Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi
http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS

PENGARUH PENDEKATAN *SOLUTION-FOCUSED BRIEF COUNSELING* TERHADAP RESILIENSI AKADEMIK SISWA KELAS VII MTs MIFTAHUL ARIFIN LUMAJANG

Intan Kumala Eka Permatasari[1], Yurike Kinanthy Karamoy[2], Arifin Nur Budiono[3]
[1]SMP IT Al uswah, [2,3]Universitas Islam Jember,Indonesia
Email: kumalaintan88@gmail.com

Article Info

History
Articles
Received:
15 Pebuari 2025
Accepted:
17 September 2025
Published:
30 September 2025

Kata kunci : Solution-Focused Brief Counseling (Sfbc); Resiliensi Akademik

Keywords : Solution-Focused Brief Counseling (Sfbc); Academic Resilience

Abstrak

Studi ini bertujuan untuk mengidentifikasi efek dari penerapan SFBC terhadap ketahanan akademik siswa kelas VII di MTs Miftahul Arifin Lumajang pada tahun ajaran 2022/2023. Sebanyak 14 siswa dipilih secara purposive dari total populasi 141 siswa dijadikan subjek studi. Data diperoleh dengan menggunakan instrumen kuesioner dan studi dokumentasi, dengan menggunakan instrumen berupa angket skala resiliensi akademik. Output dari proses pengumpulan data kemudian pengolahan data dilakukan untuk menerapkan Uji Wilcoxon Signed Rank dan Uji Mann- Whitney melalui software SPSS versi 25. Resiliensi akademik merujuk pada kapasitas individu untuk menghadapi serta mengatasi berbagai tantangan di lingkungan pendidikan, di mana ketekunan menjadi salah satu indikator utamanya. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai signifikansi Asymp.Sig. sebesar 0,018 pada Uji Wilcoxon dan 0,003 pada Uji Mann-Whitney. Berdasarkan ketentuan bahwa hipotesis nol (H0) ditolak apabila nilai Asymp.Sig. berada di bawah 0,05, maka hasil analisis mendukung penerimaan hipotesis alternatif (Ha). Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan hal-hal berikut: pertama, terdapat perubahan yang signifikan pada kondisi siswa antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, yang menunjukkan adanya peningkatan setelah mereka mengikuti layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik pertanyaan berskala (scaling question). Kedua, pendekatan SFBC melalui konseling kelompok dengan teknik scaling question terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan resiliensi akademik siswa kelas VII di MTs Miftahul Arifin Lumajang.

Abstract

This study aims to identify the effects of the implementation of SFBC on the academic resilience of seventh-grade students at MTs Miftahul Arifin Lumajang in the 2022/2023 academic year. A total of 14 students were purposively selected from a total population of 141 students as study subjects. Data were obtained using questionnaires and documentation studies, using an academic resilience scale questionnaire. The output of the data collection process and data processing were carried out to apply the Wilcoxon Signed Rank Test and the Mann-Whitney Test using SPSS version 25 software. Academic resilience refers to an individual's capacity to face and overcome various challenges in the educational environment, where perseverance is one of the main indicators. Based on the results of the analysis, a significance value of Asymp.Sig. of 0.018 was obtained in the Wilcoxon Test and 0.003 in the Mann-Whitney Test. Based on the provision that the null hypothesis (H0) is rejected if the Asymp.Sig. value is below 0.05, the results of the analysis support the acceptance of the alternative hypothesis (Ha). Thus, this study concludes the following: first, there was a significant change in the students' condition between before and after treatment, indicating an improvement after they participated in group counseling services using the scaling question technique. Second, the SFBC approach through group counseling with the scaling question technique was proven to have a positive impact on increasing the academic resilience of seventh grade students at MTs Miftahul Arifin Lumajang.

Publikasi : *Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Islam Jember*

E-ISSN : 2623-033

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha untuk meningkatkan kecerdasan bangsa yang melalui aktivitas pembelajaran mengajar yang berkesinambungan. Kegiatan pendidikan ini dilakukan di semua jenis dan tingkat pendidikan, termasuk sembilan tahun pendidikan wajib dasar, menengah dan ke atas. Pendidikan memiliki fungsi penting sebagai sarana efektif dalam mencetak sumber daya manusia berkualitas dan melahirkan generasi dengan tingkat intelektualitas yang tinggi. Karena itu, pengembangan pendidikan harus menjadi fokus utama dalam kebijakan pemerintah.

Pendidikan tidak berdiri sendiri, ada banyak faktor pendukung: sekolah, Guru, siswa, orang tua, pemimpin sekolah, serta semua pihak yang berperan dalam pelaksanaan pendidikan memiliki peran penting. Berdasarkan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan dipahami sebagai suatu proses yang dilakukan secara terstruktur dan terus-menerus. Melalui proses ini, peserta didik didorong untuk secara aktif mengasah potensi mereka, baik dalam hal spiritual, moral, intelektual, maupun kemampuan lain yang diakui penting oleh individu, masyarakat, dan negara. Tujuan dari Pendidikan nasional, seperti yang diuraikan dalam Pasal 3 undang-undang tersebut, bertujuan untuk mengembangkan keterampilan yang diperoleh melalui proses pendidikan, yang juga membantu pembinaan budaya bangsa dan stabilitas politik, membantu mendidik suatu bangsa menjadi warga negara yang aktif, berdedikasi, religius, sehat, berpengetahuan luas, cakap, kreatif, mandiri, demokratis dan bertanggung jawab (Dr. Yatim Riyanto, 2022).

Akan tetapi tujuan pendidikan tidak semulus yang dapat di sampaikan di atas, pasalnya dunia pendidikan kerap terjadi permasalahan ketidakmampuan seseorang untuk menahan suatu kondisi atau tekanan. Kondisi tekanan adalah kebutuhan siswa untuk melakukannya dengan baik secara akademis, untuk menyelesaikan tugas mereka tepat waktu, tekanan dari orang tua agar meraih nilai tinggi, serta berada dalam lingkungan belajar yang kompetitif. Oleh karena itu, siswa harus mampu bertahan dalam keadaan sedih atau tertekan, ketangguhan ini sering disebut sebagai resiliensi akademik.

Resiliensi, yang merupakan faktor dalam menentukan tingkat kesuksesan seseorang (individu), kemampuan ini untuk bangkit kembali dan bertahan dalam keadaan apa pun. Resiliensi akademik adalah kemampuan bawaan yang dimiliki setiap orang dalam bentuk kemampuan untuk mengatasi kesulitan, kekecewaan, atau tantangan. Resiliensi menjadi kapasitas kemampuan setiap orang untuk bangkit kembali dengan cepat dari keterpurukan dan perasaan tidak berdaya. Seseorang dianggap tangguh jika mereka dapat dengan cepat kembali ke keadaan pra-trauma mereka dan kebal terhadap peristiwa kehidupan negatif. Resiliensi dapat dimaknai sebagai daya atau kemampuan individu dalam menghadapi serta mengatasi berbagai tantangan serta kesulitan dalam kehidupan, dan untuk bangkit kembali dengan cepat dari keterpurukan dan perasaan tidak berdaya.

Menurut Setyawan (2021), resiliensi akademik adalah jenis resiliensi yang dimiliki seluruh peserta didik ketika dihadapkan pada tantangan dalam kegiatan belajarnya, seperti prestasi akademik yang buruk. Resiliensi akademik dapat memberikan arahan yang lebih ke arah pola adaptasi positif selama dan setelah kesulitan dan kegagalan dari ketahanan

akademik. Agar dapat menjadi siswa yang resilien, seseorang perlu memiliki kemampuan untuk tetap bertahan dan terus berkembang di tengah situasi yang menantang dengan protective factors, seperti rasa ingin tahu dan harapan siswa, untuk mempertahankan prestasi akademik (Afridah et al., 2022). Meskipun siswa yang memiliki ketangguhan biasanya memiliki Minat khusus, arah hidup yang terarah, serta dorongan untuk mencapai prestasi di sekolah merupakan faktor penting, namun hasil penelitian menunjukkan bahwa agar dapat menjadi individu yang tangguh, Siswa diwajibkan untuk mengasah kemampuan diri internal mereka dengan cara merespons secara positif terhadap situasi dan lingkungan yang menantang. Siswa yang tangguh juga mampu mereduksi rasa marah, depresi, dan kecemasan, serta dapat mengontrol respons fisik mereka terhadap kejadian yang mengecewakan, terutama ketika dihadapkan dengan tantangan (Bakti et al., 2022).

Sebagai hasilnya, Siswa yang memiliki ketahanan (resiliensi) tinggi memiliki kemampuan untuk menyelesaikan beberapa masalah sendiri, bahkan ketika mereka depresi atau tidak nyaman. Rois (2022) menyatakan bahwa anak tangguh memiliki kemampuan sosial dan kehidupan untuk memecahkan masalah, berpikir kritis, dan berinisiatif ketika masalah muncul. Dapat diketahui bahwa siswa yang tangguh sering diidentifikasi sebagai mereka yang memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan sukses terhadap tantangan akademik, mengatasi berbagai hambatan belajar dan kegagalan akademik, dan mencapai potensi penuh mereka.

Namun dalam perjalanan pendidikan ada siswa dengan tingkat resiliensi yang rendah. Terbukti dari hasil survei yang dilakukan oleh Syamsiah (2022), survei ini menemukan secara signifikan lebih banyak siswa yang termasuk dalam tingkat ketahanan yang rendah, yaitu lebih dari 30,63% dibandingkan dengan remaja dengan resiliensi tinggi. ditampilkan. 26.13%. Hasil studi yang diimplementasikan oleh Hafsah (2022) juga menunjukkan hasil tingkat resiliensi yang rendah pada siswa di lingkungan sekolah, terutama pada anak asuh, cenderung berpengaruh terhadap rendahnya hasil pencapaian akademik mereka.

Azwar (2022) Menyusun instrumen Brief Resilience Scale (BRS) digunakan untuk meneliti tingkat stres di kalangan siswa Tionghoa yang tinggal di Hong Kong. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa remaja Tionghoa di wilayah tersebut menunjukkan tingkat resiliensi yang rendah. Berdasarkan studi yang dilakukan Purwanto (2022), menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil dari murid-murid di SMP Muhammadiyah 10 Surabaya dan SMPN 45 menunjukkan tingkat resiliensi yang signifikan.

Studi yang dilaksanakan oleh Pretha (2022) menunjukkan adanya tingkat resiliensi akademik yang tergolong rendah pada siswa di lingkungan sekolah turut memengaruhi tingkat stres, yang berdampak negatif terhadap performa akademik maupun kehidupan pribadi mereka. Oleh karena itu, memiliki kemampuan untuk menjadi siswa yang tangguh merupakan aspek penting dalam menghadapi berbagai tantangan, hambatan, dan kesulitan di lingkungan akademik.

Peneliti memperoleh hasil wawancara dari delapan siswa pada tanggal 26 hingga 27 November 2022 menunjukkan adanya indikasi rendahnya resiliensi akademik. Hal ini terlihat

dari perilaku siswa yang belum mampu beradaptasi dengan tekanan akademik, kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan situasi, kurangnya penguatan diri, serta ketidakmampuan dalam menghadapi masalah yang sedang dialami. Untuk memperkaya data, peneliti juga mewawancarai guru BK dan wali kelas di MTs Miftahul Arifin Lumajang, sehingga diperoleh informasi bahwa, "Siswa tidak memiliki dorongan motivasi belajar dari orang tua untuk melanjutkan sekolah", "Siswa sering mengeluh jika diberikan tugas di setiap mata pelajaran". "Jika siswa diminta untuk menghadiri ekstrakurikuler pramuka sepulang sekolah setiap hari Jumat, siswa mengeluh dan menolak", "Siswa lebih suka melarikan diri ketika mereka akan di periksa secara teratur untuk kerapian seragam dan kedisiplinan". Akibatnya siswa sekarang belum mempunyai penguatan diri untuk menyelesaikan tuntutan akademik tersebut. Siswa harus memiliki keyakinan bahwa mereka dapat mencapai kesuksesan di masa depan tanpa menghadapi rintangan atau kemunduran.

Mengacu pada permasalahan yang terjadi di lapangan, peneliti memilih menggunakan salah satu strategi untuk meningkatkan resiliensi siswa kelas VII MTs dengan menggunakan salah satu metode yang digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling adalah konseling kelompok yang mengintegrasikan teknik dari pendekatan solution-focused brief counseling (Sfbc) yaitu, teknik scaling question. Tujuan dari intervensi konseling kelompok solution-focused brief counseling (Sfbc) merupakan alternatif dapat digunakan pada setting sekolah sebagai fasilitas yang mendukung perkembangan konsep diri akademik siswa. Kerja sama dengan banyak pihak terkait meningkatkan lingkungan pendidikan. Konseling ini dilakukan dalam lingkungan kelompok dengan harapan mampu tumbuh dan beradaptasi dengan isu-isu yang dihadapinya dapat terselesaikan.

Menurut teori teknik scaling questions (pertanyaan berskala) dianggap esensial bagi pendekatan solution-focused brief counseling (Sfbc) sebab pendekatan ini memungkinkan klien untuk menentukan tujuan perubahan dan memantau kemajuan mereka dalam mencapai tujuan. Dalam terapi solution-focused brief counseling (Sfbc), menggunakan teknik pertanyaan berskala untuk mengatasi konseli merefleksikan tindakan mereka dan mengidentifikasi cara untuk membuat perubahan. Misalnya "pada skala 0 berarti Anda tidak yakin akan memenuhi tujuan belajarmu dan skala 10 adalah seberapa yakin Anda bahwa Anda akan memenuhi tujuan belajarmu?"

Pendekatan solution-focused brief counseling (Sfbc) dimanfaatkan oleh konselor dan terapis guna membantu pengembangan konsep diri akademik pada siswa. Pendekatan *solution-focused brief counseling* (Sfbc) ini sangat tepat digunakan oleh konselor dalam lingkungan sekolah. Pendekatan ini memungkinkan konselor sekolah untuk bekerja secara kolaboratif dengan siswa untuk memecahkan masalah, menemukan solusi, dan menggunakan solusi tersebut untuk membimbing siswa membuat perubahan yang lebih positif.

Penelitian ini di dasari dari penelitian-penelitian terdahulu, yang di lakukan oleh Kus Hendar (2019), yakni terkait "Pengaruh Konseling Kelompok Solution-Focused Breif Counseling Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik dan Self-Efficacy Siswa SMA Negeri 1 Ungaran". Menurut hasil penelitian awal yang dilakukan di SMA Negeri 1 Ungaran, salah satu

sekolah di Kota Semarang, ditemukan adanya kecenderungan rendahnya tingkat resiliensi pada sebagian siswa. Dari hasil pengisian skala resiliensi oleh 117 siswa, diperoleh data bahwa sebanyak 36 siswa memiliki resiliensi tinggiSebanyak 43 siswa tergolong dalam kategori sedang, sementara 38 siswa menunjukkan tingkat resiliensi yang rendah. Di samping itu data yang diperoleh dari wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di sekolah tersebut, mengungkapkan bahwa siswa dengan resiliensi rendah umumnya menunjukkan perilaku yang kurang adaptif, baik di dalam kelas maupun saat mengikuti berbagai kegiatan sekolah. Gejala tersebut terlihat pada siswa yang menunjukkan rendahnya motivasi belajar, merasa terbebani oleh banyaknya tugas, dan memiliki kecenderungan berpikir negatif terhadap pencapaian akademik mereka. Permasalahan resiliensi akademik juga dialami oleh siswa yang memiliki ambisi kuat untuk meraih peringkat tertinggi di kelas, karena mereka lebih rentan mengalami depresi serta kesedihan berkepanjangan apabila prestasi akademik menurun atau tidak sesuai harapan. Dari temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa rendahnya resiliensi masih menjadi tantangan yang sering dihadapi oleh para siswa di sekolah.

Hasil penelitian terdahulu juga di sampaikan oleh Khoiriyah (2021) "Dampak Konseling Kelompok melalui Pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (Sfbc) Terhadap Peningkatan Etika Siswa". Hasil studi menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Solution-Focused Brief* Counseling (SFBC), terbukti berhasil untuk meningkatkan etika siswa. Keberhasilan ini ditunjukkan melalui adanya peningkatan skor yang signifikan antara hasil pretest dan posttest pada kelompok eksperimen. Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan skor yang signifikan antara *pretest* dan *posttest*.

Hasil penelitian yang sudah di lakukan oleh Aditya Novika Apriyanti (2020) "Dampak Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Scaling Question Untuk Meminimalisir perilaku Cyberbullying (SMA BPS&K 1 siswa Kelas XI di Jakarta)". Temuan penelitian mengindikasikan bahwa penerapan konseling kelompok yang dikombinasikan dengan teknik scaling question sudah tepat dan dianggap tepat untuk meminimalisir perilaku *cyberbullying*, jika proses konseling diterima, dapat dikatakan bahwa kelompok eksperimen terlibat dalam konseling kelompok dengan menggunakan teknik pertanyaan ajaib, dan kelompok kontrol melakukan perilaku *cyberbullying* sebelum dan sesudah konseling kelompok konvensional efektif. tambah.

Berdasarkan penelitian yang ada, menggunakan pendekatan solution-focused brief counseling (Sfbc) dengan menerapkan teknik scaling question (pertanyaan berskala) diimplementasikan pada setting sekolah sebagai forum untuk mengembangkan konsep diri akademik siswa, sehingga dapat disimpulkan bahwa hal tersebut merupakan salah satu alternatif. Menjadikan lingkungan pendidikan lebih efektif melalui kerja sama dengan pihak-pihak terkait. Konseling ini berlangsung dalam dimensi kelompok dengan harapan bahwa individu dapat berkembang sesuai dengan perkembangannya dan masalah mereka dapat terselesaikan. Karena pendekatan solution-focused brief counseling (Sfbc) sendiri suatu teknik pendekatan yang memberikan solusi yang berfokus pada masalah siswa sehingga dengan adanya kolaborasi pendekatan solution-focused brief counseling (Sfbc) dan teknik

yang di gunakan dapat membantu masalah yang sedang di hadapi oleh siswa.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengembangkan penelitian-penelitian sebelumnya, khususnya dengan menerapkan konseling kelompok menggunakan teknik scaling question dalam pendekatan solution-focused brief counseling (Sfbc untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa. Perbedaan utama dalam penelitian ini terletak pada pendekatan dan teknik yang digunakan, yaitu pendekatan konseling kelompok berbasis solution-focused brief counseling (Sfbc). Pendekatan ini berlandaskan pada asumsi bahwa setiap siswa (konseli) memiliki potensi dan kekuatan dalam dirinya. Asumsi dasar tersebut dianggap relevan dan sesuai untuk mendukung penguatan resiliensi akademik pada siswa.

Penelitian ini berfokus pada siswa jenjang MTs, yang tergolong dalam kelompok usia remaja awal, yakni antara 12 hingga 15 tahun (Kamal & Rochmiyati, 2022). Siswa yang memasuki tingkat sekolah menegah atau MTs akan Mengalami transisi status dari siswa senior di jenjang sekolah dasar menjadi siswa yunior saat memasuki MTs dapat memicu munculnya stresor, yakni tekanan yang berkaitan dengan interaksi di lingkungan sekolah atau hubungan sosial, seperti berkomunikasi dengan guru, bergaul dengan teman sebaya, serta keterlibatan dalam beragam kegiatan yang berlangsung di dalam kelas. Dengan demikian, siswa yang mengalami ini membutuhkan resiliensi akademik atau ketahanan yang tinggi.

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas serta kenyataan yang ada atau yang sudah di dapatkan Berdasarkan kondisi di lapangan, peneliti merasa tertarik untuk mengeksplorasi resiliensi akademik siswa serta penerapan konseling kelompok menggunakan teknik scaling question melalui pendekatan solution-focused brief counseling (SFBC), dengan mengangkat judul penelitian. "Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* (Sfbc) Terhadap Resiliensi Akademik Siswa Kelas VII MTs Miftahul Arifin Lumajang".

METODE

Rancangan penelitian disusun selaras dengan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji sejauh mana dampak yang ditimbulkan oleh konseling kelompok dengan pendekatan solution-focused brief counseling (SFBC), terhadap resiliensi akademik siswa di MTs Miftahul Arifin Lumajang. Penelitian ini tergolong dalam jenis penelitian eksperimen dengan pendekatan quasi experimental design. Pemilihan desain ini didasarkan pada pertimbangan bahwa terdapat kesulitan dalam mengendalikan seluruh variabel luar yang mungkin memengaruhi jalannya eksperimen. Quasi eksperimental design sendiri terdiri dari dua bentuk yaitu series design dan nonequivalent control group design.

Penelitian ini menggunakan desain nonequivalent control group design, yaitu desain yang melibatkan dua kelompok: satu sebagai kelas kontrol dan satu lagi sebagai kelas eksperimen. Kelas eksperimen adalah kelas yang mendapat perlakuan berupa penerapan layanan konseling kelompok dengan pendekatan solution-focused brief counseling (teknik scaling question sedangkan kelas kontrol adalah kelas yang mendapatkan perlakuan berupa penerapan layanan konseling kelompok konvensional.

Pada desain ini, baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dipilih tanpa menggunakan metode acak (random). Menurut Sugiyono (2017) desain kelompok kontrol non-ekivalen (Non-equivalent control group design) dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 1.Rancangan Penelitian

Kelompok	Pre-Test	Perlakuan	Post-Test
Kelas Eksperimen	O_1	X	O_2
Kelas Kontrol	O_3	X	O_4

Uraian :

O_1 : Pretest awal yang diberikan kepada kelas eksperimen
O_2 : Posttest akhir yang diberikan kepada kelas eksperimen
X_1 : Kelompok eksperimen yang diberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik scaling question
X_2 : Kelompok eksperimen yang diberikan layanan konseling kelompok secara konvensional tanpa menggunakan teknik scaling question
O_3 : Penilaian Pretest untuk kelompok kontrol
O_4 : Penilaian Posttest untuk kelompok kontrol

Berdasarkan rancangan penelitian tersebut yang telah dijelaskan, maka kedua kelompok diberikan soal pretest dan posttest yang identik. Setelah masing-masing kelompok mendapatkan perlakuan yang berbeda, hasil akhir dari keduanya dianalisis untuk melihat adanya perbedaan. Apabila terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest pada kelompok eksperimen, maka hal tersebut menunjukkan adanya pengaruh dari perlakuan yang diberikan.

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel bebas dan variabel terikat, yang dapat diidentifikasi sebagaimana dijelaskan berikut ini:

a. Variabel X (Variabel bebas/independent) berupa kegiatan konseling kelompok pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC).
b. Variabel Y (Variabel Terikat/dependent) adalah Resiliensi Akademik.

Studi ini melibatkan seluruh siswa kelas VII di MTs Miftahul Arifin Lumajang sebagai populasi, yang mencakup dari empat kelas: VII A, VII B, VII C, dan VII D. Total jumlah siswa dari keempat kelas tersebut adalah 176 orang, sebagaimana ditunjukkan dalam tabel berikut.

Tabel 2 Jumlah Kelas dan peserta didik kelas VII MTs Miftahul Arifin Lumajang

Kelas	Jumlah Siswa
VII A	35
VII B	36
VII C	35
VII D	35

Dalam penelitian ini, sampel terdiri dari siswa kelas VII B yang berperan sebagai kelompok eksperimen serta siswa kelas VII D sebagai kelompok kontrol, yang keduanya memiliki tingkat resiliensi yang rendah. Pemilihan kedua kelas tersebut sebagai sampel didasarkan pada hasil uji pretest yang dilakukan sebelum pemberian perlakuan di MTs Miftahul Arifin Lumajang. Metode pengambilan sampel yang dipakai adalah purposive sampling, yaitu teknik pemilihan sampel berdasarkan kriteria atau pertimbangan khusus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan di MTs Miftahul Arifin Lumajang yang terletak di Jl. Masjid Jami Sudimoro RT 5 RW 5 Kelurahan Kalibendo, Kecamatan Pasirian, Kabupaten Lumajang, Jawa timur 67372. Letak MTs Miftahul Arifin Lumajang sangat strategis dan juga jarak dari tempat tinggal peneliti yang tidak jauh. Disamping itu, letak MTs Miftahul Arifin Lumajang berdekatan dengan lapangan utama milik Kelurahan Kalibendo. Untuk memudahkan siswa yang tinggal di daerah pelosok, sekolah ini memfasilitasi transportasi antar jemput siswa dengan bus sekolah yang sudah disediakan. MTs Miftahul Arifin Lumajang adalah sebuah institusi pendidikan yang dikelola secara swasta dan berada di bawah pengelolaan Yayasan Pondok Pesantren Miftahul Arifin. Sekolah ini resmi berdiri pada tanggal 6 Juli 2015 atas usulan dari KH. Moh. Syaikhoni, yang juga termasuk jajaran pengurus pondok pesantren tersebut. Kegiatan belajar mengajar di MTs Miftahul Arifin berlangsung selama enam hari setiap minggu, mulai dari hari Senin hingga Sabtu, dengan sistem pembelajaran pagi hari. Saat ini, sekolah tersebut telah membuka tiga program keahlian, yaitu Tata Busana (menjahit), Metode Cepat Membaca Al-Qur'an, dan Agribisnis Budidaya Jamur Tiram. MTs Miftahul Arifin Lumajang telah memperoleh akreditasi B dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, dengan penilaian mencakup berbagai aspek seperti standar isi, proses pembelajaran, capaian lulusan, tenaga pendidik, sarana dan prasarana, manajemen sekolah, berserta sistem penilaian.

Untuk fasilitas penunjang sekolah, MTs Miftahul Arifin Lumajang setidaknya telah memiliki fasilitas ruang guru, ruang kepala sekolah, laboratorium komputer, ruang perpustakaan, ruang UKS, ruang TU, lapangan olahraga, ruang tata usaha. Adapun untuk kebutuhan dasarnya, seperti internet dan listrik juga telah dimiliki oleh sekolah ini. Secara

umum dapat dilihat bahwa fasilitas MTs Miftahul Arifin cukup memadai dalam menunjang proses belajar mengajar dan mendukung segala aktivitas pendidikan di MTs Miftahul Arifin Lumajang baik kegiatan intra sekolah maupun ekstra sekolah.

MTs Miftahul Arifin Lumajang memiliki total 410 siswa. Rinciannya, kelas V berjumlah 148 siswa, kelas VII sebanyak 141 siswa, dan kelas VIII terdiri dari 121 siswa. Seluruh siswa di sekolah ini beragama Islam. Jumlah tenaga pengajar di sekolah tersebut mencapai 13 orang. Dari jumlah tersebut, delapan merupakan guru tetap yayasan, sedangkan lima lainnya berstatus honorer. Di sekolah ini, tidak terdapat guru yang berstatus pegawai negeri sipil maupun guru tidak tetap. Terkait kualifikasi, sembilan dari total guru telah memiliki sertifikasi, sementara empat lainnya belum bersertifikat. Berdasarkan rentang usia, terdapat dua guru yang berusia di bawah 27 tahun, tiga guru berusia antara 31–35 tahun, dua guru berada pada rentang usia 36–40 tahun, empat guru berusia antara 46–50 tahun, dan dua guru lainnya berusia antara 51–55 tahun.

Data penelitian diperoleh melalui penyebaran angket atau kuesioner yang bertujuan untuk mengumpulkan informasi terkait pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan solution- focused brief counseling (SFBC) terhadap resiliensi akademik siswa kelas VII Mts Miftahul Arifin Lumajang. Jenis kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini merupakan angket langsung, di mana responden atau subjek penelitian akan menjawab dengan mencentang pilihan jawaban yang sesuai dengan diri mereka. Penelitian eksperimen ini terdiri dari tiga tahap. Tahap awal, yakni kegiatan pre-test untuk kedua kelas, dimana sampel penelitian dilakukan pada awal sebelum memberikan treatment. Adapun pemberian treatment dengan menggunakan konseling kelompok teknik scaling question untuk kelas eksperimen, dan konseling kelompok tanpa teknik scaling question atau konseling konvensional untuk kelas kontrol. Dan yang ketiga adalah post-test untuk kedua kelas sampel penelitian yang di lakukan setelah selesai atau akhir pemberian treatment. Pengisian angket pre-test dan post-test dilaksanakan melalui yang sama, yakni melalui menjawab 52 butir pertanyaan yang terdiri 4 alternative jawaban.

Penelitian ini termasuk dalam kategori eksperimen, di mana data yang diperoleh dianalisis menggunakan pendekatan kuantitatif guna mengukur efektivitas perlakuan yang diberikan dan didasarkan pada desain quasi eksperimental design yang dikenal sebagai nonequivalent control group design. Adapun sebagai berikut langkah penelitian yang dilaksanakan pada siswa MTs Miftahul Arifin Lumajang dengan jumlah populasi sebanyak 141 siswa yang terbagi dari VII A sampai VII D kemudian berdasarkan studi pendahuluan dengan menyebarkan skala resiliensi akademik, diperoleh pada kelas VII B dan VII D paling banyak siswa dengan resiliensi rendah. Dengan demikian peneliti menetapkan kelas VII B dan kelas VII D untuk dijadikan sampel dan terbagi atas Kelas eksperimen dan kelas kontrol dipilih sebagai sampel. Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dalam pengambilan sampelnya. Berdasarkan teknik purposive sampling yang didasarkan pada kriteria atau pertimbangan tertentu, diperoleh 14 siswa yang selanjutnya diklasifikasikan menjadi dua kelompok, yakni 7 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 7 siswa lainnya sebagai kelompok kontrol.

A. Uraian Data Pre-test dan Post-test

Penelitian ini melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dari kelas VII B dan kelompok kontrol dari kelas VII D. Masing-masing kelompok terdiri dari 7 siswa. Pengukuran dilakukan dua kali, yakni sebelum intervensi (pre-test) dan sesudah intervensi (post-test), untuk menilai tingkat resiliensi akademik siswa.

a. Kelompok Eksperimen (Kelas VII B)

Pada kelompok eksperimen, siswa diberikan intervensi tertentu yang bertujuan untuk meningkatkan resiliensi akademik. Hasil pre-test menunjukkan bahwa nilai awal resiliensi akademik bervariasi, dengan skor terendah sebesar 133 dan tertinggi 149. Setelah intervensi, skor post-test meningkat secara signifikan pada seluruh siswa, dengan nilai tertinggi mencapai 169.

Secara rata-rata:

a) Skor pre-test: 139,86

b) Skor post-test: 158,43

c) Rerata peningkatan: 18,57 poin

Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan kepada kelompok eksperimen berdampak positif terhadap peningkatan resiliensi akademik.

b. Kelompok Kontrol (Kelas VII D)

Sementara itu, kelompok kontrol tidak diberikan intervensi apa pun. Hasil pre-test menunjukkan nilai awal resiliensi akademik berkisar antara 130 hingga 140. Setelah periode waktu yang sama dengan kelompok eksperimen, skor post-test menunjukkan adanya peningkatan, namun tidak sebesar kelompok eksperimen.

Secara rata-rata:

a) Skor pre-test: 135,71

b) Skor post-test: 145,57

c) Rerata peningkatan: 9,86 poin

Peningkatan ini bisa terjadi karena faktor alami seperti pertumbuhan psikologis siswa atau pengaruh lingkungan belajar yang rutin, namun tidak sebesar peningkatan pada kelompok eksperimen yang menerima perlakuan khusus.

Adapun Data Deskripsi Responden dari dua kelompok ekperimen dan kelompok kontrol:

NO	Nama	Kelas	Kelompok
1	INF	VII B	Eksperimen
2	KAV	VII B	Eksperimen
3	ARM	VII B	Eksperimen
4	CPM	VII B	Eksperimen

5	ZN	VII B	Eksperimen
6	ARH	VII B	Eksperimen
7	CKM	VII B	Eksperimen
8	Jala	VII D	Kontrol
9	POM	VII D	Kontrol
10	PNB	VII D	Kontrol
11	PGT	VII D	Kontrol
12	NAV	VII D	Kontrol
13	AL	VII D	Kontrol
14	YO	VII D	Kontrol

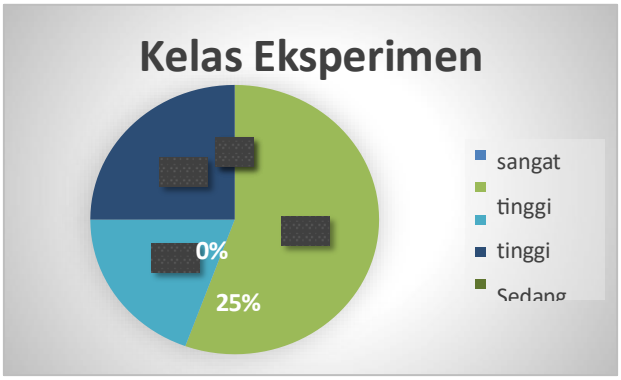
Pembahasan

Hasil penelitian dan analisis data menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan resiliensi akademik siswa. Menindaklanjuti temuan tersebut, peneliti akan menyajikan pembahasan secara lebih rinci sebagai berikut:

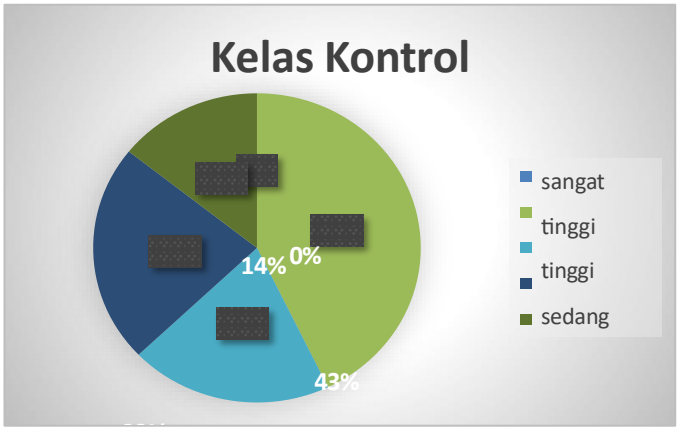
Berdasarkan hasil penelitian, siswa kelas VII MTs Miftahul Arifin Lumajang diklasifikasikan ke dalam dua kelompok, yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen, terdapat 20 siswa (56%) yang memiliki tingkat resiliensi akademik tinggi, 7 siswa (19%) dengan resiliensi sedang, dan 9 siswa (25%) dengan resiliensi rendah. Sementara itu, pada kelompok kontrol tercatat 15 siswa (43%) berada pada kategori resiliensi tinggi, 7 siswa (20%) pada kategori sedang, 8 siswa (23%) memiliki resiliensi rendah, dan 5 siswa (14%) tergolong sangat rendah dalam hal resiliensi akademik. Berdasarkan hasil frekuensi, dapat disimpulkan bahwa sebagian siswa kelas VII MTs Miftahul Arifin Lumajang mengalami peningkatan yang signifikan dalam resiliensi akademik setelah diberikan perlakuan tertentu. Tidak dapat disangkal bahwa resiliensi akademik merupakan faktor penting dalam keberhasilan pendidikan. Siswa yang memiliki tingkat resiliensi akademik yang baik akan lebih mampu menghadapi berbagai tantangan belajar, mengelola tekanan, dan tetap termotivasi dalam meraih tujuan akademis mereka.

Berikut ini adalah penyebaran data untuk setiap kategori yang ditampilkan dalam tabel distribusi frekuensi resiliensi akademik:

Gambar 1 Diagram Resiliensi Akademik Kelas Eksperimen



Gambar 2 Diagram Resiliensi Akademik Kelas Kontrol



Merujuk pada tabel yang disajikan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa kelas VII MTs Miftahul Arifin Lumajang menunjukkan level resiliensi akademik yang cukup tinggi. Dengan ini dapat menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan untuk mengatasi berbagai rintangan dalam proses pembelajaran di sekolah. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian terbaru yang mengungkapkan bahwa siswa dengan resiliensi tinggi mampu bangkit kembali (bounce back) dari kondisi yang sulit atau terpuruk (Parascantika,

2020). Selain itu, siswa dianggap memiliki resiliensi yang kuat apabila mampu menunjukkan pola pemulihan yang adaptif saat menghadapi tekanan. Meskipun menghadapi berbagai masalah, siswa tetap berusaha menjaga optimisme dengan keyakinan bahwa situasi sulit akan berangsur membaik. Mereka juga meyakinkan diri bahwa mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi serta tetap gigih dalam menghadapi tantangan. Salah satu strategi yang mereka gunakan untuk mengatasi masalah adalah dengan mengenali secara tepat akar permasalahan yang sedang dialami.

SIMPULAN

Merujuk pada hasil analisis dan uraian sebelumnya terkait dampak Dari pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) terhadap ketahanan akademik siswa kelas VII di MTs Miftahul Arifin Lumajang, dapat ditarik beberapa kesimpulan. Pada tahun ajaran 2022/2023, Pembagian siswa dilakukan ke dalam dua kelompok: eksperimen dan kontrol. Di kelompok eksperimen, 20 siswa (56%) teridentifikasi memiliki resiliensi akademik tinggi, 7 siswa (19%) termasuk dalam kategori sedang, dan 9 siswa (25%) menunjukkan resiliensi akademik yang rendah. Sementara itu, di kelompok kontrol, tercatat 15 siswa (43%) dengan resiliensi tinggi, 7 siswa (20%) dalam kategori sedang, 8 siswa (23%) dalam kategori rendah, dan 5 siswa (14%) menunjukkan tingkat resiliensi akademik yang sangat rendah.

Studi ini mengevaluasi pengaruh Peningkatan resiliensi akademik siswa melalui konseling kelompok yang menggunakan pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC). Sebanyak 14 siswa dipilih dari populasi 71 siswa menggunakan metode purposive sampling sebagai sampel. Data dikumpulkan menggunakan angket dan dianalisis melalui Uji Wilcoxon Signed Rank Test. Berdasarkan temuan yang menunjukkan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) yang diperoleh adalah 0,018, lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa (H0) ditolak dan (Ha) diterima. Ini menandakan bahwa intervensi yang dilakukan berhasil memberikan efek yang nyata.

DAFTAR PUSTAKA

Aditya Novika Apriyanti, D. (2020). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Miracle Question Untuk Meminimalisir Perilaku Cyber Bullying (Pada Siswa Kelas Xi Sma Bps&K 1 Jakarta). 17(01), 29–33. https://doi.org/10.34005/guidance.v17i01.902

Adytia, O. W. (2019). Efektivitas konseling kelompok dengan teknik self control untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. Skripsi, 3(1), 136–141.

Afridah, M., Syam, I. N., Yusuf, M. S., Agustian, A., & ... (2022). Konseling Berbasis Husnudzon untuk Meningkatkan Resiliensi pada Remaja Korban Kekerasan Seksual: Studi Deskriptif terhadap Remaja. Equalita: Jurnal Studi …,4(1).https://www.syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/equalita/article/view/10898

%0Ahttps://www.syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/equalita/article/download/10898/4468

Agustin, R., & Handayani, I. (2021). Kemandirian Belajar dan Resiliensi Mahasiswa Tingkat Awal Pendidikan Matematika Selama Masa Pandemi COVID-19. Jurnal Cendekia : Jurnal Pendidikan Matematika (2021) 5(2) 1877-1885, 05(02), 1877–1885.

Ainnayyah, R., & Nursalim, M. (2022). Terhadap Resiliensi Akademik Peserta Didik Kelas Xi Di Sma Negeri 1 Waru Sidoarjo Selama Belajar Dari Rumah (BDR) Refiana Ainnayyah Mochamad Nursalim. Jurnal BK UNESA, 12(3), 947–957. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/46385

Amalia, R., Pahrul, Y., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2019). Self Esteem Bagi Anak Keluarga Broken Home. Jurnal Pendidikan Tambusai |, 3(2003), 632–640.

Armila, A. (2020). Bimbingan Kelompok Dalam Mengatasi Stres. Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam, 2(1), 113. https://doi.org/10.32332/jbpi.v2i1.2056

Asmuni. (2020). Jurnal Paedagogy : Jurnal Paedagogy : IkanJurnal Paedagogy: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendid, 7(4), 281–288. https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/pedagogy

Aswad, M. N. H., & Mishbahuddin, A. (2021). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Bermain Peran Terhadap Self Esteem Siswa Kelas Xi Ips 4 Sma N 8 Kota Bengkulu. Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling, 4(2), 206–215. https://doi.org/10.33369/consilia.4.2.206-215

Atika, A. (2022). Penerapan Solution-Focus Brief Counseling (Sfbc) Untuk. 9(2), 125–136.

Crismono, P. (2015). Pengaruh Metode Pembelajaran Outdoor Mathematics terhadap Sikap dan Hasil Belajar Siswa Kelas VII SMP Negeri I Tempurejo Jember. 1, 146–156.

Bakti, S. K., Agustina, H. R., & Sriati, A. (2022). Pengalaman Remaja Hidup Bersama Ayah dengan Skizofrenia. Jurnal Keperawatan Silampari, 6(1), 225–234. https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JKS/article/view/4300

Dr. Yatim Riyanto, M. P. (2022). Metodologi Penelitian Pendidikan Kualitatif. In Metodologi Penelitian Pendidikan Kualitatif.

Fitradi Potabuga. (2020). Pendekatan Realitas Dan Solution Focused Brief Therapy Dalam Bimbingan Konseling Islam. Bimbingan Konseling Islam Al Tazkiah, 9(1), 40–55.

Hafsah, L. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di Rsud Dr. M. Yunus Bengkulu. Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK), 5(1), 21–28. https://doi.org/10.33369/jvk.v5i1.22338

Hendriani, W. (2017). Adaptasi Positif Pada Resiliensi Akademik Mahasiswa Doktoral. Humanitas, 14(2), 139. https://doi.org/10.26555/humanitas.v14i1.5696

Jabbar, A. A., Purwanto, D., Fitriyani, N., Marjo, H. K., & Hanim, W. (2019). Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Untuk Meningkatkan Kematangan Karir. Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan, 2(1), 35–46. https://doi.org/10.33541/sel.v2i1.1003

Kamal, M., & Rochmiyati, S. (2022). Indikator Kemandirian dalam Profil Pelajar Pancasila pada Akhir Fase C Rentang Usia 12 – 15 Tahun. Jurnal Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran, 9(3), 150–171.

Karneli, Y. (2023). Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk Meningkatkan Kematangan Karir. 1(2), 446–455.

Khairunnisa, D. A., & Setyowati, A. (2021). Resiliensi Siswa SMK Selama Masa Pandemi COVID-19. 25–29.

Khoiriyah, U., Indiati, I., & Kurniati, A. (2021). Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Pendekatan Sfbc (Solution Focused Brief Counseling) Untuk Meningkatkan Budi Pekerti Siswa. Proceeding of The URECOL, 1, 215–221.

Koroh, Y. A., & Andriany, M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Warga Binaan Pemasyarakatan Pria: Studi Literatur. Holistic Nursing and Health Science, 3(1), 64–74. https://doi.org/10.14710/hnhs.3.1.2020.64-74

Kus Hendar. (2019). Keefektifan Konseling KelompokSolution-Focused Brief TherapyUntuk Meningkatkan Resiliensi Akademik DanSelf-Efficacy SiswaSma Negeri 1 Ungaran. Universitas Negeri Semarang.

Mahendran, S. A. P., & Siang, T. J. (2022). Sains Humanika The Effect of Solution Focused Brief Therapy Group Counselling to Enhance the Self-Esteem of Primary School Students Keberkesanan Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Melalui Perkhidmatan Kaunseling Kelompok dalam Meningkatkan Harga Diri. 2(2007), 55–63.

Manukan, C.-D. I. K., Kecamatan, W., & Kota, T. (2021). Penerapan Solution Focused Brief Therapy (Sfbt) Untuk Mengatasi Surabaya.

Masril, M., & Afiat, Y. (2020). Solution Focus Brief Counseling Dalam Perspektif Al-Qur'an Sebagai Manifestasi Pendidikan Masa Kini. Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam, 17(1), 17–32. https://doi.org/10.14421/hisbah.2020.171-02

Mastari, & Nuareni. (2021). Pengaruh konseling kelompok terhadap self esteem siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Kuripan. REALITA: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 6(2), 1326–1430.

Meiranti, E., & Sutoyo, A. (2021). Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Resiliensi Akademik Siswa SMK di Semarang Utara. Indonesian Journal of Counseling and Development, 2(2), 119–130. https://doi.org/10.32939/ijocd.v2i2.601

Muhammad, F. (2019). Konseling Islam dengan Teknik Solution Focused Brief Therapy untuk menangani Insomnia pada seorang Mahasiswi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/33556%0Ahttp://digilib.uinsby.ac.id/33556/2/Muh ammad Fauzi_B53215053.pdf

Murniasih, S., Wibowo, M. E., & Murtadho, A. (2020). Menurunkan Perilaku Antisosial Siswa Melalui Konseling Kelompok Berpusat Pada Klien Yang Berorientasi Religius. G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 4(2), 270–285. https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i2.814

Nugroho, A. H., Puspita, D. A., & Mulawarman, M. (2018). Penerapan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) untuk Meningkatkan Konsep Diri Akademik Siswa. Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik), 2(1), 93. https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p93-99

Oktavia, D., & Haryadi, R. (2022). Solution Focused Brief Counseling (Sfbc): Miracle Question Pendekatan Dalam Konseling Keluarga. Proceeding: Islamic University of Kalimantan, 435–440.

Pahlawan, U., Tambusai, T., Perwitasari, D., & Fatayan, A. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling di Sekolah Dasar Islam. 4, 2556–2560.

Prambudi, T. (2019). Pengaruh Solution Focused Brief Counseling (Sfbc) Dalam Meningkatkan Self Esteem Pada Peserta Didik Korban Cyberbullying Kelas Ix Mts Negeri 1 Bandar Lampung. 1–96.

Pratiwi, A. S. (2022). Penerapan Konseling Kelompok Analisis Transaksional Dalam Dunia Pendidikan. Jurnal Konseling Gusjigang, 8(1), 29–40. https://doi.org/10.24176/jkg.v8i1.7753

Pretha, A., Rasyid, M., & Rahmat, A. (2022). Shared Leadership dan Resiliensi Tenaga Kesehatan : Sebuah Perspektif dari Self Determination Theory (SDT). Jurnal Komunitas Sains Manajemen, 1(2), 127–137.

Purwanto, E. (2022). resiliensi dukungan sosial AMERTA. 1, 32–48.

Rachman, T. (2018). Hubungan Antara Strategi Self Regulated Learning Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Kelas Sore Program Studi Teknik Informatika Dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Bekerja. Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952., 2002, 10–27.

Rachmawati, R. H. (2018). Menggali nilai filosofi budaya Jawa sebagai sumber karakter generasi milenial : Konseling SFBT. Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling), 2(1), 327–337. http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNBK/article/view/506

Ramli, M., Hidayah, N., & Fauzan, L. (2022). Peningkatan kompetensi konseling ringkas berfokus solusi bagi konselor smk dan sma. 5(1), 15–22.

Ratnasari, I., & Sulistiana, D. (2020). Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan Cbt Dengan Teknik Cognitive Restructuring Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Siswa. Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research, 4(1), 34–40. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling

Riswanto, D. (2019). Kompetensi Manajerial Konselor Pada Layanan Konseling Kelompok.

Al-Tanzim : Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, 3(1), 156–168. https://doi.org/10.33650/al-tanzim.v3i1.514

Rois, T. L. (2022). Pengembangan Bahan Ajar Psikologi Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Pascasarjana IAIN Kudus. 10(02), 255–268.

Safithry, E. A., & Anita, N. (2019). Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik. Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 4(2), 33–41. https://doi.org/10.33084/suluh.v4i2.624

Salim, F., & Fakhrurrozi, M. (2020). Academic Self-Efficacy and Resilience on Undergraduate Students. Jurnal Psikologi, 16 No 2, 175–187. https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/9718/pdf

Setiyana, S. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Cognitive Behavioral Therapy Terhadap Penurunan Prokrastinasi Akademik. http://eprintslib.ummgl.ac.id/148/ Setyawan, I. (2021). Melihat Peran Pemaafan Pada Resiliensi Akademik Siswa. Jurnal

EMPATI, 10(3), 187–193. https://doi.org/10.14710/empati.2021.31282

Setyowati, P., & Indah Pratiwi, T. (2019). Penerapan Konseling Kelompok Pendekatan Solution-Focused Brief Therapy (Sfbt) Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Di Smpn 33 Surabaya. Jurnal BK UNESA, 9(3), 33–41.

Sholichah, I. F., Psi, S., Paulana, A. N., & Fitriya, P. (2019). Self-Esteem Dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018, 1(1), 191-197. http://journal.umg.ac.id/index.php/proceeding/article/view/920

Silvianetri, S. (2022). Literature Study On The Application Of Group Counseling To Improve The Happiness Of Adolescents Pendahuluan. 5(2), 145–154.

Sugiyono. (2017). Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D (Bandung: CV Alvabeta, 2017), 8. 2 Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D, 11. 29–47.

Sukmawati, E., Martin, M., & Saraswati, S. (2020). Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar Pada Siswa. Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial, 7(2), 198–206. https://doi.org/10.31571/sosial.v7i2.2439

Syamsiah, R. I., Lestari, R., & Yuliatun, L. (2022). Hubungan Gaya Koping Remaja dan

Keterlibatan Orang Tua dengan Resiliensi pada Remaja Selama Pandemi COVID-19. Jurnal Kesehatan Vokasional, 7(1), 32. https://doi.org/10.22146/jkesvo.67065

Umam, R. N. (2021). Pengembangan Efikasi Diri Siswa SMK dalam Menentukan Keputusan Karir Melalui Layanan Bimbingan Kelompok. Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 5(1), 115. https://doi.org/10.29240/jbk.v5i1.2701

Utomo, D. S. (2020). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Mereduksi Perilaku Bullying Pada Siswa (Penelitian …. http://eprintslib.ummgl.ac.id/id/eprint/1618%0Ahttp://eprintslib.ummgl.ac.id/1618/1

/15.0301.0062_BAB I_BAB II_BAB III_BAB V_DAFTAR PUSTAKA.pdf

Wati, R. I., & Asnawati, D. (2022). Konseling Kelompok Realitas Untuk Menurunkan Gejala Depresi Nonklinis Pada Siswa Kelas 9 SMP Negeri 1 Lumajang. Dakwatuna: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi Islam, 8(1), 85. https://doi.org/10.54471/dakwatuna.v8i1.1560

Wijayanti, T. (2020). Konseling Kelompok Untuk Peningkatan Motivasi Belajar Dengan Pendekatan SFBC (Teknik Miracle Question). Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri, 7(2), 106–114. https://doi.org/10.29407/nor.v7i2.15063