



Keefektifan Teknik Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Kejujuran Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas

(Effectiveness of Cognitive Restructuring Technique in Enhancing Senior High School Students' Academic Honesty)

Kadek Sathya Gita Rismawan^{1*}, I Ketut Gading¹, Luh Asli²

¹Universitas Pendidikan Ganesha, Jl. Udayana No.11 Buleleng, Bali, 81116, Indonesia

²Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Agama Hindu Singaraja, Jl. Pulau Timor No. 24 Buleleng, Bali, 81113, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: gita.rismawan@undiksha.ac.id

Paper received: 19th-Feb-2022; revised: 10th-Jul-2022; accepted: 24th-Jul-2022

Abstract

A number of problems are seen as a result of poor academic honesty. This study aims to identify the efficiency of cognitive restructuring counseling in improving the academic honesty of senior high school students. By using A-B single subject reversal, the intervention was carried out by providing personal counseling using the cognitive restructuring technique. In collecting the data, we used Academic Honesty Psychological Scale, while the obtained data were analyzed using visual analysis. The findings indicate that individual counseling using cognitive restructuring is effective in enhancing students' academic honesty. Also, positive self-perception and environment facilitate students to present high academic honesty and vice versa, as illustrated by the trend of higher academic honesty during the intervention phase.

Keywords: academic honesty; cognitive restructuring; single subject design

Abstrak

Pada jenjang sekolah menengah atas (SMA) masih sering ditemui permasalahan akibat rendahnya kejujuran akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan konseling dengan teknik *cognitive restructuring* untuk meningkatkan kejujuran akademik siswa SMA. Penelitian ini menggunakan desain subjek tunggal *reversal* A-B. Intervensi dilakukan dengan memberikan konseling individual teknik *cognitive restructuring*. Instrumen pengumpulan data menggunakan Skala Psikologis Kejujuran Akademik. Analisis data dilakukan dengan analisis visual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling individu dengan teknik *cognitive restructuring* efektif untuk meningkatkan kejujuran akademik. Persepsi diri dan lingkungan yang positif menghasilkan kejujuran akademik yang tinggi, begitu pula sebaliknya. Hal ini dapat dilihat dari tren kejujuran akademik ke arah yang lebih tinggi pada fase intervensi.

Kata kunci: kejujuran akademik; *cognitive restructuring*; desain subjek tunggal

1. Pendahuluan

Kejujuran merupakan dasar kepercayaan yang harus dibentuk dalam segala lini kehidupan. Kejujuran dalam konteks pendidikan sering disebut dengan kejujuran akademik (Mckay, Cray, & Mittelman, 2019; Taylor & Bicak, 2018). *The Center of Academic Integrity* menyatakan bahwa kejujuran akademik merupakan bagian dari integritas akademik (Brimble, 2016). Dengan kata lain, kejujuran ditempatkan sebagai dasar dari pengajaran, pembelajaran, penelitian, prasyarat suatu kepercayaan, keadilan, rasa hormat, dan tanggung jawab. Berdasarkan definisi tersebut, kejujuran akademik merupakan sikap yang harus dimiliki oleh setiap

individu untuk menjadi pribadi yang dapat dipercaya dalam kesukseskan pendidikannya. Beberapa ciri individu yang memiliki kejujuran akademik adalah: tidak melakukan plagiasi, tidak menyalin suatu pekerjaan/tugas, tidak merujuk karya tanpa permisi/ mencantumkan sumber rujukan, dan menghindari tindakan kecurangan lainnya seperti menggunakan kalkulator, mencuri kunci jawaban, membuka catatan saat ujian, dan seterusnya (Lancaster, 2020; Mckay et al., 2019; Yu, Glanzer, Sriram, Johnson, & Moore, 2017).

Kendati demikian, kejujuran akademik menjadi suatu kebaikan yang kurang mendapat perhatian. Beberapa temuan menunjukkan masih banyak kasus ketidakjujuran akademik. Pada tingkat SMA kecurangan menjadi suatu hal yang biasa. Penelitian di Amerika menyebutkan bahwa lebih dari 60% siswa SMA pernah mencontek saat ujian dan melakukan plagiasi, serta 90% pernah menjiplak pekerjaan teman (Marques, Reis, & Gomes, 2019). Penelitian terbaru di Kroasia pada tahun 2019 mengungkap hasil 74,4% dari mahasiswa Zagreb yang berpartisipasi mengakui terlibat dalam ketidakjujuran akademik. Aspek dominan ketidakjujuran akademik di antaranya adalah menjiplak referensi dalam menyelesaikan tugas dan menggunakan informasi dari sumber digital (seperti: *e-book*, artikel/jurnal, *blog/website*) tanpa mencantumkan rujukan (Ljubin-Golub, Petričević, & Sokić, 2020). Di Rusia, sebuah penelitian pada delapan universitas yang melibatkan 15.159 sampel menunjukkan bahwa sebanyak 70% mahasiswa melakukan ketidakjujuran akademik lebih dari 10 kali dengan berbagai perilaku.

Fakta tentang kejujuran akademik yang rendah juga ditemukan di Indonesia. Bentuk ketidakjujuran akademik yang dilakukan siswa cukup bervariasi, ada yang menyalahgunakan kecanggihan teknologi dan beberapa tindak kecurangan pada umumnya. Beberapa ketidakjujuran akademik yang ditemukan, di antaranya: memotret hasil ujian yang kemudian disebarluaskan kepada teman lain, mencontek, alasan tidak masuk kelas, alasan tidak mengerjakan PR. Selain itu, saat jam pelajaran berlangsung ada saja siswa yang meminta ijin untuk keluar dengan alasan mengambil ijazah, padahal kenyataannya siswa tersebut jalan-jalan (Lusiane & Garvin, 2018; Qudsyi, Sholeh, & Afsari, 2018). Penelitian yang dilakukan Winardi et al. (2017) menyebutkan bahwa 77,5% dari 342 mahasiswa di salah satu perguruan tinggi negeri di Indonesia mengaku terbiasa melakukan ketidakjujuran akademik ketika ujian atau mengerjakan tugas kuliah.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Lab. Undiksha Singaraja, ditemukan bahwa 64,06% siswa memiliki kejujuran akademik yang rendah dan sangat rendah. Hasil wawancara kepada enam orang guru menunjukkan hasil bahwa siswa masih banyak yang melakukan "*copy-paste*" tugas-tugas rumah, melakukan kerjasama dan mencontek saat ulangan. Hasil ini juga diperkuat oleh catatan pelanggaran yang tercantum pada buku catatan pelanggaran oleh konselor sekolah. Pelanggaran tersebut mencerminkan rendahnya kejujuran akademik seperti pergi ke kantin ketika jam pelajaran berlangsung, membolos sekolah, berpura-pura sakit, membawa contekan saat ulangan, serta melakukan duplikasi tugas rumah.

Mahasiswa yang terbiasa dengan ketidakjujuran akan berbuat serupa dalam berbagai aspek kehidupan lain di masa depan (Ampuni, Kautsari, Maharani, Kuswardani, & Buwono, 2020; Hendy, 2017; Simpson, 2016). Rendahnya kejujuran akademik siswa disebabkan oleh beberapa hal yaitu: (1) Menganggap tugas adalah hal yang sulit, (2) Prokrastinasi tugas, dan (3) Keyakinan akan kemampuan diri yang rendah (Costley, 2019). Anggapan bahwa tugas/pekerjaan/pelajaran adalah suatu yang sulit merupakan hasil dari persepsi individu

terhadap tugas/pekerjaan/pelajaran tersebut. Jika anggapan ini bukan fakta yang sebenarnya, maka anggapan ini digolongkan sebagai pikiran disfungsional atau kesalahan dalam berpikir.

Prokrastinasi tugas akademik bermula dari pikiran irasional seperti perasaan tidak mampu, masih memiliki cukup waktu, memandang bahwa kegiatan lain lebih menarik, juga memandang tugas terlalu mudah. Hal ini menyebabkan penundaan dalam mengerjakan tugas dan pekerjaan akademik. Sedangkan keyakinan akan kemampuan diri yang rendah merupakan manifestasi pikiran disfungsional terhadap diri sendiri yang menyebabkan anggapan akan kemampuan diri yang rendah dan tidak mampu dalam menyelesaikan tugas dan pekerjaan akademik (Costley, 2019). Ketiga, sumber rendahnya kejujuran akademik siswa dapat diketahui sebagai kesalahan siswa dalam menginterpretasikan lingkungan dan dirinya. Kesalahan siswa dalam menginterpretasikan lingkungan dan dirinya merupakan bentuk dari pikiran disfungsional (Ruggiero, Spada, Caselli, & Sassaroli, 2018).

Kejujuran akademik merupakan sebuah cerminan dari persepsi individu terhadap diri dan lingkungannya. Persepsi diri dan lingkungan yang positif akan menghasilkan kejujuran akademik yang tinggi. Sebaliknya, persepsi diri dan lingkungan yang negatif mengarahkan individu untuk melakukan perilaku yang berlawanan dengan kejujuran akademik. Persepsi merupakan hasil dari proses berpikir dalam diri individu terkait dengan diri dan lingkungannya. Pikiran disfungsional menyebabkan persepsi negatif terhadap diri dan lingkungan, Pikiran disfungsional siswa mengenai tugas dan kewajiban akademik perlu diperbaiki agar siswa memiliki pemahaman baru yang lebih positif sehingga mampu menunjukkan perilaku yang mengarah pada kejujuran akademik.

Memandang dampak yang begitu buruk dari ketidakjujuran akademik, maka perlu ada sebuah tindakan untuk meningkatkan kejujuran akademik siswa. Salah satu cara untuk meningkatkan kejujuran akademik yang bisa digunakan adalah melalui konseling. Ditinjau dari sudut pandang konseling, siswa yang melakukan ketidakjujuran akademik merupakan individu malasuai atau tidak sehat. Melihat penyebab rendahnya kejujuran akademik, adapun pendekatan konseling yang dapat digunakan adalah konseling *cognitive behavioral* dengan teknik *cognitive restructuring*. Konseling dengan menggunakan teknik *cognitive restructuring* akan melatih konseli untuk memiliki persepsi baru dalam menghadapi berbagai persoalan dalam hidup. Melalui teknik *cognitive restructuring*, pikiran disfungsional individu dapat diubah menjadi pikiran yang lebih positif dalam mempersepsikan lingkungan dan diri sendiri (Chrétien, Giroux, Goulet, Jacques, & Bouchard, 2017; Rao & Kakar, 2019). Berdasarkan proses tersebut siswa dengan kejujuran akademik yang rendah dapat memiliki pandangan baru tentang dirinya dalam menghadapi segala kewajiban akademik, sehingga mampu menunjukkan perilaku-perilaku yang menunjukkan kejujuran akademik

Penelitian terdahulu menunjukkan konseling dengan teknik *cognitive restructuring* efektif digunakan untuk menyelesaikan permasalahan yang berakar pada distorsi kognitif seperti prokrastinasi akademik, stress, kecemasan, perilaku asertif dan efikasi diri (Aliem, Yuwono, & Sugiharto, 2020; Situmorang, 2018; Ijeoma Regina & Augustine Lezorgia, 2017; Marasigan, 2019; Rahmawati, 2016). Kejujuran akademik merupakan salah satu permasalahan yang berakar pada distorsi kognitif, Berdasarkan kajian terhadap beberapa temuan penelitian sebelumnya, diyakini bahwa teknik *cognitive restructuring* efektif untuk meningkatkan kejujuran akademik siswa.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui keefektifan teknik *cognitive restructuring* untuk meningkatkan kejujuran akademik siswa SMA. Manfaat konseling dengan teknik *cognitive restructuring* tidak hanya untuk siswa, tetapi juga membantu guru melakukan perbaikan nilai sikap dalam kurikulum yang ada. Fenomena yang banyak ditemukan di lapangan adalah guru mengalami kebingungan bagaimana cara melakukan remidi saat hendak memberikan nilai sikap yang rendah/di bawah Standar Ketuntasan Minimal (SKM). Dengan demikian, melalui konseling dengan teknik *cognitive restructuring* ini ada bentuk kolaborasi antara guru dan konselor sekolah, yakni dengan cara memberikan rekomendasi kepada siswa yang mendapat nilai sikap rendah untuk melakukan konseling.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimen dengan desain subjek tunggal (*Single Subject*) *Reversal A-B* (James, 2016; Sunanto, Takeuchi, & Nakata, 2005). Rancangan ini dipilih karena subjek bersifat lebih individual. Pengumpulan data menggunakan instrumen skala psikologis kejujuran akademik dengan model *Likert*. Pilihan jawaban skala psikologis ini terbagi menjadi empat skala. Alasan memakai empat skala (skala genap) adalah untuk mendapatkan informasi yang pasti dari responden. Pernyataan-pernyataan pada skala psiko-logis ini dikelompokkan menjadi dua, yaitu pernyataan positif (*favorable - F*) dan negatif (*unfavorable - UF*). Kriteria jawaban yang digunakan adalah Selalu (SL), Sering (SR), Jarang (JR), dan Tidak Pernah (TP). Skor pernyataan positif ada empat macam, yaitu: 4 – selalu, 3 – sering, 2 – jarang, 1 – tidak pernah. Sebaliknya, pada pernyataan negatif skor 1 – selalu, 2 – sering, 3 – jarang, 4 – tidak pernah.

Sebelum digunakan untuk mengumpulkan data, terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap skala kejujuran akademik. Hasil uji validitas menunjukkan sejumlah 40 butir pernyataan memiliki nilai r_{hitung} diatas 0,5 yang berarti seluruh butir dinyatakan valid. Hasil analisis reliabilitas menunjukkan skor 0,981 yang berarti seluruh butir skala kejujuran akademik memiliki nilai reliabilitas sangat tinggi. Kategorisasi tingkat kejujuran akademik berdasarkan hasil pengisian skala kejujuran akademik dibagi menjadi empat kategori. Skor 40 – 70 dikategorikan sangat rendah, skor 71 – 100 dikategorikan rendah, skor 101 – 130 dikategorikan tinggi, dan skor 131 – 160 dikategorikan sangat tinggi.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2021 sampai dengan bulan September 2021 di SMA Lab Undiksha Singaraja, Bali. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposif, menggunakan skala kejujuran akademik. Berdasarkan hasil analisis jawaban siswa dengan menggunakan skala kejujuran akademik, siswa yang mendapatkan skor rendah dan sangat rendah sebanyak 31 siswa. Dari 31 siswa tersebut, diambil tiga siswa yang memiliki tingkat kejujuran akademik paling rendah untuk mengikuti konseling dengan teknik *cognitive restructuring*. Untuk menjaga asas kerahasiaan maka masing-masing subjek diberikan inisial IR, MAC, dan GSA. Dari ketiga subjek tersebut, keseluruhan menyanggupi untuk mengikuti kegiatan konseling kognitif behavioral dengan teknik *cognitive restructuring*.

Konseling dilaksanakan dengan *setting* individual melalui enam tahap konseling *cognitive restructuring*. Rincian kegiatan masing-masing tahap disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Tahapan Konseling Individu dengan Teknik Cognitive Restructuring

Tahap Konseling	Tujuan yang ingin dicapai	Langkah-langkah yang dilakukan
Tahap 1 prosedur rasional	Menciptakan hubungan yang hangat dengan konseli Konseli memahami tujuan konseling Konseli memahami konsep konseling kognitif behavioral Konseli memahami prosedur teknik <i>Cognitive Restructuring</i> yang akan dilaksanakandalam konseling Konseli menyatakan kesediaan mengikuti proses konseling	Konselor mengawali pertemuan dengan pembicaraan topik netral. Mendeskripsikan tujuan konseling Konselor mendeskripsikan teori kognitif behavioral secara umum Konselor memberikan gambaran tentang prosedur <i>cognitive restructuring</i> Konselor mengkonfirmasi pada konseli tentang keinginan konseli untuk menggunakan teknik ini
Tahap 2 Mengidentifikasi pola pikir konseli dalam situasi masalah	Konseli mampu memahami dan mendeskripsikan mengungkapkan permasalahan yang dialami, pikiran <i>self-defeating</i> dan <i>self-enhancing</i> yang dialami Konseli mampu mengidentifikasi dan menganalisis permasalahan yang dialami, pikiran <i>self-defeating</i> dan <i>self-enhancing</i> melalui catatan pemikiran	Konselor mendeskripsikan tentang situasi-situasi masalah, pikiran <i>self-defeating</i> dan pikiran dan <i>self-enhancing</i> Konselor konseli memberikan waktu dan kesempatan konseli untuk untuk merenungkan situasi, masalah, pikiran <i>self-defeating</i> dan <i>self-enhancing</i> dalam diri Konselor meminta konseli mendeskripsikan pikiran <i>self-defeating</i> dan <i>self-enhancing</i> dalam diri Konselor mengajak konseli untuk menganalisis dan mengidentifikasi permasalahan yang dialami konseli, menggunakan catatan pemikiran sebelum, selama dan sesudah situasi masalah
Tahap 3 pengenalan dan praktik <i>coping thought</i>	Konseli dapat membuat dan mempraktikkan <i>coping thought</i>	Konselor mengajak konseli untuk memahami pengertian, tujuan dan potensi penggunaan " <i>coping thoughts</i> " dan memberi beberapa contoh " <i>coping thoughts</i> " yang bisa digunakan konseli. Konselor meminta konseli untuk membuat " <i>coping thought</i> " yang dapat digunakan/diaplikasikan. Konselor mendorong konseli untuk mempraktikkan secara verbal <i>coping thought</i>
Tahap 4 memindahkan <i>self-defeating</i> ke <i>coping thoughts</i>	1. Konseli mampu memindahkan <i>self-defeating</i> ke <i>coping thought</i> secara langsung	Konselor memberikan contoh bagaimana memindahkan <i>self-defeating</i> ke <i>coping thought</i> pada konseli dan mendorong konseli untuk praktik memindahkan pikiran <i>self-defeating</i> ke <i>coping thought</i>
Tahap 5 pengenalan dan praktik pernyataan diri yang positif (<i>positive self statement</i>)	Konseli mampu membuat pernyataan diri yang positif (<i>positive statement</i>)	Konselor membuat pemahaman tentang pengertian, tujuan dan penggunaan <i>positive statement</i> dan memberikan contoh penggunaannya.

Tahap Konseling	Tujuan yang ingin dicapai	Langkah-langkah yang dilakukan
		Konselor mendorong konseli untuk membuat dan mempraktikkan <i>positive self-statement</i>
Tahap 6 pekerjaan rumah dan tindak lanjut	Konseli dapat mempraktikkan <i>Cognitive Restructuring</i> dalam kehidupan nyata. Konseli dapat melengkapi <i>thought record</i> dan memonitornya. Konseli melakukan evaluasi dan tindak lanjut selama proses konseling	Konselor mendorong konseli menggunakan prosedur restrukturisasi kognitif dalam situasi di luar wawancara. Konselor meminta konseli memonitor dan mencatat dalam lembar tugas tentang penggunaan strukturisasi kognitif. Misalnya mengisi <i>thought record</i> . Konselor membantu konseli mengevaluasi dan menjaga kemajuan yang telah dicapai melalui lembar evaluasi dan tindak lanjut

Analisis data dilakukan dengan analisis visual. Analisis visual digunakan untuk menggambarkan proses peningkatan kejujuran akademik siswa, skor yang diperoleh dalam setiap data digambarkan dalam bentuk grafik, sehingga akan terlihat kecenderungan peningkatan atau perubahan kejujuran akademik siswa (James, 2016; Sunanto et al., 2005). Analisis data visual dilakukan secara individual, dengan mentabulasikan hasil pengukuran dan menggambarannya ke dalam bentuk grafik. Hasil yang ditabulasikan merupakan data dari setiap hasil pengukuran tahap *baseline* dan intervensi pada setiap subjek penelitian.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

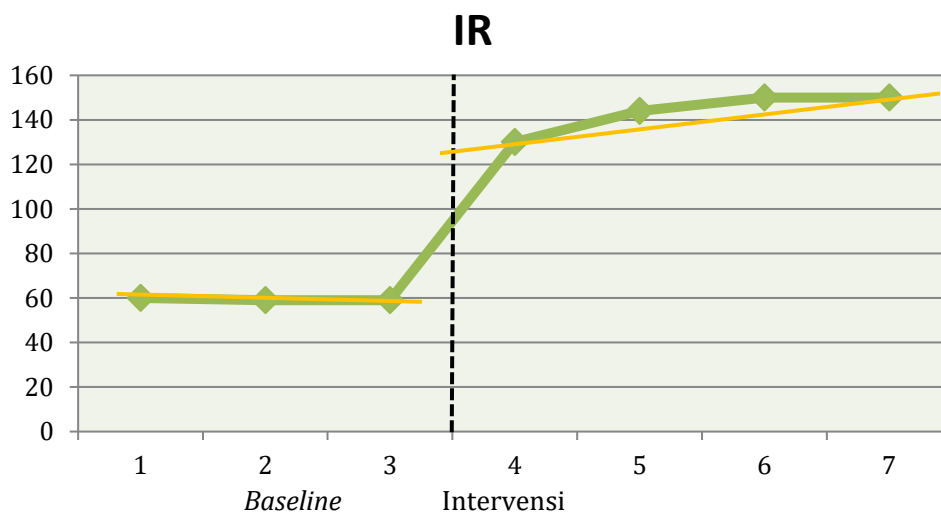
Hasil konseling dengan teknik *Cognitive Restructuring* berupa perubahan sikap konseli digambarkan melalui Grafik *single subject design* (SSD). Grafik SSD diperoleh melalui pengisian skala kejujuran akademik siswa. Pengisian skala kejujuran akademik dilakukan sebanyak tujuh kali. Pada kondisi *baseline* dilakukan pengukuran kejujuran akademik siswa sebanyak tiga kali untuk mendapatkan skor yang jenuh. Begitu juga pada kondisi intervensi/*treatment* dilakukan pengukuran sesuai dengan jumlah sesi konseling yang dilakukan yaitu sebanyak empat kali. Setiap akhir sesi konseling dilakukan pengukuran untuk melihat perubahan kejujuran akademik siswa. Adapun skor yang diperoleh akan divisualkan ke dalam bentuk grafik untuk mendapatkan kecenderungan perubahan kejujuran akademik siswa. Adapun skor dan grafik SSD akan disajikan pada tabel 2, gambar 1, gambar 2, dan gambar 3.

Tabel 2. Skor Kejujuran Akademik Konseli

Subjek	Skor						
	<i>Baseline (A)</i>			<i>Treatment (B)</i>			
	1	2	3	1	2	3	4
IR	60	59	59	130	144	150	150
MAC	73	71	69	133	133	144	155
GSA	66	60	66	120	124	135	136

3.1.1. Analisis Proses Intervensi dan Hasil Konseli IR

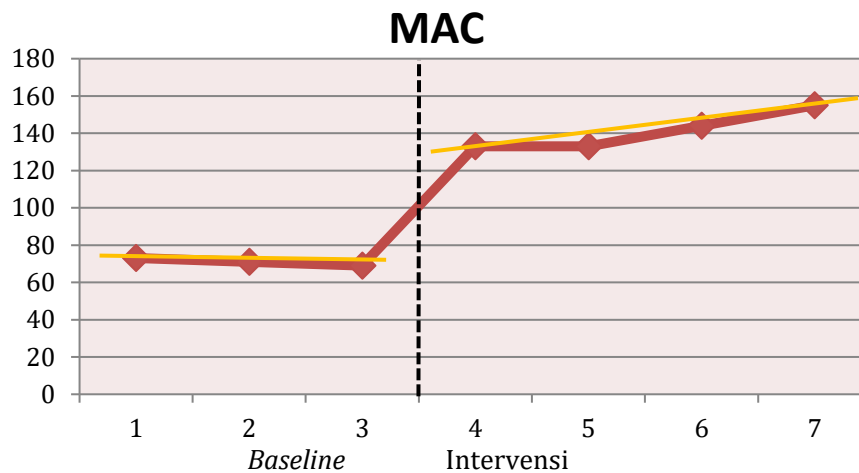
Pada gambar 1 disajikan tingkat kejujuran akademik konseli IR. Pada gambar tersebut, *trend* pada fase *baseline* menunjukkan arah menurun yang berarti memburuk sebesar 59. Kemudian *trend* meningkat setelah adanya pemberian intervensi. Setelah pelaksanaan intervensi pada sesi pertama skor kejujuran akademik IR sebesar 130. Kemudian setelah pelaksanaan intervensi pada sesi terakhir skor kejujuran akademik IR sebesar 150. Antara skor pada sesi awal dan sesi terakhir terdapat selisih sebesar 20 poin. Hasil perhitungan pada fase *baseline* adalah 100% data berada rentang batas atas dan batas bawah data poin yang menunjukkan hasil yang stabil. Hasil perhitungan pada fase intervensi adalah 100% berada pada rentang batas atas dan batas bawah data *point* yang menunjukkan hasil yang stabil. Hal ini berarti kejujuran akademik IR meningkat setelah diberikan intervensi.



Gambar 1. Tingkat Kejujuran Akademik Konseli IR

3.1.2. Analisis Proses Intervensi dan Hasil Konseli MAC

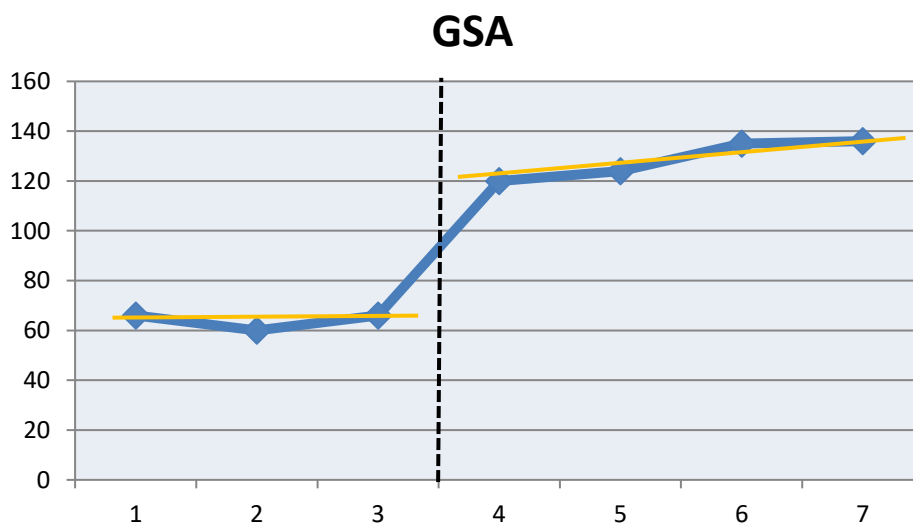
Pada gambar 2 dapat dilihat bahwa *trend* pada fase *baseline* menunjukkan arah menurun sebesar 69. Kemudian *trend* meningkat setelah adanya pemberian intervensi yang berarti meningkatnya kejujuran akademik subjek MAC. Setelah pelaksanaan intervensi pada sesi pertama skor yang diperoleh sebesar 133. Kemudian, setelah pelaksanaan intervensi pada sesi terakhir skor berubah menjadi 155. Antara skor pada sesi awal dan sesi terakhir terdapat selisih sebesar 22 poin. Hasil perhitungan pada fase *baseline* adalah 100% data berada rentang batas atas dan batas bawah data poin yang menunjukkan hasil yang stabil. Hasil perhitungan pada fase intervensi adalah 100% berada pada rentang batas atas dan batas bawah data poin yang menunjukkan hasil yang stabil. Hal ini menunjukkan bahwa kejujuran akademik MAC meningkat setelah diberikan intervensi.



Gambar 2 Tingkat Kejujuran Akademik Konseli MAC

3.1.3. Analisis Proses Intervensi dan Hasil Konseli GSA

Pada Gambar 3 dapat dilihat bahwa *Trend* di fase *baseline* menunjukkan arah mendatar yang berarti menetap pada kategori sangat rendah, sebesar 66. Kemudian *trend* meningkat setelah adanya pemberian intervensi yang berarti meningkatnya kejujuran akademik subjek GSA. Setelah pelaksanaan intervensi pada sesi pertama dilakukan pengukuran pada subjek GSA, dan skor yang diperoleh sebanyak 120. Setelah pelaksanaan intervensi pada sesi terakhir juga dilakukan pengukuran, dan skor yang diperoleh sebesar 136. Antara skor pada sesi awal dan sesi terakhir terdapat selisih sebesar 16 poin. Hasil perhitungan pada fase *baseline* adalah 100% data berada rentang batas atas dan batas bawah data *point* yang menunjukkan hasil yang stabil. Hasil perhitungan pada fase intervensi adalah 100% berada pada rentang batas atas dan batas bawah data poin yang menunjukkan hasil yang stabil. Hal ini menunjukkan bahwa kejujuran akademik GSA meningkat setelah diberikan konseling.



Gambar 3. Tingkat Kejujuran Akademik Konseli GSA

3.2. Pembahasan

Kejujuran akademik merupakan sikap yang harus dimiliki oleh setiap individu untuk menjadi pribadi yang dapat dipercaya dalam mencapai kesuksesan pendidikannya. Dalam penelitian ini, kejujuran akademik diukur dalam konteks pembelajaran yang dilaksanakan oleh siswa, baik dalam melaksanakan proses pembelajaran, membuat tugas sekolah, dan melaksanakan ujian/ulangan. Siswa yang memiliki kejujuran akademik dicirikan dengan tidak melakukan plagiaris, tidak meniru suatu pekerjaan/tugas, tidak merujuk karya tanpa permissi/mencantumkan sumber rujukan, serta menghindari tindakan kecurangan lainnya seperti menggunakan kalkulator, mencuri kunci jawaban, membuka catatan saat ujian, dan seterusnya. Rendahnya kejujuran akademik siswa disebabkan oleh beberapa hal yaitu: (1) Menganggap tugas adalah hal yang sulit, (2) Prokrastinasi tugas, dan (3) Keyakinan akan kemampuan diri yang rendah. Ketiga hal ini muncul akibat proses berpikir siswa yang salah.

Pada penelitian ini, kejujuran akademik siswa ditingkatkan melalui konseling dengan teknik *cognitive restructuring*. Teknik *cognitive restructuring* mampu mengubah pikiran disfungsional siswa menjadi pikiran yang lebih positif, sehat, dan efektif. Teknik ini berakar pada penghapusan distorsi kognitif atau kesalahan berpikir untuk digantikan menjadi pikiran yang lebih positif, sehat, dan efektif. Pada pelaksanaannya konselor melatih siswa untuk membangun dan memiliki persepsi baru dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang dihadapi yaitu pandangan terhadap diri sendiri dan tugas-tugas akademik. Teknik *cognitive restructuring* memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran tidak rasional menjadi pikiran yang lebih rasional. Konseling dilakukan melalui enam tahap kegiatan. Tahap pertama adalah rasional konseling, tahap kedua adalah mengidentifikasi pola pikir konseli dalam situasi masalah, tahap ketiga adalah pengenalan *coping thought*, tahap keempat adalah perpindahan dari *self-defeating* ke *coping thought*, tahap kelima adalah pengenalan dan praktik *positive self-statement*, dan terakhir tahap keenam adalah tugas rumah.

Berdasarkan hasil konseling dan analisis yang telah dilakukan, konseling dengan teknik *cognitive restructuring* dapat menghasilkan persepsi dan pikiran baru siswa terhadap diri dan lingkungannya. Sebelum mendapatkan konseling dengan teknik *cognitive restructuring*, pikiran siswa penuh dengan keyakinan-keyakinan negatif terhadap diri dan lingkungannya. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada konseling tahap kedua (mengidentifikasi pola pikir konseli dalam situasi masalah) ditemukan bahwa pada saat ujian berlangsung konseli berpikir bahwa jawaban yang mereka miliki tidak benar, jawaban teman lebih benar, dan ketakutan yang tinggi jika hanya dirinya sendiri yang salah menjawab soal. Hal ini menjadikan konseli membuka buku, membuka *smartphone*, mencontek atau mengikuti jawaban teman, dan bekerjasama. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa pikiran negatif individu terhadap diri, dunia, dan masa depan membuat seseorang menjadi depresi (Beck, Epstein, Brown, & Steer, 1988). Seseorang yang depresi cenderung mengalami kegagalan pemrosesan informasi, seperti membesar-besarkan permasalahan kecil dan terlalu menggeneralisasi suatu penolakan ke keyakinan sehingga berdampak pada perilaku yang ditunjukkan terhadap suatu hal (Afradipta, 2021). Termasuk dalam hal ini adalah perilaku akademik seperti yang terjadi pada subjek penelitian.

Setelah melalui kegiatan pemindahan *self-defeating* ke *coping thought* siswa mulai terlihat mengalami perubahan dalam pola pikir masing-masing. Siswa mulai mampu berpikir

bahwa sesuatu yang telah dipersiapkan tentunya akan menghasilkan hal yang baik pula. Selain itu, siswa mulai memiliki keyakinan terhadap dirinya sendiri dalam menghadapi ujian. Keyakinan tersebut seperti, apa yang saya ingat dan pahami tentang pelajaran memiliki kebenaran yang mutlak, jawaban teman belum tentu benar, teman-teman belum tentu belajar di hari sebelumnya, dan saya mampu mengerjakan semua soal ujian. Pikiran-pikiran ini mulai diperkuat dengan adanya latihan *positive self-statement* dalam diri siswa.

Perubahan pikiran siswa tersebut juga terbukti dengan meningkatnya skor kejujuran akademik siswa sejak awal sesi sampai dengan akhir sesi. Sejalan dengan perubahan pikiran-pikiran konseli, berubah pula perilaku konseli dalam melaksanakan ujian. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh guru mata pelajaran, IR, MAC, dan GSA menjadi lebih tenang dalam menghadapi ujian dan tidak melakukan aktivitas lain yang mengarah pada kecurangan. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu bahwa pikiran serta persepsi positif terhadap diri menjadikan individu mampu bersikap dan bertindak lebih baik, menjadi pribadi yang lebih sehat, tidak mengintimidasi diri, serta selalu menjadi jiwa yang positif (Aliem et al., 2020; Chrétien et al., 2017; Mankiewicz, 2019; Marasigan, 2019; Saputra, 2017).

Selain itu, Berdasarkan hasil observasi dalam proses konseling di setiap sesi, siswa selalu berpikir negatif dalam bentuk *self-defeating* baik terhadap dirinya maupun lingkungannya. Pikiran negatif tersebut menghasilkan persepsi bahwa kemampuan dirinya tidak akan berdampak baik terhadap tugas-tugas akademiknya. Hal tersebut mengakibatkan siswa menjadi pesimis dan enggan melakukan usaha-usaha untuk mendukung perwujudan kejujuran akademik. Sebaliknya, jika terbentuk pikiran yang positif dan lebih fungsional maka akan menghasilkan persepsi bahwa dirinya akan mampu melakukan usaha-usaha yang menghasilkan hal positif pada tugas-tugas akademiknya. Oleh karena itu, konseling dengan teknik *cognitive restructuring* sangat sesuai digunakan untuk meningkatkan kejujuran akademik siswa.

Melalui konseling teknik *cognitive restructuring*, siswa diarahkan untuk melakukan struktur ulang terhadap kognitifnya yang terdistorsi menuju ke arah yang lebih baik, positif dan lebih sehat. Pikiran siswa yang disfungsional distruktur ulang melalui teknik *cognitive restructuring* sehingga menghasilkan pikiran yang lebih fungsional. Teknik *cognitive restructuring* berakar pada penghapusan distorsi kognitif atau kesimpulan yang salah, keyakinan irasional, dan mengembangkan kognisi baru dengan pola respon yang lebih baik atau lebih sehat. Konseling dengan teknik *cognitive restructuring* sangat sesuai digunakan untuk konseli dengan masalah distorsi kognitif dan pikiran yang disfungsional. Sedangkan rendahnya kejujuran akademik siswa muncul akibat proses berpikir siswa yang salah atau tidak sesuai dengan harapan lingkungan (Karekla et al., 2020; Mankiewicz, 2019).

Temuan penelitian ini diperkuat oleh temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa masalah psikologis yang berakar pada distorsi kognitif dapat diubah menuju arah yang lebih positif melalui konseling dengan teknik *cognitive restructuring* (Afradipta, 2021; Aminullah, Ramli, & Hidayah, 2019; Karekla et al., 2020; Saputra, 2017; van Teffelen, Voncken, Peeters, Mollema, & Lobbestael, 2021). Setiap perilaku yang muncul pada diri individu berakar dari interpretasi yang salah terhadap lingkungannya. Oleh karena itu, pembenahan dalam diri individu yang bermasalah harus dimulai dari melakukan restrukturisasi terhadap cara pandang dan berpikir terhadap lingkungannya. Hal ini dikatakan sebagai persepsi, maka persepsi yang baik terhadap lingkungan akan menghasilkan perilaku yang baik pula

(Afradipta, 2021; Aminullah et al., 2019; Karekla et al., 2020; Saputra, 2017; van Teffelen et al., 2021).

Penelitian ini merupakan penelitian *single subject design dengan desain reversal A-B*. Desain ini memiliki salah satu kelemahan yaitu tidak adanya tindak lanjut setelah mengetahui hasil dan dampak dari perlakuan konseling kepada konseli. Pada penelitian masa depan diharapkan penelitian menggunakan desain ABAB, sehingga hasil dan dampak perlakuan yang diberikan dapat ditindaklanjuti sesuai dengan kebutuhan hasil dan dampak konseling. Oleh karena penelitian ini terbatas pada subjek individu, maka penelitian ini tidak dapat digeneralisasi pada individu lainnya yang memiliki permasalahan serupa namun dengan penyebab yang berbeda.

4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa konseling dengan teknik *cognitive restructuring* efektif untuk meningkatkan kejujuran akademik siswa SMA. Hal ini dikarenakan teknik *cognitive restructuring* berakar pada penghapusan distorsi kognitif atau kesimpulan yang salah, keyakinan irasional, dan mengembangkan kognisi baru dengan pola respon yang lebih baik atau lebih sehat. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, seluruh subjek penelitian mengalami peningkatan kejujuran akademik yang signifikan setelah mengikuti konseling dengan teknik *cognitive restructuring*. Perubahan level pada fase intervensi yang tergolong tinggi menunjukkan bahwa konseling dengan teknik *cognitive restructuring* bersifat *therapeutic*. Saran yang diajukan berdasarkan temuan penelitian adalah: 1). Konselor sekolah dapat menggunakan konseling dengan teknik *cognitive restructuring* dalam menangani permasalahan kejujuran akademik siswa; 2) peneliti selanjutnya diharapkan dapat menguji teknik *cognitive restructuring* pada siswa SMA lainnya yang memiliki permasalahan kejujuran akademik.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih disampaikan kepada: (1) Universitas Pendidikan Ganesha yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini dari segi administrasi dan pembiayaan, (2) Kepala Sekolah SMA Lab Undiksha Singaraja yang telah memberikan izin dalam melaksanakan penelitian, (3) Siswa SMA Lab Undiksha Singaraja yang telah bersedia menjadi populasi dalam penelitian ini serta memberikan informasi tentang kejujuran akademik diri masing-masing, (4) Subjek IR, MAC, dan GSA yang telah bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini, serta (5) Seluruh pihak yang telah berkontribusi selama pelaksanaan kegiatan sampai dengan berakhirnya kegiatan penelitian.

Daftar Rujukan

- Afradipta, D. (2021). Restrukturisasi kognitif untuk mengurangi gejala kecemasan pada wanita yang mengalami premenopause. *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 9(1), 35–40. doi: 10.22219/procedia.v9i1.15688
- Aliem, N., Yuwono, D., & Sugiharto, P. (2020). Group counseling with cognitive restructuring technique to improve the self- efficacy and assertiveness of students who experienced advanced study anxiety. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(2), 106–112.
- Aminullah, A., Ramli, M., & Hidayah, N. (2019). Teknik restrukturisasi kognitif dan problem based coping untuk menurunkan stres akademik siswa: Studi komparatif. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori dan Praktik Kependidikan*, 3(2), 139–150. doi: 10.17977/um027v3i22018p139
- Ampuni, S., Kautsari, N., Maharani, M., Kuswardani, S., & Buwono, S. B. S. (2020). Academic dishonesty in indonesian college students: An investigation from a moral psychology perspective. *Journal of Academic Ethics*, 18(4), 395–417. doi: 10.1007/s10805-019-09352-2

- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56*(6), 893–897. doi: 10.1037/0022-006X.56.6.893
- Brimble, M. (2016). Why students cheat: An exploration of the motivators of student academic dishonesty in higher education. In *Handbook of Academic Integrity* (pp. 365–382). Springer Science. doi: 10.1007/978-981-287-098-8
- Chrétien, M., Giroux, I., Goulet, A., Jacques, C., & Bouchard, S. (2017). Cognitive restructuring of gambling-related thoughts: A systematic review. *Addictive Behaviors, 75*, 108–121. doi: 10.1016/j.addbeh.2017.07.001
- Costley, J. (2019). Student perceptions of academic dishonesty at a cyber-university in South Korea. *Journal of Academic Ethics, 17*(2), 205–217. doi: 10.1007/s10805-018-9318-1
- Hendy, N. T. (2017). Forced-choice personality measures and academic dishonesty: A comparative study. *Journal of Academic Ethics, 15*(4), 293–306. doi: 10.1007/s10805-017-9280-3
- Ijeoma Regina, E.-E., & Augustine Lezorgia, W. (2017). Effectiveness of cognitive restructuring in the management of mathophobia among secondary school students in Khana L.G.A of Rivers State, Nigeria. *European Scientific Journal, ESJ, 13*(32), 260–270. doi: 10.19044/esj.2017.v13n32p260
- James, K. P. (2016). Single-subject research method: The needed simplification. *British Journal of Education, 4*(6), 68–95. Retrieved from <https://www.eajournals.org/journals/british-journal-of-education-bje/vol-4-issue-6-june-2016/single-subject-research-method-needed-simplification/>
- Karekla, M., Georgiou, N., Panayiotou, G., Sandoz, E. K., Kurz, A. S., & Constantinou, M. (2020). Cognitive restructuring vs. defusion: Impact on craving, healthy and unhealthy food intake. *Eating Behaviors, 37*(April), 101385. doi: 10.1016/j.eatbeh.2020.101385
- Lancaster, T. (2020). Academic discipline integration by contract cheating services and essay mills. *Journal of Academic Ethics, 18*(2), 115–127. doi: 10.1007/s10805-019-09357-x
- Ljubin-Golub, T., Petričević, E., & Sokić, K. (2020). Predicting academic cheating with triarchic psychopathy and cheating attitudes. *Journal of Academic Ethics, 18*(4), 377–393. doi: 10.1007/s10805-019-09338-0
- Lusiane, L., & Garvin. (2018). Tekanan orangtua, perfeksionisme, dan ketidakjujuran akademik pada pelajar di Jakarta (parental pressure, perfectionism, and academical dishonesty among students in Jakarta). *Mind Set, 9*(1), 60–77.
- Mankiewicz, P. D. (2019). Cognitive restructuring and graded behavioral exposure for persecutory paranoia and agoraphobic anxiety in complex psychosis. *Clinical Case Studies, 18*(2), 143–158. doi: 10.1177/1534650119826713
- Marasigan, P. R. (2019). Using brief cognitive restructuring and cognitive defusion techniques to cope with negative thoughts. *Social Values and Society (SVS), 1*(4), 11–14. doi: <http://doi.org/10.26480/svs.04.2019.11.14>
- Marques, T., Reis, N., & Gomes, J. (2019). A bibliometric study on academic dishonesty research. *Journal of Academic Ethics, 17*(2), 169–191. doi: 10.1007/s10805-019-09328-2
- Mckay, R., Cray, D., & Mittelman, R. (2019). We're not in Kansas anymore: Academic honesty in an international business program. *The International Journal of Management Education, 17*(1), 1–14. doi: 10.1016/j.ijme.2018.10.004
- Qudsyi, H., Sholeh, A., & Afsari, N. (2018). Upaya untuk mengurangi ketidakjujuran akademik pada mahasiswa melalui peer education. *Jurnal Integeritas KPK, 4*(1), 24. doi: 10.32697/integritas.v4i1.168
- Rahmawati, W. K. (2016). Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk menangani stres akademik siswa. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia), Vol 2*(No 1), hlm 28.
- Rao, T. S. S., & Kakar, S. (2019). Integrating cognitive restructuring within psychodynamic therapy for erectile dysfunction. *Journal of Psychosexual Health, 1*(3–4), 277–279. doi: 10.1177/2631831819894175
- Ruggiero, G. M., Spada, M. M., Caselli, G., & Sassaroli, S. (2018). A historical and theoretical review of cognitive behavioral therapies: From structural self-knowledge to functional processes. *Journal of Rational - Emotive and Cognitive - Behavior Therapy, 36*(4), 378–403. doi: 10.1007/s10942-018-0292-8
- Saputra, W. N. E. (2017). Effectiveness of cognitive restructuring technique to reduce academic procrastination of vocational high school students. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education, 2*(1), 6. doi: 10.23916/002017025510

- Simpson, D. (2016). Academic dishonesty: An international student perspective. *Higher Education Politics & Economics*, 2(1), 111–123. doi: 10.32674/hepe.v2i1.22
- Situmorang, D. B. D. (2018). Academic anxiety sebagai distorsi kognitif terhadap skripsi : Penerapan konseling.
- Sunanto, J., Takeuchi, K., & Nakata, H. (2005). Pengantar penelitian dengan subyek tunggal. In *Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal*. CRICED University of Tsukuba.
- Taylor, Z. W., & Bicak, I. (2018). Academic honesty , linguistic dishonesty: Analyzing the readability and translation of academic integrity and honesty policies at U.S. postsecondary institutions. *Journal of Academic Ethics*, 17(2019), 1–15. doi: doi.org/10.1007/s10805-018-9321-6 Academic
- van Teffelen, M. W., Voncken, M. J., Peeters, F., Mollema, E. D., & Lobbestael, J. (2021). Imagery-Enhanced cognitive restructuring of hostile beliefs: A narrative description. *Cognitive and Behavioral Practice*, 29(3), 625–634. doi: 10.1016/j.cbpra.2020.12.010
- Winardi, R. D., Mustikarini, A., & Anggraeni, M. A. (2017). Academic dishonesty among accounting students: Some Indonesian evidence. *Jurnal Akuntansi dan Keuangan Indonesia*, 14(2), 142–164. doi: 10.21002/jaki.2017.08
- Yu, H., Glanzer, P. L., Sriram, R., Johnson, B. R., & Moore, B. (2017). What contributes to college students' cheating? A study of individual factors. *Ethics and Behavior*, 27(5), 401–422. doi: 10.1080/10508422.2016.1169535