

Creative Solution Focused Counseling Models (CSFCM): Strategi Kreatif untuk Mengembangkan Self-regulated Learning Siswa

Wahyu Nanda Eka Saputra¹, Augusto Da Costa², Said Alhadi¹

¹Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Pramuka No. 42, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia 55161

²Department of Psychology, Faculty of Teacher Training and Education,
Instituto Superior Cristal, Road Balide, Dili, East Timor, Timor Leste
E-mail: said.alhadi@bk.uad.ac.id

Artikel diterima: 27 Desember 2018; direvisi: 17 Januari 2019; disetujui: 21 Januari 2019

Abstract: The study aimed to develop CSFCM to improve student self-regulated learning. CSFCM is an application of solution-focused counseling integrated with creative arts. The developmental research consisted of three stages: (1) identify the self-regulated learning level; (2) formulating a hypothetical draft of CSFCM to improve student self-regulated learning; and (3) conducting product feasibility testing by experts and practitioners. Data analysis technique used quantitative descriptive analysis. The results showed that the CSFCM which consisting five stages of counseling was categorized as feasible to be implement in the schools.

Keywords: self-regulated learning; creative counseling; solution-focused counseling

Abstrak: Penelitian ini bertujuan mengembangkan *CSFCM* untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa. *CSFCM* merupakan aplikasi dari konseling berfokus solusi yang diintegrasikan dengan seni kreatif. Penelitian pengembangan ini terdiri dari tiga tahapan yaitu: (1) identifikasi tingkat *self-regulated learning*; (2) merumuskan draft hipotetik *CSFCM* untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa; dan (3) melakukan pengujian kelayakan produk oleh ahli dan praktisi. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan *CSFCM* yang terdiri dari lima tahap konseling dikategorikan layak untuk diimplementasikan di sekolah.

Kata kunci: *self-regulated learning*; konseling kreatif; konseling berfokus solusi

Belajar adalah kegiatan wajib siswa yang dapat dilakukan di sekolah dan di rumah. Sejatinya, siswa perlu memiliki kemampuan untuk mengatur dirinya sendiri dalam belajar. Pernyataan tersebut mengandung arti bahwa siswa belajar baik di rumah maupun di sekolah tidak sepenuhnya tergantung pada guru, akan tetapi terdapat keinginan dari dalam diri siswa untuk belajar karena kebutuhan, sehingga siswa mencapai hasil belajar yang optimal. Kemampuan siswa untuk dapat mandiri dalam belajar ini seringkali disebut dengan *self-regulated learning* (B. J. Zimmerman, 2000; B. Zimmerman & Schunk, 1989). Kemampuan untuk mandiri dalam belajar sejatinya dimiliki oleh setiap siswa. Setiap siswa adalah unik, dan yang menjadi pembeda kemampuan belajar mandiri tiap siswa adalah tingkat kesadaran setiap siswa untuk memaksimalkan kemampuan *self-regulated learning* yang mereka miliki.

Dewasa ini, pentingnya kemampuan *self-regulated learning* bagi siswa belum sejalan dengan perilaku yang ditunjukkan siswa dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa masalah tentang rendahnya *self-regulated learning* masih dialami oleh siswa

dan menjadi perhatian banyak pihak. Salah satu penelitian menemukan bahwa terdapat 45,8% siswa pada sebuah sekolah memiliki *self-regulated learning* yang tinggi, sedangkan 54,2% siswa memiliki *self-regulated learning* yang rendah (Savira & Suharsono, 2013). Akan tetapi, cakupan penelitian tersebut terlalu sempit yaitu hanya memuat satu kelas dalam sebuah sekolah, sehingga belum mampu mengidentifikasi permasalahan secara lebih kompleks. Selain itu, pada penelitian tersebut belum memunculkan sebuah solusi nyata tentang strategi sekolah untuk mengembangkan *self-regulated learning* siswa.

Rendahnya *self-regulated learning* berdampak negatif bagi siswa itu sendiri. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik (Alfina, 2014; Klassen, Krawchuk, & Rajani, 2008; Savira & Suharsono, 2013; Senecal, Koestner, & Vallerand, 1995; Wolters, 2003). Rendahnya *self-regulated learning* dapat menjadi menjadi pemicu tingginya tingkat prokrastinasi akademik siswa. Penelitian lain tentang dampak dari rendahnya *self-regulated learning* adalah munculnya kecurangan akademik pada diri siswa (Bintoro, 2013). Rendahnya *self-regulated learning* memberikan sumbangan 52,8% terhadap kecurangan akademik yang dilakukan oleh siswa, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. *Self-regulated learning* siswa yang rendah juga memiliki keterkaitan dengan tingginya kecemasan siswa dalam menghadapi ujian (Suryatama, Dharmayana, & Syahrinan, 2014). Ketika siswa mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian nasional, hasil ujian nasional menjadi tidak maksimal.

Dampak yang paling dirasakan oleh siswa akan rendahnya *self-regulated learning* adalah rendahnya performa akademik dan pencapaian prestasi akademik. Penelitian juga membuktikan bahwa *self-regulated learning* memiliki hubungan signifikan terhadap performa akademik siswa (Pintrich & De Groot, 1990). Hasil penelitian juga membuktikan bahwa *self-regulated learning* memiliki hubungan signifikan dengan prestasi belajar siswa (Banu, 2013; Broadbent & Poon, 2015; Fajarwati, 2013; Jannah, 2015; Kosnin, 2007; Wolters & Hussain, 2015; B. J. Zimmerman, 2013). Beberapa penelitian tersebut menjadi bukti bahwa masalah *self-regulated learning* membutuhkan solusi nyata tentang upaya pemecahannya.

Dewasa ini, pelaksanaan konseling berfokus solusi dengan cara konvensional kurang berdampak pada perubahan tingkah laku konseli. Hal ini terbukti dari hasil penelitian yang menyebutkan bahwa satu dari empat subjek penelitian gagal mengembangkan keterampilan siswa dalam *computer internet use* setelah diberikan intervensi konseling ringkas berfokus solusi (Nurmalasari, 2016). Kurangnya inovasi konselor sekolah dalam layanan konseling merupakan sebuah tantangan yang perlu dijawab lewat solusi nyata. Salah satu solusi yang dapat dikembangkan dan diterapkan oleh pihak sekolah, utamanya konselor sekolah adalah pengintegrasian konseling berfokus solusi dengan seni kreatif.

Seni kreatif pada dasarnya memiliki peluang untuk diimplementasikan dalam konseling berfokus solusi (Gillen, 2010). Seni kreatif dapat menjadi alat bagi konselor untuk dapat membuat layanan konseling menjadi lebih kreatif dan meningkatkan keefektifan dari layanan konseling itu sendiri (Gladding, 1992, 2016). Untuk mewujudkan integrasi konseling berfokus solusi dengan seni kreatif, peneliti mengembangkan *CSFCM*. Penggunaan seni kreatif dalam layanan konseling perlu memerhatikan beberapa hal, di antaranya adalah: kemampuan konselor; karakteristik masalah konseli; serta karakteristik pribadi dari konseli.

CSFCM menggunakan teori konseling berfokus solusi sebagai dasarnya, dan seni kreatif sebagai motor intervensi konselingnya. Penggunaan konseling berfokus solusi sebagai basis pemberian layanan konseling untuk mengembangkan *self-regulated learning* memiliki beberapa alasan. Salah satunya adalah konseling berfokus solusi memandang bahwa manusia relatif memiliki masalah, yang dalam kasus ini adalah *self-regulated learning*, akan tetapi manusia juga memiliki kemampuan untuk dapat keluar dari masalahnya (Connie & Metcalf, 2009; Corey, 2015), yaitu dapat mengembangkan *self-regulated learning* dengan kemampuannya sendiri. Individu yang memiliki *self-regulated learning* rendah, mereka akan mencari cara dan solusi dengan kemampuan sendiri yang sesuai dengan karakter masalah dan pribadi mereka.

Dalam penelitian ini, kami ingin mengetahui apakah *CSFCM* layak menjadi salah satu strategi konselor untuk mengembangkan *self-regulated learning* siswa. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa konseling berfokus solusi yang diintegrasikan dengan seni kreatif dapat membantu individu keluar dari masalahnya, walaupun belum banyak yang berfokus pada *self-regulated learning*. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa konseling kelompok berfokus solusi dapat digunakan konselor untuk membantu siswa mengembangkan *self-regulated learning* (Fitch, Marshall, & McCarthy, 2012). Penelitian lain juga membuktikan bahwa konseling berfokus solusi yang kreatif dapat digunakan konselor untuk membantu meringankan beban mental anak yang sedang memiliki penyakit kronis (Frels, Leggett, & Larocca, 2009). Beberapa penelitian tersebut menjadi bukti bahwa konseling berfokus solusi yang diintegrasikan dengan seni kreatif, atau yang dalam hal ini dinamai *CSFCM* memiliki peluang untuk dikembangkan dan menjadi model bagi konselor dalam mengimplementasikan konseling berfokus solusi berbasis seni kreatif guna membantu siswa mengembangkan *self-regulated learning*.

METODE

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian dan pengembangan. Penelitian dan pengembangan ini menggunakan pola Borg & Gall yang dibatasi dengan tiga tahapan pengembangan, yaitu: (1) identifikasi masalah yang menjadi dasar pengembangan produk, (2) perumusan draf produk *CSFCM* untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa, dan (3) penilaian oleh ahli dan praktisi untuk menilai kelayakan produk yang telah dikembangkan (Gall, Borg, & Gall, 2003).

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua instrumen, yaitu: skala *self-regulated learning* dan lembar penilaian produk. Skala *self-regulated learning* terdiri dari 43 butir pernyataan yang telah dinyatakan valid. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan koefisien 0,880 yang dikategorikan memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi. Instrumen yang kedua, lembar penilaian produk yang diisi oleh ahli dan praktisi (konselor sekolah) untuk memberikan penilaian kelayakan terhadap produk yang dikembangkan, yaitu *CSFCM*. Lembar penilaian ahli dan praktisi terdiri dari tiga aspek, yaitu gambaran umum produk; kegunaan produk; dan ketepatan produk.

Prosedur Pengumpulan Data

Identifikasi permasalahan siswa dilakukan dengan menyebarkan skala *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Muhammadiyah di kota Yogyakarta. Populasi yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 4232 siswa. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling* dan jumlah sampel yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 415 siswa. Penilai ahli dan praktisi dilibatkan untuk menilai kelayakan produk yang dikembangkan. Ahli yang dilibatkan adalah dosen dari program studi bimbingan dan konseling Universitas Ahmad Dahlan dengan keahlian inovasi bimbingan dan konseling. Praktisi yang dilibatkan adalah konselor sekolah yang memiliki keahlian memberikan layanan konseling.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data kuantitatif. Analisis dilakukan dengan cara mendeskripsikan tingkat *self-regulated learning* siswa SMK Muhammadiyah di kota Yogyakarta sehingga akan diketahui persentase siswa yang memiliki *self-regulated learning* dalam kategori sangat tinggi; tinggi; sedang; rendah; dan sangat rendah. Selain itu, analisis *inter-rater reliability* koefisien Cohens's Kappa mendeskripsikan tingkat kelayakan dari produk yang dikembangkan, yaitu *CSFCM* untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa.

HASIL

Hasil penelitian yang dipaparkan terdiri dari tiga bagian, yakni: tingkat *self-regulated learning* siswa SMK Muhammadiyah di Kota Yogyakarta; bentuk model konseling kreatif berfokus solusi untuk meningkatkan *self-regulated learning*; dan kelayakan model konseling kreatif berfokus solusi untuk meningkatkan *self-regulated learning*.

Tingkat *Self-regulated Learning* Siswa SMK Muhammadiyah di Kota Yogyakarta

Setelah dilakukan analisis statistik deskriptif tentang tingkat *self-regulated learning* dengan menggunakan *software* SPSS, didapatkan hasil skor maksimum tingkat *self-regulated learning* sebesar 165 dan skor minimum tingkat *self-regulated learning* sebesar 74 dengan standar deviasi sebesar 15,85939 seperti yang disajikan pada tabel 1. Berdasarkan tabel 1, dibuatlah rentangan skor tingkat *self-regulated learning*, yaitu: kategori sangat rendah pada rentang 74–101; kategori rendah pada rentang 102–116; kategori sedang pada rentang 117–132; kategori tinggi pada rentang 133–148; dan kategori sangat tinggi pada rentang 149–165. Setelah direkapitulasi, dapat diketahui bahwa: 30 (7%) siswa memiliki *self-regulated learning* yang sangat rendah; 88 (21%) siswa memiliki *self-regulated learning* yang rendah; 174 (42%) siswa memiliki *self-regulated learning* yang sedang, 96 (23%) siswa memiliki *self-regulated learning* yang tinggi; dan 27 (7%) siswa memiliki *self-regulated learning* yang sangat tinggi.

Draf Hipotetik *CSFCM* untuk Meningkatkan *Self-regulated Learning*

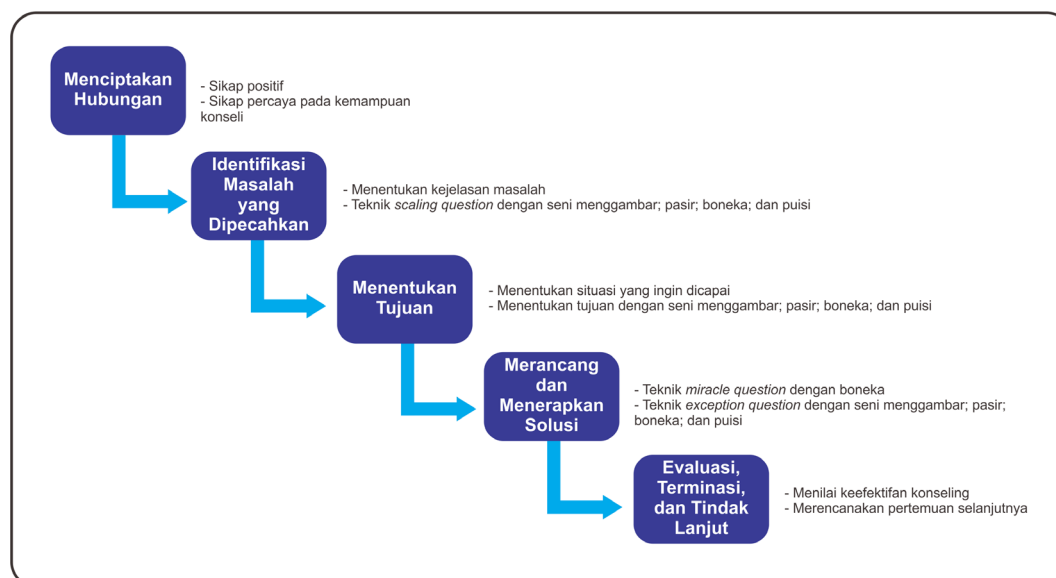
Bentuk *CSFCM* untuk meningkatkan *self-regulated learning* merupakan perpaduan antara konseling berfokus solusi dengan prinsip konseling kreatif. Model ini diharapkan menjadi salah satu sumber rujukan bagi konselor untuk memberikan layanan konseling yang lebih bermakna bagi konseli, agar konseli segera menemukan solusi yang tepat bagi masalahnya sendiri. *CSFCM* terdiri lima tahap yaitu: (1) mengembangkan hubungan, (2) identifikasi masalah menggunakan teknik *scaling question* dengan bantuan seni menggambar; pasir; boneka; dan puisi, (3) mengembangkan tujuan dengan bantuan seni menggambar; pasir; boneka; dan puisi, (4) merancang dan mengimplementasikan solusi menggunakan teknik *miracle question* dan *exception question* dengan bantuan seni menggambar; pasir; boneka; dan puisi, (5) terminasi dan tindak lanjut. Secara lebih lengkap, model *CSFCM* dijabarkan pada gambar 1.

Kelayakan Produk yang Dikembangkan

Kelayakan *CSFCM* untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa diuji dengan melaksanakan penilaian oleh ahli dan praktisi. Hasil penilaian kelayakan produk oleh ahli dan praktisi disajikan pada tabel 2. Penilaian ahli secara spesifik dilakukan oleh satu ahli (dosen sekaligus peneliti dari program studi bimbingan dan konseling) dan satu praktisi (guru bimbingan dan konseling di SMK). Rata-rata hasil penilaian dari penilai ahli dan praktisi terhadap *CSFCM* untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa SMK adalah 3,11. Untuk mengidentifikasi kelayakan produk yang dikembangkan menggunakan analisis *inter-rater reliability (IRR)* koefisien Cohens's Kappa terhadap kesepakatan 2 orang penilai. Hasil analisis dengan menggunakan *software* SPSS disajikan pada tabel 3.

Tabel 1 *Output* Statistik Deskriptif menggunakan SPSS

	<i>N</i>	<i>Range</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Variance</i>
	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>
VAR00001	415	91,00	74,00	165,00	124,3422	0,77851	15,85939
Valid N (<i>listwise</i>)	415						



Gambar 1 Tahap-Tahap CSFCM

Tabel 2 Hasil Penilaian Ahli dan Praktisi terhadap Kelayakan Produk

No	Aspek	Rata-rata Nilai
1	Gambaran umum produk	3,2
2	Ketepatan produk untuk mengembangkan <i>self-regulated learning</i>	3,15
3	Kegunaan produk bagi konselor untuk mengembangkan <i>self-regulated learning</i> siswa	3
Rata-rata		3,11

Tabel 3 Analisis Koefisien Cohens's Kappa

		<i>Symmetric Measures</i>			
		<i>Value</i>	<i>Asymp. Std. Error^a</i>	<i>Approx. T^b</i>	<i>Approx. Sig.</i>
<i>Measure of Agreement</i>	<i>Kappa</i>	0,792	0,075	0,476	0,000
<i>N of Valid Cases</i>		137			
<i>a. Not assuming the null hypothesis</i>					
<i>b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis</i>					

Analisis *IRR* koefisien Cohens's Kappa menunjukkan reliabilitas antar *rater* yaitu $K = 0,792$ dengan kategori baik. *Asymp Std. Error* menunjukkan kesalahan pengukuran terstandar, semakin kecil besarnya koefisien ini, semakin reliabel hasil pengukuran yang dihasilkan. Sehingga dapat diinterpretasikan bahwa CSFCM untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa termasuk dalam kategori layak untuk diterapkan oleh konselor di sekolah.

PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian merupakan produk CSFCM untuk meningkatkan *self-regulated learning* yang dikategorikan layak untuk diterapkan di sekolah. Penerapan model ini memiliki signifikansi terhadap peningkatan *self-regulated learning* apabila konselor dapat melakukan tahap demi tahap dari konseling kreatif berfokus solusi dengan tepat. Kreatifitas konselor dalam mengimplementasikan model konseling ini menjadi nilai tambah terhadap keefektifan model konseling guna mengembangkan *self-regulated learning* siswa.

Identifikasi terhadap keefektifan dari model konseling berfokus solusi yang diintegrasikan dengan seni kreatif tidak pertama kali ini saja dilakukan. Penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa konseling berfokus solusi yang diintegrasikan dengan seni kreatif menjadi salah satu model konseling yang signifikan memfasilitasi perubahan tingkah laku konseli menuju ke arah yang positif. Akan tetapi, memang belum banyak dilakukan penelitian yang secara spesifik mengidentifikasi aplikasi konseling berfokus solusi yang diintegrasikan dengan seni kreatif untuk mengembangkan *self-regulated learning* siswa. Hal tersebut juga yang menjadi salah satu dasar dilaksanakan penelitian dan pengembangan ini. Terlebih lagi, di masa depan, optimalisasi pengembangan praktik konseling berfokus solusi merupakan hal yang penting untuk dilakukan konselor (Trepper, Dolan, McCollum, & Nelson, 2006), salah satu caranya adalah dengan mengoptimalkan ekspresi seni kreatif (Gillen, 2010).

Penelitian pertama dilakukan dengan mengintegrasikan bermain dalam konseling berfokus solusi (Nims, 2007). Penelitian tersebut berupaya untuk menggabungkan konseling ringkas berfokus solusi dengan terapi bermain yang memanfaatkan seni menggambar; pasir; dan boneka. Akan tetapi, penelitian tersebut belum memiliki tahapan konseling yang jelas. Selain itu, penelitian tersebut juga belum menentukan masalah spesifik yang diatasi. Hal tersebut berbeda dengan penelitian ini yang telah menggunakan seni kreatif berupa seni menggambar; pasir; dan boneka yang diintegrasikan dengan konseling berfokus solusi untuk mengembangkan *self-regulated learning* siswa. Selain itu, tahapan dalam konseling kreatif berfokus solusi juga telah menggunakan tahapan yang jelas.

Penelitian selanjutnya dilakukan dengan cara memaksimalkan konseling berfokus solusi dengan menggunakan seni kreatif, yaitu bahan bacaan anak dan seni visual (Leggett, 2009). Penelitian tersebut menggunakan seni kreatif yang terbatas pada penggunaan bahan bacaan anak dan seni visual. Spesifikasi masalah dalam penelitian tersebut belum ditentukan dengan jelas. Dalam penelitian dan pengembangan ini, peneliti berupaya untuk mengintegrasikan seni menggambar; pasir; boneka; dan puisi. Pemanfaatan beberapa seni kreatif tersebut digunakan konselor untuk mengoptimalkan keefektifan konseling berfokus solusi.

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa konseling berfokus solusi yang digabungkan dengan terapi seni dapat digunakan untuk membantu konseli keluar dari masalah penyalahgunaan zat (Matto, Corcoran, & Fassler, 2003). Penelitian tersebut lebih menekankan pada penggabungan konseling berfokus solusi dengan terapi seni untuk membantu individu yang mengalami masalah penggunaan zat. Sedangkan penelitian ini berupaya untuk mengembangkan sebuah produk, yaitu sebuah model konseling kreatif berfokus solusi yang secara spesifik digunakan untuk membantu siswa mengembangkan *self-regulated learning*. Model konseling kreatif berfokus solusi dapat digunakan untuk membantu siswa mengatasi permasalahan selain *self regulated learning* dengan melakukan beberapa modifikasi sesuai dengan kebutuhan.

Konseling berfokus solusi juga menjadi salah satu model konseling yang dapat dimaksimalkan konselor dengan bantuan pasir (Taylor, 2009). Penelitian tersebut ditujukan pada anak-anak dan remaja menggunakan konseling berfokus solusi dikombinasikan seni yang menggunakan bahan pasir. Penggabungan konseling berfokus solusi dalam penelitian tersebut masih terbatas pada pemanfaatan pasir dan belum banyak menggunakan seni kreatif lain seperti menggambar; boneka; dan puisi. Hal ini memiliki perbedaan dengan pengembangan produk berupa model konseling kreatif berfokus solusi, yang mana sasaran utamanya adalah remaja. Dengan melakukan modifikasi, *CSFCM* memungkinkan untuk diterapkan pada anak-anak; dewasa; bahkan orang tua. Konseling berfokus solusi juga dapat memaksimalkan kreatifitas konselor untuk diterapkan pada anak yang memiliki penyakit kronis (Frels dkk., 2009). Penelitian tersebut berupaya untuk mengimplementasikan konseling berfokus solusi yang dimaksimalkan menggunakan kreatifitas konselor, akan tetapi penelitian tersebut belum menunjukkan unsur kreatifitas seperti apa yang perlu diusung konselor guna mengimplementasikan konseling berfokus solusi yang memiliki pengaruh signifikan. Berbeda dengan *CSFCM*, *CSFCM* yang telah menentukan seni kreatif seperti menggambar; pasir; boneka; dan puisi sebagai unsur yang diusung konselor agar hasil konseling maksimal.

Kelemahan pada pengembangan *CSFCM* terletak pada belum dilaksanakannya uji keefektifan terhadap produk yang dikembangkan. Peneliti selanjutnya perlu melakukan uji keefektifan *CSFCM* untuk mengembangkan *self-regulated learning*. Uji keefektifan ini dilakukan untuk menentukan apakah *CSFCM* memberikan efek terhadap perbedaan tingkat *self-regulated learning* sebelum dan setelah dilakukan perlakuan.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, dapat diketahui bahwa kreatifitas konselor memiliki peran penting dalam mewujudkan pelayanan konseling yang berkualitas. Konselor yang kreatif memanfaatkan berbagai media inovatif memberikan nilai tambah pada kualitas layanan konseling yang diberikan (Cole & Sarnoff, 1980; Jacobs, 1992; Randick & Gardner, 2015). Dewasa ini, konseli menginginkan sesuatu yang cepat diperoleh, termasuk solusi dari masalah yang dialami. Konselor yang kreatif akan lebih cepat membantu konseli untuk segera mendapat solusi yang terbaik.

Salah satu bentuk kreatifitas konselor untuk memaksimalkan layanan konseling adalah dengan seni kreatif (Gladding, 1992, 2016; Gladding & Newsome, 2003). Pada abad ini penggunaan konseling yang diintegrasikan dengan seni kreatif penting untuk dilakukan karena semakin beragamnya bentuk dan tingkat permasalahan yang dialami konseli. Penggunaan konseling yang diintegrasikan dengan seni kreatif dapat mendorong konseli untuk mengkonseptualisasikan permasalahan mereka secara nyata dan segera menemukan solusi yang terbaik. Kondisi tersebut membuat konselor perlu memaksimalkan kreatifitasnya untuk menggunakan seni kreatif.

Alasan penggunaan seni kreatif guna memaksimalkan pelayanan konseling adalah: (1) alat utama membantu individu untuk menjadi terintegrasi dan terhubung (*congruence*); (2) memberikan individu energi baru dan *reinforcement* untuk perubahan perilaku; (3) memberikan motivasi pada konseli untuk tetap bisa fokus dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling; (4) menjadikan layanan bimbingan dan konseling lebih artistik (*counseling is an art*); (5) menciptakan rasa baru pada diri konseli untuk kembali pulih dari keterpurukan; (6) konseli mampu membuat konsep dan menduplikasi kegiatan yang bermanfaat; (7) meningkatkan sosialisasi dan kerjasama; dan (8) meningkatkan pemahaman konseli tentang multibudaya. Beberapa alasan tersebut menjadi bukti bahwa seni kreatif menjadi unsur penting untuk diintegrasikan dalam layanan konseling.

Implementasi penggunaan seni dalam konseling berfokus solusi juga memiliki peran vital guna memaksimalkan proses konseling (Connie & Metcalf, 2009; Frels dkk., 2009; Matto dkk., 2003; Nims, 2007; Taylor, 2009). Hasil dari integrasi seni kreatif ke dalam konseling berfokus solusi dapat meningkatkan keefektifan model konseling berfokus solusi karena konseli akan segera menemukan solusi bagi masalah yang mungkin telah lama dialami. Tentunya kondisi tersebut sesuai dengan salah satu unsur pokok dalam teori mendasar konseling berfokus solusi bahwa pada dasarnya sebuah solusi dari sebuah masalah yang dihadapi oleh konseli sedang menunggu untuk ditemukan (Charlesworth & Jackson, 2004; Christie, 2012; Corey, 2015; Cowburn, 2003; De Shazer, 1985; Macdonald, 2011).

SIMPULAN

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengembangkan *self-regulated learning* adalah dengan mengoptimalkan seni kreatif yang diintegrasikan dalam konseling berfokus solusi. Model konseling berfokus solusi yang diintegrasikan dengan seni kreatif disebut *CSFCM* yang digambarkan memiliki lima tahapan, yaitu: (1) mengembangkan hubungan, (2) identifikasi masalah menggunakan teknik *scaling question* dengan bantuan seni menggambar; pasir; boneka; dan puisi, (3) mengembangkan tujuan dengan bantuan seni menggambar; pasir; boneka; dan puisi, (4) merancang dan mengimplementasikan solusi menggunakan teknik *miracle question* dan *exception question* dengan bantuan seni menggambar; pasir; boneka; dan puisi, (5) terminasi dan tindak lanjut. Hasil pengembangan model konseling ini dapat dijadikan rujukan oleh konselor untuk mengimplementasikan layanan konseling yang kreatif dan inovatif dalam meningkatkan *self-regulated learning*. Selain itu, seyogyanya dilakukan penelitian lanjutan guna menguji keefektifan *CSFCM* untuk meningkatkan *self-regulated learning* sehingga diperoleh data empiris tentang keefektifan model konseling ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Alfina, I. (2014). Hubungan Self-regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Akselerasi. *Jurnal Psikologi*, 2(2), 227–237.
- Banu, İ. (2013). The Relationship Between Self-regulated Learning Strategies and Academic Achievement in A Turkish EFL Setting. *Educational Research and Reviews*, 8(17), 1544–1550.
- Bintoro, W. (2013). Hubungan Self Regulated Learning dengan Kecurangan Akademik Mahasiswa. *Educational Psychology Journal*, 2(1), 57–64.
- Broadbent, J., & Poon, W. L. (2015). Self-regulated Learning Strategies & Academic Achievement in Online Higher Education Learning Environments: A Systematic Review. *The Internet and Higher Education*, 27, 1–13.
- Charlesworth, J. R., & Jackson, C. M. (2004). Solution-Focused Brief Counseling: An Approach for Professional School Counselors. Dalam Erford, BT. *Professional School Counseling: A Handbook of Theories, Programs and Practices*. Austin, TX: Caps Press.
- Christie, A. (2012). *The Solution-focused Helper: Ethics and Practice in Health and Social Care*. Taylor & Francis.
- Cole, H. P., & Sarnoff, D. (1980). Creativity and Counseling. *The Personnel and Guidance Journal*, 59(3), 140–146.
- Connie, E., & Metcalf, L. (2009). *The Art of Solution Focused Therapy*. Springer Publishing Company.
- Corey, G. (2015). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Nelson Education.
- Cowburn, J. (2003). The Solutions Focus. The Simple Way to Positive Change. *Leadership & Organization Development Journal*, 24(3).
- De Shazer, S. (1985). *Keys to Solution in Brief Therapy*. Ww Norton.
- Fajarwati, M. S. (2013). Peningkatan Prestasi Belajar Sejarah dengan Self-regulated Learning pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Banyudono Tahun Pelajaran 2012/2013. *Candi*, 5(1), 1–18
- Fitch, T., Marshall, J., & McCarthy, W. (2012). The Effect of Solution-focused Groups on Self-regulated Learning. *Journal of College Student Development*, 53(4), 586–595.
- Frels, R. K., Leggett, E. S., & Larocca, P. S. (2009). Creativity and Solution-focused Counseling for A Child With Chronic Illness. *Journal of Creativity in Mental Health*, 4(4), 308–319.
- Gall, M. D., Borg, W. R., & Gall, J. (2003). P.(1996). *Educational Research, An Introduction. Sixth Edition*, Longman. New York.
- Gillen, M. (2010). Solution-focused Therapy. *Integrating the Expressive Arts into Counseling Practice: Theory-Based Interventions*, 29.
- Gladding, S. T. (1992). *Counseling as An Art: The Creative Arts in Counseling*. ERIC.
- Gladding, S. T. (2016). *The Creative Arts in Counseling*. John Wiley & Sons.
- Gladding, S. T., & Newsome, D. W. (2003). *Art in Counseling. Handbook of Art Therapy*, 243–253.
- Jacobs, E. E. (1992). *Creative Counseling Techniques: An Illustrated Guide*. Psychological Assessment Resources.
- Jannah, P. Z. W. (2015). *Hubungan Self-Regulated Learning dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI Di SMK Informatika Bandung*. (Skripsi Tidak Diterbitkan) Universitas Islam Bandung, Bandung, Indonesia
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). Academic Procrastination of Undergraduates: Low Self-efficacy to Self-regulate Predicts Higher Levels of Procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(4), 915–931.
- Kosnin, A. M. (2007). Self-regulated Learning and Academic Achievement in Malaysian Undergraduates. *International Education Journal*, 8(1), 221–228.

- Leggett, E. S. (2009). A Creative Application of Solution-focused Counseling: An Integration with Children's Literature and Visual Arts. *Journal of Creativity in Mental Health, 4*(2), 191–200.
- Macdonald, A. (2011). *Solution-focused Therapy: Theory, Research & Practice*. Sage.
- Matto, H., Corcoran, J., & Fassler, A. (2003). Integrating Solution-focused and Art Therapies for Substance Abuse Treatment: Guidelines for Practice. *The Arts in Psychotherapy, 30*(5), 265–272.
- Nims, D. R. (2007). Integrating Play Therapy Techniques into Solution-focused Brief Therapy. *International Journal of Play Therapy, 16*(1), 54–68
- Nurmalasari, Y. (2016). Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam Mengembangkan Kemampuan Mengendalikan Compulsive Internet Use Siswa. *EMPATI-Jurnal Bimbingan dan Konseling, 3*(2), 1–16.
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivational and Self-regulated Learning Components of Classroom Academic Performance. *Journal of Educational Psychology, 82*(1), 33–40.
- Randick, N. M., & Gardner, E. (2015). *Creating Connections: Using Art in School Counseling. The Therapist's Notebook for Children and Adolescents: Homework, Handouts, and Activities for Use in Psychotherapy*.
- Savira, F., & Suharsono, Y. (2013). Self-Regulated Learning (SRL) dengan Prokrastnasi Akademik pada Siswa Akselerasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 1*(1), 66–75.
- Senecal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. (1995). Self-regulation and Academic Procrastination. *The Journal of Social Psychology, 135*(5), 607–619.
- Suryatama, M. D., Dharmayana, I. W., & Syahrman, S. (2014). *Hubungan Self-efficacy dan Self-regulation Learning dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa Kelas XII SMA Negeri I Ketahun* (Disertasi Tidak Diterbitkan). Universitas Bengkulu.
- Taylor, E. R. (2009). Sandtray and Solution-focused Therapy. *International Journal of Play Therapy, 18*(1), 56–68.
- Trepper, T. S., Dolan, Y., McCollum, E. E., & Nelson, T. (2006). Steve De Shazer and The Future of Solution-focused therapy. *Journal of Marital and Family Therapy, 32*(2), 133–139.
- Wolters, C. A. (2003). Understanding Procrastination from A Self-regulated Learning Perspective. *Journal of Educational Psychology, 95*(1), 179–187.
- Wolters, C. A., & Hussain, M. (2015). Investigating Grit and Its Relations with College Students' Self-regulated Learning and Academic Achievement. *Metacognition and Learning, 10*(3), 293–311.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining Self-regulation: A Social Cognitive Perspective. Dalam *Handbook of Self-regulation* (hal. 13–39). Elsevier.
- Zimmerman, B. J. (2013). Theories of Self-regulated Learning and Academic Achievement: An Overview and Analysis. Dalam *Self-regulated Learning and Academic Achievement* (hal. 10–45). Routledge.
- Zimmerman, B., & Schunk, D. (1989). *Self-regulated Learning and Academic: Theory, Research, and Practice*. New York: Springer Verlag.