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

POTRET RESILIENSI AKADEMIK MURID KELAS VII SMP

Nadia Salsabila Muchtar[1], Yuliati Hotifah[2], Sri Wahyu Rini[3]

[1,2]Universitas Negeri Malang, [3]SMP Negeri 1 Malang, Indonesia
Email: nadia.salsabila.2531127@students.um.ac.id*

Article Info

History
Articles
Received:
23 Juli 2026
Accepted:
28 September 2026
Published:
10 November 2026

Kata kunci: Resiliensi akademik; murid SMP; kelas VII; bimbingan dan konseling.

Keywords: Academic resilience; junior high school students; seventh-grade students; guidance and counseling.

Abstrak

Resiliensi akademik merupakan kemampuan murid untuk bertahan, menyesuaikan diri, dan bangkit ketika menghadapi tuntutan serta hambatan selama proses pembelajaran. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan potret resiliensi akademik murid kelas VII SMPN 1 Malang. Penelitian menggunakan survei dengan pendekatan kuantitatif deskriptif. Responden berjumlah 121 murid dari kelas VII A sampai VII G pada semester genap tahun ajaran 2025/2026. Pengumpulan data dilakukan pada 7–13 Mei 2026 menggunakan Skala Resiliensi Akademik 46 item yang diadopsi dari Banu et al. (2025). Instrumen menggunakan skala Likert empat pilihan dan penskoran terbalik pada butir *unfavorable*. Analisis meliputi statistik deskriptif, persentase ketercapaian skor, kategorisasi lima tingkat berdasarkan skor teoretis, serta uji konsistensi internal. Hasil menunjukkan skor rata-rata resiliensi akademik sebesar 136,79 dari skor maksimum ideal 184 atau 74,3% dan termasuk kategori tinggi. Sebanyak 59 murid (48,8%) berada pada kategori tinggi, 29 murid (24,0%) sangat tinggi, 32 murid (26,4%) sedang, dan 1 murid (0,8%) rendah; tidak terdapat murid pada kategori sangat rendah. Pada tingkat aspek, *Motivation to achieve* memiliki ketercapaian tertinggi (82,4%), sedangkan *Stress Resistance* terendah (66,3%). Reliabilitas internal keseluruhan mencapai α = 0,905, sedangkan α per aspek berada pada rentang 0,683–0,736. Hasil menunjukkan bahwa asesmen tidak cukup hanya melihat rata-rata kelompok, tetapi juga perlu memperhatikan distribusi kategori individual sebagai dasar penentuan sasaran layanan BK.

Abstract

Academic resilience refers to students' ability to persist, adapt, and recover when facing demands and obstacles during the learning process. This study aimed to describe the academic resilience of seventh-grade students at SMPN 1 Malang. The study employed a survey method with a descriptive quantitative approach. The respondents were 121 students from classes VII A to VII G in the second semester of the 2025/2026 academic year. Data were collected from May 7–13, 2026, using a 46-item Academic Resilience Scale adopted from Banu et al. (2025). The instrument used a four-point Likert scale with reverse scoring for unfavorable items. Data analysis included descriptive statistics, percentage of score attainment, five-level categorization based on theoretical scores, and internal consistency analysis. The results showed a mean academic resilience score of 136.79 out of a maximum ideal score of 184, equivalent to 74.3%, which was categorized as high. A total of 59 students (48.8%) were categorized as high, 29 (24.0%) as very high, 32 (26.4%) as moderate, and 1 (0.8%) as low, with no students in the very low category. Among the dimensions, Motivation to achieve had the highest score (82.4%), while Stress Resistance had the lowest (66.3%). Overall internal reliability was α = 0.905, with alpha coefficients ranging from 0.683 to 0.736 across dimensions. The findings indicate that assessment should consider individual category distributions, not only group averages, as a basis for identifying guidance and counseling service needs.

Publikasi : Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Islam Jember
E-ISSN : 2623-033

PENDAHULUAN

Pendidikan pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan fase penting dalam perkembangan akademik dan sosial murid karena menjadi bagian dari masa peralihan dari sekolah dasar menuju lingkungan pendidikan yang lebih kompleks. Transisi dari SD ke SMP tidak hanya melibatkan perpindahan lingkungan sekolah, tetapi juga perubahan tuntutan akademik, pola pembelajaran, hubungan dengan guru, serta relasi dengan teman sebaya. Tinjauan sistematis mengenai transisi sekolah menunjukkan bahwa pengalaman murid dalam masa peralihan dipengaruhi oleh perubahan hubungan dengan guru dan teman sebaya, tuntutan lingkungan pendidikan, serta faktor protektif dan risiko yang berada di sekitar murid. Transisi tersebut juga dapat berkaitan dengan perubahan pada hasil pendidikan dan kesejahteraan murid (Jindal‐Snape et al., 2020) . Oleh karena itu, masa awal SMP, khususnya kelas VII, merupakan periode yang relevan untuk memahami kemampuan murid dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik dan sosial yang baru.

Kemampuan untuk bertahan dan tetap berfungsi secara adaptif ketika menghadapi tekanan, hambatan, maupun kemunduran dalam proses pendidikan dikenal sebagai resiliensi akademik. (Martin & Marsh, 2006) menjelaskan bahwa resiliensi akademik berkaitan dengan kemampuan murid menghadapi kesulitan akademik dan dipengaruhi oleh beberapa faktor psikologis, yaitu *Self-efficacy*, *planning, control*, kemampuan mempertahankan ketenangan ketika menghadapi kecemasan, dan *persistence*. Penelitian tersebut dilakukan pada murid sekolah menengah dan menghasilkan model lima faktor yang berkaitan dengan resiliensi akademik. Selanjutnya, Cassidy (2016) memandang resiliensi akademik sebagai respons adaptif terhadap kesulitan akademik yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan perilaku. Dengan demikian, resiliensi akademik tidak hanya berkaitan dengan keberhasilan akademik sebagai hasil akhir, tetapi juga dengan proses murid dalam mengelola diri, mempertahankan usaha, dan merespons kesulitan secara adaptif.

Resiliensi akademik merupakan konstruk yang memiliki sejumlah aspek yang saling berkaitan. Dalam penelitian ini, operasionalisasi resiliensi akademik mengacu pada instrumen yang diadopsi dari Banu et al. (2025), yang mengukur lima aspek, yaitu *Self-regulation*, *Self-efficacy*, *Stress Resistance*, *Social Support*, dan *Motivation to achieve*. Instrumen tersebut dikembangkan dan diuji untuk mengukur resiliensi akademik pada murid SMP melalui pengujian validitas dan reliabilitas. Secara konseptual, *Self-regulation* berkaitan dengan kemampuan murid mengatur proses belajar dan perilakunya; *Self-efficacy* berkaitan dengan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tuntutan akademik; *Stress Resistance* berkaitan dengan kemampuan mempertahankan kestabilan ketika menghadapi tekanan; *Social Support* berkaitan dengan sumber dukungan dari lingkungan sosial; sedangkan *Motivation to achieve* berkaitan dengan dorongan dan persistensi untuk mencapai tujuan akademik. Kelima aspek tersebut digunakan untuk memperoleh gambaran resiliensi akademik secara lebih komprehensif daripada hanya melihat keberhasilan akademik sebagai hasil akhir.

Pemilihan murid kelas VII juga memiliki dasar perkembangan yang penting karena masa transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah berlangsung bersamaan dengan perubahan akademik dan sosial yang perlu diadaptasi oleh murid. Jindal‐Snape et al. (2020) melalui tinjauan terhadap penelitian internasional menunjukkan bahwa hubungan dengan guru dan teman sebaya menjadi bagian penting dalam pengalaman transisi, sementara perubahan pada hasil pendidikan dan kesejahteraan juga dilaporkan dalam sejumlah penelitian. Temuan

tersebut menunjukkan bahwa kualitas pengalaman transisi tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individual murid, tetapi juga oleh lingkungan sosial dan pendidikan di sekitarnya. Sejalan dengan itu, tinjauan sistematis Beatson et al. (2023) menunjukkan bahwa keberhasilan transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah memerlukan persiapan dan dukungan yang dapat membantu aspek sosial-emosional maupun pendidikan murid.

Penelitian mengenai resiliensi akademik pada murid SMP telah dilakukan dalam berbagai konteks. Anjelyta (2022) misalnya, mendeskripsikan resiliensi akademik murid di SMP Negeri 25 Kota Jambi dan melaporkan gambaran resiliensi akademik pada konteks sekolah tersebut. Faturrohmah & Sagita (2022) juga melakukan penelitian deskriptif pada murid SMP dalam konteks pembelajaran tatap muka terbatas. Herdiansyah & Fauziah (2024) selanjutnya mengkaji prevalensi resiliensi akademik pada murid SMP dan mengaitkannya dengan implikasi bagi layanan bimbingan dan konseling. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa resiliensi akademik pada jenjang SMP telah menjadi perhatian, tetapi gambaran resiliensi dapat berbeda sesuai konteks sekolah, karakteristik murid, dan instrumen yang digunakan.

Berdasarkan penelitian terdahulu tersebut, penelitian ini diarahkan untuk memberikan gambaran resiliensi akademik murid kelas VII SMP melalui pemetaan lima aspek, yaitu *Self-regulation*, *Self-efficacy*, *Stress Resistance*, *Social Support*, dan *Motivation to achieve*. Kebaruan penelitian terletak pada pemetaan kelima aspek tersebut secara bersamaan pada murid kelas VII dalam konteks sekolah yang diteliti, sehingga dapat memberikan informasi yang lebih terperinci mengenai aspek resiliensi akademik yang relatif lebih kuat maupun yang memerlukan perhatian. Informasi tersebut penting bagi bimbingan dan konseling karena hasil asesmen dapat menjadi dasar dalam memahami kebutuhan murid dan menyusun layanan yang sesuai. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan resiliensi akademik murid kelas VII SMP berdasarkan aspek *Self-regulation*, *Self-efficacy*, *Stress Resistance*, *Social Support*, dan *Motivation to achieve*.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode survei dengan pendekatan kuantitatif deskriptif. Populasi terjangkau terdiri atas 121 murid kelas VII SMPN 1 Malang yang berasal dari kelas VII A sampai VII G. Berdasarkan data responden yang terkumpul dari seluruh kelas VII tersebut, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling sehingga seluruh murid dalam populasi terjangkau menjadi responden penelitian. Pengambilan data dilaksanakan pada 7–13 Mei 2026 pada semester genap tahun ajaran 2025/2026.

Karakteristik responden terdiri atas 79 murid perempuan (65,3%) dan 42 murid laki-laki (34,7%). Distribusi responden menurut kelas adalah VII A sebanyak 17 murid, VII B 22 murid, VII C 13 murid, VII D 18 murid, VII E 12 murid, VII F 10 murid, dan VII G 29 murid.

Karakteristik	n	%
Perempuan	79	65,3
Laki-laki	42	34,7
VII A	17	14,0
VII B	22	18,2
VII C	13	10,7
VII D	18	14,9
VII E	12	9,9

VII F	10	8,3
VII G	29	24,0
Total	121	100,0

Data dikumpulkan menggunakan Google Form yang diisi oleh murid di kelas dengan pendampingan selama proses pengisian.. Instrumen yang digunakan adalah Skala Resiliensi Akademik yang diadopsi dari Banu et al. (2025), terdiri atas 46 item dan lima aspek, yaitu *Self-regulation* (9 item), *Self-efficacy* (10 item), *Stress Resistance* (10 item), *Social Support* (8 item), dan *Motivation to achieve* (9 item). Skala menggunakan empat pilihan respons, yaitu sangat tidak sesuai (1), tidak sesuai (2), sesuai (3), dan sangat sesuai (4). Butir *unfavorable* diberi skor terbalik 4–1 agar arah skor seluruh item konsisten, yaitu semakin tinggi skor menunjukkan semakin tinggi resiliensi akademik. Butir yang diperlakukan sebagai *unfavorable* adalah nomor 2, 6, 8, 9, 12, 14, 17, 19, 22, 24, 25, 27, 28, 29, 33, 34, 36, 37, 41, 42, 43, dan 46.

Kategorisasi menggunakan lima tingkat berdasarkan skor teoretis. Mean hipotetik dihitung dengan μ = (Skor minimum + Skor maksimum)/2, sedangkan simpangan baku hipotetik dihitung dengan σ = (Skor maksimum - Skor minimum)/6. Kategori ditetapkan sebagai sangat rendah jika $X < \mu - 1{,}5\sigma$; rendah jika $\mu - 1{,}5\sigma \leq X < \mu - 0{,}5\sigma$; sedang jika $\mu - 0{,}5\sigma \leq X < \mu + 0{,}5\sigma$; tinggi jika $\mu + 0{,}5\sigma \leq X < \mu + 1{,}5\sigma$; dan sangat tinggi jika $X \geq \mu + 1{,}5\sigma$. Pendekatan ini digunakan agar terdapat kategori sedang dan rentang kategori lebih seimbang (Azwar, 2020) .

Tabel 1. Kriteria Kategorisasi Berdasarkan Skor Teoretis

Kategori	Batas persentase skor teoretis
Sangat rendah	< 43,75%
Rendah	43,75% – < 56,25%
Sedang	56,25% – < 68,75%
Tinggi	68,75% – < 81,25%
Sangat tinggi	≥ 81,25%

Persentase ketercapaian dihitung dengan rumus $P = (\Sigma X / (N \times k \times 4)) \times 100\%$, dengan P adalah persentase ketercapaian, ΣX adalah jumlah skor aktual seluruh responden pada aspek yang dianalisis, N adalah jumlah responden, k adalah jumlah item pada aspek, dan 4 adalah skor maksimum setiap item. Analisis statistik meliputi mean (M), simpangan baku (SD), skor minimum, skor maksimum, serta distribusi jumlah dan persentase murid pada setiap kategori. Konsistensi internal dihitung menggunakan Cronbach's alpha untuk keseluruhan skala dan masing-masing aspek.

Tabel 2. Blueprint Skala Resiliensi Akademik

No.	Aspek	Indikator ringkas	Jumlah item
1	*Self-regulation*	Menetapkan tujuan, menyusun strategi, mengatur dan memantau perilaku belajar	9
2	*Self-efficacy*	Keyakinan terhadap kemampuan menghadapi tuntutan dan menyelesaikan tugas akademik	10
3	*Stress Resistance*	Kemampuan mengelola tekanan, kecemasan, dan tuntutan akademik	10
4	*Social Support*	Persepsi terhadap dukungan keluarga,	8

		teman, dan lingkungan belajar	
5	*Motivation to achieve*	Dorongan mencapai prestasi, mempertahankan usaha, dan bangkit dari kegagalan	9

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa skor resiliensi akademik keseluruhan memiliki mean 136,79 dengan SD 15,83, skor minimum 100 dan maksimum 176. Dengan skor maksimum ideal 184, ketercapaian rata-rata sebesar 74,3% sehingga berada pada kategori tinggi.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Resiliensi Akademik

Aspek	M	SD	Min	Maks	Ketercapaian (%)
Self-regulation	25,18	3,93	15	36	69,9
Self-efficacy	30,67	4,09	20	40	76,7
Stress Resistance	26,51	4,36	13	38	66,3
Social Support	24,78	3,87	10	32	77,4
Motivation to achieve	29,65	3,58	19	36	82,4
Keseluruhan	136,79	15,83	100	176	74,3

Tabel 4. Distribusi Murid Berdasarkan Kategori Resiliensi Akademik Keseluruhan

Kategori	n	%
Sangat rendah	0	0,0
Rendah	1	0,8
Sedang	32	26,4
Tinggi	59	48,8
Sangat tinggi	29	24,0
Total	121	100,0

Distribusi kategori menunjukkan bahwa 88 murid (72,7%) berada pada kategori tinggi atau sangat tinggi, tetapi masih terdapat 32 murid (26,4%) pada kategori sedang dan 1 murid (0,8%) pada kategori rendah. Tidak terdapat murid pada kategori sangat rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa rata-rata kelompok sebesar 74,3% tidak cukup untuk menggambarkan seluruh kebutuhan individu; keberadaan murid pada kategori sedang dan rendah perlu dipertimbangkan dalam asesmen kebutuhan layanan BK.

Tabel 5. Distribusi Kategori pada Masing-masing Aspek

Aspek	Sangat rendah n (%)	Rendah n (%)	Sedang n (%)	Tinggi n (%)	Sangat tinggi n (%)
Self-regulation	1 (0,8)	12 (9,9)	36 (29,8)	60 (49,6)	12 (9,9)
Self-efficacy	0 (0,0)	2 (1,7)	27 (22,3)	54 (44,6)	38 (31,4)
Stress Resistance	2 (1,7)	17 (14,0)	50 (41,3)	38 (31,4)	14 (11,6)
Social Support	1 (0,8)	2 (1,7)	19 (15,7)	44 (36,4)	55 (45,5)
Motivation to achieve	0 (0,0)	1 (0,8)	9 (7,4)	49 (40,5)	62 (51,2)

Uji konsistensi internal pada sampel penelitian menghasilkan Cronbach's alpha sebesar 0,905 untuk keseluruhan 46 item. Nilai alpha per aspek berturut-turut adalah 0,683 pada *Self-*

regulation, 0,711 pada *Self-efficacy*, 0,714 pada *Stress Resistance*, 0,728 pada *Social Support*, dan 0,736 pada *Motivation to achieve*. Seluruh koefisien berada di atas 0,60, sehingga data menunjukkan konsistensi internal yang dapat digunakan untuk analisis deskriptif penelitian ini.

Pembahasan

Secara keseluruhan, resiliensi akademik murid kelas VII berada pada kategori tinggi dengan ketercapaian 74,3%. Namun, distribusi kategori memperlihatkan bahwa tidak semua murid berada pada tingkat yang sama. Sebanyak 26,4% murid berada pada kategori sedang dan 0,8% berada pada kategori rendah. Temuan ini menegaskan pentingnya membaca hasil asesmen pada tingkat individual, bukan hanya menggunakan rata-rata kelompok. Dalam konteks layanan BK, murid pada kategori sedang dapat menjadi sasaran layanan pengembangan dan pencegahan, sedangkan murid pada kategori rendah dapat dipertimbangkan untuk asesmen lanjutan dan layanan yang lebih spesifik.

Self-regulation memperoleh ketercapaian 69,9%. Sebanyak 49,6% murid berada pada kategori tinggi dan 9,9% sangat tinggi, sedangkan 29,8% berada pada kategori sedang, 9,9% rendah, dan 0,8% sangat rendah. Pola ini menunjukkan bahwa kemampuan mengatur proses belajar relatif berkembang, tetapi masih terdapat kelompok murid yang membutuhkan penguatan dalam pengelolaan waktu, perencanaan, pemantauan kemajuan, dan konsistensi strategi belajar. Regulasi diri akademik berperan dalam membantu murid mengelola proses belajar dan menghadapi tuntutan akademik, serta berkaitan dengan resiliensi akademik (Ragusa et al., 2023)

Self-efficacy mencapai 76,7%. Sebanyak 44,6% murid berada pada kategori tinggi dan 31,4% sangat tinggi. Hanya 1,7% berada pada kategori rendah dan tidak ada murid dalam kategori sangat rendah. Hasil ini menunjukkan adanya modal kepercayaan terhadap kemampuan diri yang relatif kuat pada kelompok murid yang diteliti. Temuan tersebut konsisten dengan penelitian Yani et al., (2025) yang melaporkan hubungan positif antara *Self-efficacy* dan resiliensi akademik pada murid SMP. Meskipun demikian, 22,3% murid masih berada pada kategori sedang sehingga penguatan keyakinan diri dalam menghadapi tugas menantang tetap relevan dalam layanan BK.

Stress Resistance memiliki ketercapaian terendah, yaitu 66,3%. Sebanyak 41,3% murid berada pada kategori sedang, 14,0% rendah, dan 1,7% sangat rendah; hanya 31,4% yang berada pada kategori tinggi dan 11,6% sangat tinggi. Pola distribusi ini lebih penting dibandingkan sekadar label "tinggi" pada nilai rata-rata karena menunjukkan adanya kelompok murid yang relatif lebih rentan terhadap tekanan akademik. Penelitian Rosana et al., (2023) danAshari & Nasution, (2024) menunjukkan pentingnya pengelolaan stres serta strategi pemecahan masalah dalam membantu murid menghadapi tuntutan akademik. Oleh karena itu, hasil asesmen ini dapat menjadi dasar layanan yang berfokus pada regulasi emosi, manajemen stres, dan *coping adaptif.*

Social Support mencapai 77,4% dengan 45,5% murid berada pada kategori sangat tinggi dan 36,4% tinggi. Hanya 1,7% berada pada kategori rendah dan 0,8% sangat rendah. Pola tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar murid mempersepsikan adanya sumber dukungan sosial yang cukup kuat. Dukungan dari keluarga, teman, dan lingkungan sekolah dapat membantu murid menghadapi tekanan akademik dan mempertahankan keterlibatan dalam belajar (Zia & Saleem, 2024; Nurkholis et al., 2026). Layanan BK dapat

mempertahankan kekuatan tersebut melalui kegiatan kolaboratif dan penguatan jejaring dukungan di lingkungan sekolah.

Motivation to achieve memperoleh ketercapaian tertinggi sebesar 82,4%. Sebanyak 51,2% murid berada pada kategori sangat tinggi dan 40,5% tinggi. Hanya 0,8% berada pada kategori rendah dan tidak terdapat murid pada kategori sangat rendah. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dorongan untuk mencapai hasil akademik merupakan salah satu sumber daya psikologis yang relatif kuat dalam kelompok penelitian. Shengyao et al. (2024) menunjukkan bahwa motivasi berkaitan dengan resiliensi akademik, sementara Zain & Christiana (2026) melaporkan hubungan antara motivasi berprestasi, dukungan sosial teman sebaya, dan resiliensi akademik. Dalam praktik BK, kekuatan motivasi ini dapat dipertahankan melalui penetapan tujuan, refleksi kemajuan, dan penguatan strategi belajar yang realistis.

Perbedaan ketercapaian antaraspek tidak digunakan untuk menyimpulkan bahwa setiap komponen berkembang berbeda pada setiap murid. Perbedaan tersebut hanya menunjukkan variasi pada tingkat kelompok. Informasi individual justru terlihat lebih jelas pada tabel distribusi kategori, terutama pada *Stress Resistance* yang memiliki 19 murid (15,7%) pada kategori rendah atau sangat rendah dan 50 murid (41,3%) pada kategori sedang. Oleh karena itu, asesmen lanjutan yang berorientasi pada kebutuhan individual diperlukan sebelum menentukan bentuk layanan yang lebih intensif.

Hasil penelitian juga memperkuat pentingnya penggunaan asesmen yang konsisten dan transparan. Instrumen (Banu et al., 2025) merupakan alat ukur yang telah diuji pada murid SMP dan dalam penelitian tersebut menunjukkan reliabilitas keseluruhan sebesar 0,904. Pada sampel penelitian ini, alpha keseluruhan sebesar 0,905 menunjukkan konsistensi internal yang serupa, sedangkan alpha per aspek memberikan informasi tambahan mengenai konsistensi masing-masing dimensi. Dengan demikian, interpretasi hasil dapat dilakukan dengan lebih hati-hati, terutama ketika digunakan sebagai dasar perencanaan program BK.

SIMPULAN

Resiliensi akademik murid kelas VII SMPN 1 Malang berada pada kategori tinggi dengan ketercapaian rata-rata 74,3%. Meskipun demikian, distribusi individual menunjukkan bahwa 26,4% murid berada pada kategori sedang dan 0,8% berada pada kategori rendah, sehingga rata-rata kelompok tidak seharusnya menjadi satu-satunya dasar penentuan kebutuhan layanan. *Motivation to achieve* menjadi aspek dengan ketercapaian tertinggi sebesar 82,4%, sedangkan *Stress Resistance* menjadi aspek terendah sebesar 66,3% dan memiliki proporsi kategori sedang, rendah, dan sangat rendah yang relatif lebih besar. Hasil ini dapat menjadi dasar bagi guru BK untuk mempertahankan kekuatan pada motivasi, *Self-efficacy*, dan dukungan sosial sekaligus memberikan penguatan pada regulasi diri dan terutama kemampuan mengelola tekanan akademik.

Penelitian ini terbatas pada murid kelas VII di satu sekolah sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan pada seluruh murid SMP. Selain itu, data diperoleh melalui instrumen self-report sehingga respons murid dapat dipengaruhi oleh persepsi subjektif. Penelitian juga hanya memetakan lima aspek resiliensi akademik dan belum mencakup faktor lain yang dapat memengaruhinya. Hasil asesmen memberikan dua arah tindak lanjut. Murid yang berada pada kategori sedang dan rendah memerlukan perhatian lebih lanjut melalui asesmen

individual untuk mengidentifikasi kebutuhan spesifik, sedangkan murid yang berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi dapat dilibatkan dalam kegiatan pengembangan, peer support, atau strategi pemeliharaan kekuatan. Karena *Stress Resistance* menjadi aspek dengan ketercapaian terendah, program BK dapat memprioritaskan edukasi manajemen stres, regulasi emosi, strategi coping, dan pemecahan masalah akademik. Namun, penentuan layanan individual tetap perlu didasarkan pada asesmen lanjutan dan kondisi nyata murid.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan serta berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Apresiasi disampaikan kepada pihak SMPN 1 Malang atas izin dan fasilitas yang diberikan selama proses pengumpulan data, kepada seluruh murid yang telah berpartisipasi sebagai responden, serta kepada dosen pembimbing atas arahan dan masukan yang diberikan selama penyusunan penelitian. Penulis juga berterima kasih kepada keluarga, sahabat, dan rekan-rekan atas dukungan moral yang turut membantu hingga penelitian ini dapat diselesaikan.

DAFTAR PUSTAKA

Anjelyta, H. T. (2022). Resiliensi Akademik di SMP Negeri 25 Kota Jambi Setelah Menghadapi Situasi Pandemi. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, *5*(3). https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v5i3.11471

Ashari, A., & Nasution, F. (2024). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving dalam Penurunan Tingkat Stres Akademik Siswa. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, *15*(1), 37–43. https://doi.org/10.23887/jibk.v15i1.82621

Azwar, S. (2020). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed.). Prenadamedia Group.

Banu, E. P., Rahman, D. H., & Zamroni. (2025). Uji Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian: Resiliensi Akademik Pada Siswa SMP. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, *14*(1), 110–118. https://doi.org/10.21009/INSIGHT.141.12

Beatson, R., Quach, J., Canterford, L., Farrow, P., Bagnall, C., Hockey, P., Phillips, E., Patton, G. C., Olsson, C. A., Ride, J., McKay Brown, L., Roy, A., & Mundy, L. K. (2023). Improving primary to secondary school transitions: A systematic review of school-based interventions to prepare and support student social-emotional and educational outcomes. *Educational Research Review*, *40*, 100553. https://doi.org/10.1016/j.edurev.2023.100553

Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure. *Frontiers in Psychology*, *7*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787

Faturrohmah, A., & Sagita, D. D. (2022). Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama dalam Mengikuti Pembelajaran Tatap Muka Terbatas (TMT) di Daerah Khusus Ibukota (DKI) Jakarta. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *4*(2), 167–178. https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.188

Herdiansyah, D., & Fauziah, M. (2024). Descriptive Study: The Prevalence of Academic Resilience of Junior High School Students and Its Implications in Guidance and Counseling. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, *7*(1), 38. https://doi.org/10.24014/egcdj.v7i1.29162

Jindal‐Snape, D., Hannah, E. F. S., Cantali, D., Barlow, W., & MacGillivray, S. (2020). Systematic literature review of primary–secondary transitions: International research. *Review of Education*, *8*(2), 526–566. https://doi.org/10.1002/rev3.3197

Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the Schools*, *43*(3), 267–281. https://doi.org/10.1002/pits.20149

Nurkholis, Aji, T. S., Maharani, A., & Khotimah, K. (2026). The Relationship Between Social Support and Student Engagement for School Counseling Programs in Elementary Schools. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, *10*(1), 122–132. https://doi.org/10.26740/10.26740/bikotetik.v10n1.p122-132

Ragusa, A., González-Bernal, J., Trigueros, R., Caggiano, V., Navarro, N., Minguez-Minguez, L. A., Obregón, A. I., & Fernandez-Ortega, C. (2023). Effects of academic self-regulation on procrastination, academic stress and anxiety, resilience and academic performance in a sample of Spanish secondary school students. *Frontiers in Psychology*, *14*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1073529

Rosana, D. S., Saripah, I., & Nadhirah, N. A. (2023). Resiliensi Remaja Dalam Menghadapai Stres Akademik Di Sekolah. *Jurnal Al-Taujih*, *9*(2), 112–122. https://doi.org/10.15548/atj.v9i2.5536

Rudd, G., Meissel, K., & Meyer, F. (2021). Measuring academic resilience in quantitative research: A systematic review of the literature. *Educational Research Review*, *34*, 100402. https://doi.org/10.1016/j.edurev.2021.100402

Shengyao, Y., Salarzadeh Jenatabadi, H., Mengshi, Y., Minqin, C., Xuefen, L., & Mustafa, Z. (2024). Academic resilience, self-efficacy, and motivation: the role of parenting style. *Scientific Reports*, *14*(1). https://doi.org/10.1038/s41598-024-55530-7

Yani, Y. N. I., Budiono, A. N., & Mutakin, F. (2025). Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Resiliensi Akademik Siswa SMPN 02 Silo Jember Tahun Ajaran 2023-2024. *Ristekdik : Jurnal*

Bimbingan Dan Konseling, *9*(4), 518. https://doi.org/10.31604/ristekdik.2024.v9i4.518-526

Zain, H. H. H., & Christiana, E. (2026). Hubungan antara Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik Peserta Didik SMK. *SOSMANIORA (Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora)*, *5*(1), 325–334. https://doi.org/10.55123/sosmaniora.v5i1.7661

Zia, A., & Saleem, T. (2024). Effects of Social Support on Academic Resilience of Undergraduate Students. *UMT Education Review*, *7*(1), 91–116. https://doi.org/10.32350/uer.71.06