

Pelatihan Konselor Sebaya Sebagai Upaya Preventif Meningkatkan Adversity Intelligence Pada Siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul

Dian Juliarti Bantam¹, Muhammad Erwan Syah², Ade Gunawan³, Gerlan Haha Nusa³

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Ekonomi dan Sosial, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Indonesia

³Program Studi Hukum, Fakultas Ekonomi dan Sosial, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Indonesia

⁴Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Sosial, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Indonesia

e-mail: [1dianjb.tridharma@gmail.com](mailto:dianjb.tridharma@gmail.com), [2muhammaderwansyach14@gmail.com](mailto:muhammaderwansyach14@gmail.com), [3adegunawan@gmail.com](mailto:adegunawan@gmail.com),
[4gerlanamanda@gmail.com](mailto:gerlanamanda@gmail.com)

ABSTRAK. Pada tahun 2020 sampai dengan tahun 2022, terjadi pandemic covid-19. Cepatnya penyebaran virus ini mengharuskan pemerintah untuk membuat regulasi untuk pencegahan penyebaran virus. Salah satunya peraturan dalam dunia pendidikan yaitu pelaksanaan proses belajar mengajar dilaksanakan secara online atau berjarak. Adanya perubahan proses pembelajaran ini, memunculkan beberapa tekanan yang dirasakan oleh siswa SMP Khususnya di Muhammadiyah Pleret Bantul. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya penurunan kinerja siswa dalam menyelesaikan permasalahan yang dialaminya (*adversity Intelligence*) yang akhirnya menimbulkan rasa tidak nyaman saat berada disekolah. Berangkat dari urgensi permasalahan di atas, maka dalam Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini memberikan solusi sebagai upaya preventif yang berfokus pada peningkatan *adversity Intelligence* (AI). Subjek dalam penelitian ini berjumlah 20 siswa SMP. Rancangan pengambilan data menggunakan *Pre-Experimental Design*, dengan bentuk *One Group Pretest-Posttest Design*. Metode yang digunakan dalam PkM ini adalah metode ceramah dan pelatihan langsung oleh para siswa. Hasil Luaran dari PkM ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan AI para subjek setelah diberikan pelatihan konselor sebaya. Dimana nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.004 lebih kecil (<) dari probabilitas 0.05. Dapat dilihat juga pada table Rank bahwa mean rank prates (15.23) lebih kecil dari mean rank pascates (25.78).

KATA KUNCI Konselor Sebaya; Pelatihan; Adversity Intelligence.

ABSTRACT From 2020 to 2022, the Covid-19 pandemic occurred. The rapid spread of this virus requires the government to create regulations to prevent the spread of the virus. One of the regulations in the world of education is that the teaching and learning process is carried out online or remotely. This change in the learning process has given rise to several pressures felt by junior high school students, especially at Muhammadiyah Pleret Bantul. This shows that there is a decline in students' performance in solving the problems they experience (*adversity intelligence*) which ultimately causes a feeling of discomfort when they are at school. Starting from the urgency of the problem above, the Community Service Program (PkM) provides a solution as a preventive effort that focuses on increasing *adversity intelligence* (AI). The subjects in this research were 20 junior high school students. The data collection design uses *Pre-Experimental Design*, in the form of *One Group Pretest-Posttest Design*. The method used in PkM is the lecture method and direct training by students. The output results from this PkM show that there was an increase in the AI of the subjects after being given peer counselor training. Where is the Asymp value. Sig (2-tailed) of 0.004 is smaller (<) than the probability of 0.05. It can also be seen in the Rank table that the mean pre-test rank (15.23) is smaller than the mean post-test rank (25.78).

KEYWORDS Peer Counselor; Training, Adversity Intelligence.

1. Pendahuluan

Indonesia memiliki jenjang pendidikan yang diklasifikasikan dalam beberapa tahap berbeda, antara lain pendidikan usia dini, pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan yang terakhir adalah pendidikan tinggi. Jenjang SMP merupakan jenjang Pendidikan menengah, yang mana para siswanya

berada pada rentang usia remaja yaitu antara 12-13 tahun sampai dengan 14-16 tahun. Pada masa remaja dalam rentang usia ini, individu mulai menjalin relasi sosial yang lebih luas, mencapai kemandirian tugas dalam pembelajaran di sekolah dan berusaha menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan lingkungan sekolah. Oleh karena itu, pendidikan di sekolah memainkan peran penting bagi perkembangan potensi siswa SMP untuk menjadi generasi yang memiliki kualitas baik di masa yang akan datang bagi bangsa dan negara. Diharapkan Pendidikan yang didapat di sekolah dapat memberikan kemandirian bagi siswa untuk dapat belajar dalam berbagai situasi dan kondisi. Pada tahun 2020, terdapat kondisi yang mengharuskan siswa untuk dapat mengelola dirinya dalam situasi baru. Pada tahun tersebut, terjadi *pandemic covid-19*, yang mengharuskan dunia Pendidikan mengubah strategi dan metode pembelajaran, yang awalnya tatap muka secara langsung, diubah menjadi pembelajaran dalam jaringan atau secara *online*, baik dengan menggunakan *learning management system* (LMS) sekolah, *google classroom*, *zoom* dan media lain yang mendukung.

Hal ini dilakukan oleh pemerintah untuk meminimalkan penyebaran virus. Dengan perubahan tersebut, siswa SMP juga perlu menyesuaikan diri. Adanya perubahan proses pembelajaran ini tentu akan memunculkan beberapa tekanan yang dirasakan oleh siswa. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, didapatkan data bahwa ada siswa yang siap untuk menghadapi situasi baru tersebut dan ada juga siswa yang perlu usaha lebih untuk dapat mengikuti dan menerima situasi itu, bahkan ada yang merasa tertekan. Dalam Psikologi, kemampuan menghadapi dan bertahan terhadap kesulitan hidup disebut dengan *adversity intelligence*. *Adversity Intelligence* adalah kemampuan seseorang untuk berjuang dalam menghadapi dan mengatasi masalah kehidupan, hambatan atau kesulitan yang dimilikinya serta akan mengubahnya menjadi peluang keberhasilan dan kesuksesan atau pencapaian prestasi [1]. Oleh karena itu, siswa yang memiliki *adversity intelligence* yang tinggi, akan mengarahkan segala potensi yang dimiliki untuk memberikan hasil yang terbaik, serta secara internal akan termotivasi untuk berprestasi [2].

Dalam mengukur *adversity intelligence* seorang siswa, dapat dilihat berdasarkan 4 aspek *adversity intelligence* (CO2RE), yaitu *control*, *origin-ownership*, *reach* dan *endurance* [1]. *Control* (C) atau kendali, yaitu aspek *adversity* tentang cara seorang siswa dalam mengontrol situasi. Aspek ini memotret kemampuan seseorang dalam merasakan dan mempengaruhi situasi secara positif dan dapat mengendalikan respon situasi sulit [3]. *Origin-Ownership* (O2), yaitu kemampuan siswa dalam menanggung akibat dari suatu situasi. Aspek ini mempertanyakan siapa atau apa yang menimbulkan kesulitan, apakah dialamatkan ke dirinya atau orang lain. Individu dengan *origin* yang rendah akan menempatkan pusat kesalahan satu-satunya pada dirinya. Rasa bersalah yang tepat akan menggugah seseorang untuk bertindak sedangkan rasa bersalah yang terlampau besar akan menciptakan kelumpuhan. Kemampuan siswa dalam menempatkan perasaannya secara berani untuk menanggung akibat dari situasi, sehingga menciptakan pembelajaran dalam melakukan perbaikan atas masalah yang terjadi [1]. *Reach* (R) atau jangkauan, yaitu kemampuan menghadapi kemalangan. Aspek ini akan mempertanyakan sejauh mana kesulitan akan menjangkau bagian-bagian dari kehidupan siswa. Kemampuan siswa dalam menjangkau dan membatasi masalah agar tidak mengenai bidang lain dalam kehidupan atau memperbesar konflik sampai harus mengganggu segala aktivitas lainnya. *Endurance* (E) atau daya tahan, yaitu ketahanan diri dalam mempersepsi kemalangan. Aspek yang mempertanyakan berapa lamakah kesulitan akan berlangsung dan berapa lamakah penyebab kesulitan itu akan berlangsung.

Siswa yang melakukan pembelajaran tatap muka memiliki tingkat *adversity intelligence* yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang melakukan pembelajaran jarak jauh atau *online* [4]. Sedangkan pada saat pandemik berlangsung, proses pembelajaran di lakukan secara *online*, termasuk di SMP Muhammadiyah Pleret Bantul. Konsep *adversity intelligence* membedakan individu menjadi tiga, yaitu *quitters*, *campers*, dan *climbers* [2]. *Quitters* menggambarkan individu yang mudah menyerah saat menghadapi kesulitan atau meninggalkan tantangan yang dirasa sulit untuk diselesaikan. *Campers* menunjukkan individu yang mau memulai usaha untuk mencapai harapan dan tujuan, namun dapat

mengakhiri usahanya ketika merasa bosan dan kehilangan fokus tujuan untuk mencapai hal tersebut. Individu *climbers* merupakan individu yang berhasil mencapai tujuan cita-cita dan harapan karena mempersiapkan berbagai macam kemungkinan yang akan terjadi dan siap menghadapi segala tantangan. Setiap siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul, memiliki tingkat *adversity intelligence* yang berbeda-beda dalam menghadapi perubahan pandemic dalam pembelajaran. Harapannya siswa-siswa tersebut dapat menjadi remaja atau siswa yang termasuk ke dalam *climbers*. Artinya, para siswa dapat berhasil menyesuaikan diri dengan situasi pandemic dan tetap berprestasi atau menghasilkan kinerja akademik yang baik.

Melihat tinggi rendahnya *adversity intelligence*, para siswa yang berbeda-beda, maka pasti ada faktor yang mempengaruhi, baik internal maupun eksternal. Salah satu faktor yang mempengaruhi *adversity intelligence* yaitu dukungan sosial [3]. Lingkungan tempat individu tinggal akan mempengaruhi cara individu tersebut beradaptasi dan merespon kesulitan atau tekanan kehidupan [1]. Hal ini menandakan bahwa lingkungan dapat mempengaruhi bagaimana seseorang merespon dan menghadapi suatu peristiwa yang dialaminya.

Ada hubungan antara dukungan sosial dengan *adversity intelligence* [5]. Dengan adanya dukungan dan penguatan dari rekan atau lingkungan sebaya dapat meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan dalam mengatasi hambatan dalam kehidupan. Oleh karena itu, dalam Pengabdian kepada Masyarakat ini, pengabdian memberikan solusi untuk meningkatkan *adversity intelligence*, yaitu berupa pelatihan konselor sebaya. Konseling sebaya merupakan salah satu teknik penyelesaian masalah yang dapat diberikan oleh seorang individu kepada rekan sebayanya [4]. Konseling sebaya adalah program bimbingan yang dilakukan oleh individu terhadap individu yang lainnya dengan tujuan untuk membantu memberikan saran dan solusi terhadap masalah yang dihadapi. Tujuan konseling sebaya yaitu membantu individu selain dirinya dalam memecahkan permasalahannya, membantu mengenalkan sistem masa orientasi dan suasana sekolah secara keseluruhan, membantu individu baru membina dan mengembangkan hubungan baru dengan teman sebaya maupun sivitas sekolah, melakukan tutorial dan penyesuaian sosial bagi individu-individu asing [7]. Individu yang berperan menjadi konselor, memerlukan pelatihan dan bimbingan terlebih dahulu sebelum memberikan konseling pada rekan sebayanya. Hal tersebut dilakukan agar individu tersebut siap membantu rekannya secara profesional dan memberikan saran terbaik pada permasalahan yang dialami. Konselor sebaya merupakan pendidikan sebaya yang memberikan banyak manfaat bagi konselor maupun konseli, dengan syarat sebelum melaksanakan konselor sebaya individu tersebut telah mengikuti pelatihan dari ahlinya [8]. Pelatihan ini diberikan mengingat, dari hasil wawancara Siswa SMP tersebut menyampaikan bahwa lebih nyaman bercerita tentang masalah pelajaran maupun pribadi kepada rekan sebaya atau sekolahnya, dibandingkan guru atau orang tua. Selain itu, rekan sebaya lebih memahami kondisi saat pandemic ini dalam hal proses penerimaan informasi pelajaran. Dari penelitian sebelumnya, diketahui bahwa melalui pelatihan konselor sebaya, dengan adanya proses modeling misalnya, "konseli" teman sebaya dapat meniru dan menginternalisasi sikap, keterampilan, dan berbagai strategi tertentu yang tampak dari "konselor" sebaya pada saat-saat menghadapi masalah atau situasi-situasi adversif [9].

Berdasarkan paparan di atas, dapat diasumsikan bahwa pelatihan konselor sebaya dapat digunakan untuk meningkatkan *adversity intelligence* pada siswa, sehingga akan dilakukan Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul "Pelatihan Konselor Sebaya Sebagai Upaya Preventif untuk Meningkatkan Adversity Intelligence pada Siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul".

2. Metode

Langkah yang ditempuh oleh Tim Pengabdian guna memberikan solusi atas permasalahan yang dihadapi oleh mitra yaitu dengan memberikan pengembangan diri (*self-improvement*) melalui pendidikan dan pelatihan Konselor Sebaya kepada Siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul, untuk meningkatkan *Adversity Intelligence*.

Pengabdian ini terlaksana pada tanggal 31 Maret 2023. Sedangkan tempat pengabdian dilaksanakan di SMP Muhammadiyah Pleret Bantul dengan alamat Jl. Imogiri Timur km10, Ketonggo, Ketonggo, Wonokromo, Kec. Pleret, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55791. Tim Pengabdian akan bekerja sama dengan guru maupun kepala sekolah untuk merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi PkM sebagai upaya peningkatan *Adversity Intelligence*. Peserta dalam pengabdian ini adalah Siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul dengan jumlah sekitar 20 siswa. Tahapan dalam pelaksanaan kegiatan PkM ini diantaranya:

2.1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan ini dimulai dari perijinan sampai pemberian prates sebelum pelatihan, kemudian pelaksanaan pengabdian yang dimulai dari sesi pembukaan, Kepala Sekolah memberikan pengarahan dan mengkondisikan peserta. Skala *adversity intelligence* (AI), menggunakan skala dari penelitian Khoirunnisa, Hidayah, dan Yuzarion [10] berdasarkan teori dari Saltoz.

2.2. Tahap Pelaksanaan

Langkahnya yaitu melakukan *self-improvement*, melalui peningkatan kesadaran diri, pemberian motivasi, pemberian materi terkait *adversity intelligence* dan konselor sebaya. Setelah itu dilanjutkan dengan pelaksanaan praktek menjadi konselor sebaya secara bergantian dengan sesama peserta pelatihan. Rancangan pengambilan data dalam PkM ini menggunakan *Pre-Experimental Design*, dengan bentuk *One Group Pretest-Posttest Design* [11]. Pada desain ini terdapat 2 pengukuran yaitu satu pengukuran (O_1) sebelum di beri perlakuan (*pretest*) dan satu pengukuran (O_2) setelah di beri perlakuan (*posttest*). Perlakuan disini adalah Pelatihan Konselor Sebaya (X). Harapannya hasil yang didapat dari perlakuan lebih akurat karena peneliti dapat membandingkan hasil sebelum dan setelah diberi perlakuan. Oleh karena itu, akan didapatkan perbandingan antara O_1 dan O_2 , untuk menemukan tingkat efektivitas dari Pelatihan Koselor Sebaya (X). Berikut adalah bentuk dari desain eksperimen yang digunakan:

Tabel 1. *One Group Pretest-Posttest Design*

Kelompok	Prates	Perlakuan	Pascates
SMA IPS	O1	X	O2

Terakhir, diberikan evaluasi atau *feedback* terkait proses pelatihan konseling sebaya yang dilakukan oleh peserta.

2.3. Tahap Evaluasi

Tahap ini merupakan tahap terakhir, dimana Tim Pengabdian melakukan evaluasi berupa penilaian efektivitas pemberian pelatihan kepada peserta, melalui evaluasi pascates.

Pihak-pihak yang terlibat dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah Tim Pelaksana Program Pemberdayaan kepada Masyarakat, Guru dan Siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul. Program ini menggunakan metode *action research* sehingga Tim Pengabdian telah berkolaborasi dengan Sekolah untuk mendefinisikan permasalahan dan solusi yang inovatif dan empati terhadap kebutuhan Siswa maupun Guru terkait *adversity intelligence* dan dalam menjalankan aktivitas nantinya melalui wawancara, observasi kegiatan siswa, dan studi dokumen. PkM ini juga melibatkan 1 mahasiswa dalam membantu pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

3. Hasil dan Pembahasan

Tujuan PkM yang dilakukan oleh Dosen Prodi Psikologi FES Unjaya ini, yaitu untuk mengetahui efektivitas pelatihan konselor sebaya sebagai upaya preventif dalam meningkatkan *adversity intelligence* pada siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul. Dimana peserta berjumlah 20 orang dan bersedia mengikuti semua sesi secara penuh (*Pretest*, Pelatihan dan *Posttest*). Pelaksanaan PkM

dilakukan pada tanggal 31 Maret 2023 pukul 08.00 WIB sampai dengan pukul 12.00 WIB, secara tatap muka langsung.

Pelaksanaan PkM dimulai dengan sesi pembukaan, dimana adanya salam pembuka dan juga *ice breaking* agar peserta dan tim pengabdian saling percaya serta lebih terbangun interaksi yang lebih interaktif. Setelah itu, mahasiswa sebagai anggota pengabdian meminta peserta mengisi daftar hadir, dan pretest. Setelah pengisian pretest dan daftar hadir, kemudian penerjemah memberikan materi, diselingi diskusi dan tanya jawab. Setelah sesi Tanya jawab, kemudian ada pembagian doorprize sebagai bentuk apresiasi atas keaktifan peserta serta foto bersama sebagai penutup. Setelah itu, pengabdian (mahasiswa) membagikan lembar untuk mengisi *posttest*. Adapun sesi-sesi materi yang diberikan oleh pengabdian dalam PkM ini adalah sebagai berikut:

1. Pengertian dan Permasalahan Remaja di Sekolah. Pada materi ini, disampaikan terkait pengertian remaja, permasalahan yang terjadi saat masa remaja terutama remaja di sekolah.
2. Pengertian *Adversity Intelligence*. Pada materi ini, disampaikan terkait pengertian *adversity intelligence* yaitu kemampuan berpikir, mengelola, dan mengarahkan tindakan yang membentuk suatu pola-pola tanggapan kognitif dan perilaku atas stimulus peristiwa-peristiwa dalam kehidupan yang merupakan tantangan dan atau kesulitan.
3. Pengertian, Macam-Macam dan Istilah dalam Konseling. Pada materi ini, disampaikan terkait pengertian konseling, macam-macam konseling yang terdiri dari konseling individu dan konseling kelompok, serta istilah-istilah yang sering ada dalam konseling.
4. Pengertian, Tujuan, Tugas, serta Kemampuan dalam Konseling Sebaya. Pada materi ini, disampaikan terkait pengertian konseling sebaya, tujuan dan tugas konseling sebaya, serta kemampuan yang harus dikuasai sebagai seorang konselor sebaya.
5. Ungkapan Perasaan dan Cara Memahami klien. Pada materi ini, diajarkan teknik dalam mengungkapkan perasaan serta cara memahami apa yang dikatakan klien baik dalam bentuk verbal maupun nonverbal.
6. Tekni GATHER. Teknik yang diajarkan bagi konselor sebaya dalam melakukan konseling, yang terdiri dari *Greet* (Salam), *Ask* (Bertanya), *Tell* (Menyampaikan), *Help* (Membantu), *Explain* (Menjelaskan), *Refer* (Merujuk).
7. Latihan. Sesi terakhir yang diberikan yaitu peserta diajak untuk melakukan Latihan berupa konseling antar sesama rekan atau peserta. Tujuannya yaitu untuk meningkatkan rasa percaya diri dan mengaplikasikan materi yang telah diberikan.

Berikut gambaran pelatihan atau program pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan oleh tim:



Gambar 1. Sesi Pembukaan/ Perkenalan



Gambar 2. Sesi Role Play



Gambar 3. Sesi Praktek Konseling



Gambar 4. Sesi Penutup

Setelah data *pretest* dan *posttest* terkumpul. Kemudian dilakukan analisis data dengan bantuan *Predictive Analytics SoftWare (PASW) 18.0 release for Windows*. Analisis data kuantitatif menggunakan Statistik Non Parametik Uji Mann Whitney. Uji ini dilakukan untuk melihat efektivitas

dari Pelatihan Konseling Sebaya dalam meningkatkan *Adversity Intelligence* pada Siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul.

Table 2. Hasil Penelitian (Ranks)

Pengukuran	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pretest	20	15.23	304.50
Posttest	20	25.78	515.50

Table 3. Hasil Penelitian (Sig)

Variable	N	Asymp. Sig. (2-tailed)
Adversity Intelligence	20	0.004

Berdasarkan hasil dari *table test statistics* dalam uji *mann-whitney* diatas, diketahui bahwa jumlah peserta yang ikut dalam pelatihan dan dapat dianalisis sebanyak 20 orang subjek baik prates maupun pascates. Selain itu, nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.004 lebih kecil (<) dari probabilitas 0.05. Oleh karena itu, sebagaimana pengambilan keputusan uji *mann-whitney* tersebut, maka dapat disimpulkan hipotesis diterima. Dimana ada perbedaan *Adversity Intelligence* Pada Siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul, sebelum (prates) dan sesudah (pascates) pelatihan konselor sebaya. Dapat dilihat juga pada table Rank bahwa mean rank prates (15.23) lebih kecil dari mean rank pascates (25.78). Karena ada perbedaan yang signifikan, maka dapat dikatakan bahwa pelatihan konselor sebaya efektif untuk meningkatkan *Adversity Intelligence* Pada Siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul.

Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti terdahulu juga menyatakan bahwa pelatihan yang ada praktek langsung dapat meningkatkan keyakinan seseorang dalam menggunakan sesuatu misalnya *software* [12]. Selain itu, pelatihan konseling dasar yang juga melibatkan praktek secara langsung dapat meningkatkan kemampuan seseorang khususnya pimpinan dalam melakukan konseling [13]. Dapat juga terlihat dari efektivitas pelatihan konselor sebaya untuk meningkatkan variabel *well-being*, resiliensi [9], *self-awareness* [14], penanganan permasalahan remaja [15], literasi kesehatan mental [16], dan meningkatkan empati [17].

Penelitian yang dilakukan oleh Muwakhidah [9] dengan subjek 10 orang siswa kategori remaja, mendapatkan hasil analisis statistik nilai z hitung $> z$ tabel yaitu 3.315 dan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) adalah $0.001 < 0.05$, sehingga dapat disimpulkan *peer counseling* efektif untuk meningkatkan resiliensi remaja pesantren. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Yuliasari [14] juga menunjukkan hasil yang sama, bahwa 28 orang siswa SMP kelas VII dan Kelas VIII mengalami peningkatan kesadaran diri terhadap perilaku beresiko pada remaja setelah diberikan pelatihan konselor sebaya. Dimana nilai $t = - 8,482$ dan $p=0,011$ ($p<0,05$). Peningkatan kesadaran diri atau *self-awareness* terdapat pada aspek emotional *self-awareness* dan penilaian diri yang akurat.

Ada juga penelitian konselor sebaya yang dilakukan oleh Salmiati, Hasbahuddin, dan Bakhtiar [15] dengan menggunakan metode pelatihan dan pendampingan, dimana pelaksanaan kedua metode tersebut dilakukan dengan cara Ceramah/Pemberian Informasi, *Role Play*, *Focused Group Discussion* (FGD), Simulasi dan Latihan, dan Refleksi. Hasil kegiatan pelatihan antara lain meningkatkan performansi bimbingan konseling melalui kegiatan konseling sebaya, memberikan penghargaan dan perhatian terhadap siswa dengan melakukan kegiatan positif dalam bimbingan konseling di sekolah, mengantisipasi munculnya perilaku negatif remaja (kenakalan remaja), memberikan nilai tambah dalam bidang pengetahuan dan keterampilan untuk siswa, sehingga dapat membantu guru bimbingan dan konseling.

Tambahan lain dari penelitian sebelumnya [16], bahwa pemberian pelatihan atau seminar dapat meningkatkan pengetahuan siswa. Secara umum hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan konselor sebaya daring dapat meningkatkan literasi kesehatan mental partisipan. Dimana penelitian ini dilakukan terhadap 16 siswa dari kelas XI-XII. Penelitian ini dilakukan dengan desain kuasi eksperimen satu kelompok dengan pre dan postes. Dimana sebelum dan sesudah pelatihan, subjek diberikan skala literasi kesehatan mental. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan menggunakan uji t berpasangan menunjukkan setelah pelatihan terdapat perbedaan pengetahuan ($t=-3,162$; $p=0,006$).

Konselor sebaya merupakan cara memecahkan permasalahan yang dapat dilakukan oleh seorang individu dengan melibatkan keterampilan berkomunikasi dan mendengarkan secara aktif, sesuai dengan pengertian tersebut maka peneliti merancang pelatihan konselor sebaya agar dapat meningkatkan *adversity intelligence* (AI) pada siswa, sesuai dengan hasil uji analisis diatas menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pada kemampuan *adversity intelligence* (AI) siswa sebelum dan sesudah diberikan pelatihan konselor sebaya. Pada akhir sesi dari kegiatan pelatihan ini siswa terlihat lebih bersemangat, gembira, dan antusias hal tersebut menunjukkan bahwa siswa merasa lebih baik dari sebelumnya.

Dari beberapa hasil analisis pelatihan yang telah dilakukan, diketahui bahwa pelatihan konselor sebaya memang efektif dalam meningkatkan beberapa variabel psikologis. Begitu juga dengan pelatihan yang dilakukan dalam Pengabdian kepada Masyarakat ini. Diketahui bahwa hasil analisis menunjukkan ada peningkatan *Adversity Intelligence* Pada Siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul, setelah pemberian Pelatihan Konselor Sebaya pada tanggal 31 Maret 2023.

4. Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pelatihan konselor sebaya mampu meningkatkan *adversity intelligence* Pada Siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul. Adapun saran yang bisa diberikan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diantaranya Perlu diperluas populasi atau sasaran peserta mengingat jumlah siswa di sekolah atau area bantul dan sekitarnya cukup banyak.

Ucapan Terima Kasih

Dalam menyusun usulan sampai pelaporan pengabdian ini, penulis telah mendapatkan banyak dukungan dan bantuan berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, Siswa dan Segenap Jajaran SMP Muhammadiyah Pleret Bantul sebagai pihak mitra yang bersedia untuk bekerjasama. Selain itu, pengabdian juga mengucapkan terima kasih kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan dukungan materi sampai PkM ini terlaksana dengan lancar.

Daftar Pustaka

- [1] P. G. Stoltz, *Adversity Quotient At Work: Mengatasi Kesulitan Di Tempat Kerja, Mengubah Tantangan Sehari-Hari Menjadi Kunci Sukses Anda.*, Batam: Interaksara, 2017.
- [2] P. G. Stoltz, *Adversity Quotient : Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*, Jakarta: Grafindo., 2005.
- [3] H. Novilita and Suharnan, "Konsep Diri Adversity Quotient dan Kemandirian Belajar Siswa," *JPT: Jurnal Psikologi Tabularasa*, vol. 8, no. 1, p. 619 – 632, April 2013.

-
- [4] R. M. Utami, "Perbedaan Tingkat Kecerdasan Adversity Mahasiswa Bidikmisi dan Non Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.," *Journal Bimbingan dan Konseling*, vol. 10, no. 2, pp. 347-357, 2016.
- [5] M. F. Sya'Bana and Y. A. Rozali, "Perbedaan Kategori Adversity Intelligence Ditinjau Dari Tinggi Rendah Dukungan Sosial Pada Santri MTS Pondok Pesantren Daar Elqolam Jayanti Tangerang," Universitas Esa Unggul, Jakarta, 2018.
- [6] Suwarjo, "Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja," FIP UNY, Yogyakarta, 2018.
- [7] M. Syah, D. Bantam and I. Zahara, "Pelatihan Konselor Sebaya Sebagai Upaya Meningkatkan School Well Being Pada Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah Pleret," *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, vol. 4, no. 3, pp. 2990-2996, 2023.
- [8] Sarmin, "Konselor Sebaya: Pemberdayaan Teman Sebaya Dalam Sekolah Guna Menaggulangi Pengaruh Negatif Lingkungan. Jurnal Risert dan Konseptual," *BRILLIANT: Jurnal Riset dan Konseptual*, vol. 2, no. 1, pp. 102-112, 2017.
- [9] Muwakhidah, "Keefektifan Peer Counseling Untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja Di Pesantren Bahrul Ulum Jombang.," *Jurnal Nusantara of Research*, vol. 8, no. 1, pp. 52-64, 2021.
- [10] D. F. Khoirunnisa, N. Hidayah and Yuzarion, "The Influence of Academic Stress and Adversity Intelligence on School Well-Being," *Journal of Family Sciences*, vol. 6, no. 2, pp. 111-123, 2021.
- [11] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*, Bandung: IKAPI, 2016.
- [12] D. J. Bantam, "Odoo Software for Human Capital Training to Optimize Enterprise," *PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikologi*, vol. 9, no. 2, pp. 189-200, 2022.
- [13] A. Heryadi, A. M. Jayanti and D. J. Bantam, "Pelatihan Konseling Dasar Bagi Komandan Regu Yonif 403/WP," *Jurnal Dharma Bakti-LPPM IST AKPRIND*, vol. 3, no. 2, pp. 80-87, 2020.
- [14] H. Yuliasari, "Pelatihan Konselor Sebaya Untuk Meningkatkan Self Awareness Terhadap Perilaku Beresiko Remaja.," *Jurnal Psikologi Insight*, vol. 4, no. 1, pp. 63-72, 2020.
- [15] Salmiati, Hasbahuddin and M. Bakhtiar, "(2018). Pelatihan Konselor Sebaya Sebagai Strategi Pemecahan Masalah Siswa.," *MATAPPA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 1, no. 1, pp. 37-41, 2018.
- [16] D. Syafitri and L. Rahmah, "Pelatihan Konselor Sebaya Daring Untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental Siswa di SMA Islam XY Semarang.," *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology*, vol. 7, no. 1, pp. 39-54, 2021.
- [17] M. Sari and N. Hartini, "Implementasi Pelatihan Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Empati Remaja Calon Konselor Panti Asuhan Aisyiyah," *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, vol. 11, no. 4, pp. 715-726, 2022.