

Artikel
PENELITIAN DISERTASI DOKTOR

***WELLNESS COUNSELING MODEL LIFESPAN DALAM PENINGKATAN
SURVIVAL-SAFETY SKILLS REMAJA***



PENELITI
Enik Nurkholidah, M.A.
NIDN. 0528107103

UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
NOVEMBER 2018

RINGKASAN

Wellness Counseling Model Lifespan Dalam Peningkatan Survival-Safety Skills Remaja

Masalah atau kesenjangan yang akan diatasi dalam penelitian ini adalah, belum adanya: (1) program di sekolah mengenai penyelenggaraan pengembangan *survival-safety skills* pada remaja; (2) layanan bimbingan dan konseling pada konten pengembangan *survival safety skills* yang fokus pada remaja; (3) remaja tidak memiliki *knowledge* mengenai *survival-safety skills* dengan sendirinya, walaupun ada itupun sangat terbatas karena tidak tahu bagaimana caranya dan tidak tahu apa referensinya; (4) rumah atau keluarga tidak membekali *survival-safety skills* diri remaja. Kebaruan yang ditargetkan untuk mengatasi kesenjangan tersebut adalah model *wellness counseling model lifespan* sebagai upaya peningkatan *survival-safety skills*. Berdasarkan review penelitian yang mengembangkan dinamika *wellness counseling* dengan *model lifespan*, menganggap studi menjadi kebutuhan mendesak, sebab baru ada dua studi *wellness* maka jelaslah diperlukan studi tambahan khususnya remaja yang memiliki *survival-safety skills* rendah (Halcomb-McCoy, 2005), apalagi sedikit yang diketahui tingkat *health* dari kelompok budaya di seluruh *lifespan* (Dew, et al., 2006). Tujuan jangka panjang penelitian ini adalah mengkaji dan memperoleh gambaran teoritis dan empiris tentang keefektifan *wellness counseling model lifespan* dalam meningkatkan *survival-safety skills* remaja. Target khusus yang ingin dicapai penelitian ini yaitu untuk mengetahui: (1) efektivitas *wellness counseling model lifespan* dalam peningkatan *survival-safety skills* remaja; (2) perbedaan efektivitas *wellness counseling model lifespan* dalam peningkatan *survival-safety skills* remaja berdasarkan budaya (*culture*) sekolah; (3) dinamika *survival-safety skills* pasca intervensi *wellness counseling model lifespan*. Metode yang dipakai dalam pencapaian tujuan tersebut adalah penelitian pengembangan dengan metode quasi eksperimen desain solomom 4 kelompok. Adapun kesimpulan sementara penelitian ini adalah laki-laki maupun perempuan memiliki kesempatan yang serupa untuk memiliki Survival-Safety Skills yang sangat tinggi. Sebaliknya, baik laki-laki maupun perempuan memiliki peluang yang serupa untuk berada pada Survival-Safety Skills yang paling rendah. Walaupun demikian, status tersebut tetap dibatasi oleh fitrahnya masing-masing.

Keywords: Wellness Counseling Model Lifespan, Survival-Safety Skills Remaja

A. Pendahuluan

Survival-safety need (kebutuhan untuk bertahan-memperoleh rasa aman) merupakan kebutuhan penting dan mendesak. Hal ini menurut Maslow (Martin & Joomis, 2007: 72) kebutuhan manusia yang paling pertama dan mendasar adalah kebutuhan untuk *survival*. Kebutuhan untuk *survival* merupakan kebutuhan fisiologis, kebutuhan untuk mempertahankan hidupnya secara fisik, yaitu kebutuhan akan makanan, minuman, istirahat dan oksigen (Yusuf & Nurihsan, 2011: 158). Setelah kebutuhan fisiologis terpenuhi, kebutuhan penting berikutnya adalah *safety need*. *Safety need* merupakan kebutuhan terkait keamanan diri, stabilitas, perlindungan, hukum, batasan, kebebasan dari ketakutan dan kecemasan (Hall & Lindzey, 1985). *Safety* terpenuhi ketika individu mengetahui bahwa tidak ada bahaya yang akan menimpa mereka baik secara fisik, mental, maupun emosional (Martin & Joomis, 2007: 72).

Masa remaja (masa awal usia dua puluhan) adalah masa dengan prevalensi tertinggi dari berbagai jenis perilaku berisiko, yaitu perilaku yang membawa potensi untuk membahayakan diri dan orang lain. Perilaku berisiko ini diantaranya seperti penyalahgunaan obat, mengendarai kendaraan dengan cara yang beresiko kecelakaan, perilaku seksual beresiko, penggunaan alkohol dan tindakan kriminal (Arnett, 1999). Periode perkembangan yang bergolak untuk remaja dan orang tua mereka (Steinberg, 2001). Remaja yang mengalami masalah internalisasi dan masalah eksternalisasi lebih mungkin untuk terlibat dalam perilaku berisiko. Namun, perilaku yang membawa resiko positif di kalangan remaja justru akan membantu mengembangkan dirinya. Ketika remaja berpartisipasi dalam perilaku positif akan membawa dampak rasa prestasi serta penerimaan sosial. Perilaku ini membantu untuk membentuk identitas individu dan memungkinkan remaja untuk berada di lingkungan yang *safety* (Harden et al., 2008).

Survival-safety skills berada pada area perkembangan pribadi remaja yakni mampu menunjukkan aplikasi yang tepat dari *survival-safety skills* untuk kesejahteraan pribadi dan fisik mereka. Penguasaan *survival-safety skills* akan membawa remaja pada kondisi sejahtera. Seperti yang disebutkan dalam panduan dalam pembuatan program bimbingan dan konseling komprehensif yang dikeluarkan oleh *Connecticut State Department of Education* (2008: 29)

B. Permasalahan Penelitian

Permasalahan yang akan diteliti berdasarkan hasil observasi di tataran praksis. Isu secara implisist ditemukan kenyataan sebagai berikut: (1) program di sekolah mengenai penyelenggaraan pengembangan *survival-safety skills* pada remaja belum ada; (2) layanan bimbingan dan konseling pada konten pengembangan *survival safety skills* yang fokus pada remaja belum ada; (3) remaja tidak memiliki *knowledge* mengenai *survival-safety skills* dengan sendirinya, walaupun ada itupun sangat terbatas karena tidak tahu bagaimana caranya dan tidak tahu apa referensinya; (4) rumah atau keluarga tidak membekali *survival-safety skills* pada diri remaja.

C. Kebaruan Penelitian

Kebaruan penelitian dapat terlihat jelas dengan adanya berbagai pendekatan

dan paradigma penelitian saat ini yang memiliki perhatian khusus dalam meningkatkan gaya hidup sehat, bertahan hidup dan pilihan perilaku yang aman adalah *wellness counseling*. Identifikasi semua masalah yang terkait dengan *survival-safety skills* baik teoritis maupun praktis terlihat pada posisi *wellness*. *Wellness* dikonseptualisasikan sebagai paradigma konseling untuk memberikan strategi berbasis kekuatan (*streng*) dalam menilai klien, mengkonseptualisasi masalah secara developmental, merencanakan intervensi untuk memulihkan disfungsi dan mengoptimalkan pertumbuhan. Model *wellness counseling* telah mendorong penelitian signifikan yang membantu membentuk bukti dasar untuk praktik dibidang bimbingan dan konseling (Myers, 2008).

Wellness dicatat sebagai model pendekatan alternatif dengan potensi untuk memberdayakan *caregivers* dan membantu untuk mengembangkan gaya hidup sehat (Myers, 2003). Keanggotaan AACD (ACA) menganut nilai-nilai yang mempromosikan dan mendukungnya dan memutuskan posisi profesi bimbingan dan konseling sebagai advokat menuju tujuan dari *health and wellness* yang optimal dalam masyarakat pada 13 Juli 1989 (Myers, 2008).

Saat ini, perhatian dalam profesi ini untuk membantu orang membuat keputusan yang bijaksana, tercermin dalam filsafat yang didefinisikan dalam istilah *prevention* (Derson, 2006), *development* (ASCA, 2003), dan *wellness* (Myers & Sweeney, 2005a), istilah dari berbagai prinsip umum dan sebagai akibatnya, sering digunakan secara bergantian (Myers, 1992). *Wellness* juga melibatkan secara aktif penentuan pilihan untuk membuat dan memelihara keseimbangan dan memprioritaskan kesehatan tubuh, pikiran, dan jiwa (Venart, *et al.*, 2007). Hal ini juga menjadi perhatian dari *wellness*, kesemuanya mengerucut dan mengarah pada kesejahteraan dan kebahagiaan individu. Konselor *wellness* dilatih dengan keyakinan bahwa gaya hidup merupakan penentu utama kesejahteraan individu (Granello, 2013: 29).

D. Kontribusi Penelitian.

Hasil penelitian diharapkan berkontribusi terhadap ilmu pengetahuan terutama dalam pengembangan ilmu maupun pelaksanaan bimbingan dan konseling, khususnya dalam jalur pendidikan formal.

E. Definisi Survival-Safety Skills Remaja

Survival berasal dari kata survive atau to survive yang artinya suatu perjuangan yang paling awal yang dilakukan oleh setiap makhluk untuk mempertahankan hidupnya dari berbagai ancaman. Sebuah kondisi dimana seseorang/survivor atau kelompok/survivors dari kehidupan normal/masih sebagaimana direncanakan baik, tiba-tiba atau disadari masuk kedalam situasi tidak normal/di luar garis rencana. Sangat bersifat pribadi dan sendiri, dimana hal ini berkaitan dengan bagaimana secara psikologis seseorang mengatasi situasi yang akan menentukan apakah ia menjadi orang yang mampu bertahan atau tetap tidak merubah keadaan. Hal ini juga merupakan salah satu paradoks hidup bahwa keberuntungan seringkali menjadi tugas yang kurang menyenangkan dan menyusahkan (John Leach, 1994). Kekalahan dalam mempertahankan hidup atau kematian seluruhnya tidak sepenuhnya diinginkan sehingga evolusi dibentuk untuk

memberikan yang lebih baik bagi seseorang untuk lebih mampu bertahan hidup (Hubbard, 1951).

Untuk lebih mampu bertahan hidup maka seseorang membutuhkan pengetahuan dan kemampuan yang berbentuk kecakapan hidup. Pengetahuan sebagai praktik dan teknik/praxis and technique, bukan teori. Pengetahuan sebagai keterampilan melakukan/skills of doing, sekaligus menjadi terampil/skills of being (Brolin, 1989).

Survival skills menurut pengertian operasional adalah teknik seseorang dalam situasi berbahaya untuk menyelamatkan diri atau orang lain. Prinsip-prinsip yang harus dipegang oleh seorang survivor terkandung dalam kata "survival" itu sendiri, yaitu, (1) size up the situation, pandailah dalam menilai situasi, setiap kondisi lingkungan dan perubahan-perubahannya harus betul-betul diperhatikan agar selamat; (2) undue haste make taste, jangan tergesa-gesa, biar lambat asal selamat, oleh karena itu setiap tindakan hendaknya dipikirkan untung ruginya; (3) remember where you are, ingat dimana kamu berada, baik posisi harfiah yang berarti lokasi dimana berada maupun posisi yang berarti kondisi dan kedudukan diri pada saat itu; (4) vanquish fear and panic, kuasai diri dari rasa takut dan panik yang dapat menumpulkan nalar dan pikiran yang jernih; (5) improvise, perbaiki diri dari kesulitan. Gunakan segenap kemampuan dan pengetahuan untuk keluar dari kesulitan yang sedang dihadapi; (6) value living, hargailah kehidupan. Jangan siasakan hidup dengan mengambil keputusan yang ceroboh; (7) act like the native, sesuaikan diri dengan penduduk setempat, sesuaikan diri dengan lingkungan disekitar; (8) learn basic skill, pelajari dasar-dasar pengetahuan dan latihlah kemampuan.

Adapun definisi safety menurut ahli adalah kondisi atau keadaan yang dihasilkan dari modifikasi perilaku manusia dan atau merancang lingkungan fisik untuk mengurangi kemungkinan bahaya sehingga mengurangi kecelakaan (Strasser, 1981). Safety merupakan keselamatan atau keamanan hasil interaksi dinamis dari perilaku lingkungan dengan faktor yang berbasis orang dalam pendekatan untuk meningkatkan keselamatan dan kesehatan/safety and health improvement (Geller, 1989; Geller et al, 1989; Geller, 2001). Geller menggambarkan pribadi, perilaku dan lingkungan saling berinteraksi untuk membentuk apa yang dinamakannya the safety triad yang didalamnya terdapat budaya keselamatan (Geller, 2001).

Safety merupakan tingkat kedua setelah kebutuhan fisiologis berdasarkan teori kebutuhan Abraham Maslow dimana kebutuhan ini sangat penting bagi setiap orang baik anak, remaja maupun dewasa (Maslow, 1962; 1971). Apalagi safety dapat mengurangi stres, maka dimungkinkan akan mampu meningkatkan status kesehatan umum seseorang untuk memenuhi kebutuhan dasar mereka seperti dicintai, mencintai, dan mencapai kebutuhan harga dirinya. Dampak positifnya dalam kehidupan adalah menghasilkan status kesehatan mental yang lebih baik dan fungsi individu lebih efektif (Craven, 2001) sehingga seseorang dalam keadaan bebas dari cedera fisik maupun psikologis (Oitter & Perry, 2005).

Safety skills menurut pengertian operasional adalah keterampilan atau kemampuan seseorang dalam situasi menghindari ancaman berbahaya untuk menyelamatkan atau mengamankan diri atau orang lain, dalam suatu kondisi yang

selamat atau aman secara fisik, sosial, spiritual, finansial, politis, emosional, karier, psikologis ataupun pendidikan.

Remaja berasal dari kata latin *adolenscence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolenscence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik (Hurlock, 1992). Masa ini sebenarnya tidak mempunyai tempat yang jelas karena tidak termasuk golongan anak tetapi tidak juga golongan dewasa atau tua. Seperti yang dinyatakan oleh Calon (dalam Monks, dkk 1994), masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dewasa dan tidak lagi memiliki status anak.

Definisi *survival-safety skills* remaja adalah kemampuan yang harus dimiliki seorang remaja agar dapat memperoleh pemahaman tentang keterampilan mempertahankan atau melangsungkan dan menyelamatkan kehidupannya (Dahir, 2000).

Remaja seyogyanya menguasai kemampuan/competence pada *survival-safety skills* yang menunjang pengembangan dirinya. Terdapat sembilan area perkembangan remaja menurut Asosiasi Konselor Sekolah Amerika, yang dijadikan sebagai basis pengembangan seluruh tujuan program bimbingan dan konseling komprehensif. Kesembilan area perkembangan remaja tersebut terdapat pada ranah yang berbeda, yaitu, Ranah akademik, belajar untuk belajar (*learning to learn*), yaitu ragam aktivitas pada ranah-muatan isi akademik membantu remaja memilih pengalaman yang cocok untuk mereka yang nantinya dapat menjadikan mereka mumpuni menaklukkan sebagian besar situasi pembelajaran yang dihadapi. Dasar-dasar baru tentang “Era Informasi” atau “Era Teknologi” yang disertakan termasuk kompetensi pengambilan keputusan, penuntasan masalah, berpikir kritis, membuat timbangan logis, perancangan tujuan, kemelekkan terhadap teknologi, kompetensi melakukan transisi, kompetensi interpersonal dan kecakapan untuk melakukan pengorganisasian dan pengelolaan informasi. Ranah akademik meliputi: (1) *skills for learning* (kompetensi untuk belajar), remaja dapat memperoleh sikap, pengetahuan dan kompetensi yang memberikan sumbangan bagi efektifitas belajar di sekolah hingga melintasi sepanjang rentang kehidupannya; (2) *school success* (kesuksesan di sekolah), remaja dapat merampungkan jenjang sekolah dengan persiapan akademik yang esensial dalam penentuan pilihan diantara opsi-opsi substansial paska sekolah lanjutan termasuk salah satunya perguruan tinggi; (3) *academics to life success* (sukses akademik menuju sukses hidup), remaja dapat memahami hubungan antara bidang akademik dengan dunia kerja dan diantara kehidupan dalam rumah dengan di tengah masyarakat

Ranah karir atau *career/vocational* yaitu belajar untuk menghasilkan (*learning to earn*). Ranah muatan isi karir meliputi pengembangan sikap positif terhadap pekerjaan dan pengembangan kompetensi yang dapat membantu siswa menempuh masa transisi secara positif dari masa sekolah ke masa bekerja dan dari satu jabatan menuju jabatan yang lainnya. Beberapa tujuan tambahan juga termasuk ke dalamnya kesadaran terhadap berbagai pilihan gaya hidup karier, informasi okupasional, ketentuan sekolah dan pelatihan serta kesadaran akan relasi beragam tujuan tambahan tersebut dengan nilai kerja, bakat, minat, kecakapan dan kepribadian. Ranah ini meliputi, (4) *investigasi aneka karir* (*investigate careers*),

remaja dapat memperoleh kompetensi melakukan investigasi terhadap dunia kerja berkaitan dengan pengetahuan diri dan pembuatan keputusan tentang bidang karir yang diketahui; (5) sukses karir (career success), remaja dapat memanfaatkan berbagai strategi untuk meraih kesuksesan dan kepuasan karir di masa depan; (6) relasi antara bersekolah dengan bekerja (relationship between school and work), remaja dapat memahami relasi antara berbagai kualitas kepribadian disamping pendidikan dan latihan dengan dunia kerja.

Ranah pribadi/sosial atau Personal/social, melingkupi beraneka aktivitas yang dapat membantu remaja dalam pengembangan kompetensi interpersonal dengan perorangan dan berbagai kelompok. Ranah ini dilandaskan pada tujuan siswa yang berkaitan dengan kesuksesan pendidikan, karier dan hidup serta perkembangan konsep-diri positif yang kuat. Pengetahuan tentang diri, “Siapa Saya?/ Who am I?” secara berkelanjutan menjelma sebagai tujuan pendidikan yang utama. Kompetensi ini meliputi, (7) menghargai diri sendiri/orang lain (respect for self/others), remaja dapat memperoleh sikap, pengetahuan dan kompetensi interpersonal yang dapat membantu mereka memahami dan menghargai diri sendiri dan orang lain; (8) kompetensi merancang/menaklukkan tujuan (goal setting/attainment skills), remaja dapat membuat keputusan, merancang tujuan dan mengambil tindakan yang diperlukan untuk meraih tujuan; (9) kompetensi melangsungkan dan menyelamatkan hidup (survival-safety skills), dimana remaja dapat memperoleh pemahaman tentang kompetensi menyelamatkan dan melangsungkan hidup (Connecticut School Counselor Association, 2000).

Selain itu survival-safety skills yang harus dimiliki remaja yaitu, (1) kemampuan dalam menunjukkan pengetahuan tentang informasi pribadi (misalnya, nomor telepon, alamat rumah, kontak darurat); (2) kemampuan mempelajari tentang hubungan antara aturan, hukum, keamanan dan perlindungan hak-hak individu; (3) kemampuan mempelajari perbedaan antara kontak fisik yang tepat dan tidak tepat; (4) menunjukkan kemampuan untuk mengatur hak dan batas-batas pribadi; (5) kemampuan membedakan situasi yang membutuhkan dukungan teman sebaya dan situasi yang memerlukan bantuan dari orang dewasa yang profesional; (6) kemampuan mengidentifikasi narasumber di sekolah dan masyarakat, dan mengetahui cara untuk meminta bantuan; (7) kemampuan menerapkan keterampilan pemecahan masalah dan pembuatan keputusan yang aman dan sehat; (8) kemampuan mempelajari tentang bahaya emosional dan fisik dari penggunaan dan penyalahgunaan narkoba; (9) kemampuan mempelajari cara untuk mengatasi tekanan sebaya; (10) kemampuan mempelajari teknik untuk mengelola stres dan konflik; dan (11) kemampuan mempelajari keterampilan untuk mengelola peristiwa kehidupan (ASCA, 2004).

Definisi operasional survival-safety skills remaja adalah kompetensi yang harus dimiliki remaja dalam menunjang pengembangan potensi dirinya yaitu pengembangan kompetensi dalam ranah, (1) pendidikan, (2) karier, (3) pribadi/sosial, (4) spiritual dan dalam situasi menghindari ancaman berbahaya untuk menyelamatkan atau mengamankan diri atau orang lain secara, (5) fisik, (6) finansial, (7) hukum, (8) politis, (9) emosional, (10) psikologis ataupun (11) pengelolaan peristiwa kehidupan.

F. Wellness Counseling

Wellness didefinisikan sebagai sebuah keadaan yang bukan saja tidak ada penyakit namun disertai dengan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial (WHO, 1958). kesehatan yang optimal sebagai "keadaan yang lengkap antara kesehatan fisik, mental, dan sosial dan bukan hanya tidak adanya penyakit atau kelemahan "(Organisasi Kesehatan Dunia [WHO], 1964, p. 1).

Selanjutnya, wellness didefinisikan sebagai sebuah proses aktif dimana manusia dapat menyadari, membuat keputusan, dan mencapai sebuah keberhasilan (Bill Hettler, 1984). Wellness juga didefinisikan sebagai proses dan keadaan pencapaian fungsi-fungsi manusiawi secara maksimal yang mencakup aspek badan, jiwa, dan kesadaran (Archer, Probert, & Gage, 2003), dan wellness dikonseptualisasikan sebagai paradigma konseling untuk memberikan strategi berbasis kekuatan (strength) dalam menilai klien, mengkonseptualisasi masalah secara developmental, merencanakan intervensi untuk memulihkan disfungsi dan mengoptimalkan pertumbuhan (Myers & Sweeney, 2008).

Hal yang melatarbelakangi pengembangan model ini adalah, bahwa: a) pengembangan fisik, intelektual, sosial, pekerjaan, perkembangan emosional, dan spiritual secara optimal merupakan tujuan yang berharga untuk semua individu dalam masyarakat; b) penelitian di hampir setiap disiplin berkaitan dengan pengembangan manusia dalam mendukung manfaat wellness baik untuk umur panjang dan kualitas hidup selama masa hidup; dan c) keanggotaan American Association for Counseling and Development: AACD (American Counseling Association: ACA) menganut nilai-nilai yang mempromosikan health dan wellness yang optimal; oleh karena itu, memutuskan bahwa dewan pemerintahan dari AACD (ACA) menyatakan posisi profesi sebagai pendukung untuk kebijakan dan program di semua segmen masyarakat yang mempromosikan dan mendukung health serta wellness yang optimal; dan lebih lanjut memutuskan bahwa AACD (ACA) mendukung posisi profesi konseling adalah sebagai advokat menuju tujuan dari health dan wellness yang optimal dalam masyarakat (Myers & Sweeney, 2008).

Resolusi yang berjudul *The Counseling Profession as Advocates for Optimum Health and Wellness* (Profesi Konseling sebagai Advokat untuk Health dan Wellness yang Optimal), diadopsi oleh dewan pemerintahan dari AACD, sekarang ACA, pada 13 Juli 1989. Alih-alih menjadi keberangkatan radikal dari tujuan sebelumnya, resolusi ini mewakili pembaharuan komitmen untuk fondasi sejarah dan filosofis profesi konseling secara keseluruhan, sebagaimana evolusi konseling merupakan profesi yang menggarisbawahi akarnya pada pendekatan bimbingan perkembangan (Sweeney, 1995, 2001). Akar ini kembali lagi hampir satu abad dalam penelitian seperti yang Jones (1934) nyatakan bahwa "bimbingan didasarkan pada fakta bahwa manusia memerlukan bantuan dalam rangka membuat keputusan yang dapat dibuat dengan bijaksana" (hal. 3). Perhatian dalam profesi ini untuk membantu seseorang membuat keputusan yang bijaksana, tercermin dalam filsafat dalam istilah pencegahan (Derzon, 2006), pengembangan (ASCA, 2003), dan wellness (Myers & Sweeney, 2005a). Istilah dari berbagi prinsip umum dan sebagai akibatnya, sering digunakan secara bergantian (Myers, 1992).

Berbeda dengan konseling, akar dari wellness muncul hampir 2.000 tahun yang lalu. Filsuf Yunani Aristoteles, menulis di abad ke-5 SM, adalah orang

pertama yang menulis tentang wellness. Tujuannya adalah untuk menawarkan penjelasan ilmiah mengenai kesehatan dan penyakit serta untuk menentukan model kesehatan yang baik dimana seseorang berusaha untuk "tidak berlebihan". Selama abad pertengahan, Descartes dan lainnya dalam revolusi ilmiah mengusulkan dualitas pikiran dan tubuh yang mengakibatkan pendekatan terfragmentasi untuk menafsirkan fungsi manusia. Di pertengahan abad ke-20, paradigma baru bidang kedokteran muncul dimana tubuh, pikiran, dan jiwa dilihat sebagai bagian integral untuk memahami health dan wellness (Larson, 1999).

Paradigma baru ini konsisten dengan pendapat Organisasi Kesehatan Dunia yaitu health sebagai "fisik, mental, dan kesejahteraan sosial, bukan hanya tidak adanya penyakit" (WHO, 1958, hlm. 1). Kesehatan dalam konteks ini adalah konsep netral, dengan wellness diartikan sebagai keadaan well-being positif secara kontinum yang merentang dari penyakit ekstrim, melalui kesehatan di tengah-tengah, menuju tingkat wellness ekstrim tinggi (Travis & Ryan, 1988).

Konselor profesional berusaha untuk mendorong wellness, keadaan positif well-being melalui perkembangan, preventif, dan intervensi peningkatan wellness. Meskipun intervensi ini didasarkan pada filosofi perawatan, etika praktik membutuhkan penggunaan teknik berbasis bukti. Bahkan, dalam Kode Etik ACA menyatakan dengan jelas bahwa "konselor memiliki tanggung jawab untuk masyarakat terlibat dalam praktik konseling yang didasarkan pada metodologi penelitian" (ACA, 2005, hlm. 9).

Adapun penelitian di bidang konseling, mencatat kebutuhan mendesak sebuah model berbasis bukti untuk menginformasikan praktik klinis dan mengatakan bahwa "bergerak menuju praktik konseling berbasis bukti... telah, dan terus menjadi, perjuangan dalam konseling" (Sexton, 2001, hlm. 499). Meskipun beberapa model wellness telah diusulkan dalam literatur konseling (misalnya, Chandler, Holden, & Kolander, 1992), dapat menemukan studi empiris yang mendukung yaitu dua model konseling berbasis wellness, yaitu Wheel of Wellness (Myers, Sweeney, & Witmer, 2000; Sweeney & Witmer, 1991; Witmer & Sweeney, 1992) dan Indivisible Self (Myers & Sweeney, 2005a, 2005e). Sumber ulasan termasuk 29 disertasi doktoral, beberapa disertasi studi sedang berlangsung, 19 diterbitkan yang tidak berdasarkan penelitian disertasi, dan beberapa studi tambahan dicetak atau media dalam jurnal konseling. Studi menggunakan model dan instrumen penilaian terkait lainnya (The Lifestyle Assessment Questionnaire dan Testwell), keduanya merupakan National Wellness Institute (1983) instrumen berbasis (1984) model heksagon Hettler dikeluarkan dari tinjauan ini karena dasar akademisnya dalam disiplin selain konseling. Implikasi penelitian dibutuhkan untuk menginformasikan praktik klinis dalam konseling dengan tujuan meningkatkan kesehatan dan advokasi untuk lebih besar dari wellness di berbagai populasi klien.

G. Model Wellness Counseling

Ada beberapa model wellness counseling diantaranya adalah: a) zimpher wellness model; b) hettler hexagonal model; c) lifespan model; d) the indivisible self-wellness model (5-F WEL); e) model clinical and educational wellness. Lifespan model wellness counseling ini diuraikan sebagai berikut.

Model lifespan dari wellness jauh lebih komprehensif daripada salah satu dari dua model di atas. Konsep Adlerian terkait kepentingan sosial dan penguasaan diri digunakan sebagai dasar teoritis model ini dan digunakan sebagai alasan untuk menjelaskan mengapa individu ingin mencapai gaya hidup sehat (Sweeney & Witmer, 1991). Model yang dikembangkan oleh Witmer dan Sweeney (1991), menggunakan lima "tugas kehidupan" kategori yang dilihat diperlukan untuk kesehatan.

Kategori tugas hidup ini: spiritualitas, pengarahan diri sendiri, bekerja dan rekreasi, persahabatan, dan cinta. Setiap tugas kehidupan selanjutnya dipisahkan menjadi total 15 sub-skala (spiritualitas, rasa senilai kontrol, keyakinan realistik, tanggung jawab emosional, stimulasi intelektual, rasa humor, olahraga, nutrisi, perawatan diri, identitas gender, identitas budaya, manajemen stres, pekerjaan, rekreasi, persahabatan, dan cinta). Misalnya, tugas kehidupan persahabatan dipisahkan menjadi dua komponen: kepentingan sosial dan keterhubungan, dan dukungan sosial, hubungan interpersonal, dan kesehatan.

Para penulis mengutip penelitian untuk mendukung logika termasuk masing-masing dari 15 subkomponen dalam model kesehatan secara keseluruhan (Witmer & Sweeney, 1991). Model ini juga didasarkan pada penelitian dan mungkin yang paling berguna untuk praktisi yang ingin melakukan konseling wellness dengan masyarakat umum (Myers, Sweeney, & Witmer, 2000).

Studi pendahuluan dimaksudkan untuk mencari informasi yang diperlukan oleh peneliti agar masalahnya menjadi lebih jelas kedudukannya. Studi pendahuluan telah dilaksanakan dengan sumber pengumpulan informasi yang dilakukan pada tiga objek. Ketiga objek tersebut diantaranya berupa kajian teori dan kajian literatur (*paper*). Pada hari Senin sampai Jum'at di tanggal 4 sampai 8 April 2016 pengumpulan data dan informasi yang diperoleh dari hasil observasi dan interview baik guru, remaja (siswa), wali siswa (*person*), dan *stakeholders* di 5 Sekolah di Jogjakarta (*place*).

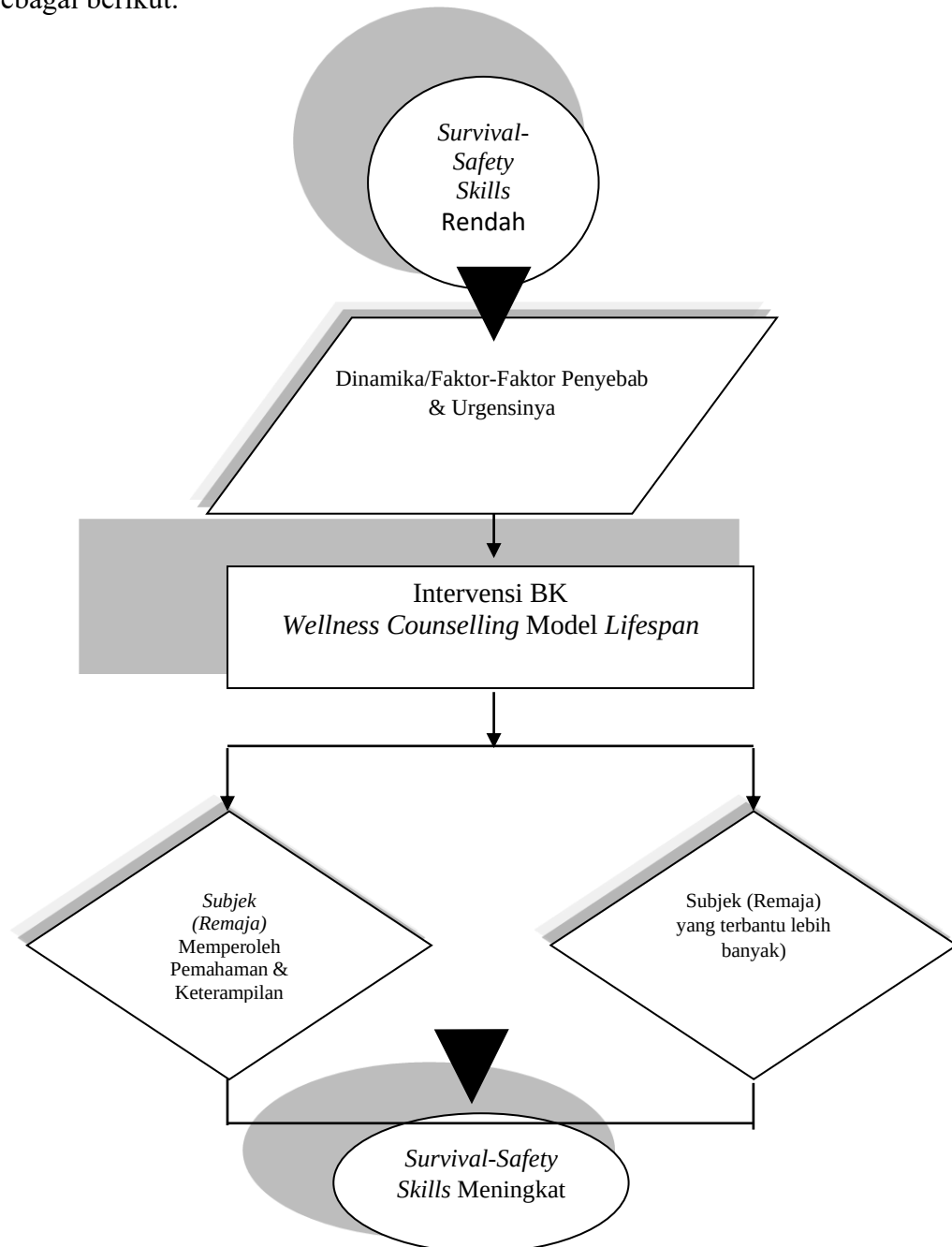
Hasil yang dicapai dari studi pendahuluan di tataran praksis. Isu secara implisit ditemukan kenyataan sebagai berikut: (1) program di sekolah mengenai penyelenggaraan pengembangan *survival-safety skills* pada remaja belum ada; (2) layanan bimbingan dan konseling pada konten pengembangan *survival safety skills* yang fokus pada remaja belum tersedia; (3) remaja tidak memiliki *knowledge* mengenai *survival-safety skills* dengan sendirinya, walaupun ada itupun sangat terbatas karena tidak tahu bagaimana caranya dan tidak tahu apa referensinya; (4) rumah atau keluarga tidak membekali *survival-safety skills* pada diri remaja.

H. Kontribusi dan Kebaruan Yang Akan Dihasilkan Dari Penelitian

Kontribusi dan kebaruan yang akan dihasilkan dari penelitian yaitu *Wellness counseling* model *lifespan* dalam peningkatan *survival-safety skills* remaja. Sebuah pengembangan ilmu maupun pelaksanaan bimbingan dan konseling, dalam jalur pendidikan formal. Hasil penelitian yang dapat mengkonstruksi teori bagi remaja dalam konteks Indonesia dan dapat dijadikan rujukan dan masukan secara spesifik, bagi: sekolah, guru bimbingan dan konseling, konselor dan Program Studi Bimbingan dan Konseling dalam membuat kebijakan tentang kajian pendekatan *wellness counseling* dalam peningkatan *survival-safety skills* remaja.

I. Peta Jalan (*Road Map*) Penelitian Secara Utuh

Peta jalan (*road map*) dari penelitian ini secara utuh dapat digambarkan sebagai berikut.



Gambar 1. Peta Jalan (*Road Map*) Penelitian

J. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah: (1) Untuk mengetahui efektivitas wellness counseling model lifespan dalam peningkatan survival-safety skills pada remaja; (2) Untuk mengetahui perbedaan efektivitas wellness counseling model lifespan

dalam peningkatan survival-safety skills pada remaja berdasarkan budaya (culture) sekolah. Budaya sekolah merupakan asumsi dasar, norma-norma, nilai-nilai, dan artefak budaya yang dibagi oleh anggota sekolah, yang mempengaruhi fungsi mereka di sekolah (Maslowski, 1997: 5); (3) Untuk mengetahui dinamika survival-safety skills pasca intervensi wellness counseling model lifespan.

H. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini secara teoritik menggambarkan bahwa penelitian dapat mengkonstruksi teori bagi remaja dalam konteks Indonesia. Secara praktis hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan dan masukan secara spesifik, bagi: (a) Sekolah dalam menciptakan budaya sekolah yang memfasilitasi peningkatan survival-safety skills remaja dengan pendekatan wellness counseling; (b) Guru bimbingan dan konseling dapat memanfaatkan pendekatan wellness counseling untuk meningkatkan survival-safety skills remaja; (c) Konselor dapat memanfaatkan dan mengembangkan pendekatan wellness counseling dalam peningkatan survival-safety skills remaja; (d) Program Studi Bimbingan dan Konseling dapat membuat kebijakan tentang kajian pendekatan wellness counseling dalam peningkatan survival-safety skills remaja.

I. METODE PENELITIAN

1. Pendekatan dan Metode Penelitian

Tujuan akhir dari penelitian ini adalah tersusunnya Model Konseling Lifespan (Wellness Counseling Lifespan) dalam setting kelompok untuk meningkatkan kemampuan bertahan dengan selamat dan memperoleh rasa aman bagi remaja (*survival-safety skills*). Kerangka isi dan komponen model disusun berdasarkan kajian konsep dan teori *survival-safety skills* dan wellness counseling pada model lifespan, dan kajian hasil penelitian terdahulu yang relevan, studi pendahuluan yang menjaring data permasalahan ditinjau dari aspek kemampuan bertahan dengan selamat dan memperoleh rasa aman bagi remaja di DIY, serta uji empiris terhadap model.

Model penelitian ini adalah Penelitian dan Pengembangan (*Research and Development*). Gall dan Borg (2003) menyatakan bahwa penelitian dan Pengembangan dalam bidang pendidikan merupakan model perkembangan berbasis industri. Temuan dari penelitian digunakan untuk mendesain produk dan prosedur baru, yang kemudian diuji di lapangan secara sistematis, dievaluasi, dan disaring sampai produk atau prosedur tersebut memenuhi kriteria keefektifan, kualitas, atau standar tertentu.

Dalam pelaksanaan Penelitian dan Pengembangan ini terdapat tiga metode yang digunakan, yaitu deskriptif, evaluatif, dan eksperimen (Syaodih, 2010). Metode deskriptif dalam penelitian ini digunakan untuk menghimpun data tentang permasalahan ditinjau dari aspek *survival-safety skills* remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta sebagai studi pendahuluan. Metode eksperimen digunakan untuk menguji keefektifan model konseling *wellness-lifespan*, sedangkan metode evaluatif digunakan untuk mengevaluasi proses uji coba pengembangan model *wellness-lifespan* yang meliputi evaluasi hasil dan evaluasi proses.

Rancangan penelitian yang digunakan pada saat melakukan uji coba terhadap model konseling *wellness-lifespan* adalah rancangan kombinasi kuantitatif dan kualitatif (*Combined quantitative and qualitative design*) dengan menggunakan model rancangan dominan-kurang dominan (*dominant-less dominant design*) (Creswell, 1994) dalam rancangan ini, penelitian kuantitatif didasarkan pada pengujian empiris terhadap model konseling *wellness-lifespan* yang ditunjang teknik wawancara, pengisian jurnal mingguan dan format-format lainnya, serta observasi pada saat model diuji cobakan.

2. Variabel Penelitian

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini terdiri atas tiga jenis variabel, yaitu:

- a. Model konseling *Wellness-Lifespan* sebagai variabel bebas,
- b. Kemampuan *Survival-Safety* sebagai variabel tarikan, dan
- c. Jenis kelamin sebagai variabel moderator.

Yang dimaksud dengan efektif dalam penelitian ini adalah adanya peningkatan kemampuan *survival-safety* remaja yang diukur dari indikator-indikator kompetensi sebagai unsur yang membangun kemampuan *survival-safety* remaja, setelah mengikuti Konseling *Wellness-Lifespan*. Sedangkan yang dimaksud dengan Model Konseling *Wellness-Lifespan* dalam penelitian ini adalah Model Konseling Kelompok yang menggunakan pendekatan *Wellness-Lifespan* yang diimplementasikan dalam kerangka waktu terbatas dan terstruktur, serta menitik beratkan pada kekuatan sumberdaya remaja agar mampu bertahan dengan selamat dan memperoleh rasa aman ketika menghadapi permasalahan dalam kehidupan mereka; dimulai dari tahapan prakelompok sampai tindak lanjut (setelah tahapan penghentian).

3. Pengembangan Instrumen Pengumpul Data

Kisi-kisi Instrumen Pengumpul Data

Kisi-kisi Instrumen Pengumpul Data dibuat untuk menyusun dua perangkat instrumen penelitian, yaitu:

- a. Skala pengukuran kemampuan *survival-safety* yang digunakan untuk menjangkau data tentang kemampuan bertahan dengan selamat dan memperoleh rasa aman remaja sebelum dan setelah mengikuti konseling *wellness-lifespan*. Indikator-indikator kemampuan *survival-safety* diturunkan dari atribut kompetensi bertahan dengan selamat dan kompetensi untuk memperoleh rasa aman sebagai unsur-unsur yang membangun *survival-safety skills*. Masing-masing indikator disajikan ke dalam satu item *favorable* dan satu item yang *unfavorable*.
- b. Skala pengukuran kemampuan calon konselor pada format B yang digunakan untuk menjangkau data tentang kemampuan calon konselor dalam mengimplementasikan *wellness counselling model lifespan*. Indikator-indikator kemampuan calon konselor diturunkan dari atribut kompetensi bertahan dengan selamat dan kompetensi untuk *wellness counselling model lifespan*. Masing-masing indikator disajikan ke dalam satu item *favorable* dan satu item yang *unfavorable*

Tabel 1
Kisi-Kisi Instrumen Pengungkap Survival-Safety Skills Remaja

Atribut	Aspek	Definisi Operasional	Indikator Permasalahan	Butir Pernyataan	Nomor Item
Survival	1. Tahu tujuan hidup	Kemampuan untuk memahami tujuan hidup dan tidak berhenti mencari makna hidup secara mendalam agar kehidupannya meningkat lebih baik.	a. Tujuan hidup yang tidak jelas b. Tujuan hidup tidak terarah.	Saya mengetahui hal-hal positif dari diri saya	1
				Saya mengetahui kekurangan diri saya.	2
				Saya mengetahui kebutuhan apa saja yang ingin dipenuhi diri saya.	3
				Saya menyadari perasaan yang saya rasakan.	4
				Saya mengetahui alasan mengapa saya melakukan suatu perilaku tertentu.	5
				Saya tidak dapat mengandalkan diri sendiri di saat berupaya memenuhi kebutuhan saya.	6
				Saya menyalahkan orang lain pada saat mengalami kegagalan.	7
				Saya bingung untuk apa saya sekolah	8
				Saya merasa asing terhadap diri sendiri.	9
	2. Tahan derita	Kemampuan bertahan dalam penderitaan, mengetahui cara mengatasi situasi, dan mampu mengatasi situasi yang membuatnya	a. Mudah menyerah b. Tidak tahu cara mengatasi situasi	Saya tahu apa yang harus dilakukan ketika menghadapi sesuatu yang sulit dan berat	10
				Saya bingung untuk mengatasi situasi yang berat dan sulit	11

Atribut	Aspek	Definisi Operasional	Indikator Permasalahan	Butir Pernyataan	Nomor Item
		menderita.	c. Tidak mampu mengatasi situasi yang membuatnya menderita	Saya takut jika harus menderita	12
				Saya tidak siap merasakan rasa sakit	13
				Saya siap bersusah payah	14
	3. Siap menerima tantangan	Keterampilan untuk menerima dan menyelesaikan setiap tantangan, serta tidak melahiran diri untuk menghindari tantangan.	a. Tidak siap menghadapi proses b. Pasif dalam mencari tantangan-tantangan dan sesuatu yang baru dalam hidup. c. Menghindari sesuatu yang dirasakan dirinya tidak akan mampu melakukannya	Saya mudah murung	15
				Mudan takut menghadapi sesuatu yang berat dan sulit	16
				Saya merasa cukup dengan apa yang sudah saya dapatkan	17
				Saya mudah lari dari kenyataan	18
				Saya trauma masa lalu pernah gagal	19
				Saya iri dengan keberhasilan orang lain	20
	4. Tabah menjalani hidup.	Kemampuan untuk menjalani hidup dengan jiwa tabah, terutama pada saat menghadapi asam dan pahitnya kehidupan.	a. Sulit menerima kenyataan pahit b. Menganggap kegagalan adalah akhir dari segalanya	Jika gagal, saya rasa Tuhan tidak adil kepada saya	21
				Saya anggap segala sudah hancur jika saya tidak berhasil.	22
				Saya selalu yakin selalu ada kesempatan jika saat ini gagal	23
				Saya yakin kegagalan adalah kesuksesan yang tertunda	24
				Saya yakin, jika gagal tertutup sudah segala peluang	25
				Saya rasa gagal itu menyakitkan	26
	5. Memiliki harapan			Saya mudah frustrasi.	27

Atribut	Aspek	Definisi Operasional	Indikator Permasalahan	Butir Pernyataan	Nomor Item
Safety	6. Fisik	Kebutuhan untuk mampu memandang suatu situasi dengan cara yang beragam sehingga termotivasi untuk melanjutkan usaha agar menjadi sesuatu yang lebih baik.	a. Memandang suatu situasi hanya dari satu sudut pandang. b. Mudah putus asa	Saya memandang masa depan saya suram.	28
				Saya tidak berkecil hati.	29
				Saya berharap saya tidak pernah dilahirkan.	30
				Saya merasa tidak berdaya.	31
				Saya merasa hampa.	32
	7. Sosial	Kemampuan untuk merasa aman terkait kondisi fisik agar sehat dan bugar	a. Tidak peduli makanan sehat atau tidak sehat b. Tidak peduli membahayakan tubuh atau tidak	Saya tidak peduli bergizi atau tidak, yang penting enak	33
				Saya perhatian pada jenis makanan yang bermanfaat bagi tubuh	34
				Saya khawatir jika sedang sakit	35
				Saya tidak peduli jaga kesehatan, jika sakit tinggal berobat	36
				Jika dirasa asyik, saya tidak peduli akibatnya	37
				Saya rasa merokok tidak masalah, yang tidak merokok juga sakit	38
				Saya rasa olahraga itu menghabiskan waktu saja	39
	7. Sosial	Kemampuan untuk merasa aman dalam komunikasi interpersonal dengan keluarga, teman, dan yang lainnya.	a. Tidak betah di rumah b. Pilih-pilih teman c. Mudah terpengaruh ajakan buruk dari teman	Saya menyadari bagaimana pemikiran saya tentang orang lain sehingga mampu memberikan respon yang tepat kepada orang tersebut.	40
				Sayaa menyadari bagaimana perasaan saya terhadap orang lain	41

Atribut	Aspek	Definisi Operasional	Indikator Permasalahan	Butir Pernyataan	Nomor Item
				sehingga mampu memberikan respon yang tepat kepada orang tersebut.	
				Saya dapat menyelami perasaan orang lain dibalik ucapan dan tindakannya.	42
				Saya dapat merasakan pemikiran orang lain yang tersembunyi di balik ucapan dan tindakan mereka.	43
				Saya dapat menimbang diri kapan waktu yang tepat untuk menyampaikan sesuatu hal yang mungkin akan membuat orang lain merasa kurang nyaman mendengarnya.	44
				Saya adalah orang yang impulsif, yang bertindak lebih di dasari dorongan naluriah tanpa pertimbangan.	45
				Saya adalah orang emosional, yang bertindak lebih didasari perasaan dibandingkan rasio.	46
				Saya tidak dapat menyelami perasaan orang lain di saat sedang berinteraksi dengan orang tersebut.	47

Atribut	Aspek	Definisi Operasional	Indikator Permasalahan	Butir Pernyataan	Nomor Item
				Saya tidak dapat menyelami pemikiran orang lain disaat sedang berinteraksi dengan mereka.	48
				Saya sulit menahan diri manakala ingin mengomentari orang lain.	49
				Saya mampu mengemukakan pendapat secara jujur.	50
				Saya mampu mengemukakan keberatan dengan cara yang membuat orang lain tetap nyaman mendengar keberatan tersebut.	51
				Saya enggan mengatakan pendapat secara jujur.	52
				Saya enggan mengatakan keberatan secara terbuka.	53
				Saya mampu bereaksi secara spontan dan tidak dibuat-buat.	54
				Saya mengekspresikan pemikiran secara terbuka.	55
				Saya mengekspresikan perasaan secara terbuka.	56
				Saya menyembunyikan diri yang sebenarnya dengan menampilkan perilaku yang berbeda dengan diri yang sesungguhnya.	57
				Saya menyembunyikan perasaan yang sebenarnya dengan	58

Atribut	Aspek	Definisi Operasional	Indikator Permasalahan	Butir Pernyataan	Nomor Item
				menampilkan perilaku yang berlawanan dengan perasaan tersebut.	
				Saya menyembunyikan pemikiran yang sebenarnya kepada orang lain.	59
	8. Psikospiritual	Kemampuan untuk menjaga harga diri dan kehormatan diri tanpa melepaskan prinsip norma dan etika agama.	a. Menjual harga diri b. Demi persahabatan, merelakan kehormatan diri c. Tidak tahu sopan santun	Saya mengutamakan norma dan etika	60
				Saya tidak mau tahu sesuatu dilarang atau tidak	61
				Saya rasa aturan norma dan agama itu membelenggu	62
				Saya rasa, halal haram tidak berlaku bagi saya	63
				Saya rasa masa muda itu bebas bersuka ria	64
				Saya malah senang disebut nakal	65
	1. Lingkungan	Kemampuan untuk merasa nyaman dengan latar belakang pengalaman eksternal dengan alam sekitar	a. Tidak siap menghadapi kondisi alam sekitar b. Mencela kondisi lingkungan	Saya mengeluh jika panas terik matahari	66
				Saya kecewa jika hujan terus menerus	67
				Saya takut wajah saya rusak karena sinar matahari	68
				Saya selalu khawatir masuk angin jika kehujanan	69
				Saya harus selalu mandi air hangat	70
				Saya tidak kuat kedinginan	71

Atribut	Aspek	Definisi Operasional	Indikator Permasalahan	Butir Pernyataan	Nomor Item
				Saya tidak khawatir rambut saya rusak gara-gara terik matahari	72
				Saya siap menghadapi selalu musim	73
				Saya menyesali kemarau panjang	74
				Saya tidak tahan bau sampah	75
				Saya pusing melihat darah	76
				Saya tidak takut ketinggian	77
				Saya tidak sanggup jalan menanjak dan menurun	78
				Saya muntah kalau jalanan berkelok-kelok	79
				Saya tidak suka keramaian pasar	80

4. Penimbangan Instrumen (*Expert Judgement*)

Penimbangan instrumen dilakukan untuk memperoleh item-item yang valid yang dapat mengukur permasalahan ditinjau dari aspek kemampuan survival-safety remaja. Instrumen penelitian ditimbang dengan menggunakan Lembar Penilaian Instrumen pada Lampiran 1 yang diisi oleh 3 pakar sebagai hasil kajian dan telaah terhadap segi isi, redaksi kalimat, serta ketidaksesuaian item dengan aspek-aspek yang akan diungkap.

Ketiga penimbang tersebut adalah Prof. Dr. H. Syamsu L. N. yang merupakan pakar dalam Bimbingan dan Konseling (BK), Dr. Ilfiandra, M.Pd, dan Dr. Nurhudaya, M.Pd. yang merupakan pakar dalam testing psikologis dan konstruksi tes dalam bidang BK. Instrumen yang telah memperoleh penilaian dari ketiga pakar kemudian direvisi sesuai dengan saran dan masukan dari para penimbang tersebut yang dituangkan dalam Format A dan Format B tersebut di atas.

5. Uji Keterbacaan Instrumen

Instrumen untuk mengukur survival-safety skills remaja yang sudah dinilai dan direvisi kembali kemudian ditelaah oleh enam responden dari kalangan remaja di DIY untuk menge tahu apakah setiap item dapat dan mudah dipahami oleh responden. Sedangkan instrument untuk mengukur kemampuan implementasi calon konselor didapatkan dari mahasiswa Program Studi BK Universitas PGRI Yogyakarta.

6. Uji Empiris Instrumen

Uji empiris dilakukan dalam situasi dan kondisi pengujian *testing* yang sebenarnya sehingga respons atau jawaban subjek merupakan jawaban yang sesungguhnya pula (Azwar, 2010: 56). Subjek tidak mengetahui bahwa pengenalan instrumen tersebut sebenarnya dilakukan sebagai suatu uji coba. Uji empiris dilakukan kepada 100 orang subjek dari kalangan pelajar usia remaja yang dipilih secara acak.

7. Teknik Analisis Data

a. Analisis Kelayakan Wellness Counseling Model Lifespan untuk Meningkatkan Survival-Skills Remaja

Dimensi-dimensi Model Hipotetik Wellness Counseling Model Lifespan untuk Meningkatkan Survival-Skills Remaja yang dianalisis yaitu: a) rumusan judul, b) penggunaan istilah, c) komponen model.

Berikut teknik yang digunakan dalam menganalisis kelayakan model, yaitu:

- 1) Uji validasi model melibatkan pakar BK
- 2) Uji keterbacaan (readability) model melibatkan remaja
- 3) Uji kepraktisan (usability) Wellness Counseling Model Lifespan untuk Meningkatkan Survival-Skills Remaja dilakukan dalam diskusi dengan ketiga pakar yang telah memberikan penilaian terhadap model hipotetik tersebut di atas dan para konselor di 7 sekolah di DIY yang dijadikan tempat studi pendahuluan dengan membahas. (1) Kontribusi model terhadap pencapaian tujuan pendidikan dan tujuan BK; (2) Peluang keterlaksanaan penerapan model; (3) Kesesuaian model dengan kebutuhan siswa remaja, dan (4) Keterjalinan kerja sama dengan konselor sekolah.

b. Analisis Efektivitas Wellness Counseling Model Lifespan untuk Meningkatkan Survival-Skills Remaja

Analisis efektivitas Wellness Counseling Model Lifespan untuk Meningkatkan Survival-Skills Remaja dilakukan dengan menganalisis kemampuan survival-safety remaja sebelum dan setelah mengikuti Wellness Counseling Model Lifespan dalam pengujian lapangan model.

Kelompok kontrol dan eksperimen adalah remaja yang berkategori survival-safety-nya rendah dan sangat rendah seperti yang sudah disajikan pada Tabel 3.4. Pengujian efektivitas model menggunakan *Pretest-Posttest Control Group Design*.

Tabel 2

Deskripsi Rancangan Eksperimen Wellness Counseling Model Lifespan untuk Meningkatkan Survival-Safety Skills Remaja

Kelompok Eksperimen (KE)	<i>Random assignment</i>	Observasi ₁	Wellness Counseling Model Lifespan	Observasi ₂
Kelompok Kontrol (KK)	<i>Random assignment</i>	Observasi ₃	Tidak diberi perlakuan	Observasi ₄

Selain menguji secara empiris efektivitas Wellness Counseling Model Lifespan, penelitian ini juga melihat perbedaan keefektifan model pada faktor jenis kelamin.

Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini menggunakan teknik uji t dan ANAVA dengan rumusan hipotesis berikut ini:

- 1) Hipotesis penelitian: Wellness Counseling Model Lifespan untuk Meningkatkan Survival-Skills Remaja

Hipotesis statistik :

$$H_0: \mu_{KE} = \mu_{KK}$$

$$H_1: \mu_{KE} > \mu_{KK}$$

Keterangan: μ_{KE} : rata-rata peningkatan survival-safety skills remaja di kelompok eksperimen

μ_{KK} : rata-rata peningkatan survival-safety skills remaja di kelompok kontrol

- 2) Hipotesis penelitian: terdapat perbedaan keefektifan model antara mahasiswa perempuan dengan laki-laki.

Hipotesis statistik : $H_0 : \mu_{KEP} = \mu_{KEL}$

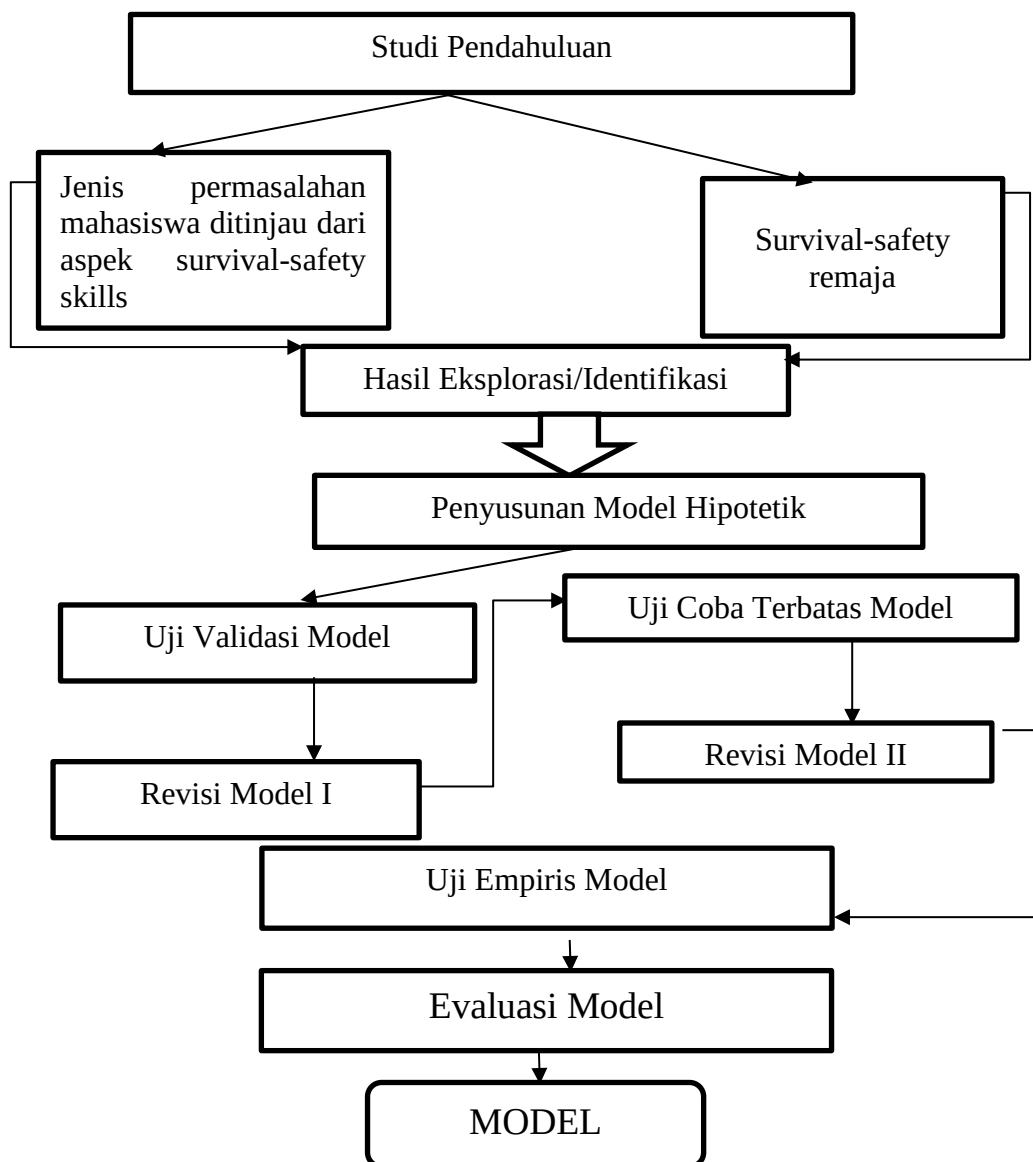
$$H_1 : \mu_{KEP} \neq \mu_{KEL}$$

Keterangan : μ_{KEP} : rata-rata peningkatan survival-safety skills remaja di kelompok eksperimen berjenis kelamin perempuan

μ_{KEL} : rata-rata peningkatan survival-safety skills remaja di kelompok eksperimen berjenis kelamin laki-laki.

c. Tahap-tahap Penelitian

Tahap-tahap yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi langkah-langkah berikut ini.

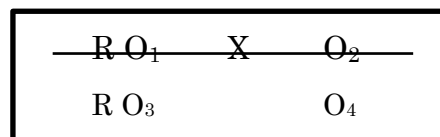


Gambar 2
Bagan Tahap-tahap Penelitian

Langkah-langkah penelitian diuraikan sebagai berikut ini,

- 1) Pada tahapan studi pendahuluan, peneliti menyebarkan instrumen untuk menjangring profil permasalahan ditinjau dari aspek survival-safety skills remaja di DIY.
- 2) Dari hasil identifikasi tersebut peneliti menyusun Model Konseling Wellness-Lifespan.
- 3) Peneliti melakukan uji validasi model hipotetik dengan melibatkan tiga pakar bimbingan dan konseling, yaitu Prof. Dr. H. Syamsu Yusuf L.N., M.Pd., dan Dr. Ilfiandra, M.Pd, dan Dr. Nurhudaya, M.Pd. Penilaian dilakukan secara tertulis dengan menggunakan Lembar Penilaian Model Hipotetik pada disertai diskusi secara lisan. Masukan serta saran dari ketiga pakar tersebut digunakan untuk merevisi model hipotetik menjadi model yang lebih layak untuk memenuhi tujuan penelitian.

- 4) Model yang sudah direvisi berdasarkan penilaian ketiga pakar diuji cobakan secara terbatas dengan melibatkan 11 orang remaja dengan komposisi 8 orang sebagai konseli, 2 orang sebagai notulen dan pengamat, dan 1 orang sebagai kameramen. Uji coba terbatas bertujuan untuk mengukur keterbacaan model hipotetik dan mengetahui kelemahan dan keunggulan dari model tersebut; sehingga apabila ditemukan kelemahan pada suatu komponen dalam model hipotetik tersebut maka komponen tersebut diperbaiki, sedangkan keunggulan dalam model tersebut tetap dipertahankan.
- 5) Langkah uji coba terbatas dilanjutkan dengan uji empiris model di lapangan dengan menggunakan metode eksperimen *Pretest-posttest control Group Design*. Rancangan ini melibatkan dua kelompok subjek, yang diukur dan diobservasi dua kali. Satu kelompok yaitu kelompok eksperimen menerima perlakuan berupa Konseling Wellness-Lifespan (X), sedangkan kelompok lainnya yang berfungsi sebagai kelompok kontrol tidak menerima perlakuan apapun dari peneliti. Penggunaan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan dari peneliti dengan pertimbangan bahwa partisipan dalam kelompok kontrol tersebut diasumsikan akan mencari “perlakuan” lain di mana pun (Heppner, Wempold, dan Kivlighan, 2008).
Bagan eksperimen yang akan dilakukan dapat digambarkan dalam gambar 3



Gambar 3
Bagan Eksperimen
(Heppner, Wempold, dan Kivlighan, 2008)

- 6) Hasil eksperimen diperkuat dengan observasi yang dilakukan peneliti dan jurnal yang diisi subjek penelitian.
- 7) Menguji keefektifan model dengan menggunakan uji t dan analisis Variansi (ANOVA).
- 8) Melakukan evaluasi dan melakukan revisi (apabila diperlukan) model hipotetik yang sudah diuji empiris untuk menyempurnakan Model Konseling Wellness-Lifespan.
- 9) Mempublikasikan model yang dihasilkan di dalam forum publikasi ilmiah.

d. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Instrumen

Uji validitas instrumen dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan *software SPSS version 16.0 for windows*. Hasil uji validitas instrumen dapat dilihat pada Lampiran 1.

Untuk menguji konsistensi dan keterandalan hasil ukur dari instrumen ini, dilakukan uji reabilitas dengan menggunakan koefisien reabilitas Alpha Cronbach. Hasil uji reabilitas pada instrumen Format B dengan menggunakan *software SPSS version 16.0 for windows* diperoleh koefisien reabilitas Alpha Cronbach untuk daya psikologis sebesar $\alpha = 0,912$, untuk kompetensi intrapersonal sebesar $\alpha = 0,885$, dan untuk kompetensi interpersonal sebesar $\alpha = 0,808$. Hasil uji reabilitas instrumen dapat dilihat pada Lampiran 4.

Merujuk pada pernyataan Azwar (2010: 96), bahwa signifikansi koefisien reabilitas bersifat relatif, tergantung kepada penilai atau pemakai tes itu sendiri apakah suatu koefisien reabilitas sudah cukup memuaskan bagi keperluannya atau belum, maka peneliti merasa koefisien reabilitas tersebut di atas sudah cukup memuaskan bagi keperluan penelitian ini.

e. Kategorisasi Survival-Safety Skills

Penentuan kategorisasi kemampuan Survival-Safety menggunakan skor baku (Z) dengan rentang dan kategori yang disajikan pada Tabel 5

Tabel 3
Kategorisasi Survival-Safety Skills

Rentang	Kategorisasi
$Z < -1,5$	Sangat Rendah
$-1,5 \leq Z < -1,5$	Rendah
$-0,5 \leq Z \leq 0,5$	Rata-rata
$0,5 < Z \leq 1,5$	Tinggi
$Z > 1,5$	Sangat Tinggi

f. Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, populasi dibedakan antara populasi target dan populasi terukur. Populasi target dalam penelitian ini adalah remaja yang berstatus siswa Kelas VIII-XI dari 5 Sekolah Menengah Atas dan yang sederajat Tahun Ajaran 2018-2019 di DIY. Sekolah yang dimaksud antara lain: SMAN 1 Sleman, SMP Bopkri 5 Yogyakarta, SMPN 2 Gunung Kidul, MTsN 7 Sleman, dan SMA TI Abu Bakar Kulon Progo.

Populasi terukur dalam penelitian ini diambil dari populasi target yang memiliki survival-safety skills rendah dan sangat rendah. Sampel penelitian dipilih dari populasi terukur yang berjumlah 256 orang, dengan menggunakan teknik *simple random sampling*, yaitu teknik pengambilan sample secara acak. Sampel yang dimaksud tersebut merupakan remaja yang menjadi anggota kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat uji coba model.

Data jumlah remaja yang menjadi responden dalam studi pendahuluan dan uji coba model dapat dilihat pada Tabel 4

Tabel 4
Jumlah Remaja Responden

Tahap Penelitian	Sekolah	Jumlah
Studi Pendahuluan	SMAN 1 Bantul	60
	SMP Bopkri Yogyakarta	60
	SMPN 2 Gunung Kidul	60
	MTsN 7 Sleman	60
	SMA TI Abu Bakar Kulon Progo	60
	Jumlah	300
Uji Coba Model	Kelompok Eksperimen	90
	Kelompok Kontrol	90
	Jumlah Total	180

Tabel 5
Jumlah Guru BK

Tahap Penelitian	Sekolah	Jumlah
Uji Coba Model	Guru BK 1	1
	Guru BK 2	1
	Guru BK 3	1
	Guru BK 4	1
	Guru BK 5	1
	Jumlah Total	5

J. HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

1. Hasil Temuan Penelitian

Hasil temuan pada tahap ini merupakan hasil dari penelitian tahap awal untuk mendapatkan gambaran empiris tentang survival-safety skills remaja. Data didapatkan melalui instrumen pengumpul data survival-safety skills remaja. Temuan ini digunakan sebagai pijakan untuk mengembangkan konseling aplikasi wellness untuk meningkatkan survival-safety skills remaja.

2. Gambaran Survival-Safety Skills Remaja di Yogyakarta

Gambaran survival-safety skills remaja ini diambil dari hasil pengumpulan data pada medio Agustus 2018 dengan responden berjumlah 300 orang. Tabel 6 berikut ini menyajikan sebagai berikut.

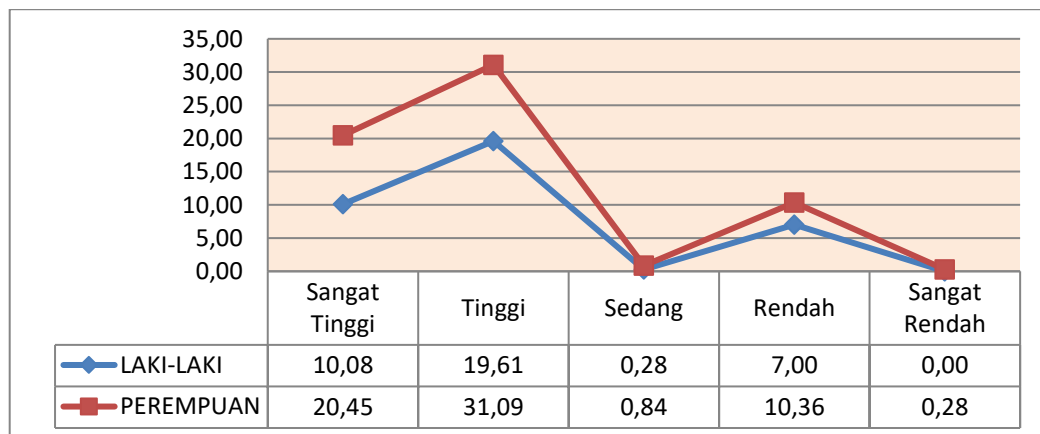
Tabel 6
Gambaran Survival-Safety Skills Remaja

KELAS	SANGAT TINGGI		TINGGI		SEDANG		RENDAH		SANGAT RENDAH		JML
	LK	PR	LK	PR	LK	PR	LK	PR	LK	PR	
SMP Bopkri Yogyakarta	-	-	-	-	-	-	23	37	-	-	60
SMPN 2 Playen Gunung Kidul	2	16	6	6	-	-	-	-	-	-	30
MTsN 7 Sleman	6	10	4	10	-	-	-	-	-	-	30
SMA TI Abu Bakar Kulon Progo	-	7	11	12	-	-	-	-	-	-	30
SMAN 1 Bantul	5	4	9	9	3	-	-	-	-	-	30
JUMLAH	13	31	30	37	3	0	23	37	0	0	300

%	10.08	20.45	19.61	31.09	0.28	0.84	7.0	10.36	0.00	0.28	100
---	-------	-------	-------	-------	------	------	-----	-------	------	------	-----

3. Gambaran Survival-Safety Skills Remaja di Yogyakarta Berdasarkan Jenis Kelamin

Setelah menganalisis temuan hasil penelitian tentang gambaran umum Survival-Safety Skills Remaja di Yogyakarta, berikutnya digambarkan dan dianalisis mengenai perbandingan Survival-Safety Skills Remaja di Yogyakarta berdasarkan jenis kelamin secara keseluruhan dan bukan berdasarkan kelas. Pembahasan hasil temuan ini menarik untuk dibahas karena diduga karakteristik laki-laki dan perempuan berpengaruh terhadap Survival-Safety Skills Remaja di Yogyakarta. Secara fisik, laki-laki dan perempuan jelas berbeda. Secara psikis, laki-laki dan perempuan juga memiliki perbedaan yang menjadi kekhasan masing-masing. Atas dasar perbedaan tersebut, diduga Survival-Safety Skills Remaja di Yogyakarta juga ada perbedaan yang mendasar. Grafik 1 menyajikan perbandingan Survival-Safety Skills Remaja di Yogyakarta berdasarkan jenis kelaminnya.



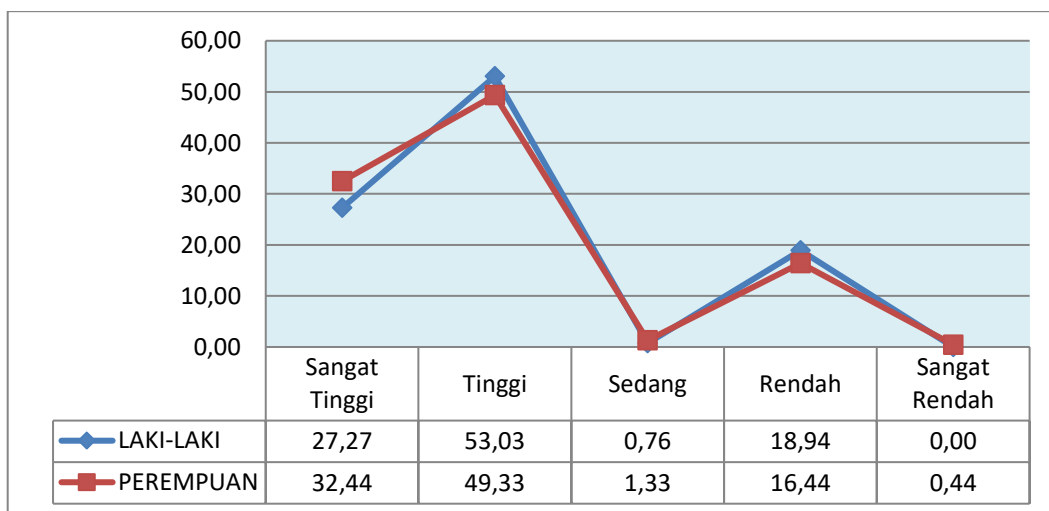
Grafik 1
Perbandingan Survival-Safety Skills Remaja di DI Yogyakarta
Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan Grafik 1 diperoleh informasi bahwa untuk semua Survival-Safety Skills, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki. Hal ini dapat dipahami karena dalam totalitas jumlah responden, jumlah perempuan lebih banyak dari laki-laki dengan selisih 25%. Dengan kata lain, peluang perempuan untuk berada dalam semua Survival-Safety Skills Remaja di Yogyakarta lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki, baik tinggi atau sebaliknya rendah.

Pada Survival-Safety Skills Remaja di Yogyakarta sangat tinggi, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 10.37%. Pada Survival-Safety Skills, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 11.48%. Pada Survival-Safety Skills sedang, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 0.56%. Pada Survival-Safety Skills Remaja rendah, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 3.36%. Demikian pula untuk Survival-Safety Skills sangat rendah, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 0.82%.

Komposisi yang berbeda terjadi ketika perbandingan laki-laki dan perempuan dilakukan setelah terlebih dahulu menghitung persentase pada masing-masing jenis kelamin. Grafik. 4.3 berikut ini menampilkan gambaran perbandingan Survival-Safety Skills antara laki-laki dan perempuan berdasarkan persentase dalam kelompok jenis kelaminnya. Secara deskriptif dapat digambarkan bahwa Survival-Safety Skills Remaja di Yogyakarta dalam kelompok jenis kelaminnya tidak menunjukkan perbedaan yang mencolok. Remaja laki-laki dan perempuan yang Survival-Safety Skills sangat tinggi perbedaannya secara kuantitas hanya berselisih 5.17% dengan komposisi remaja perempuan lebih banyak daripada laki-laki.

Keadaan yang berbeda terjadi pada Survival-Safety Skills tinggi. Remaja laki-laki lebih banyak yang berstatus tinggi dibandingkan dengan remaja perempuan dengan selisih 3.70%. Remaja perempuan lebih banyak jumlahnya daripada remaja laki-laki pada Survival-Safety Skills sedang. Selisih pada Survival-Safety Skills sedang ini adalah 0.57%. Hal yang sangat penting menjadi pertimbangan bahwa antara remaja laki-laki dan remaja perempuan memiliki perimbangan Survival-Safety Skills dapat dilihat dari lebih banyaknya laki-laki yang ber-Survival-Safety Skills rendah tetapi sebaliknya, remaja perempuan yang ber-Survival-Safety Skills sangat rendah lebih banyak daripada remaja perempuan.



Grafik 2

Perbandingan Survival-Safety Skills Remaja di DI Yogyakarta
Berdasarkan Jenis Kelamin dalam Kelompoknya

Remaja perempuan berkontribusi pada dua kutub Survival-Safety Skills yang saling berlawanan, yaitu kutub positif Survival-Safety Skills sangat tinggi dan kutub negatif Survival-Safety Skills sangat rendah. Pada satu sisi banyak remaja perempuan yang berstatus sangat tinggi tetapi ada remaja perempuan yang ber-Survival-Safety Skills sangat rendah. Dengan kata lain, pada remaja perempuan ada kesenjangan Survival-Safety Skills ada status yang paling berlawanan.

Hal yang serupa terjadi pada remaja laki-laki tetapi pada kutub berlawanan yang tidak ekstrim. Walaupun banyak remaja laki-laki yang ber-Survival-Safety Skills tinggi tetapi yang ber-Survival-Safety Skills rendahpun, jumlah laki-laki lebih banyak daripada perempuan. Keadaan sebaliknya terjadi pada remaja perempuan, walaupun jumlah remaja perempuan yang berstatus tinggi lebih sedikit daripada remaja laki-laki, tetapi remaja perempuan yang berstatus rendah juga lebih sedikit.

Perimbangan komposisi Survival-Safety Skills antara remaja laki-laki dan remaja perempuan dikuatkan oleh selisih yang sangat tipis pada titik netral, yaitu Survival-Safety Skills sedang. Pada titik netral ini selisih antara jumlah laki-laki dan perempuan hanya 0.57%. Berdasarkan posisi netral ini dapat dipahami bahwa perbedaan Survival-Safety Skills tidak disandarkan pada perbedaan gender.

Jika sama-sama mengambil pertimbangan-pertimbangan tersebut, maka baik laki-laki maupun perempuan memiliki kesempatan yang serupa untuk memiliki Survival-Safety Skills yang sangat tinggi. Tentu juga sebaliknya, baik laki-laki maupun perempuan memiliki peluang yang serupa untuk berada pada Survival-Safety Skills yang paling rendah. Walaupun demikian, status tersebut tetap dibatasi oleh fitrahnya masing-masing.

Kedudukan laki-laki dan perempuan dalam hal Survival-Safety Skills adalah serupa. Keduanya memiliki peluang untuk mengembangkan Survival-Safety Skills pada level paling tinggi atau sebaliknya. Laki-laki yang sabar dibutuhkan untuk menjadi pemimpin yang bertanggung jawab kepada keluarga, masyarakat, dan negerinya. Perempuan yang sabar dibutuhkan untuk menjadi ibu yang mendidik anak-anaknya tumbuh berkembang dalam keluarga yang harmonis. Keluarga yang harmonis adalah penopang masyarakat yang kuat. Masyarakat yang kokoh adalah pilar negara yang berjaya, makmur, aman, tenteram, dan sejahtera.

4. Luaran Penelitian Yang Dicapai

Rencana target capaian tahunan seperti tertera pada tabel berikut.

Tabel 7a. Rencana Target Capaian Tahunan

No	Jenis Luaran				Indikator Capaian
	Kategori	Sub Kategori	W	T	TS
1.	Artikel ilmiah dimuat jurnal	Internasional bereputasi	√		Accepted/ Pulished
		Nasional Terakreditasi			
2.	Artikel ilmiah dimuat diprosiding	Internasional Terakreditasi		√	Terdaftar
		Nasional			
3.	Invite speakers dalam temu ilmiah	Internasional		√	Terdaftar
		Nasional			
4.	Visiting Lecturer	Internasional		√	Terdaftar
5.	Haka Kekayaan Intelektual (HKI)	Paten			-
		Paten sederhana			
		Hak cipta			
		Merek Dagang			

		Rahasia Dagang			
		Desain produk industri			
		Indikasi geografis			
		Perlindungan varietas tanaman			
		Perlindungan topografi sirkuit terpadu			
6.	Teknologi Tepat Guna				-
7.	Model/purwarupa/desain/karya seni/rekayasa sosial				Draff
8.	Bahan Ajar			√	Draff
9.	Tingkat Kesiapan Teknologi (TKT)			√	4

Adapun luaran penelitian yang dicapai adalah: (1) Artikel ilmiah jurnal Internasional submit/acceptade; (2) Artikel ilmiah dimuat diprosiding sudah terlaksana; (3) Pembicara dalam temu ilmiah sudah terlaksana; (4) Visiting lecturer/kunjungan lawatan sudah terlaksana; (5) Model sudah berujud draft; (6) Bahan Ajar Wellness Counseling sudah berbentuk draft; (7) Bahan Ajar Survival-Safety Skills sudah berbentuk draft. Luaran penelitian yang dicapai dapat juga dilihat pada tabel berikut.

Tabel 7b. Luaran Penelitian Yang Dicapai

No	Jenis Luaran				Indikator Capaian
	Kategori	Sub Kategori	W	T	TS
1.	Artikel ilmiah dimuat jurnal	Internasional bereputasi	√		Diterima
		Nasional Terakreditasi			
2.	Artikel ilmiah dimuat diprosiding	Internasional Terakreditasi		√	Terlaksana
		Nasional			
3.	Invite speakers dalam temu ilmiah	Internasional		√	Terlaksana
		Nasional			

4.	Visiting Lecturer	Internasional		√	Terlaksana
5.	Haka Kekayaan Intelektual (HKI)	Paten			-
		Paten sederhana			
		Hak cipta			
		Merek Dagang			
		Rahasia Dagang			
		Desain produk industri			
		Indikasi geografis			
		Perlindungan varietas tanaman			
		Perlindungan topografi sirkuit terpadu			
6.	Teknologi Tepat Guna				-
7.	Model/purwarupa/desain/karya seni/rekayasa sosial				Terlaksana
8.	Bahan Ajar			√	Terlaksana
9.	Tingkat Kesiapan Teknologi (TKT)			√	4

¹⁾ TS: Tahun Sekarang/Tahun Pertama Penelitian

²⁾ Isi dengan tidak ada, draf, submitted, reviewed, accepted, atau published

³⁾ Isi dengan tidak ada, draf, terdaftar, atau sudah dilaksanakan

⁴⁾ Isi dengan tidak ada, draf, terdaftar, atau sudah dilaksanakan

⁵⁾ Isi dengan tidak ada, draf, terdaftar, atau sudah dilaksanakan

⁶⁾ Isi dengan tidak ada, draf, produk, atau granted

⁷⁾ Isi dengan tidak ada, draf, produk, atau penerapan

⁸⁾ Isi dengan tidak ada, draf, produk, atau penerapan

⁹⁾ Isi dengan tidak ada, draf, atau proses editing, atau sudah terbit

¹⁰⁾ Isi dengan skala 1-9 mengacu pada lampiran 1

K. RENCANA PENELITIAN YANG SELANJUTNYA

1. Rencana Pertama

Rencana penelitian yang selanjutnya adalah menyelesaikan tahapan-tahapan penelitian dalam menuntaskan rencana target penelitian disertasi sesuai target yang sudah ditentukan.

2. Rencana Kedua

Berikutnya adalah meningkatkan target capaian tahunan. Adapun rencana target capaian tahunan itu terdiri dari, (1) Artikel jurnal ilmiah publish; (2) mengirimkan artikel ilmiah setema pada pertemuan ilmiah berikutnya; (3) Invite speakers dalam temu ilmiah berikutnya di tempat yang berbeda; (4) visiting lecturer/kunjungan akademik di negara atau tempat yang berbeda; (5) Model diajukan HKI; (6) Bahan Ajar Wellness Counseling ter-ISBN (7) Bahan Ajar Survival-Safety Skills ter-ISBN.

Tabel 8. Rencana Target Capaian Yang Selanjutnya

No	Jenis Luaran				Indikator Capaian
	Kategori	Sub Kategori	W	T	TS
1.	Artikel ilmiah dimuat jurnal	Internasional bereputasi	√		Published
		Nasional Terakreditasi			
2.	Artikel ilmiah dimuat diprosiding	Internasional Terakreditasi		√	Terlaksana
		Nasional			
3.	Invite speakers dalam temu ilmiah	Internasional		√	Terlaksana
		Nasional			
4.	Visiting Lecturer	Internasional		√	Terlaksana
5.	Haka Kekayaan Intelektual (HKI)	Paten			-
		Paten sederhana			
		Hak cipta			
		Merek Dagang			
		Rahasia Dagang			
		Desain produk industri			

		Indikasi geografis			
		Perlindungan varietas tanaman			
		Perlindungan topografi sirkuit terpadu			
6.	Teknologi Tepat Guna				-
7.	Model/purwarupa/desain/karya seni/rekayasa sosial				Haka Kekayaan Intelektual (HKI)
8.	Bahan Ajar			√	Haka Kekayaan Intelektual (HKI)
9.	Tingkat Kesiapan Teknologi (TKT)			√	5

¹⁾ TS: Tahun Sekarang/Tahun Pertama Penelitian

²⁾ Isi dengan tidak ada, draf, submitted, reviewed, accepted, atau published

³⁾ Isi dengan tidak ada, draf, terdaftar, atau sudah dilaksanakan

⁴⁾ Isi dengan tidak ada, draf, terdaftar, atau sudah dilaksanakan

⁵⁾ Isi dengan tidak ada, draf, terdaftar, atau sudah dilaksanakan

⁶⁾ Isi dengan tidak ada, draf, produk, atau granted

⁷⁾ Isi dengan tidak ada, draf, produk, atau penerapan

⁸⁾ Isi dengan tidak ada, draf, produk, atau penerapan

⁹⁾ Isi dengan tidak ada, draf, atau proses editing, atau sudah terbit

¹⁰⁾ Isi dengan skala 1-9 mengacu pada lampiran 1

L. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini adalah laki-laki maupun perempuan memiliki kesempatan yang serupa untuk memiliki Survival-Safety Skills yang sangat tinggi. Tentu juga sebaliknya, baik laki-laki maupun perempuan memiliki peluang yang serupa untuk berada pada Survival-Safety Skills yang paling rendah. Walaupun demikian, status tersebut tetap dibatasi oleh fitrahnya masing-masing.

Kedudukan laki-laki dan perempuan dalam hal Survival-Safety Skills adalah serupa. Keduanya memiliki peluang untuk mengembangkan Survival-Safety Skills pada level paling tinggi atau sebaliknya. Laki-laki yang sabar dibutuhkan untuk menjadi pemimpin yang bertanggung jawab kepada keluarga, masyarakat, dan negerinya. Perempuan yang sabar dibutuhkan untuk menjadi ibu yang mendidik anak-anaknya tumbuh berkembang dalam keluarga yang harmonis. Keluarga yang harmonis adalah penopang masyarakat yang kuat. Masyarakat yang kokoh adalah pilar negara yang berjaya, makmur, aman, tenteram, dan sejahtera.

Saran bagi seluruh remaja memiliki kesempatan untuk menguasai survival safety skills ini, sehingga remaja memiliki *knowledge* mengenai *survival-safety skills* dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, Geral & Gullotta, Thomas. (1983). *Adolescent life Experience*. California: Brooks/Cole Publising Company.
- American Psychological Association (APA). (2004). *APA Dictionary of Psychology*. (1st ed.). Washington, D.C: American Psychological Association.
- American School Counselor Association. (2004.) *ASCA national standards for students*. Alexandria, VA: Author.
- Amirican School Counselor Assocation. (2003). *The ASCA National Model: A framework for school counseling programs*. Alexandria, VA: Author.
- Arnett, Jeffrey Jensen. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American Psychologist*, 54(5), 317-326.
- Arnett, Jeffrey Jensen. (2006). G. Stanley Hall's Adolescence: Brilliance And Nonsense. *Journal History of Psychology*. Vol. 9, No. 3, 186–197. Copyright 2006 by the American Psychological Association. 1093-4510/06/\$12.00 DOI: 10.1037/1093-4510.9.3.186Clark University.
- Badan Narkotika Nasional. (2014). *Laporan akhir survei nasional perkembangan penyalahguna narkoba tahun anggaran 2014*. Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia.
- Baron, R.A & Byrne, D. (1994). *Social Psychology: Understanding Human Interaction*. Boston: Allyn & Bacon
- Bevill, R. Alicia & Gast, L. David. (1998) Social Safety for Young Children: A Review of the Literature on Safety Skills Instruction. *Early Childhood Special Education* 18:4. University of Georgia 576 Aderhold Hall Athens, GA 30602 TECSE18:4 222-234. Upro-ed
- Blakemore, J Sarah & Choudhury, Suparna (2006). Development of the adolescent brain: implications for executive function and social cognition. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 47:3 (2006), pp 296–312 doi:10.1111/j.1469-7610.2006.01611.x. Institute of Cognitive Neuroscience, Department of Psychology, University College London, UK; 2Behavioural & Brain Sciences Unit, Institute of Child Health, University College London, UK
- Brolin, D.E. (1989). *Life Centered Career Education: A Competency Based Approach*. Reston VA: The Council for Exepctional Children.
- Chamberlain, V.C. (1960) *Adolescence to Maturity*. London: The Badley Head.
- Cobb, Nancy. J. (1992). *Adolescence*. California: Mayfield Publishing Company.
- Coleman, J., and Hendry, L. (1990). *The Nature of Adolescence*. Routledge, London and New York.
- Connecticut State Department of Education. (2008). *Comprehensive school counseling. State of conecticut*: Connecticut State Department of Education.
- Dahir, A.Carol. (2000). *The national standards for school counseling programs: a partnership in preparing students for the new millennium*". NASSP Bulletin. 84, 68-76.

- Departemen Pendidikan Nasional (2008) *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*.
- Derson, J. (2006). How effective are school-based violence prevention programs in preventing and reducing violence and other antisocial behaviors? In S. R. Jimerson & M. Furlong (Eds.), *Handbook of school violence and school safety: from reseach a practice*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Dew, B, j., Myers, J. E., & Wightman, L. F. (2006). Wellness in adulth gay males: Examining the empact of internalized homophobia, self-disclosure, and self-disclosure to parents. *Journal of LGBT Issues in Counseling* 1, 23-40.
- Erikson, E. (1968). *Identity, Youth and Crisis*. Norton, New York.
- Esther K Chung et. al. (2004). Maternal Depressive Symptoms and Infant Health Practices Among Low-Income Women. *Journal Pediatrics June 2004, Volume 113 / Issue 6*.
- Geller. E.Scott. (1989). *Behavior Analysis Training for Occupational Safety, Make-A-Difference, Inc.,*, Newport, VA.
- Geller. E.Scott. (1998). *Understanding Behavior-Based Safety: Step-by-Step Methoda to Improve Your Workplace*, 2nd ed., J.J. Keller & Associattes, Inc., Neenah, WI.
- Geller. E.Scott. (2001). *The Psychology Of Safety Handbook*. New York : Lewis Publisher.
- Gillham, B., & Thomson, J.A. (1996). *Child safety: Problem and preventionfrom preschool to adolescence* (pp. 1-11). London: Routhledge.
- Grace, A.P., & Wells, K. (2005). The Marc Hall prom predicament: Queer individual rights v. Institutional church rights in Canadian public education. *Canadian Journal of Education*, 28, 237-270.
- Grace, A.P., & Wells, K. (2009). Gay and bisexual male youth as educator activists and cultural workers: The critical praxis of three Canadian high-school students. *International Journal of Inclusive Education*, 3, 23-44.
- Granello, Paul F. (2013). *Wellness counseling*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Greulik, A. G. (1999). G. Stanley Hall. Retrieved from <http://fates.ens.muskingum.edu/~psych/psycweb/history/hall.htm>.
- Gunnar, Herrera, and Hostinar (2009). "*Stress and Early Brain Development.*" In *Encyclopedia on Early Childhood Development*, eds. R.E. Tremblay, M. Boivin, & R. DeV. Peters. Montreal: Centre of Excellence for Early Childhood Development. www.child-encyclopedia.com/documents/Gunnar-Herrera-HostinarANGxp.pdf
- Hair, Elizabeth C., Justin Jager, dan Sarah B. Garrett. (2002) Helping teens develop healthy social skills and relationships: what the research shows about navigating adolescence. *Childs Trend Research*. 1-7.
- Hall, Calvin S., dan Gardner, Lindzey. (1985). *Introduction to theories of personality*. Canada: John Wiley & Sons.
- Harden, M.P., Mendle, J., Hill, J.E., Turkheimer, E., & Emery, R. (2008). Rethinking timing of first sex and delinquency. *Journal of Youth Adolescence*, 37, 373-385.

- Hart, Daniel & Carlo, Gustavo. (2005). Moral Development in Adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 15:3 (September 2005), pp. 223–233. Copyright © 2005 Society for Research on Adolescence. doi:10.1111/j.1532-7795.2005.00094.x “The definitive version is available at www.blackwell-synergy.com.” Rutgers University; University of Nebraska-Lincoln
- Havighurst, Robert. (1961). *Human Development & Education*. New York: David McKay Co.
- Havighurst, Robert. (1972). *Developmental tasks and education (3rd ed.)*. New York: McKay.
- Hermon, D., & Hazler, R. (1999). Adherence to a wellness model and perceptions of psychological well-being. *Journal of Counseling & Development*, 77, 339-343.
- Hettler, W. (1984). *Wellness: Encouraging a lifetime pursuit of excellence. Health Values: Achieving High Level Wellness*, 8, 13–17.
- Hiremani, S.G., Khadi, P.B., Gaonkar V. and Katarki, P.A. (1994). Comparison of Emotional Maturity and Adjustment of Destitute and Normal Adolescent Girls. *Indian Psychological Review*, 42, 6-11.
- Holcomb-McCoy, C. (2005). *Wellness and children: Research implications*. In J. E. Myers & T. J. Sweeney (Eds), *Counseling for wellness: Theory, research, and practice* (pp. 59-66). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Hurlock, E. B. (1980). *Development Psychology: A Life-Span Approach*. New York: McGraw-Hill Book Company.
- John Leach. (1994). *Survival Psychology*, Macmillan Press Ltd. London
- Kenny, C. Maureen & Bennett, D. Kyle & Dougery, Jonelle & Steele, Francesca. (2012). Teaching General Safety and Body Safety Training Skills to a Latino Preschool Male with Autism. *J Child Fam Stud* (2013) 22:1092–1102 DOI 10.1007/s10826-012-9671-4. New York: Science+Business Media
- Klaczynski, P. A. (1990). Cultural developmental tasks and adolescent development: *Theoretical and methodological considerations. Adolescence*, 25, 811-823.
- Kohlberg, L. (1984). *The psychology of moral development: The nature and validity of moral stages*. San Francisco: Harper & Row.
- KPAI. (2015). KPAI : pola konsumsi miras dikalangan remaja meningkat. [Online]. Tersedia di : <http://www.kpai.go.id/berita/kpai-pola-konsumsi-miras-dikalangan-remaja-meningkat/>. [17 november 2016].
- Kroger, J. (2004). Identity in formation. In K. Hoover (Ed.), *The future of identity: Centennial reflections on the legacy of Erik Erikson*. Lanham, MD: Lexington Books.
- Krori, Smita Deb. (2011). Developmental Psychology, dalam *Homeopathic Journal*: Volume: 4, Issue: 3, Jan, 2011. Tersedia: <http://www.homeorizon.com/homeopathic-articles/psychology/developmental-psychology>. [14 Februari 2017].
- Leach. John. (1994). *Survival Psychology*. London : Macmillan Press Ltd.
- Makinson, L., & Myers, J. E. (2003). Wellness: An alternative paradigm for violence prevention. *Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*. 42, 165-177.

- Martin, David & Kimberly S. Loomis, Joomis. (2007). *Building teachers: a constructivist approach to introducing education*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Maslow, A.H. 1962. *Toward a Psychology of Being*. Princeton, NJ: D. Van Nostrand.
- Maslowski, R., & Dietvorst, C. (2000). *Schoolcultuur: het hart van de organisatie* [School culture: the heart of the organization]. Alphen aan den Rijn: Samsom.
- McElrath, J. Bertel. III (2011). Career and Identity Development: Bringing Erikson, Marcia and Adler into the 21st Century. A Research Paper Presented to The Faculty of the Adler Graduate School In Partial Fulfillment of the Requirements for The Degree of Master of Arts in Adlerian Counseling and Psychotherapy. September 23, 2011
<http://alfredadler.edu/sites/default/files/McElrath%20MP%202011.pdf>
- Miltenberger, Raymond; Gross, Amy; Knudson, Peter; Bosch, Amanda; Jostad, Candice; Breitwieser, Carrie Brower. (2009). Evaluating Behavioral Skills Training with and Without Simulated In Situ Training for Teaching Safety Skills to Children. *Journal Education & Treatment of Children; Feb 2009; 32, 1; ProQuest pg. 63*
- Moorhead, H. J. H., Green, J., McQuestion, R.R., & Ozimek, B. (2008). Wellness interventions for scholl counselors: A case-study in treating Asperger's disorder. *Journal of School Counseling*, 6, 1-33.
- Myers & Sweeney.(2008). Wellness Counseling: The Evidence Base for Practice. *Journal of Counseling & Development*. Volume 86. American Counseling Association. All rights reserved.
- Myers, J. E. (2008). Wellness counseling: The evidence base for practice *Journal of Counseling & Development* , 86, 482–493.
- Myers, J. E., & Sweeney, T.J. (2005a) *Counseling for wellness: Treory research, and practice*. Alexandria, VA: American Counseling Association
- Myers, J.E. & Sweeney, T.J. (2008). Wellness Counseling: The Evidence Base for Practice. *Journal of Counseling & Development @ 2008* by the American Counseling Association, All rights reserved.
- Myers, J.E. (1992). Wellness, prevention, development: *The conerstone of the profession Journal of Counseling & Development*, 71, 136-139.
- Myers, J.E. (2003). Coping with caregiving stress: a wellness-oriented, strengths-based approach for family counselors. *the family journal*.11 (2), 153-161.
- Niekerk, Ashley van & Ismail1, Ghouwa. (2013). Barriers to caregiver involvement in a child safety intervention in South Africa South African. *Journal of Psychology* 43(4) 470–481 © The Author(s) 2013. Reprints and permissions: sagepub.co.uk/journalsPermissions.nav. DOI: 10.1177/0081246313508348 sap.sagepub.com
- Oxford (2011) *Leaner's Pocket Dictionary*. New York. Oxford University Press.
- Pasteey, S. Geeta & Aminbhavi, A. Vijayalaxmi. (2006) Impact of Emotional Maturity on Stress and Self Cofidence of Adolescents. © *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, January 2006, Vol. 32, No.1, 66-70*. Karnatak University, Dharwad.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 54 tahun 2013 tentang Standar Kompetensi Lulusan Pendidikan Dasar dan Menengah.

- Pikiran-rakyat.com. (2016) Korban Meninggal Akibat Miras Oplosan di Yogyakarta Mencapai 24 Orang. Tersedia di <http://www.pikiran-rakyat.com/nasional/2016/02/07/360048/korban-meninggal-akibat-miras-oplosan-di-yogyakarta-mencapai-24-orang>. [12 Januari 2017]
- Pikunas, Lustin. (1976). *Human Development*. Tokyo: McGraw-Hill Kongakusha, Ltd.
- Potter & Perry. (2005). *Fundamental Keperawatan: Konsep Proses Dan Praktik* EGC, Jakarta.
- Putri, Vany Dwi (2015) Layanan dasar bimbingan dan konseling untuk peningkatan survival and safety skills siswa: studides kriptif terhadap Siswa Kelas VIII SMP Miftahul Iman Tahun Ajaran 2014/2015. *Skripsi*, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Ramirez, Marizen, *et al.* (2012). Implementation evaluation of steering teens safe: engaging parents to deliver a new parent-based teen driving intervention to their teens. *Health Education & Behavior*. 40(4), 426 –434.
- Rutter, M., & Rutter, M. (1993). *Developing minds*. London: Penguin.
- Santor, A. Darcy, Messervey, Deanna, & Kusumakar, Vivek. (2000). Measuring Peer Pressure, Popularity, and Conformity in Adolescent Boys and Girls: Predicting School Performance, Sexual Attitudes, and Substance Abuse. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 29, No. 2, 2000. Received April 25, 1998; accepted November 22, 1999
- Santrock, J. W. (2003). *Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sexton, T. (Evidence-based counseling intervention programs: Practicing “best practices” In D. C. Locke, J. E. Myers, & E. H. Herr (Eds.), *The handboooof counseling* (pp. 499-512). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Shonkoff , J.P., A.S. Garner, CPACFH (Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health), CECADC (Committee on Early Childhood, Adoption, and Dependent Care), & SDBP (Section on Developmental and Behavioral Pediatrics). (2011). “The Lifelong Eff ects of Early Childhood Adversity and Toxic Stress.” *Pediatrics: The Offi cial Journal of the American Academy of Pediatrics*. 129 (1): 232–46. <http://pediatrics.aappublications.org/content/129/1/e232.full.pdf>.
- Sigelman Carol K. & Shaffer David R. (1995). *Life Span Human Development*. California: Brooks/Cole Publising Company.
- Sokol, Justin T. (2009) "Identity Development Throughout the Lifetime: An Examination of Eriksonian Teory," *Graduate Journal of Counseling Psychology: Vol. 1: Iss. 2, Article 14*. Available at: <http://epublications.marquette.edu/gjcp/vol1/iss2/14>.
- Spies, M. Gloudina, Delport, L. S. Catharina & Le Roux, P. Magdalena. (2015). Developing Safety and Risk Assessment Tools and Training Materials: A Researcher-practice Dialogue. *Research on Social Work Practice* 2015, Vol. 25(6) 670-680^a The Author(s) 2015 Reprints and permission: sagepub.com/journalsPermissions.nav DOI: 10.1177/1049731514565393 rsw.sagepub.com
- Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Boston, MA: Houghton Mifflin Harcourt.

- Steinberg, L., (2001). We know some things: Parent-adolescent relationships in retrospect and prospect. *Journal of Reseach on Adolescence*, 11, 1-19. Doi:10.1111/1532-7795.00001
- Strasser, et al. (1981). *Fundamentals of safety education*. New York: Macmillan.
- Suparno, Paul. (2001). *Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget*. Jogjakarta: Kanisius.
- Sweeney, T, J. (1995). Accreditation, *credentialing*, professionalization: The role of specialties. *Journal of Counseling & Development*, 74, 117-125.
- Sweeney, T, J. (1995). Counseling: Historical origins and philosophical roots. In D. C. Locke, J.E. Myers, & E. L. Herr (Eds.), *The handbook of counseling* (pp. 3-26). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Sweeney, T. J., & Witmer, M. J. (1991). Beyond social interest: Striving toward optimum health and wellness. *Individual Psychology*, 47(40), 527-540
- Tribunnews. (2015). 976 Remaja di DIY Hamil Duluan Sebelum Nikah. [Online]. Tersedia di <http://jogja.tribunnews.com/2016/01/25/976-remaja-di-diy-hamil-duluan-sebelum-nikah>. [15 Januari 2017].
- Tubulau, Thobias, at. al (2009). *Penyajian Data Informasi Kementerian Pemuda Dan Olahraga Tahun 2009*. Jakarta: Biro Perencanaan Sekretariat Kementerian Pemuda dan Olahraga.
- Valent, Paul (2007). Eight Survival Strategies in Traumatic Stress. *Journal Traumatology* Volume 13 Number 2. June 2007 4-14. © 2007 Sage Publications 10.1177/1534765607302281. <http://tmt.sagepub.com> hosted at <http://online.sagepub.com>
- Vanselow, R. Nicholas & Hanley, P. Gregory. (2014). An Evaluation Of Computerized Behavioral Skills Training To Teach Safety Skills To Young Children. *Journal Of Applied Behavior Analysis*. 2014, 47, 51–69 Number 1 (Spring). Western New England University.
- Vartanian, Lesa Rae (2011). Demand characteristics and self-report measures of imaginary audience sensitivity: Implications for interpreting age differences in adolescent egocentrism. Powlishta, Kimberly. *The Journal of Genetic Psychology; New York* 162.2 (Jun 2001): 187-200.
- Venart, Elizabeth, et al. (2007). What individual counselors can do to sustain wellness. *Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, 46, 50-65.
- Villalba, J., & Myers, J. E. (2008). Efektivitas of wellness based-classroom guidance in elemntary school settings: A pilot study. *Journal of School Counseling*, 6, 1-31.
- Vogt, William. (1957). *Road to survival*. New York : William Sloane Associates.
- Wells, K. (2008, Winter). *Generation queer: Sexual minority youth and Canadian schools*. Education Canada, 48, 18-23.
- Wells, K. (2009). Research exploring the health, wellness, and safety concerns of sexual minority youth. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, Vol. 18 (4) 2009). *Sieccan Newsletter* Vol. 43, No. 1-2, 2009 (ISSN: 0834-0455).
- Wikipedia, (2017). Kenakalan Remaja. https://id.wikipedia.org/wiki/Kenakalan_remaja. [2 Januari 2017].

- Witmer, J. Melvin dan Thomas J. Sweeney. (1991). A holistic model for wellness and prevention over the life span. *Journal of Counseling & Development*, 71, 140–148
- World Health Organization. (1958). *Constitution of the World Health Organization*. Retrieved July 31, 2008. From http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf.
- Yusuf, Syamsu dan Juntika Nurihsan. (2011). *Teori kepribadian*. Bandung: Remaja Rosdakarya.