahami materi yang disampaikan dalam layanan bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling memiliki tugas penting dalam memberikan layanan yang membantu siswa memahami pentingnya memiliki *academic hardiness* melalui berbagai strategi dalam bimbingan dan konseling. Salah satu strategi yang digunakan adalah menggunakan media yang diadaptasi dari permainan monopoli untuk memberikan pemahaman yang penting tentang *academic hardiness* kepada siswa. Hal ini bertujuan agar siswa dapat memahami perilaku yang terkait dengan *academic hardiness* yang harus dimiliki. Sebagai hasilnya,

peneliti bertujuan untuk mengembangkan media simulasi berupa permainan Island Academic Hardiness (ICHA) yang memiliki kevalidan dalam konten, tampilan, serta praktis dan dapat digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling. Diharapkan media ini dapat membantu guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan yang lebih inovatif terutama dalam hal *academic hardiness*.

2. Metode

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *literature review* atau biasa disebut kajian kepustakaan. *Literature review is the process of locating, obtaining, reading and evaluating the research literature in your area of interest* (Xie, 2016). Kajian pustaka merupakan suatu proses menemukan, memperoleh, membaca dan mengevaluasi literatur penelitian dibidang yang diminati. Jadi kajian pustaka adalah kerangka kerja yang berkaitan dengan tema baru guna mengidentifikasi indikasi ada atau tidaknya kemajuan dari suatu penelitian.

Literature review dilakukan dengan fokus pada artikel yang memuat abstrak, pendahuluan, metode dan hasil dengan jenis penelitian pengembangan atau RnD. Strategi pencarian artikel menggunakan database yang tersedia di google scholar dengan rentang tahun 2022-2023 menggunakan bahasa Indonesia, artikel original (artikel penelitian) dengan kata kunci “pengembangan media bimbingan dan konseling, *academic hardiness* atau ketangguhan belajar”.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan kajian literatur yang telah dicari dari google scholar ditemukan setidaknya terdapat 5 artikel dengan kata kunci “Pengembangan media bimbingan dan konseling, *academic hardiness*”. Kelima artikel tersebut dipilih yang paling relevan, mendukung dan menjawab pertanyaan dalam penelitian. Kelima artikel tersebut terdapat dalam tabel dibawah ini:

Tabel 1. Analisa Data pada Artikel yang Digunakan dalam Kajian Literatur

Penulis	Judul	Tujuan Penelitian	Desain dan Metode Pengumpulan Data	Temuan
(Fania Putri et al., 2022)	Pengembangan Media Permainan Monopoli Topeng Cirebon Dalam Bimbingan Kelompok Tentang Kontrol Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kapetakan	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menghasilkan media permainan berbasis Monopoli dengan tema topeng Cirebon yang fokus pada pengembangan kontrol diri. Media ini dirancang khusus untuk digunakan dalam layanan Bimbingan Konseling, terutama dalam konteks bimbingan kelompok.	Penelitian ini menggunakan metode pengembangan penelitian yang mengadopsi model Borg and Gall. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar penilaian yang akan dievaluasi oleh ahli media, ahli materi, dan ahli layanan sebagai responden penilaian.	Nilai hasil uji validasi dari ahli media menunjukkan 95 dengan kategori sangat baik, sedangkan hasil uji validasi dari ahli layanan mendapatkan nilai sebesar 90,6 dengan kategori sangat baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa media permainan Monopoli topeng Cirebon mengenai kontrol diri siswa ini memiliki kelayakan untuk digunakan dalam layanan.
(Suriata et al., 2022)	Pengembangan Media <i>Jenga</i> pada Layanan Informasi untuk Meningkatkan Pemahaman Bahaya <i>Bullying</i> di MTs DDI Kota Tarakan	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan suatu produk media, yaitu permainan <i>Jenga</i> , yang akan digunakan dalam layanan informasi, bimbingan dan konseling untuk siswa di MTs DDI Kota Tarakan.	Penelitian ini menerapkan metode pengembangan dengan menggunakan model Borg and Gall. Dalam penelitian ini, digunakan teknik analisis kuantitatif dan deskriptif kualitatif.	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa validasi oleh ahli materi memperoleh skor sebesar 78%, yang menandakan bahwa media <i>Jenga</i> yang dikembangkan adalah layak digunakan. Selain itu, hasil validasi desain memperoleh skor sebesar 89%,

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

				<p>yang menunjukkan bahwa media Jenga tersebut sangat layak digunakan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa media Jenga yang dikembangkan sangat cocok dan efektif dalam layanan informasi, bimbingan, dan konseling untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang bahaya <i>Bullying</i>.</p>
(Khairani & Mudjiran, 2022)	<p>Pengembangan Modul Bimbingan dan Konseling untuk Meningkatkan Karakter Tangguh Siswa dalam Belajar</p>	<p>Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan sebuah modul bimbingan dan konseling yang memiliki konten dan tampilan yang valid, praktis, dan efektif dalam meningkatkan karakter tangguh siswa selama proses pembelajaran.</p>	<p>Penelitian ini menerapkan metode pengembangan ADDIE. Dalam penelitian ini, dilakukan analisis deskriptif dan analisis statistik nonparametrik.</p>	<p>Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa modul bimbingan dan konseling yang telah dikembangkan untuk meningkatkan ketangguhan siswa dinilai valid dan layak. Modul ini juga memiliki tingkat kepraktisan yang baik dalam meningkatkan karakter tangguh siswa, sehingga modul tersebut dapat digunakan sebagai media dalam layanan bimbingan dan konseling. Selain itu, penggunaan modul bimbingan dan konseling dalam</p>

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

				meningkatkan karakter tangguh siswa selama proses belajar terbukti efektif, terlihat dari peningkatan karakter tangguh siswa setelah penerapan modul tersebut.
(Sarifah et al., 2022)	Pengembangan Media Audiovisual Berbasis Sparkol Videoscribe untuk Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi sejauh mana efektivitas media audiovisual dalam meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan karir.	Penelitian ini menerapkan metode pengembangan dengan menggunakan Model Borg and Gall.	Hasil penelitian ini menunjukkan validitas yang tinggi berdasarkan persentase validasi ahli media sebesar 91,6% dengan kategori sangat layak. Validasi ahli materi juga menunjukkan persentase sebesar 71,4% dengan kategori layak digunakan. Selain itu, hasil uji coba produk kepada siswa juga menunjukkan persentase sebesar 78,43%, 80,04%, dan 76,31% dengan kategori layak digunakan.
(Abdurrahman, HeruJuabdinSada, Saiful Bahri, 2022)	Pengembangan Media Animasi dalam Memberikan Pemahaman Karir Pada Peserta Didik	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyajikan pemahaman tentang karir kepada siswa dengan cara yang menarik dan praktis.	Penelitian ini menerapkan metode pengembangan dengan menggunakan model Borg and Gall. Dalam analisis data, digunakan teknik analisis deskriptif.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media animasi yang digunakan untuk memberikan pemahaman karir kepada peserta didik sangat layak digunakan. Hal ini terbukti dengan hasil

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

				validasi ahli media yang mencapai persentase rata-rata sebesar 89,4% dengan kriteria "sangat layak". Selain itu, uji coba skala terbatas dengan melibatkan 10 peserta didik juga menunjukkan skor sebesar 89,42% dengan kriteria "sangat layak". Uji coba yang melibatkan 30 peserta didik secara keseluruhan juga mendapatkan persentase sebesar 86,85% dengan kriteria "sangat layak". Oleh karena itu, media animasi dalam memberikan pemahaman karir pada siswa sangat cocok digunakan dalam proses pemberian informasi karir di sekolah untuk membantu siswa mempersiapkan pendidikan tinggi.
--	--	--	--	--

Berdasarkan hasil diatas menunjukkan bahwa pengembangan media dalam bimbingan dan konseling dapat membantu proses pembelajaran siswa dan tumbuh kembang peserta didik. Seperti peneltian yang dilakukan oleh Khairani & Mudjiran,

(2022), yang mengembangkan modul bimbingan dan konseling untuk meningkatkan karakter tangguh siswa, dan terbukti efektif. Fania Putri et al., (2022) juga mengembangkan media permainan monopoli topeng Cirebon yang dimana hasil dari media tersebut layak dan efektif untuk digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kontrol diri pada siswa. Suriata et al., (2022) juga menyebutkan media Jenga layak untuk digunakan dan efektif meningkatkan pemahaman bahaya Bullying siswa. Sarifah et al., (2022) media audiovisual yang dikembangkan menggunakan platform Sparkol VideoScribe menunjukkan hasil uji coba produk kepada siswa dengan persentase sebesar 78,43%, 80,04%, dan 76,31% dengan kategori layak digunakan.

Serta penelitian yang telah dilakukan oleh Abdurrahman, HeruJuabdinSada, Saiful Bahri, (2022) media animasi yang dikembangkan untuk memberikan pemahaman karir kepada peserta didik telah terbukti sangat layak digunakan. Hal ini didukung oleh hasil validasi ahli media yang menunjukkan persentase rata-rata sebesar 89,4% dengan kriteria "sangat layak". Selain itu, uji coba skala terbatas dengan melibatkan 10 peserta didik juga menghasilkan skor sebesar 89,42% dengan kriteria "sangat layak". Uji coba yang melibatkan 30 peserta didik secara keseluruhan juga mencapai persentase sebesar 86,85% dengan kriteria "sangat layak". Dengan demikian, media animasi ini sangat tepat digunakan dalam proses pemberian informasi karir untuk mendukung siswa dalam mempersiapkan pendidikan tinggi di sekolah. Maka berdasarkan hasil penelitian diatas layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan media terbukti efektif dalam membantu proses pemberian layanan bimbingan dan konseling.

Dari kelima penelitian diatas, terdapat hubungan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu kesamaan objek penelitian pada pengembangan tentang *academic hardiness*. Dalam menghadapi tugas dan tuntutan akademik, memiliki kepribadian yang kuat dan tangguh (*hardiness*) menjadi faktor penting dalam mencapai tujuan belajar merupakan kegiatan akademik di sekolah yang menjadi rutinitas harian siswa. Kehadiran kepribadian *hardiness* ini sangat penting bagi siswa karena dapat membantu mencegah terjadinya stres akademik Menurut Arishanti & Juniarly, (2019) individu yang memiliki kepribadian *hardiness* akan tetap menjaga

kesehatannya ketika menghadapi masalah, mereka mampu melawan efek negatif dari peristiwa yang bisa menyebabkan stres, dan terlibat dalam hal-hal yang positif.

Teori *hardiness* dikembangkan dan diterapkan dalam konteks pendidikan, di mana istilah "*hardiness*" dalam bahasa Indonesia dapat diartikan sebagai ketangguhan atau ketahanan, yang merupakan salah satu aspek karakter kepribadian yang mempengaruhi daya tahan individu. Kobasa et al., (1982) mengatakan *hardiness* dapat dijelaskan sebagai kumpulan karakteristik kepribadian yang memberikan sumber daya untuk menghadapi kejadian yang menimbulkan stres, serta dapat dikembangkan sebagai bentuk perlindungan dari pengaruh negatif stres. Individu atau siswa yang memiliki tipe kepribadian ini memiliki keyakinan yang kuat untuk mengontrol dan mengantisipasi perubahan tanpa harus merasa terbebani oleh keputusan, dan mereka mampu melihat setiap perubahan sebagai tantangan yang dapat meningkatkan prestasi. Jadi, Academic Hardiness merupakan suatu karakteristik kepribadian siswa yang memberikan kemampuan untuk tetap bertahan dan kuat dalam menghadapi situasi yang menekan di lingkungan sekolah.

Melihat dampak jika individu tidak memiliki karakter *academic hardiness* atau hardinesnya rendah maka akan berbalik dengan fungsi diatas yaitu individu akan kesulitan beradaptasi dengan orang lain, sering frustrasi atau stres, mengalami burnout, pikiran negatif, dan sebagainya. Sehingga individu akan kesulitan tuntut tercapainya tujuan dalam akademik. Untuk memperkenalkan *academic hardiness* kepada siswa, guru bimbingan dan konseling harus memberikan layanan yang menarik dan tidak membosankan agar siswa terlibat aktif dan memiliki keinginan untuk berpartisipasi. Salah satu strategi untuk menarik perhatian siswa adalah melalui penggunaan media yang inovatif dan kreatif.

Media bimbingan dan konseling merujuk pada segala bentuk yang digunakan untuk mengkomunikasikan pesan atau informasi dari konselor kepada siswa dengan tujuan merangsang pemikiran, emosi, perhatian, dan minat siswa. Tujuannya adalah untuk menciptakan perubahan perilaku, sikap, dan tindakan yang mengarah pada peningkatan yang lebih baik (Zaini et al., 2020). Guru bimbingan dan konseling atau konselor menggunakan media sebagai sarana komunikasi dengan siswa, yang dimana

media berperan sebagai penghubung pesan dari sumber (konselor) dengan siswa (konseli).

Media yang dikembangkan berupa media nyata ataupun digital, pengembangan media disesuaikan dengan kebutuhan materi, keadaan siswa dan keadaan lingkungan. Media layanan bimbingan dan konseling nyata meliputi buku saku, simulasi ular tangga karir, scrapbook, dan lain sebagainya. Sedangkan media layanan bimbingan dan konseling digital artinya memanfaatkan teknologi terbaru. Media digital dapat digubakan oleh konselor membantu dan memudahkan siswa, misalnya terlalu jauh atau diluar jangkauan, bisa digunakan kapan saja dan dimana saja. Pengembangan media digital dapat memanfaatkan berbagai macam teknologi seperti web, aplikasi berbasis android, e-book, dan lain sebagainya. Dengan menggunakan media, khususnya permainan papan (board game), siswa dapat terlibat secara aktif dan berpartisipasi dalam proses pembelajaran, sehingga menciptakan suasana pembelajaran yang dinamis dan interaktif (Putri & Putri, 2019). Dengan demikian, dengan adanya partisipasi aktif dari seluruh siswa dalam lingkungan belajar yang dinamis, kita dapat meningkatkan prestasi belajar siswa.

Media dalam penelitian ini yaitu *Island Academic Hardiness (ICHA)* merupakan salah satu media interkatif yang dikembangkan dan dimodifikasi dari permainan monopoli. Media ini dikembangkan sesuai dengan kebutuhan lapangan dan sesuai dengan tujuan penelitian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan *academic hardiness* atau ketangguhan akademik dan mengembangkan media yang memiliki validitas atau kelayakan penggunaan. Permainan *Island Academic Hardiness (ICHA)* ini berisikan pentingnya individu memiliki sikap *hardiness* dalam belajar, yang dimana dalam permainan ini terdapat pertanyaan yang harus siswa jawab.

Permainan *Island Academic Hardiness (ICHA)* dimainkan secara bergiliran dengan melempar dadu dan berpindah-pindah pulau dan menemukan garis finishnya. Menurut Anshori (dalam Irfatul Chusniyah, Novi Ratna Dewi, 2016) media monopoli merupakan permainan papan bergambar yang dijalankan sesuai banyak mata dadu yang muncul ketika dijatuhkan dan dengan mengikuti aturan permainan monopoli. *Island Academic Hardiness (ICHA)* juga memiliki kesamaan yang dimana permainan ini dijalankan sesuai dengan banyak mata dadu yang muncul ketika dijatuhkan.

Modifikasi yang dapat dilakukan adalah terletak pada gambar yang memiliki perbedaan, dimana monopoli merupakan terdiri dari Negara-negara sedangkan *Island Academic Hardiness* (ICHA) terdiri dari pulau-pulau dan untuk mencapai pulau itu harus melewati rintangan, seperti halnya dalam monopoli terdapat penjara sedangkan dalam *island academic hardiness* terdapat pulau mati ataupun segitiga bermuda. *Island Academic Hardiness* (ICHA) memiliki aturan tersendiri yang kurang lebih sama dengan monopoli, didalam monopoli menggunakan uang kertas sedangkan dalam *Island Academic Hardiness* (ICHA) menggunakan koin sehingga mempermudah dalam permainan. Tidak hanya aturan namun kartu yang digunakan diganti menjadi kartu pertanyaan dan tantangan mengenai *academic hardiness*. Jadi media *Island Academic Hardiness* (ICHA) merupakan media interaktif yang diadaptasi dari permainan monopoli, berisikan pulau-pulau dan terdapat kartu pertanyaan dan tantangan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *academic hardiness* adalah karakter yang penting dimiliki oleh siswa untuk menghadapi tantangan yang tidak terduga, mengurangi stress akademik ataupun perubahan yang tidak terduga. Sehingga siswa perlu mengetahui *academic hardiness*, dengan hal itu guru bimbingan dan konseling perlu mengenalkan tentang karakteristik *academic hardiness* melalui layanan bimbingan dan konseling menggunakan teknik games melalui media yang inovatif dan kreatif salah satunya yaitu dengan media *Island Academic Hardiness* (ICHA).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti dengan metode *literature review*, media dalam layanan bimbingan dan konseling dapat digunakan untuk meningkatkan *academic hardiness* pada siswa. Dengan media yang kreatif serta inovatif yaitu *Island Academic Hardiness* (ICHA) akan menjadi pengalaman baru yang dimiliki siswa serta sekaligus membantu siswa untuk meningkatkan karakter *academic hardiness*. *Academic hardiness* sangat penting dimiliki siswa karena siswa akan lebih mampu menghadapi tekanan dalam pembelajaran ataupun lingkungan sekolah, siswa akan melihat kesulitan sebagai kesempatan untuk tumbuh dan berkembang, siswa akan bangkit setelah mengalamai kegagalan, dan tentunya siap menghadapi tantangan akademik untuk berhasil dalam pendidikan dan kehidupannya.

Kekurangan dalam penelitian ini hanya bersumber dari database google scholar dengan reputasi nasional sehingga untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan menambahkan sumber-sumber dari jurnal yang bereputasi internasional. Selain itu kekurangan dalam penelitian ini juga bersifat studi *literature* yang perlu diuji cobakan dan uji validasinya.

Daftar Pustaka

- Abdurrahman, HeruJuabdinSada, Saiful Bahri, D. S. (2022). Students' Difficulties at Elementary School in Increasing Literacy Ability. *Attractive : Innovative Education Journal*, 4(1), 1–12.
- Arishanti, N., & Juniarily, A. (2019). Hardiness, Penyesuaian Diri dan Stres pada Siswa Taruna. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(2), 163–174.
- Azizah, J. N., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara Hardiness dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang sedang mengerjakan Skripsi selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 212–223.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress Akademik Akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2), 95. <https://doi.org/10.29210/02733jpgi0005>
- Diponegoro, U. (2017). $Xy = -0,555$;
- Evangelia, K. (2013). Επιστημονική Επετηρίδα Παιδαγωγικού Τμήματος Νηπιαγωγών Πανεπιστημίου Ιωαννίνων. 249–266.
- Fania Putri, Z., Amien Wahyudi, Siti Muyana, Hardi Prasetiawan, & Mohamad Amirudin. (2022). Pengembangan Media Permainan Monopoli Topeng Cirebon dalam Bimbingan Kelompok tentang Kontrol Diri. *JCOSE Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 35–46. <https://doi.org/10.24905/jcose.v4i2.93>
- Hariyadi, S., Hartati, M. T. S., Sunawan, S., Isrofin, B., Utomo, D. P., Darul, D. A., & Nurifda, T. S. (2022). Peningkatan Kompetensi Konselor dalam Pengaplikasian Game Based Learning pada Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(3), 291–297. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.627>
- Heditya, N. R., & Sawitri, D. R. (2023). Hubungan antara Harga Diri dan Adaptabilitas Karir pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 2 Semarang. 12(70), 7–11.
- Irfatul Chusniyah, Novi Ratna Dewi, S. D. P. (2016). Keefektifan Permainan Monopoli Berbasis Science Edutainment Tema Tata Surya Terhadap Minat Belajar dan Karakter Ilmiah Siswa Kelas VIII. *USEJ - Unnes Science Education Journal*, 5(2), 1242–1252.

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

- Khairani, C. P., & Mudjiran, M. (2022). Pengembangan Modul Bimbingan dan Konseling untuk Meningkatkan Karakter Tangguh Siswa dalam Belajar. 7(4), 142–150.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.168>
- Putri, R. F., & Putri, R. F. (2019). Belajar Bahasa Inggris melalui Board Game/Card Game. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian 2019 Belajar*, 2(1), 539–543. <https://e-prosiding.umnaw.ac.id/index.php/pengabdian/article/view/171>
- Sarifah, I., Baharudin, Y. H., & Sholikhah, L. D. (2022). Pengembangan Media Audiovisual Berbasis Sparkol Videoscribe untuk Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir. *CERMIN: Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 9–15.
- Sudarsana, D. (2019). Pengaruh Antara Stres Akademik dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IX SMPN 2 Kemalang (the Influence Between Academic Stress and Learning. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 204–207.
- Suriata, S., Dinda Febita Sari, & Siti Rahmi. (2022). Pengembangan Media Jenga pada Layanan Informasi untuk Meningkatkan Pemahaman Bahaya Bullying di MTS DDI Kota Tarakan. *JCOSE Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 62–68. <https://doi.org/10.24905/jcose.v4i2.96>
- Xie, Q. (2016). Research Design and Methods. In *Technical and Vocational Education and Training* (Vol. 22). https://doi.org/10.1007/978-3-319-30157-0_5
- Zaini, A., Dianto, M., & Mulyani, R. R. (2020). Pentingnya Penggunaan Media Bimbingan dan Konseling dalam Layanan Informasi. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang*, 1986, 126–131.
- Zubaidah, S. (2020). Keterampilan Abad Ke-21: Keterampilan yang Diajarkan Melalui Pembelajaran. Online. December 2016.