

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN
RESILIENSI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA UISU SIANTAR**

SKRIPSI

OLEH :

MUHAMMAD ABDUL AZIZ

218600149



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

MEDAN

2025

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN
RESILIENSI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA UISU SIANTAR**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salahsatu Syarat Untuk Memperoleh

Gelar Sarjana Di Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

OLEH :

MUHAMMAD ABDUL AZIZ

218600149

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

MEDAN

2025

HALAMAN PENGESAHAN

JUDUL : EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DALAM
MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI
SMA UISU SIANTAR

NAMA : MUHAMMAD ABDUL AZIZ

NPM : 218600149

FAKULTAS : PSIKOLOGI

Disetujui Oleh

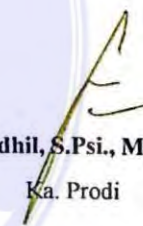
Komisi Pembimbing



Yunita, S.Pd, M.Psi, Kons
Pembimbing



Dr. Siti Aisyah, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Dekan



Faadhil, S.Psi., M.Psi
Ka. Prodi

Tanggal Lulus: 22 Mei 2025

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan pengaturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.



Medan, 22 Mei 2025

Muhammad Abdul Aziz

218600149

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika Universitas Medan Area, saya yang bertanda
tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Abdul Aziz

NPM : 218600149

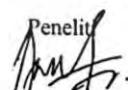
Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA UISU Siantar. Dengan hak bebas royalti noneksklusif ini, Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasi skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 22 Mei 2025

Peneliti

Muhammad Abdul Aziz

ABSTRAK

Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA UISU Siantar

OLEH :

MUHAMMAD ABDUL AZIZ

218600149

Resiliensi akademik merupakan kemampuan siswa untuk menghadapi kesulitan akademik, tetap bertahan, dan bangkit dari kegagalan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan resiliensi akademik siswa kelas XI SMA UISU Siantar. Metode yang digunakan adalah eksperimen semu dengan desain pre-test post-test one group design. Subjek penelitian berjumlah 10 siswa yang memiliki tingkat resiliensi akademik rendah hingga sedang. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam resiliensi akademik siswa setelah mengikuti konseling kelompok, dengan uji t-test menunjukkan nilai $p = 0,019$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, konseling kelompok dapat dijadikan sebagai salah satu metode intervensi untuk membantu siswa mengatasi tekanan akademik dan meningkatkan motivasi belajar.

Kata kunci: Konseling kelompok, resiliensi akademik, siswa SMA, intervensi psikologi.

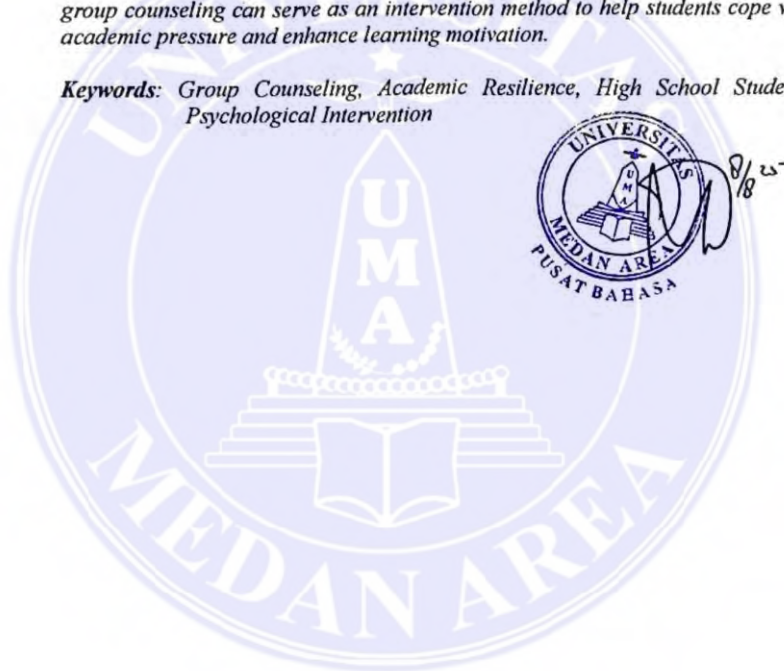
ABSTRACT

**THE EFFECTIVENESS OF GROUP COUNSELING IN IMPROVING
ACADEMIC RESILIENCE AMONG 11TH GRADE STUDENTS OF UISU
SIANTAR SENIOR HIGH SCHOOL**

BY:
MUHAMMAD ABDUL AZIZ
REG NUMBER: 218600149

Academic resilience is the ability of students to face academic difficulties, endure, and recover from failure. This research aims to examine the effectiveness of group counseling in improving academic resilience of 11th grade students of UISU Siantar Senior High School. The method used was quasi-experimental with a pre-test post-test one group design. The research subjects consisted of 10 students with low to moderate levels of academic resilience. The results of the research showed a significant increase in students' academic resilience after participating in group counseling, with a t-test result showing $p = 0.019$ ($p < 0.05$). Thus, group counseling can serve as an intervention method to help students cope with academic pressure and enhance learning motivation.

Keywords: *Group Counseling, Academic Resilience, High School Students, Psychological Intervention*



RIWAYAT HIDUP

Saya Muhammad Abdul Aziz merupakan anak dari bapak alm. Ngadimin dan ibu Nana Lusbiana. penulis adalah anak ke tiga dari tiga bersaudara. Saat ini penulis menempuh pendidikan di perguruan tinggi Universitas Medan Area mengambil jurusan Psikologi. Penulis menyelesaikan pendidikan formal di SD Negeri 095130 Senio pada 2014, lalu melanjutkan ke MTSN Siantar lulus pada tahun 2017. Selanjutnya, penulis menempuh pendidikan di SMA UISU Siantar dan lulus pada 2020. Pada tahun 2021 tepatnya bulan Juni penulis terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Di tahun 2022 penulis mengikuti kompetisi tingkat Provinsi yaitu Putra Kebudayaan Nusantara Sumatera Utara 2022 dan berhasil mendapat juara 3 di kompetisi tersebut. Kemudian penulis mendapat kesempatan untuk lanjut ke tingkat Nasional Pada ajang Pemilihan Putra Budaya Indonesia 2022 di Yogyakarta 1-6 November 2022, dan berhasil menjuarai kategori Best Advocacy serta masuk kejajaran top 10 pada ajang tersebut.

Tahun berikutnya penulis berkompetisi kembali di tingkat Provinsi yaitu Putra Kebudayaan Nusantara Sumatera Utara 2023 dan Berhasil menjadi Pemenang utama pada ajang tersebut yang di selenggarakan di kota Medan pada Mei 2023. Kemudian 10-18 September 2023 di DKI Jakarta penulis mewakili Provinsi Sumatera Utara pada kompetisi Putra Kebudayaan Nasional 2023 dan berhasil mendapat Runer up 4 pada kompetisi tersebut.

Kemudian di tahun 2024 penulis juga lulus seleksi mengikuti program Kampus Mengajar 7 yang di support oleh Menteri Pendidikan. Selama 4 bulan

penulis mengabdikan dirinya menjadi pengajar di sekolah SMP Swasta Pelita
Mabar Hilir, Kota Medan.

Dengan rasa syukur kepada Allah Yang Maha Esa, serta berkat usaha,
kesabaran, dan doa, serta dukungan dari keluarga dan teman-teman, penulis
berhasil menyelesaikan tugas akhir ini. Semangat yang diberikan oleh mereka
sangat berarti dalam proses penyelesaian skripsi ini.



KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah yang Maha Esa, karena kasih dan karunia-Nya yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis berhasil menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA UISU Siantar”**. Secara khusus dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Oleh karena itu, penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada Rektor Universitas Medan Area, Dekan Fakultas Psikologi, Ketua Program Studi Psikologi, serta seluruh dosen dan staf yang telah memberikan bimbingan selama masa studi. Ucapan terima kasih juga disampaikan secara khusus kepada Ibu Yunita, S.Pd., M.Psi., Kons selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, dan motivasi selama penyusunan skripsi ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada pihak SMA UISU Siantar atas kerja sama dan izin yang diberikan selama pelaksanaan penelitian.

Ungkapan terima kasih terdalem penulis sampaikan kepada kedua orang tua tercinta, almarhum Bapak Sertu Ngadimin dan Ibu Nana Lusbiana, atas doa, dukungan moral maupun material yang tak terhingga. Tak lupa, penulis juga menghaturkan terima kasih kepada saudara kandung, sahabat, rekan seperjuangan, serta seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan dukungan dalam bentuk apa pun. Penulis menyadari bahwa skripsi

ini masih memiliki keterbatasan, oleh karena itu segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca serta menjadi kontribusi yang berarti dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

Medan, 22 Mei 2025

Muhammad Abdul Aziz



DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
 BAB I.....	 1
PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Batasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Manfaat Penelitian	7
BAB II	9
LANDASAN TEORI	
2.1. Resiliensi Akademik	9
2.1.1 Pengertian Resiliensi Akademik.....	9
2.1.2. Faktor – Faktor Mempengaruhi Resiliensi Akademik	10
2.1.3. Aspek-Aspek Resiliensi Akademik	12
2.1.4 Ciri - Ciri Resiliensi Akademik	14
2.2. Konseling Kelompok.....	15
2.2.1. Pengertian Konseling Kelompok.....	15
2.2.2 Tahapan-Tahapan Konseling.....	17
2.2.3. Karakteristik Konseling Kelompok	20
2.2.4. Tujuan Konseling Kelompok.....	23
2.2.5. Meningkatkan Resiliensi Akademik Dengan Konseling Individual	24

2.2.6. Kerangka Konseptual	28
BAB III	29
METODE PENELITIAN	
3.1 Waktu dan tempat penelitian	29
3.1.1 Tempat Penelitian.....	29
3.1.2 Waktu Penelitian.....	29
3.2. Bahan Dan Alat	30
3.2.1. Bahan	30
3.2.2. Alat.....	30
3.2.2.1 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	30
3.2.2.2 Norma dan Alat Ukur	32
3.3 Metode Penelitian.....	33
3.4. Populasi Dan Sampel	33
3.4.1. Populasi	33
3.4.2. Sampel.....	33
3.5. Variabel Penelitian	34
3.6 Prosedur Penelitian.....	34
3.7. Teknik Analisi Data	36
BAB IV	38
HASIL PENELITIAN	
4.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian	38
4.2 Hasil Penelitian	41
4.2.1. Uji Asumsi	41
4.2.2. Hasil Perhitungan Analisis T, test related	42
4.2.3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	42
4.3 Pembahasan.....	45
BAB V	49
SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	49
5.2 Saran	49
5.2.1. Bagi Sekolah	49
5.2.2. Bagi Guru BK	50
5.2.3. Bagi Siswa.....	50
5.2.4. Bagi Peneliti Selanjutnya	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN.....	54

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	28



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Waktu Proses Penelitian.....	29
Tabel 3.2 Rancangan Penelitian <i>Pre-test Post-test one Group Design</i>	35
Tabel 4.1 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	41
Tabel 4.2 Rangkuman Hasil Analisis T, test	42
Tabel 4.3 Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Rata Empirik	59



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Instrumen Penelitian.....	55
2.Data Penelitian Pretes-Postes	61
3 Uji Validitas Dan Reliabilitas	63
4. Uji Hipotesis.....	68
5.Uji Normalitas.....	71
6 Validitas	78
7. Dokumentasi Penelitian	80
8.Surat Keterangan Penelitian.....	83
9.Surat Balasan Dari Sekolah SMA UISU SIANTAR	85



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan berperan penting dalam mengembangkan generasi muda yang tidak hanya kuat secara kognitif tetapi juga kuat secara emosional dan sosial. Salah satu tantangan terbesar yang dihadapi siswa saat ini adalah bagaimana bertahan dan pulih dari kegagalan akademik dan stres belajar. Dalam konteks ini, ketahanan akademik merupakan salah satu keterampilan penting yang harus dimiliki siswa. Ketahanan akademik didefinisikan sebagai kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan pulih dari stres dan tantangan dalam situasi belajar (Martin & Marsh, 2006).

Ketahanan akademik penting tidak hanya untuk keberhasilan pembelajaran tetapi juga untuk membangun karakter siswa untuk menghadapi tantangan hidup. Siswa dengan tingkat resiliensi akademik yang tinggi biasanya mampu mengatasi stres, tetap termotivasi, dan berhasil dalam menghadapi berbagai kendala. Namun menurut laporan *Organization for Economic Co-operation and Development* (OECD, 2018), kesehatan mental pelajar Indonesia, termasuk ketahanan akademik, masih tergolong rendah dibandingkan negara lain. Hal ini menunjukkan bahwa banyak pelajar Indonesia yang kesulitan mengatasi tekanan akademis. SMA UISU Siantar merupakan salah satu sekolah menengah atas di Sumatera Utara dengan latar belakang siswa yang beragam. Berdasarkan informasi awal dari pengawas (BK), sekitar 40% siswa mencapai kelas XI. Kelas menderita tekanan akademik yang tinggi. Tekanan ini disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain tuntutan nilai yang baik,

persaingan dari teman sebaya, kurangnya dukungan keluarga, dan beban kerja akademik.

Selain itu, hasil penelitian pertama yang menggunakan Skala Ketahanan Akademik menunjukkan bahwa lebih dari 50% siswa masuk dalam kategori ketahanan akademik rendah hingga sedang. Siswa dengan resiliensi akademik rendah cenderung mudah menyerah, memiliki kecemasan yang tinggi, serta kesulitan mengatur waktu dan emosi. Konseling individu dapat menjadi solusi efektif untuk mengatasi tantangan-tantangan ini.

Menurut Corey (2013), konseling individu adalah pendekatan yang ditargetkan yang memberikan perhatian khusus pada kebutuhan, potensi, dan masalah individu. Proses ini memungkinkan konselor mengembangkan hubungan yang mendalam dengan siswa dan memungkinkan mereka merasa nyaman berbagi masalah mereka. Konseling individu tidak hanya membantu siswa memecahkan masalah akademik, tetapi juga membantu mereka mengembangkan keterampilan seperti manajemen emosi, pemecahan masalah, dan berpikir positif.

Fenomena yang terlihat pada siswa kelas XI SMA UISU Siantar, terdapat beberapa permasalahan yang berpotensi menurunkan resiliensi akademik, seperti tekanan dari tugas-tugas yang semakin banyak, persiapan menghadapi ujian semester, serta tekanan sosial di lingkungan sekolah. Berdasarkan observasi awal, beberapa siswa menunjukkan gejala motivasi belajar yang rendah, hingga kecenderungan menghindari tanggung jawab akademik. Hal ini dapat berdampak pada prestasi akademik mereka secara keseluruhan. Salah

satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah ini adalah dengan memberikan layanan konseling kelompok. Melalui pendekatan ini, siswa dapat dibantu untuk mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi, mengembangkan strategi coping yang efektif, serta memperkuat kemampuan mereka dalam menghadapi tekanan akademik, sehingga resiliensi akademik mereka dapat meningkat.

Beberapa teori mendukung pentingnya konseling kelompok dalam membangun ketahanan. Teori Bandura (1997) menyatakan bahwa kepercayaan diri seseorang dalam mengatasi tantangan mempunyai dampak yang signifikan terhadap tindakan dan keputusannya. Dalam lingkungan konseling, konselor membantu siswa memperoleh kepercayaan diri melalui penguatan positif, melatih keterampilan, dan memberikan dukungan emosional.

Teori Resiliensi dari Masten (2001) Masten mengemukakan bahwa resiliensi adalah kapasitas individu untuk berhasil beradaptasi meskipun menghadapi tantangan atau kesulitan yang signifikan. Dalam konteks akademik, resiliensi mencakup kemampuan siswa untuk tetap bertahan, berusaha, dan bangkit kembali setelah mengalami kesulitan belajar atau tekanan akademik. Masten menyebutkan adanya “ordinary magic,” yaitu kemampuan adaptasi yang muncul dari interaksi antara faktor internal (seperti kepercayaan diri dan regulasi emosi) dan dukungan eksternal (seperti keluarga, guru, atau lingkungan). Selain itu, teori terapi perilaku kognitif (CBT) yang dikembangkan oleh Beck (1976) menekankan pentingnya

mengubah pola pikir negatif menjadi positif sebagai langkah awal dalam mengembangkan ketahanan diri.

Dalam tahapan konsultasi kelompok, konsultan biasanya melalui tahapan tertentu, seperti: Mengidentifikasi permasalahan siswa seperti Penyebab stres akademik dan hambatan terhadap ketahanan, Memberikan strategi pemecahan masalah, pelatihan keterampilan sosial, dan teknik manajemen stress, Serta mengevaluasi efektivitas intervensi dan memberikan umpan balik kepada siswa untuk perbaikan lebih lanjut.

Dalam penelitian di SMA UISU Siantar, konseling kelompok merupakan pendekatan yang tepat karena memungkinkan konselor menyesuaikan intervensi dengan kebutuhan spesifik siswa. Penelitian Hidayat (2020) menunjukkan bahwa pemberian nasihat yang dipersonalisasi dapat meningkatkan ketahanan akademik siswa hingga 30% dalam waktu tiga bulan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendekatan individual dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap ketahanan akademik siswa, terutama yang mengalami kesulitan dalam mengatasi stres akademik. Lebih lanjut, ketahanan akademik sejalan dengan kebijakan pendidikan nasional yang menekankan pentingnya pengembangan karakter.

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 20 Tahun 2018 tentang Penguatan Pendidikan Personal (PPK), sekolah wajib menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pengembangan nilai-nilai seperti kemandirian, tanggung jawab, dan ketekunan. Memberikan bimbingan pribadi sebagai layanan di sekolah dapat menjadi salah satu cara untuk

mencapai tujuan ini, terutama untuk membantu siswa meningkatkan prestasi akademik mereka.

Namun seringkali siswa mengalami kesulitan dalam melakukan konseling kelompok karena belum memahami manfaat konseling. Menurut survei Wahyuni (2019), sekitar 60% siswa enggan mengikuti konseling karena percaya bahwa konseling hanya diperuntukkan bagi siswa bermasalah.

Oleh karena itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mendidik siswa tentang pentingnya konseling sebagai sarana pengembangan diri. Saya berharap melalui penelitian ini kita dapat menemukan bukti empiris efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan prestasi akademik siswa. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi masukan bagi sekolah lain untuk mengembangkan program bimbingan dan konseling yang berfokus pada peningkatan ketahanan. Dengan cara ini, siswa tidak hanya mampu mengatasi tekanan akademis, tetapi juga mempersiapkan diri menghadapi tantangan yang lebih kompleks dalam kehidupannya di masa depan.

Peneliti mendapatkan informasi awal di dapat melalui komunikasi whatsapp guru BK yang ada di sekolah yaitu Bapak MH. Selanjutnya peneliti melakukan observasi langsung ke sekolah SMA UISU Siantar. Serta wawancara langsung dengan guru BK yang ada di sekolah tersebut. Berdasarkan pernyataan di atas, penelitian ini berfokus pada upaya peningkatan ketahanan akademik melalui konseling kelompok pada siswa Kelas XI di SMA UISU Siantar. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan

kontribusi bagi pengembangan bimbingan dan konseling di sekolah serta mendukung pendidikan siswa yang tangguh dan berkemampuan.

1.2 Identifikasi Masalah

Kurangnya kemampuan resiliensi akademik siswa kelas XI SMA Uisu Siantar menjadi permasalahan yang cukup signifikan. Banyak siswa mengalami kesulitan dalam menghadapi berbagai tekanan akademik, seperti kesulitan dalam mengelola waktu belajar, menghadapi hasil nilai yang tidak sesuai harapan, serta ketidakmampuan untuk tetap termotivasi ketika menghadapi suatu kegagalan. Rendahnya resiliensi ini menyebabkan mereka mudah merasa putus asa, kurang percaya diri serta penyesuaian diri terhadap mata pelajaran.

1.3 Batasan Masalah

Subjek penelitian dibatasi pada siswa kelas XI yang menunjukkan indikasi rendahnya resiliensi akademik berdasarkan identifikasi awal melalui observasi dan pretest.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan resiliensi akademik pada siswa kelas XI di SMA UISU Siantar.

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih dalam mengenai bagaimana layanan konseling kelompok dapat digunakan sebagai intervensi

yang efektif untuk meningkatkan resiliensi akademik pada siswa kelas XI SMA UISU Siantar. Penelitian ini juga untuk memahami kondisi awal resiliensi akademik siswa yang mengalami tekanan belajar atau kegagalan akademik, serta mengevaluasi perubahan yang terjadi setelah siswa diberikan layanan konseling kelompok.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

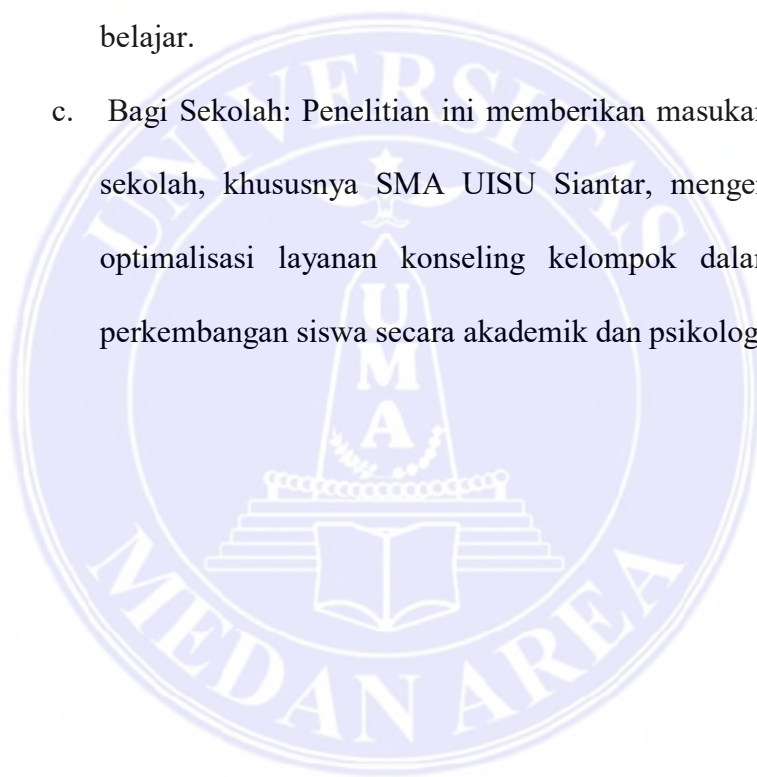
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling (BK). Hasil penelitian dapat memperkaya teori terkait resiliensi akademik, khususnya bagaimana layanan konseling kelompok berperan dalam membangun ketahanan siswa dalam menghadapi tantangan akademik. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi untuk studi-studi selanjutnya yang mengkaji hubungan antara pendekatan konseling dan pengembangan karakter siswa, khususnya dalam konteks pendidikan menengah.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK): Penelitian ini dapat memberikan panduan dan strategi praktis bagi guru BK dalam melaksanakan layanan konseling kelompok untuk membantu siswa yang menghadapi kesulitan akademik. Guru BK dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk merancang pendekatan

yang lebih efektif dan terarah dalam meningkatkan resiliensi akademik siswa.

- b. Bagi Siswa: Melalui penelitian ini, siswa diharapkan mendapatkan manfaat langsung dari layanan konseling kelompok yang membantu mereka memahami potensi diri, membangun kemampuan untuk menghadapi tekanan akademik, serta meningkatkan motivasi dan ketahanan dalam mencapai tujuan belajar.
- c. Bagi Sekolah: Penelitian ini memberikan masukan kepada pihak sekolah, khususnya SMA UISU Siantar, mengenai pentingnya optimalisasi layanan konseling kelompok dalam mendukung perkembangan siswa secara akademik dan psikologis.



BAB II

LANDASAN TEORI

2.1. Resiliensi Akademik

2.1.1 Pengertian Resiliensi Akademik

Vanbreda (2001) mengatakan resiliensi adalah kapasitas seseorang untuk mempertahankan kemampuan yang berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stressor kehidupan. Menurut Luthar (dalam Hendriani 2018) menyebutkan bahwa resiliensi ditandai oleh beberapa karakteristik, antara lain mampu menghadapi kesulitan, tangguh dan mampu bangkit dari berbagai trauma yang di alami individu. Menurut Grotberg (dalam Hendriani, 2018) resiliensi adalah kemampuan untuk bertahan dan mampu beradaptasi, serta kapasitas manusia untuk menghadapi dan memecahkan masalah yang di hadapinya setelah mengalami berbagai kesengsaraan (dalam Hendriani 2018).

Dalam dunia akademik, resiliensi disebut dengan resiliensi akademik. Resiliensi akademik adalah perjuangan individu pada situasi gagal ataupun menghadapi kondisi yang negative dalam kehidupannya dan individu tersebut berhasil bangkit dari kegagalan tersebut pada proses pendidikannya.

Menurut Corsini (dalam Hendriani, 2018) resiliensi akademik merupakan ketangguhan seseorang saat menghadapi tugas-tugas akademik dalam lingkungan sekolah maupun perguruan tinggi. Henderson dan Milstein (dalam Hendriani, 2018), resiliensi akademik adalah kapasitas yang dimiliki seseorang untuk bangkit, pulih, dan mampu beradaptasi meskipun dalam kesulitan, dan

mengembangkan kompetensi sosial, akademik dan keterampilan untuk dapat menghilangkan stress yang di hadapinya selama belajar.

Resiliensi akademik adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi masalah ketika terjatuh, stres, ataupun tekanan pada setting akademik (Martin & Marsh, 2003). Wang, Haertal, dan Walberg (dalam Cassidy, 2015) menyebutkan resiliensi akademik sebagai suatu kemungkinan yang bisa dijadikan untuk keberhasilan akademik meskipun di lingkungan yang sulit.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi akademik adalah kemampuan individu ketika menghadapi situasi yang sulit, individu tersebut mampu untuk mempertahankan kondisi diri dan mampu menemukan solusi untuk mengatasi kesulitannya dalam proses belajar baik di bangku sekolah maupun di dunia perguruan tinggi.

2.1.2. Faktor – Faktor Mempengaruhi Resiliensi Akademik

Dalam penelitian Jowkar, Kojuri, Kohoulat, dan Hayat (2014) mengatakan ada beberapa hal yang dapat meningkatkan resiliensi akademik seseorang, ialah:

a. Faktor Protektif Internal

Faktor protektif internal terdiri dari kualitas karakteristik individu seperti keterampilan, sikap, kepercayaan, dan nilai yang berkaitan dengan hasil perkembangan yang positif pada seseorang. Faktor protektif internal ini dapat membedakan resiliensi individu dengan individu yang lainnya. Adapun yang mendukung faktor protektif internal adalah:

1. Kerja sama dan komunikasi

Hal ini berkaitan dengan kemampuan individu untuk bekerja sama dengan individu yang lain untuk menuntaskan suatu masalah maupun kegiatan lainnya dan didukung dengan komunikasi yang baik.

2. Empati

Empati berkaitan dengan kemampuan individu dalam merasakan dan membantu untuk mengatasi masalah orang lain.

3. Kemampuan memecahkan masalah

Kemampuan individu untuk mengatasi atau menyelesaikan masalahnya dengan pikiran yang tenang untuk mencari solusi terkait masalah yang dihadapinya.

4. Tujuan dan aspirasi

Individu memiliki tujuan dan harapan terhadap suatu yang dapat membantunya menuju keberhasilan.

5. Efikasi diri

Berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk melakukan suatu tindakan.

6. Kesadaran diri

Kemampuan individu untuk dapat merasakan dan memahami dirinya sendiri.

a. Faktor Protektif Eksternal

Faktor protektif eksternal terdiri dari dukungan lingkungan sosial, lingkungan rumah, lingkungan sekolah atau perguruan tinggi, komunitas dan kelompok teman sebaya. Adapun yang mendukung faktor protektif eksternal ialah :

Hubungan kepedulian berkaitan dengan kepedulian individu dan dengan individu yang lainnya dalam berbagai hal :

1. Harapan tinggi suatu bentuk pengharapan yang tinggi terhadap sesuatu di masa depan.
2. Berkaitan dengan keinginan individu untuk terus ikut aktif dalam kegiatan lingkungan.

Adapun menurut Grotberg (dalam Desmita, 2011) faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik adalah :

- a. Kepercayaan, resiliensi tidak dapat bekerja dengan maksimal apabila tidak adanya kepercayaan diri terhadap kemampuan untuk bertahan dan menyesuaikan diri dalam menghadapi masalah di dalam kondisi sulit.
- b. Otonomi atau kemandirian, individu yang memiliki otonomi atau kemandirian maka resiliensi dapat bekerja dengan maksimal dan pandangan positif terhadap diri anak dapat bertahan dalam kesulitan.
- c. Inisiatif, melibatkan keinginan yang kuat untuk bertanggung jawab atas kehidupan sendiri atau masalah yang di hadapi.

Berdasarkan faktor-faktor yang telah di paparkan diatas dapat disimpulkan bahwa adanya faktor internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi resiliensi akademik seseorang.

2.1.3. Aspek-Aspek Resiliensi Akademik

Cassidy (2016) menyebutkan bahwa ada tiga aspek dalam resiliensi akademik yaitu :

- a. *Perseperance* (ketekunan) menggambarkan individu yang bekerja keras, selalu berusaha, tidak mudah menyerah, berpegang teguh pada rencana dan tujuan, menerima masukan dari orang lain.
- b. *Reflecting and adaptive help seeking* (mencari bantuan adaptif) menggambarkan individu yang mampu merefleksikan kekuatan dan kelemahan, berusaha untuk selalu belajar, mencari bantuan dan dukungan orang lain.
- c. *Negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respons emosional) menggambarkan kecemasan individu, tanggapan negatif, keputusan, serta penerimaan pengaruh negatif yang dialami individu.

Sementara menurut Martin & Marsh (2003) menemukan bahwa aspek resiliensi akademik (*academic resiliency*) terdiri dari:

a. *Confidence (self-belief)*

Confidence atau self-belief adalah keyakinan dan kepercayaan siswa pada kemampuan mereka untuk memahami atau untuk melakukan tuntutan akademik dengan baik, menemui tantangan yang harus mereka hadapi, dan melakukan yang terbaik dengan kemampuan mereka.

b. Control (a sense of control)

Control adalah kemampuan siswa saat mereka yakin mengenai cara melakukan pekerjaan dengan baik. Dimensi ini tampak dari seberapa jauh kemampuan individu untuk mengelola dan mengendalikan berbagai tuntutan atau tantangan yang datang dalam aktivitas belajarnya.

c. Composure (anxiety)

Composure mencakup dua bagian yaitu perasaan cemas dan khawatir. Merasa cemas adalah perasaan tidak mudah (uneasy or sick) yang dialami individu ketika mereka memikirkan mengenai tuntutan akademik seperti tugas maupun ujian. Khawatir adalah rasa takut individu saat mereka tidak melaksanakan tuntutan akademik dengan baik seperti mengerjakan tugas maupun mengikuti ujian.

d. Commitment (persistence)

Commitment (persistence) adalah kemampuan siswa untuk terus berusaha menyelesaikan jawaban atau untuk memahami sebuah masalah meskipun masalah tersebut sangat sulit dan penuh tantangan.

2.1.4 Ciri - Ciri Resiliensi Akademik

Menurut Cassidy (2016), individu yang resiliensi akademiknya tinggi memiliki ciri-ciri yaitu Kegigihan bekerja keras dan tidak mudah menyerah, kemampuan merefleksikan kelebihan dan kekurangan diri, serta mencari bantuan adaptif dari lingkungan. Selain itu, Anda dapat mengatasi pengaruh negatif seperti

ketakutan, keputusan, dan reaksi emosional negatif agar tetap fokus pada tujuan akademis Anda.

Menurut Martin dan Marsh (2003), ciri-ciri resiliensi akademik antara lain rasa percaya diri yang tinggi, Keyakinan individu terhadap kemampuannya menerima dan mengatasi tantangan akademik. Selain itu, siswa yang kuat mengelola situasi belajarnya dengan mengelola tuntutan yang ada akan tetap tenang dalam menghadapi kecemasan akademik (calmness), dan menunjukkan komitmen dan ketekunan dalam menyelesaikan tugas (commitment). Menghadapi rintangan. .

Berdasarkan teori Masten (2001), resiliensi akademik ditandai dengan kemampuan individu untuk beradaptasi secara efektif bahkan dalam situasi penuh tekanan. Karakteristik ini mencakup kemampuan memanfaatkan sumber daya internal, seperti pengaturan emosi dan efikasi diri, serta dukungan eksternal, seperti hubungan baik dengan guru dan teman. Orang yang tangguh juga cenderung optimis dan positif terhadap tantangan, dan melihatnya sebagai peluang untuk belajar dan berkembang.

Dari uraian di atas bahwa resiliensi akademik yaitu kemampuan suatu individu untuk bertahan menghadapi berbagai tantangan pada akademik yang ditandai dengan faktor-faktor, aspek serta ciri-ciri resiliensi akademik yang meliputi ketekunan, kemampuan beradaptasi, pengelolaan emosi, rasa percaya diri, dan kemampuan mencari dukungan dalam menghadapi kesulitan, sehingga memungkinkan individu yang menjaga ketahanan akademik dalam menghadapi kesulitan dapat tetap fokus pada tujuan .

2.2. Konseling Kelompok

2.2.1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah suatu proses konseling yang melibatkan beberapa individu dalam kelompok kecil di bawah bimbingan seorang konselor untuk mencapai tujuan tertentu, seperti pengembangan diri, penyelesaian masalah, atau peningkatan kemampuan sosial. Dalam konteks pendidikan, konseling kelompok digunakan untuk membantu siswa mengatasi berbagai tantangan, termasuk tekanan akademik, konflik interpersonal, dan pengelolaan emosi.

Menurut Corey (2016), konseling kelompok merupakan metode konseling yang memanfaatkan interaksi antar individu dalam kelompok untuk menciptakan dukungan emosional, memberikan umpan balik, dan membantu setiap anggota mencapai perubahan positif dalam hidup mereka. Proses ini berlangsung dalam suasana yang terstruktur dan kondusif, dengan konselor sebagai fasilitator utama.

Dalam pandangan Gladding (2012), konseling kelompok adalah pendekatan terapeutik yang melibatkan dinamika kelompok untuk membantu individu memahami diri mereka lebih baik, meningkatkan keterampilan interpersonal, dan mencapai tujuan pribadi. Gladding menekankan bahwa melalui interaksi kelompok, individu dapat belajar dari pengalaman orang lain dan merasa didukung secara emosional.

Prayitno (2004) mendefinisikan konseling kelompok sebagai layanan konseling yang dilakukan dalam kelompok kecil untuk membahas masalah-masalah tertentu yang dihadapi oleh individu, dengan tujuan memberikan solusi melalui diskusi, umpan balik, dan pembelajaran bersama. Konseling kelompok ini

bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis individu, baik dalam aspek personal maupun sosial.

Dalam penelitian siswa SMA, konseling kelompok dapat menjadi pendekatan efektif untuk membantu mereka menghadapi tekanan akademik. Siswa yang terlibat dalam konseling kelompok diberikan kesempatan untuk berbicara tentang masalah yang dihadapi, mendapatkan dukungan dari teman sebaya, dan memperoleh keterampilan untuk menghadapi tantangan belajar.

Berdasarkan jurnal penelitian, Corey dan Corey (2021) dalam artikel *Group Counseling: Strategies and Skills* menegaskan bahwa konseling kelompok memberikan kesempatan kepada individu untuk berbagi pengalaman secara terbuka dan mendapatkan dukungan sosial dari anggota lain. Proses ini membantu anggota kelompok untuk mengatasi masalah, membangun rasa percaya diri, dan mengembangkan keterampilan yang relevan untuk kehidupan sehari-hari.

Dari definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah suatu bentuk layanan konseling yang melibatkan interaksi interpersonal dalam kelompok kecil, dengan tujuan untuk membantu anggota kelompok memahami diri, meningkatkan kemampuan sosial, dan menemukan solusi atas masalah yang mereka hadapi. Konseling kelompok sangat efektif karena memanfaatkan kekuatan kelompok dalam memberikan dukungan emosional dan solusi bersama.

2.2.2 Tahapan-Tahapan Konseling

Proses konseling dapat berjalan dengan baik karena adanya hubungan yang terjalin antara konselor dan klien. Menurut Gibson (2010), konseling

kelompok adalah suatu proses yang sedang berlangsung dan memberikan arti penting bagi kedua belah pihak, yaitu konselor dan klien.

Setiap tahapan konseling membutuhkan keterampilan khusus dari konselor. Namun, keterampilan ini tidak akan berarti jika hubungan konseling tidak mencapai rapport. Rapport merupakan hubungan harmonis yang ditandai dengan kecocokan, kesepahaman, dan saling menghargai antara konselor dan klien. Hubungan ini terbentuk melalui komunikasi verbal maupun non-verbal dan menciptakan rasa saling percaya. Jika hubungan tersebut sudah terjalin, klien akan merasa lebih nyaman, sehingga proses konseling akan berjalan secara efektif.

Menurut Willis (2014), proses konseling secara umum terbagi menjadi tiga tahapan utama, yaitu:

1. Tahap Awal Konseling

Tahap awal terjadi ketika klien pertama kali bertemu dengan konselor hingga proses awal konseling berjalan. Pada tahap ini, konselor dan klien bekerja sama untuk mendefinisikan masalah utama yang dihadapi oleh klien. Fokus konselor adalah memahami isu atau permasalahan dasar yang dihadapi oleh klien.

- a. Membangun Hubungan Konseling yang Melibatkan Klien

Dalam tahap ini, konselor berusaha membangun rapport dengan klien melalui komunikasi efektif, baik verbal maupun non-verbal. Hubungan yang dibangun bukan sekadar untuk menyelesaikan masalah, tetapi juga untuk memberikan dukungan yang membantu

klien merasa dihargai dan didengar. Hubungan konseling yang baik dikenal sebagai *working relationship*, di mana terjadi keterlibatan aktif klien dalam diskusi. Tahap ini sangat menentukan keberhasilan proses konseling selanjutnya. Setelah *rapport* dan tujuan awal ditetapkan, konselor dan klien akan membuat kesepakatan atau kontrak konseling, baik secara tertulis maupun lisan, terkait dengan aturan dan batasan yang berlaku selama sesi konseling berlangsung.

2. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Pada tahap ini, fokus konseling beralih pada eksplorasi masalah yang dihadapi oleh klien. Konselor membantu klien untuk memahami lebih dalam masalah yang dialaminya, menganalisis sumber masalah, dan mengevaluasi langkah-langkah yang telah diambil sebelumnya. Konselor juga membantu klien menemukan perspektif baru dan alternatif solusi yang lebih efektif. Proses ini memungkinkan klien untuk memahami masalahnya secara lebih objektif dan menciptakan dinamika perubahan positif dalam diri klien.

3. Tahap Akhir Konseling (Tahap Tindakan)

Tahap ini menandai akhir dari proses konseling dan ditandai oleh beberapa indikator perubahan pada klien, yaitu:

a. Menurunnya Tingkat Kecemasan

Konselor mengevaluasi perubahan ini dengan menanyakan langsung kepada klien tentang tingkat kecemasannya dibandingkan dengan kondisi sebelumnya.

b. Perubahan Perilaku yang Lebih Positif

Klien menunjukkan perkembangan perilaku ke arah yang lebih sehat, dinamis, dan konstruktif sebagai hasil dari proses konseling.

c. Perubahan Sikap Positif

Klien mulai mampu mengevaluasi dirinya secara objektif dan mengurangi kebiasaan menyalahkan pihak eksternal, seperti orang tua, guru, teman, atau lingkungan sekitarnya. Dengan adanya perubahan sikap ini, klien menjadi lebih mandiri dan bertanggung jawab atas tindakannya sendiri. Tahap ini menunjukkan adanya dinamika perubahan pada diri klien yang menuju perkembangan positif. Tanpa perspektif dan upaya ini, proses perubahan akan sulit terjadi.

2.2.3. Karakteristik Konseling Kelompok

a. Interaksi Dinamis Antaranggot

Menurut Corey (2016), konseling kelompok menekankan pada interaksi dinamis antaranggota. Dalam proses ini, anggota kelompok saling berbagi pengalaman, memberikan dukungan emosional, dan memberikan umpan balik yang konstruktif. Interaksi yang terjadi memungkinkan anggota untuk memperoleh wawasan baru dan membangun keterampilan interpersonal yang lebih baik.

b. Keberadaan Pemimpin Kelompok (Konselor)

Gladding (2012) menjelaskan bahwa konseling kelompok selalu dipimpin oleh seorang konselor atau fasilitator yang berperan

dalam mengarahkan diskusi, menjaga dinamika kelompok, dan menciptakan suasana yang kondusif. Konselor juga bertanggung jawab untuk memastikan bahwa tujuan konseling kelompok tercapai dan anggota kelompok merasa didukung dalam prosesnya.

c. Ukuran Kelompok yang Terbatas

Prayitno (2004) menyebutkan bahwa ukuran ideal kelompok dalam konseling berkisar antara 5 hingga 12 orang. Kelompok kecil ini memungkinkan setiap anggota mendapatkan kesempatan yang sama untuk berbicara, berbagi pengalaman, dan menerima perhatian dari konselor. Ukuran kelompok yang kecil juga mendukung terciptanya suasana yang lebih intim dan mendalam dalam proses konseling.

d. Kerahasiaan

Kerahasiaan adalah prinsip utama dalam konseling kelompok. Corey (2016) menegaskan bahwa semua informasi yang dibagikan selama sesi konseling harus dijaga kerahasiaannya oleh konselor maupun anggota kelompok. Hal ini bertujuan untuk menciptakan rasa aman dan membangun kepercayaan, sehingga anggota kelompok merasa bebas untuk berbicara secara terbuka tentang permasalahan mereka.

e. Tujuan yang Jelas

Menurut Gladding (2012), konseling kelompok memiliki tujuan yang jelas, baik itu untuk pengembangan diri, peningkatan keterampilan sosial, atau pemecahan masalah tertentu. Setiap

anggota kelompok bekerja bersama untuk mencapai tujuan tersebut melalui diskusi dan kegiatan yang difasilitasi oleh konselor.

f. Fokus pada Proses dan Hasil

Corey (2016) menyatakan bahwa konseling kelompok tidak hanya berfokus pada hasil akhir, tetapi juga pada proses interaksi yang terjadi selama sesi konseling. Proses ini mencakup diskusi, refleksi, dan pembelajaran yang membantu anggota kelompok memahami masalah mereka dengan lebih baik dan menemukan solusi yang tepat.

g. Suasana yang Aman dan Kondusif

Menurut Prayitno (2004), konseling kelompok menciptakan suasana yang aman dan kondusif bagi anggota untuk berbicara dan berbagi pengalaman. Konselor bertugas memastikan bahwa suasana kelompok tetap mendukung dan bebas dari ancaman atau kritik yang merugikan.

h. Saling Ketergantungan Positif

Yalom (2005) menekankan bahwa dalam konseling kelompok, terdapat saling ketergantungan positif di antara anggota kelompok. Setiap anggota memiliki peran dalam mendukung dan membantu anggota lainnya, sehingga tercipta dinamika kelompok yang harmonis dan produktif.

i. Adanya Struktur dan Tahapan yang Jelas

Corey (2016) menjelaskan bahwa konseling kelompok memiliki struktur dan tahapan yang jelas, mulai dari tahap pembentukan,

transisi, kerja, hingga penutupan. Setiap tahap memiliki tujuan dan aktivitas tertentu yang dirancang untuk mendukung proses konseling secara keseluruhan.

Dengan memahami karakteristik-karakteristik tersebut, konseling kelompok dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk membantu individu mengatasi masalah yang mereka hadapi, baik dalam aspek personal, sosial, maupun akademik. Karakteristik ini juga menunjukkan pentingnya peran konselor dalam menciptakan dinamika kelompok yang positif dan mendukung pencapaian tujuan bersama.

2.2.4. Tujuan Konseling Kelompok

Corey (2016) menyatakan bahwa salah satu tujuan utama konseling kelompok adalah membantu individu memahami diri mereka sendiri, termasuk mengenali kekuatan, kelemahan, serta potensi yang dimiliki. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang diri sendiri, individu dapat lebih mampu menghadapi tantangan yang ada. Selain itu, konseling kelompok bertujuan untuk meningkatkan keterampilan interpersonal. Gladding (2012) menjelaskan bahwa melalui interaksi dalam kelompok, anggota belajar berkomunikasi secara efektif, mendengarkan dengan empati, dan bekerja sama dengan orang lain.

Yalom (2005) menambahkan bahwa konseling kelompok memberikan dukungan emosional yang penting bagi anggotanya. Interaksi antarindividu memungkinkan setiap anggota merasa didukung, sehingga mereka tidak merasa sendirian dalam menghadapi masalah. Selain memberikan dukungan emosional, konseling kelompok juga bertujuan untuk membantu individu menyelesaikan

masalah yang dihadapi. Prayitno (2004) menjelaskan bahwa melalui diskusi, berbagi pengalaman, dan solusi bersama, anggota kelompok dapat menyelesaikan masalah pribadi, sosial, maupun akademik.

Corey (2016) menyebutkan bahwa konseling kelompok berfungsi mendorong perubahan perilaku positif. Dalam dinamika kelompok, individu belajar dari pengalaman anggota lain dan menerima umpan balik yang dapat membantu mereka memperbaiki perilaku. Selain itu, konseling kelompok juga bertujuan meningkatkan rasa percaya diri. Menurut Gazda (1989), dukungan dari anggota kelompok dan konselor membantu individu lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan dan mengambil keputusan.

Tujuan lain dari konseling kelompok adalah menanamkan pemahaman yang lebih baik tentang pengelolaan emosi. Gladding (2012) menyatakan bahwa melalui proses konseling kelompok, individu belajar mengenali dan mengelola emosi mereka secara efektif, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan emosional mereka. Dengan demikian, tujuan konseling kelompok mencakup berbagai aspek, mulai dari pengembangan diri, penguatan hubungan interpersonal, hingga penyelesaian masalah dan peningkatan kesejahteraan psikologis.

2.2.5. Meningkatkan Resiliensi Akademik Dengan Konseling Individual

Resiliensi akademik merupakan kemampuan individu untuk bertahan dan bangkit kembali dari kesulitan, tantangan, atau kegagalan yang dihadapi dalam dunia akademik. Menurut Reivich dan Shatté (2002), resiliensi adalah kapasitas adaptif yang memungkinkan seseorang merespons secara positif terhadap tekanan atau hambatan, termasuk dalam konteks akademik. Resiliensi ini sangat penting

bagi siswa, terutama di tingkat pendidikan menengah, yang sering kali menghadapi tekanan akademik, konflik interpersonal, atau situasi emosional yang memengaruhi proses belajar mereka. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa adalah melalui konseling kelompok.

Konseling Kelompok sebagai Media Peningkatan Resiliensi Akademik. Konseling kelompok memberikan lingkungan yang aman bagi siswa untuk berbagi pengalaman, menyuarakan kesulitan, dan menerima dukungan dari orang lain. Corey (2016) menjelaskan bahwa dalam konseling kelompok, anggota mendapatkan kesempatan untuk saling belajar dari pengalaman masing-masing. Dalam konteks resiliensi akademik, siswa dapat berbagi tantangan seperti kegagalan dalam ujian, kesulitan memahami materi pelajaran, atau tekanan dari keluarga untuk mencapai prestasi tertentu. Dengan berbicara secara terbuka, siswa merasa didengar dan mendapatkan dukungan emosional, sehingga membantu mereka untuk bangkit dari situasi sulit.

Menurut Gladding (2012), konseling kelompok juga memungkinkan siswa untuk mempelajari keterampilan interpersonal yang mendukung resiliensi akademik. Misalnya, melalui diskusi kelompok, siswa diajarkan bagaimana berkomunikasi secara efektif, memberikan dukungan kepada teman, dan memecahkan masalah bersama. Keterampilan ini membantu siswa dalam membangun hubungan yang positif dengan guru, teman sekelas, dan orang tua, yang pada akhirnya dapat memperkuat kemampuan mereka untuk menghadapi tekanan akademik.

Pengelolaan Emosi Melalui Konseling Kelompok, Tekanan akademik sering kali memengaruhi kondisi emosional siswa, seperti munculnya rasa cemas, takut gagal, atau bahkan stres berlebihan. Prayitno (2004) menekankan bahwa konseling kelompok dapat digunakan sebagai media untuk membantu siswa mengenali dan mengelola emosi yang muncul akibat tekanan akademik. Dalam konseling kelompok, konselor memberikan bimbingan tentang teknik pengelolaan stres, seperti relaksasi, meditasi, dan pengaturan waktu. Dengan keterampilan ini, siswa menjadi lebih mampu mengontrol emosi mereka dan tetap fokus pada pencapaian tujuan akademik.

Konseling kelompok juga memberikan ruang untuk siswa berefleksi atas tantangan yang mereka hadapi. Yalom (2005) menyebutkan bahwa salah satu faktor terapeutik dalam konseling kelompok adalah pengalaman katarsis, di mana individu merasa lega setelah mencurahkan perasaan mereka. Proses ini tidak hanya membantu siswa untuk melepaskan beban emosional, tetapi juga memungkinkan mereka untuk memandang masalah dari perspektif yang lebih konstruktif.

Faktor penting lainnya dalam konseling kelompok adalah adanya kohesi kelompok, yaitu rasa kebersamaan di antara anggota. Kohesi ini memberikan rasa aman dan diterima oleh lingkungan kelompok. Yalom (2005) menyatakan bahwa kohesi kelompok memberikan efek terapeutik yang signifikan, karena anggota merasa memiliki dukungan sosial yang kuat untuk menghadapi tantangan. Dalam konteks resiliensi akademik, dukungan sosial ini membantu siswa merasa bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan akademik. Mereka dapat berbagi strategi, mendapatkan saran, dan belajar dari pengalaman anggota lain

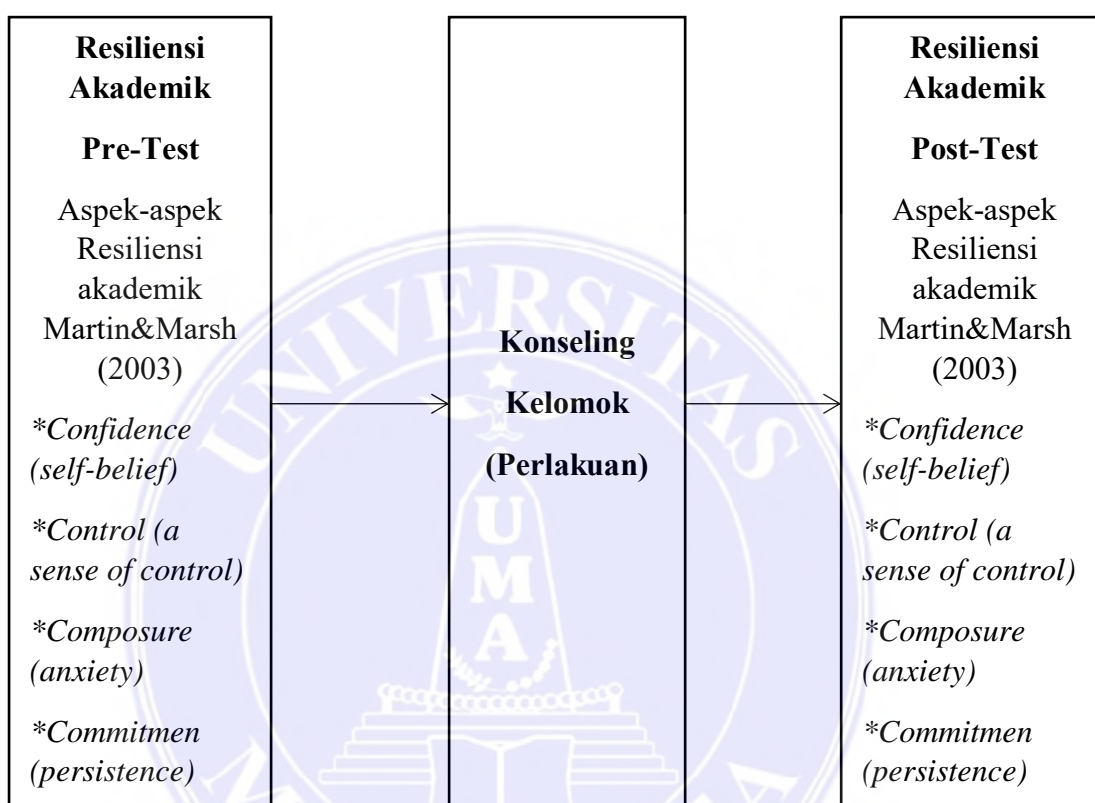
untuk mengatasi hambatan yang serupa. Adapun salah satu tujuan utama dari konseling kelompok adalah membantu siswa untuk memberdayakan diri mereka dalam menghadapi hambatan akademik. Corey (2016) menjelaskan bahwa konseling kelompok membantu individu membangun rasa percaya diri dan keyakinan bahwa mereka mampu mengatasi tantangan. Dalam kelompok, siswa dilibatkan dalam berbagai kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan kepercayaan diri, seperti latihan pengambilan keputusan, simulasi pemecahan masalah, dan aktivitas kolaboratif. Kegiatan ini membantu siswa untuk memahami bahwa kegagalan adalah bagian dari proses belajar, sehingga mereka dapat lebih siap menghadapi tantangan akademik di masa depan.

Berdasarkan uraian diatas bahwa meningkatkan resiliensi akademik melalui konseling kelompok melibatkan kombinasi dukungan emosional, pengembangan keterampilan interpersonal, dan pengelolaan emosi yang efektif. Dengan bimbingan konselor, siswa dapat belajar untuk bangkit dari kegagalan, menghadapi tekanan akademik, dan mencapai tujuan pendidikan mereka. Konseling kelompok memberikan ruang yang aman dan mendukung untuk berbagi pengalaman, belajar bersama, dan tumbuh menjadi individu yang lebih tangguh dan percaya diri.

2.2.6. Kerangka Konseptual

Gambar 2.1

Kerangka Konseptual



Dikelola oleh: Peneliti, 2025

Konseling kelompok bertujuan untuk memberikan dukungan psikologis dan membantu menemukan solusi atau strategi yang tepat untuk mengatasi tantangan yang mereka hadapi, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Kerangka konseptual di atas menggambarkan alur logika dari penelitian ini yang bertujuan untuk melihat pengaruh konseling kelompok terhadap peningkatan resiliensi akademik siswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan tempat penelitian

3.1.1 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA UISU Siantar yang terletak di jln. Asahan KM 4,5 Siantar, Kabupaten Simalungun, Sumatera Utara.

3.1.2 Waktu Penelitian

Menurut Sujarweni, W (2015) waktu penelitian adalah tanggal, bulan, dan tahun dimana kegiatan penelitian tersebut dilakukan. Peneliti merencanakan kegiatan penelitian ini dimulai dari bulan Oktober 2024 sampai dengan format berikut :

Tabel 3.1

No	Kegiatan Penelitian	2024			2025				
		Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei
1	Penyusunan Proposal								
2	Seminar Proposal								
3	Penelitian								
4	Seminar Hasil								
5	Sidang Meja Hijau								

Waktu Proses Penelitian

Dikelola oleh: Peneliti, 2025

3.2. Bahan Dan Alat

3.2.1. Bahan

Bahan adalah sumber-sumber pendukung seperti literature, buku, atau jurnal yang digunakan dalam teori atau eksperimen yang sedang dilakukan (Creswell, 2018)

3.2.2. Alat

Menurut sugiono (2018), alat dalam penelitian adalah segala bentuk instrument yang di gunakan untuk mengumpulkan data, seperti kuesiner, wawancara, dan observasi. Alat penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini menguji tingkat resiliensi akademik adalah dengan menggunakan alat ukur yang sudah valid atau reliabel yaitu Skala Likert. Instrument ini digunakan untuk mengukur resiliensi akademik sebelum dan sesudah pemeberian intervensi berupa konseling kelompok.

3.2.2.1 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Validitas dan reliabilitas alat ukur berbasis skala Likert untuk mengukur resiliensi akademik merupakan aspek penting dalam pengembangan instrumen psikometri yang berkualitas. Menurut teori klasik tes (Classical Test Theory/CTT), validitas mengacu pada sejauh mana suatu alat ukur benar-benar mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur, sementara reliabilitas mengacu pada konsistensi hasil pengukuran dari waktu ke waktu atau antar item.

Menurut Cohen (2007: 272) menjelaskan bahwa bentuk esensi dalam penelitian eksperimen adalah bahwa peneliti secara hati-hati mengontrol dan memanipulasi kondisi yang menentukan peristiwa di dalam penelitian. Robson

(Cohen, 2007: 272) menambahkan bahwa dalam penelitian eksperimen, peneliti relatif dapat tetap terpisah dari partisipan sehingga membawa objektivitas terhadap penelitian. Dalam penelitian ini, berperan sebagai observer atau pengamat dalam aktivitas bimbingan belajar yang diberikan.

Dalam hal validitas, validitas isi sering diuji dengan memastikan bahwa item-item pada skala Likert mencakup aspek-aspek utama dari resiliensi akademik berdasarkan teori. Menurut teori resiliensi akademik (Martin & Marsh, 2006), konsep ini mencakup komponen seperti ketekunan, pengaturan diri, dan kemampuan untuk bangkit dari kegagalan. Validitas konstruk dapat dianalisis melalui analisis faktor eksploratori (EFA) atau konfirmatori (CFA) Untuk reliabilitas, teori reliabilitas (Gulliksen, 1950) menekankan bahwa alat ukur yang reliabel harus memberikan hasil yang konsisten.

Pada skala Likert, reliabilitas sering diuji melalui koefisien Cronbach's Alpha, yang mengukur konsistensi internal antar item. Nunnally (1978) menyarankan bahwa nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,7$ menunjukkan reliabilitas yang baik, dan nilai di atas 0,8 menunjukkan reliabilitas tinggi. Misalnya, jika skala resiliensi akademik memiliki Cronbach's Alpha sebesar 0,87, ini menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik. Selain itu, uji-retest dapat digunakan untuk menilai stabilitas waktu, di mana nilai koefisien korelasi (r) $\geq 0,7$ menunjukkan reliabilitas temporal yang baik (Tabachnick & Fidell, 2007).

Dengan landasan teori dan metode pengujian ini, skala Likert dapat digunakan secara valid dan reliabel untuk mengukur resiliensi akademik,

memastikan hasil yang akurat dan konsisten dalam berbagai konteks penelitian dan aplikasi.

3.2.2.2 Norma Alat Ukur

Validitas dan reliabilitas alat ukur berbasis skala Likert untuk mengukur resiliensi akademik merupakan aspek penting dalam pengembangan instrumen psikometri yang berkualitas. Menurut teori klasik tes (Classical Test Theory/CTT), validitas mengacu pada sejauh mana suatu alat ukur benar-benar mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur, sementara reliabilitas mengacu pada konsistensi hasil pengukuran dari waktu ke waktu atau antar item.

Dalam hal validitas, validitas isi sering diuji dengan memastikan bahwa item-item pada skala Likert mencakup aspek-aspek utama dari resiliensi akademik berdasarkan teori. Menurut teori resiliensi akademik (Martin & Marsh, 2006), konsep ini mencakup komponen seperti ketekunan, pengaturan diri, dan kemampuan untuk bangkit dari kegagalan. Validitas konstruk dapat dianalisis melalui analisis faktor eksploratori (EFA) atau konfirmatori (CFA). Dalam analisis faktor, item pada skala dianggap valid jika memiliki nilai loading factor $\geq 0,5$ (Hair et al., 2010). Selain itu, validitas kriteria dapat dievaluasi dengan mengkorelasikan skor alat ukur dengan variabel eksternal yang relevan, misalnya prestasi akademik, di mana nilai korelasi (r) $\geq 0,3$ dianggap cukup (Cohen, 1988).

Untuk reliabilitas, teori reliabilitas (Gulliksen, 1950) menekankan bahwa alat ukur yang reliabel harus memberikan hasil yang konsisten. Pada skala Likert, reliabilitas sering diuji melalui koefisien Cronbach's Alpha, yang mengukur konsistensi internal antar item. Nunnally (1978) menyarankan bahwa nilai

Cronbach's Alpha $\geq 0,7$ menunjukkan reliabilitas yang baik, dan nilai di atas 0,8 menunjukkan reliabilitas tinggi. Misalnya, jika skala resiliensi akademik memiliki Cronbach's Alpha sebesar 0,87, ini menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik. Selain itu, uji-retest dapat digunakan untuk menilai stabilitas waktu, di mana nilai koefisien korelasi (r) $\geq 0,7$ menunjukkan reliabilitas temporal yang baik (Tabachnick & Fidell, 2007).

Berdasarkan uraian landasan teori dan metode pengujian ini, skala Likert dapat digunakan secara valid dan reliabel untuk mengukur resiliensi akademik, memastikan hasil yang akurat dan konsisten dalam berbagai konteks penelitian dan aplikasi.

3.3 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (quasi eksperimental dengan metode one group design). Menurut Sugiyono (2015 :114) eksperimen semu merupakan penelitian yang mendekati eksperimen sungguhan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara langsung pengaruh suatu variabel terhadap variabel lain dan menguji hipotesis hubungan sebab-akibat. Penelitian ini untuk melihat bagaimana pengaruh konseling kelompok terhadap peningkatan resiliensi akademik siswa.

3.4. Populasi Dan Sampel

3.4.1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI di SMA UISU Siantar yang terdiri dari 2 kelas, yaitu kelas XI A, dan XI B. Jumlah siswa secara keseluruhan adalah 46 siswa.

3.4.2. Sampel

Menurut sugiyono (Muslimin et al,2023) sampel merupakan bagian dari total sifat/karakteristik yang dipunyai oleh populasi yang dilakukan secara statistic dan berdasarkan pada estimasi penelitian untuk menentukan seberapa besar sampel yang nantinya diambil untuk studi riset. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, yaitu teknik berdasarkan kriteria yang relevan. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 10 siswa yang memilih lebih dari enam jawaban tidak pada skala screening yang diberikan.

3.5. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2019), variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi yang dapat disimpulkan. Variabel independen (bebas) adalah variabel yang memengaruhi atau menjadi sebab terjadinya perubahan pada variabel lain, sedangkan variabel dependen (terikat) adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari adanya variabel independen.

Dalam konteks ini konseling kelompok diharapkan memberikan pengaruh terhadap tingkat Resiliensi Akademik siswa. Sekaran dan Bougie (2020) juga mendefinisikan variabel independen sebagai variabel yang memengaruhi hasil pada variabel dependen, di mana peneliti dapat mengubah atau memanipulasi variabel independen untuk melihat dampaknya. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, konselingkelompok (variabel independen) diasumsikan memengaruhi Tingkat Resiliensi Akademik siswa (variabel dependen).

3.6 Prosedur Penelitian

Sugiyono (2019) menyatakan bahwa dalam prosedur penelitian, penting untuk merumuskan hipotesis yang jelas sebagai panduan untuk pengumpulan dan analisis data. Proses ini dimulai dengan pemilihan jenis penelitian, baik kuantitatif maupun kualitatif, yang akan menentukan teknik pengumpulan data yang digunakan.

Setelah data terkumpul, peneliti perlu menganalisisnya menggunakan metode yang tepat untuk menguji hipotesis. Tahap terakhir adalah menyusun laporan hasil penelitian, yang mencakup temuan, kesimpulan, dan rekomendasi untuk penelitian berikutnya.

Dalam penelitian ini, prosedur yang ditetapkan adalah sebagai berikut:

a. Tahap Pre-Test

Mengukur tingkat resiliensi akademik siswa sebelum dilakukan perlakuan konseling kelompok.

b. Tahap Perlakuan

Siswa yang terpilih sebagai sampel akan menerima sesi konseling kelompok dengan pendekatan yang berpusat pada siswa (person-centered). Pada sesi pertama konseling kelompok, fokus utama adalah membangun hubungan yang positif antara anggota kelompok dan memberikan pemahaman mengenai pentingnya resiliensi akademik. Siswa diajak untuk berbagi pengalaman mengenai tantangan akademik yang mereka hadapi serta mengidentifikasi faktor-faktor yang membuat mereka merasa tertekan atau gagal dalam belajar. Dalam sesi ini, konselor juga memberikan edukasi

mengenai konsep resiliensi akademik serta manfaat memiliki pola pikir yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan akademik.

Sesi kedua difokuskan pada strategi peningkatan self-efficacy, di mana siswa diberikan berbagai aktivitas yang membantu mereka mengenali potensi dan kekuatan yang mereka miliki dalam bidang akademik. Mereka juga diberikan latihan untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan akademik, seperti melalui teknik afirmasi positif dan pencatatan pencapaian kecil yang telah mereka raih. Siswa juga diajak untuk mendiskusikan bagaimana cara mengatasi perasaan ragu terhadap kemampuan diri sendiri dan bagaimana membangun pola pikir growth mindset, yaitu keyakinan bahwa kemampuan akademik dapat berkembang melalui usaha dan strategi yang tepat.

Pada sesi ketiga, konselor membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan adaptive help-seeking dan self-regulation. Siswa diajarkan cara mencari bantuan yang tepat saat menghadapi kesulitan akademik, seperti berkonsultasi dengan guru, meminta bantuan teman, atau menggunakan sumber belajar tambahan secara mandiri. Selain itu, mereka juga diberikan latihan teknik pengelolaan stres dan regulasi emosi, seperti teknik relaksasi pernapasan, journaling, serta strategi time management yang efektif untuk menghindari stres akibat tugas yang menumpuk.

Sesi terakhir difokuskan pada penguatan persistence atau ketekunan dalam menghadapi kegagalan akademik. Siswa diberikan berbagai studi kasus tentang individu yang berhasil mencapai kesuksesan akademik meskipun

mengalami banyak kegagalan. Mereka juga diajak untuk merefleksikan kembali pengalaman akademik mereka sendiri dan bagaimana mereka dapat menerapkan strategi yang lebih baik dalam menghadapi tantangan ke depan. Diskusi kelompok digunakan untuk saling memberi dukungan dan motivasi antaranggota, sehingga mereka tidak merasa sendiri dalam menghadapi kesulitan akademik.

c. Tahap Post-Tes

Setelah pemberian intervensi maka dilakukan pengukuran ulang tingkat resiliensi akademik dengan instrument yang sama untuk melihat apakah terdapat perbedaan.

Tabel 3.2

Rancangan Penelitian *Pre-test Post-test one Group Design*

Pre-Test	Perlakuan	Post-Test
T1	X	T2

Keterangan :

T1 = Pre-Test

X = Perlakuan (Konseling)

T2 = Post-Test

3.7. Teknik Analisi Data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik analisis statistic dengan uji-t atau uji beda. Adapun yang dibedakan dalam penelitian ini adalah skor subjek pada tes awal (*pre-test*) dengan skor subjek pada tes akhir (*post-test*). Hasil yang diperoleh berupa score, yaitu selisih antara skor pretest dan posttest. Perbedaan antara skor pretest atau pengukuran sebelum diberi perlakuan , dengan skor subjek pada posttest atau pengukuran setelah diberi perlakuan, dianggap sebagai efek atau pengaruh dari perlakuan yang diberikan (Seniati,2018).

Untuk mengetahui apakah konseling kelompok memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan resiliensi akademik siswa maka dilakukan dengan metode uji beda rata-rata untuk satu sampel yang sama (*paired sample t-test*). Model uji beda ini digunakan untuk menganalisis model penelitian *pre-test* atau sebelum dan sesudah. Uji beda digunakan untuk mengevaluasi perlakuan (*treatment*) tertentu pada satu sampel yang sama pada dua periode pengamatan yang berbeda (widijayanto, 2013). *Paired sample t-test* digunakan apabila data berdistribusi normal.

Paired sample t-test digunakan ketika data terdiri dari dua pengukuran yang terkait pada subjek yang sama, seperti pengukuran sebelum dan sesudah intervensi, untuk menentukan apakah terdapat perubahan yang signifikan pada rata-rata pengukuran tersebut. Dengan demikian, *paired sample t-test* sangat relevan dalam penelitian yang melibatkan desain eksperimen *pre-test* dan *post-test*, dimana subjek yang sama di uji sebelum dan setelah menerima perlakuan

tertentu. Pengolahan data pada penelitian ini dilakukan secara komputasi dengan menggunakan program *IBM SPSS Statistik 24 for windows* (Field A, 2018).



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok efektif dalam meningkatkan resiliensi akademik siswa kelas XI SMA UISU Siantar. Sebelum intervensi, sebagian besar siswa memiliki tingkat resiliensi akademik yang rendah hingga sedang, ditandai dengan kesulitan mengelola tekanan akademik, rendahnya kepercayaan diri, serta kecenderungan menyerah saat menghadapi kegagalan. Setelah mengikuti konseling kelompok, terjadi peningkatan signifikan yang dibuktikan dengan hasil uji statistik T-test, di mana terdapat perbedaan skor pretest dan posttest dengan nilai $p = 0,019$ ($p < 0,05$). Peningkatan ini mencakup aspek self-efficacy (kepercayaan diri akademik), adaptive help-seeking (kemampuan mencari bantuan secara adaptif), self-regulation (kemampuan mengatur emosi dan strategi belajar), serta persistence (ketekunan menghadapi tantangan akademik). Dengan demikian, konseling kelompok terbukti sebagai strategi intervensi yang efektif dalam membantu siswa menghadapi tekanan akademik dan meningkatkan ketahanan mereka dalam belajar.

5.2 Saran

5.2.1. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat mendukung implementasi layanan konseling kelompok secara rutin sebagai bagian dari program Bimbingan dan Konseling

untuk membantu siswa mengembangkan resiliensi akademik. Selain itu, sekolah dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih mendukung dengan memberikan motivasi dan apresiasi terhadap siswa yang menunjukkan ketahanan akademik yang baik.

5.2.2. Bagi Guru BK

Guru BK disarankan untuk lebih aktif menggunakan layanan konseling kelompok sebagai strategi dalam membantu siswa yang mengalami tekanan akademik. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini, seperti pendekatan berbasis self-efficacy, adaptive help-seeking, self-regulation, dan persistence, dapat diterapkan dalam sesi konseling untuk membantu siswa mengembangkan strategi coping yang lebih efektif.

5.2.3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat menerapkan strategi yang telah dipelajari selama sesi konseling dalam kehidupan akademik mereka. Mereka perlu lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan akademik, tidak ragu untuk mencari bantuan ketika mengalami kesulitan, serta terus berusaha dengan tekun meskipun menghadapi kegagalan.

5.2.4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan memperluas jumlah sampel atau menguji efektivitas konseling kelompok pada berbagai jenjang pendidikan. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi keberhasilan intervensi, seperti dukungan keluarga, lingkungan sosial, atau strategi konseling tambahan yang dapat memperkuat resiliensi akademik siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Cassidy, S. (2015). Resilience building in students: The role of academic self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 6, 1781. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01781>
- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7, 1787. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th ed.). Cengage Learning.
- Corey, M. S., & Corey, G. (2021). *Group counseling: Strategies and skills* (9th ed.). Cengage Learning.
- Desmita. (2011). *Psikologi perkembangan peserta didik*. PT Remaja Rosdakarya.
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5th ed.). SAGE Publications.
- Gladding, S. T. (2012). *Group work: A counseling specialty* (6th ed.). Pearson Education.
- Grotberg, E. H. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. Bernard van Leer Foundation.
- Gulliksen, H. (1950). *Theory of mental tests*. Wiley.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Pearson.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi: Faktor dan pengembangannya*. Rajawali Press.

- Hidayat, M. (2020). Efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan ketahanan akademik siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 45-56.
- Jowkar, B., Kojuri, J., Kohoulat, N., & Hayat, A. A. (2014). Academic resilience in education: The role of achievement goals and approaches to learning. *Journal of Advances in Medical Education & Professionalism*, 2(1), 33-38.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2003). Academic resilience and the four Cs: Confidence, control, composure, and commitment. *Educational Psychology*, 23(3), 233-247.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic resilience: A broader and more comprehensive conceptualization. *Educational Psychologist*, 41(4), 197-214.
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory* (2nd ed.). McGraw-Hill.
- OECD. (2018). *Education at a glance 2018: OECD indicators*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/eag-2018-en>
- Prayitno. (2004). *Layanan bimbingan dan konseling kelompok*. Rineka Cipta.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway Books.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2020). *Research methods for business: A skill-building approach* (8th ed.). Wiley.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan*. Alfabeta.

- Sujarweni, W. (2015). Metodologi penelitian bisnis dan ekonomi. Pustaka Baru Press.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). Using multivariate statistics (5th ed.). Pearson.
- VanBreda, A. D. (2001). Resilience theory: A literature review. Social Work Research and Evaluation Unit.
- Widijayanto, A. (2013). Uji beda dengan paired sample t-test. Jurnal Statistika dan Riset Operasional, 2(1), 45-57.
- Willis, S. (2014). The essentials of counseling. Pearson Education.
- Wahyuni, R. (2019). Studi persepsi siswa terhadap layanan konseling di sekolah. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 5(1), 12-22.
- Yalom, I. D. (2005). The theory and practice of group psychotherapy (5th ed.). Basic Books.



LAMPIRAN



LAMPIRAN 1

INSTRUMEN PENELITIAN

Assalamualaikum Wr. Wb.

Selamat Siang,

Perkenalkan saya Muhammad Abdul Aziz, Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Saat ini, saya sedang melakukan pengambilan data dalam rangka penyelesaian tugas akhir (skripsi). Untuk itu, saya mohon kesedian dan partisipasi Anda untuk mengisi skala penelitian ini.

Adapun kriteria responden dalam penelitian ini yakni:

Siswa kelas XI SMA UISU Siantar

Dalam pengisian skala ini semua jawaban yang Anda berikan adalah benar, selama jawaban tersebut menggambarkan diri Anda yang sebenarnya. Seluruh identitas dan jawaban Anda akan dijaga kerahasiannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja. Partisipasi Anda akan sangat membantu keberhasilan dalam penelitian ini. Dengan mengisi skala ini, Anda dianggap bersedia menjadi responden penelitian. Atas waktu, bantuan, dan Kerjasama Anda, saya ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum, Wr. Wb.

Hormat Saya,

Peneliti

Muhammad Abdul Aziz

NPM 218600149

Sebelum mengisi skala, dimohon untuk mengisi identitas berikut terlebih dahulu

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Kelas :

Petunjuk pengerjaan skala

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan, Anda diharapkan untuk memberikan respon yang sesuai dengan kondisi Anda yang sebenarnya dengan cara memilih salah satu pilihan jawaban Sangat Sesuai, Sesuai, Tidak Sesuai, dan Sangat Tidak Sesuai. Dengan cara:

Pilihlah Sangat Sesuai, jika pernyataan tersebut “Sangat Sesuai” (SS) dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah Sesuai, jika pernyataan tersebut “Sesuai” (S) dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah Tidak Sesuai, jika pernyataan tersebut “Tidak Sesuai” (TS) dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

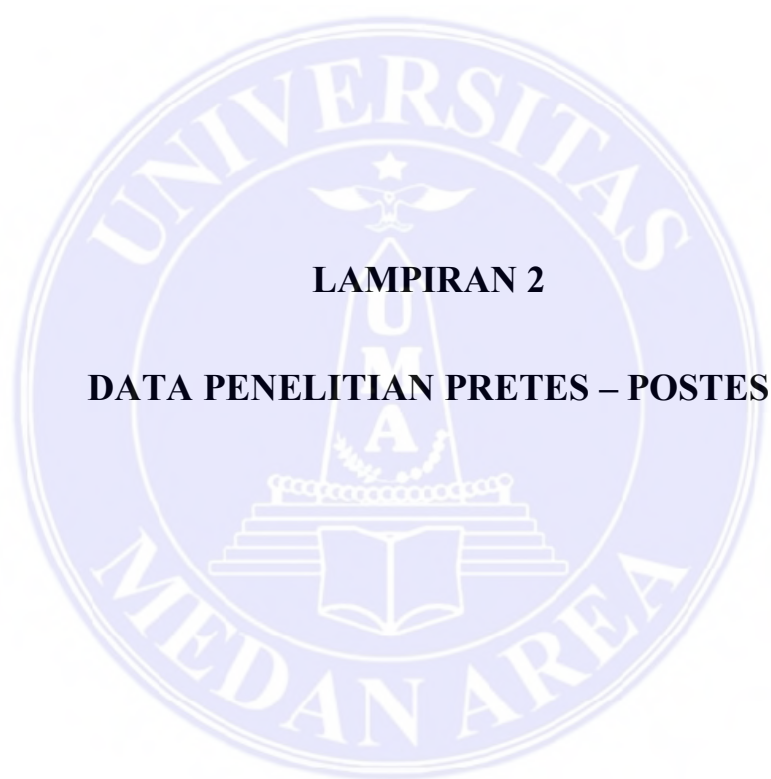
Pilihlah Sangat Tidak Sesuai, jika pernyataan tersebut “Sangat Tidak Sesuai” (STS) dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

NO	AITEM	SS	S	TS	STS
1.	Saya enggan menerima masukan dari guru.				
2.	Saya menggunakan saran dari orang lain untuk memperbaiki atau menyelesaikan tugas akademik.				
3.	Saya ingin menyerah ketika merasa kesulitan dengan tugas yang diberikan oleh guru.				
4.	Saya memanfaatkan situasi yang ada untuk memotivasi diri sendiri agar menjadi lebih baik lagi.				
5.	Saya mudah merasa kesal dengan tugas akademik yang diberikan.				
6.	Saya mulai berpikir bahwa saya kurang berpeluang untuk berhasil di sekolah.				
7.	Sebisa mungkin saya akan berhenti berpikir negatif.				
8.	Saya melihat situasi yang terjadi hanya berlangsung sementara saja.				
9.	Saya bekerja keras menyelesaikan tugas yang diberikan guru.				
10.	Saya mengalami depresi apabila tugas yang diberikan guru terlalu berat.				
11.	Saya mencoba mencari solusi baru untuk menyelesaikan masalah akademik yang saya hadapi.				
12.	Saya menyalahkan guru ketika merasa gagal, dalam menyelesaikan tugas yang diberikan.				
13.	Saya terus berusaha untuk menyelesaikan tugas akademik yang diberikan oleh guru.				
14.	Saya tidak akan mengubah tujuan dan ambisi yang telah saya buat sebelumnya.				
15.	Saya menjadikan kesuksesan saya sebelumnya sebagai motivasi untuk diri sendiri.				
16.	Saya berpikir kecil kemungkinan peluang untuk mendapatkan nilai yang saya inginkan.				
17.	Saya mulai memantau dan mengevaluasi pencapaian				

	dan upaya yang telah dilakukan dalam hal penyelesaian tugas yang diberikan oleh guru.				
18.	Saya meminta bantuan dari guru apabila saya mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas dan masalah akademik.				
19.	Saya memotivasi diri sendiri dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru.				
20.	Saya berusaha meminimalisir rasa panic saat menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru.				
21.	Saya mencoba untuk belajar dengan menggunakan cara-cara yang berbeda.				
22.	Saya menetapkan apasaja yang menjadi tujuan dalam pencapaian akademik.				
23.	Saya mencari dukungan dari keluarga dan teman-teman dalam hal menyelesaikan tugas dalam masalah yang terkait akademik.				
24.	Saya mencoba menggali lebih banyak mengenai kelebihan dan kekurangan diri untuk membentuk diri saya lebih baik.				
24.	Saya bisa merasa bahwa prose pembelajaran saya sudah kacau dan tidak sesuai perencanaan.				
25.	Saya memberikan penghargaan dan hukuman pada diri sendiri berdasarkan kinerja akademik saya.				
26.	Saya akan menunjukkan bahwa saya dapat meningkatkan nilai yang saya peroleh selama proses belajar.				
27.	Saya dapat mengendalikan perasaan cemas saat mengalami kesulitan akademik.				
28.	Saya mampu tetap termotivasi meskipun mengalami hambatan akademik.				
29.	Saya tidak mudah menyerah ketika menghadapi				

	materi pelajaran yang sulit.				
30.	Saya merasa lebih optimis terhadap masa depan akademik saya.				





LAMPIRAN 2

DATA PENELITIAN PRETES – POSTES

	PRETEST	POSTTES	A3	A4	A5	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	A24	A26	A27	A28	A29
1	pre test	1	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
2	pre test	1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3
3	pre test	1	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2
4	pre test	1	3	3	2	1	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	2	3	3	2	4	3	4	3	3	2
5	pre test	1	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	1	3	2
6	pre test	1	2	4	2	4	1	3	3	2	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	3	1	3	3	2	4	3
7	pre test	1	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3
8	pre test	1	3	3	1	4	2	4	1	4	3	4	4	4	1	4	3	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3
9	pre test	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3
10	pre test	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3
11	posttest	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
12	posttest	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3
13	posttest	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3
14	posttest	2	3	3	4	4	2	2	2	1	3	3	4	2	4	1	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	3
15	posttest	2	3	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4
16	posttest	2	2	4	2	3	1	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	1	3	3	2	4	4
17	posttest	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4
18	posttest	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	posttest	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3
20	posttest	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4



LAMPIRAN 3

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

RELIABILITY

/VARIABLES=A1 A2 A3 A4 A5 A6 A7 A8 A9 A10 A11 A12 A13 A14 A15 A16 A17
A18 A19 A20 A21 A22 A23 A24

A25 A26 A27 A28 A29 A30

/SCALE('RESILIENSI AKADEMIK') ALL

/MODEL=ALPHA

/STATISTICS=SCALE

/SUMMARY=TOTAL.

Reliability

Notes		
Output Created		15-FEB-2025 15:13:15
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	20
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.

Syntax	RELIABILITY /VARIABLES=A1 A2 A3 A4 A5 A6 A7 A8 A9 A10 A11 A12 A13 A14 A15 A16 A17 A18 A19 A20 A21 A22 A23 A24 A25 A26 A27 A28 A29 A30 /SCALE('RESILIENSI AKADEMIK') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time 00:00:00,00 Elapsed Time 00:00:00,00

[DataSet0]

Scale: RESILIENSI AKADEMIK

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	20	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.876	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	87.9000	95.884	.015	.878
A2	87.9500	96.471	-.058	.882
A3	88.1000	88.305	.680	.867
A4	87.7500	91.987	.388	.873
A5	88.4000	87.305	.451	.871
A6	88.8000	92.800	.154	.880
A7	87.7500	91.461	.316	.874
A8	88.2500	89.671	.385	.873
A9	87.8000	91.642	.371	.873
A10	88.2000	89.958	.418	.872
A11	87.9000	89.779	.403	.872
A12	87.6500	92.029	.433	.872
A13	87.5500	91.734	.433	.872
A14	87.6000	88.147	.533	.869
A15	87.6500	88.345	.528	.869
A16	88.3000	87.695	.379	.874
A17	87.8000	89.958	.399	.872
A18	87.8000	87.011	.618	.867
A19	87.6500	88.134	.544	.869
A20	87.8000	90.379	.595	.869

A21	87.9000	87.989	.598	.868
A22	87.9000	89.568	.543	.869
A23	87.8000	86.695	.494	.870
A24	87.9000	87.253	.658	.866
A25	87.9500	95.103	.027	.882
A26	87.5500	90.997	.512	.871
A27	88.2500	88.513	.515	.869
A28	87.9000	91.042	.411	.872
A29	87.9000	88.516	.555	.869
A30	87.9000	92.726	.263	.875

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
90.9500	96.155	9.80588	30

LAMPIRAN 4

UJI HIPOTESIS



NEW FILE.

DATASET NAME DataSet2 WINDOW=FRONT.

T-TEST PAIRS=pre WITH pos (PAIRED)

/CRITERIA=CI(.9500)

/MISSING=ANALYSIS.

T-Test

Notes

Output Created		15-FEB-2025 15:21:51
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	10
Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis.
Syntax		T-TEST PAIRS=pre WITH pos (PAIRED) /CRITERIA=CI(.9500) /MISSING=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02

[DataSet2]

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	73.2000	10	6.49444	2.05372
	posttest	80.2000	10	10.76827	3.40522

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pretest & posttest	10	.702	.024

Paired Samples Test

		Paired Differences			95% Confidence Interval of the Difference				
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	pretest - posttest	-7.00000	7.74597	2.44949	-12.54113	-1.45887	-2.858	9	.019

LAMPIRAN 5

UJI NORMALITAS



EXAMINE VARIABLES=Y BY X

/PLOT BOXPLOT NPLOT

/COMPARE GROUPS

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/CINTERVAL 95

/MISSING LISTWISE

/NOTOTAL.

Explore

Notes

Output Created	15-FEB-2025 15:19:00	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	20
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values for dependent variables are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any dependent variable or factor used.

Syntax	EXAMINE VARIABLES=Y BY X /PLOT BOXPLOT NPLOT /COMPARE GROUPS /STATISTICS DESCRIPTIVES /CINTERVAL 95 /MISSING LISTWISE /NOTOTAL.	
Resources	Processor Time	00:00:03,25
	Elapsed Time	00:00:01,72

PRETES/POSTES

Case Processing Summary

		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	
RESILIENSI AKADEMIK	PRETES	10	100.0%	0	0.0%	10	
	POSTES	10	100.0%	0	0.0%	10	

Descriptives

PRETES/POSTES			Statistic	Std. Error
RESILIENSI AKADEMIK	PRETES	Mean	73.2000	2.05372
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	68.5542
			Upper Bound	77.8458
		5% Trimmed Mean	73.1667	

POSTES	Median	73.5000	
	Variance	42.178	
	Std. Deviation	6.49444	
	Minimum	63.00	
	Maximum	84.00	
	Range	21.00	
	Interquartile Range	8.50	
	Skewness	.056	.687
	Kurtosis	-.307	1.334
	Mean	80.2000	3.40522
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	72.4968
		Upper Bound	87.9032
	5% Trimmed Mean	79.8889	
	Median	75.5000	
	Variance	115.956	
	Std. Deviation	10.76827	
	Minimum	68.00	
	Maximum	98.00	
	Range	30.00	
	Interquartile Range	15.75	
	Skewness	.886	.687
	Kurtosis	-.499	1.334

Tests of Normality

PRETES/POSTES

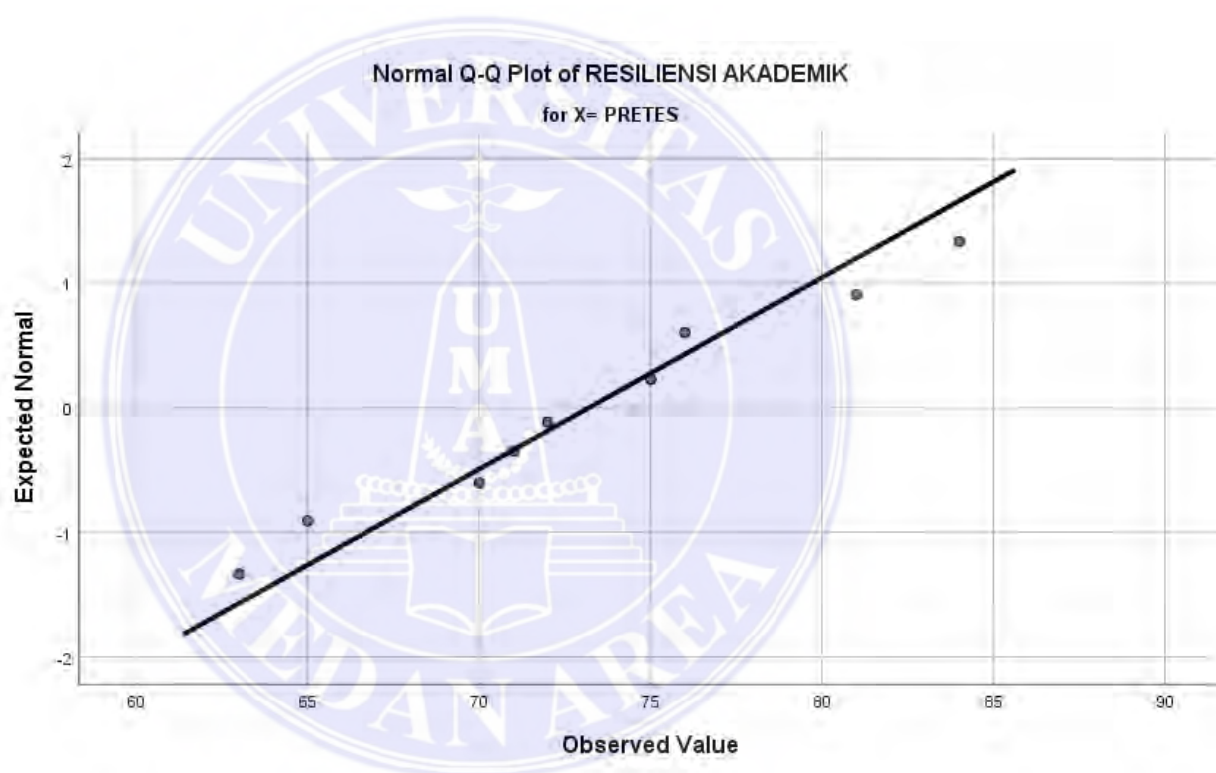
Kolmogorov-Smirnov^a

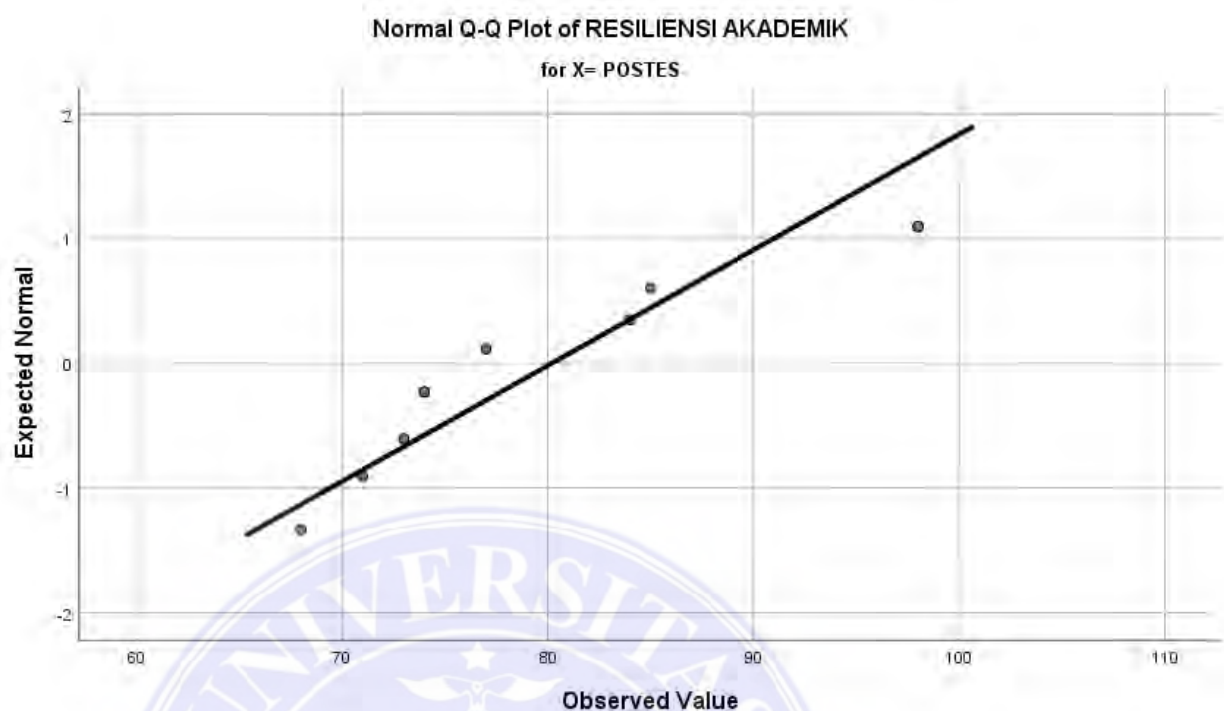
Shapiro-Wilk

		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	
RESILIENSI AKADEMIK	PRETES	.133	10	.200*	.972	10	
	POSTES	.218	10	.197	.863	10	

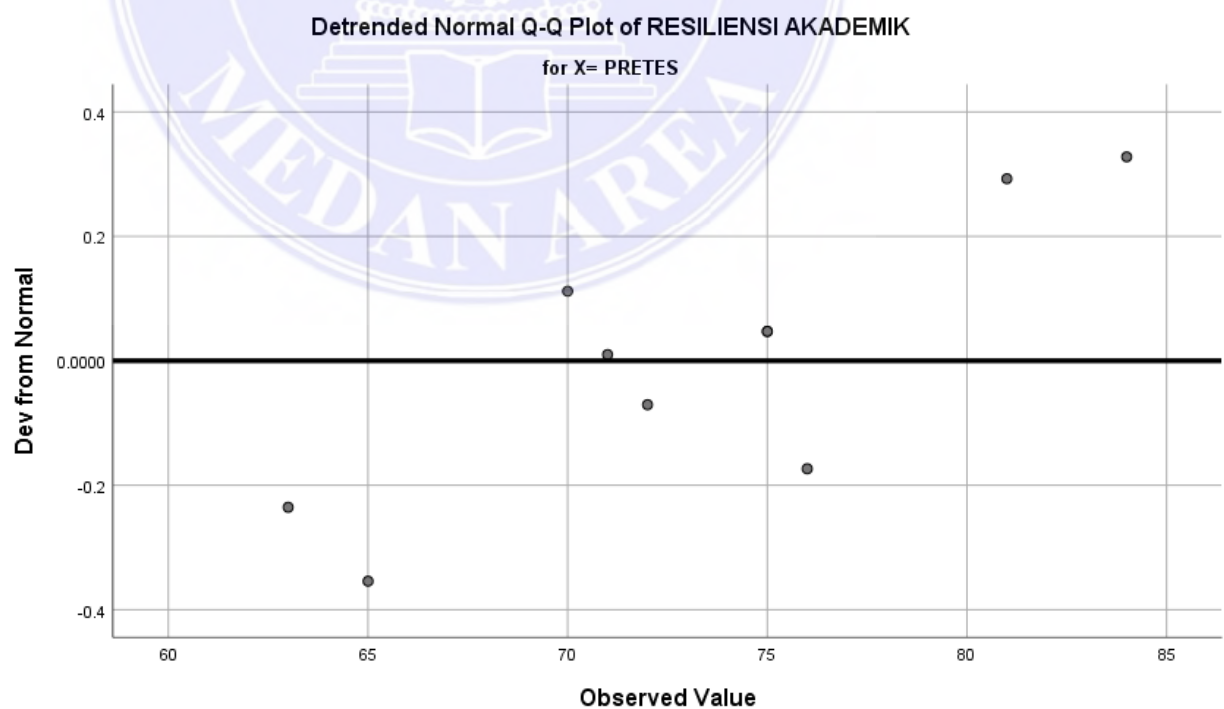
RESILIENSI AKADEMIK

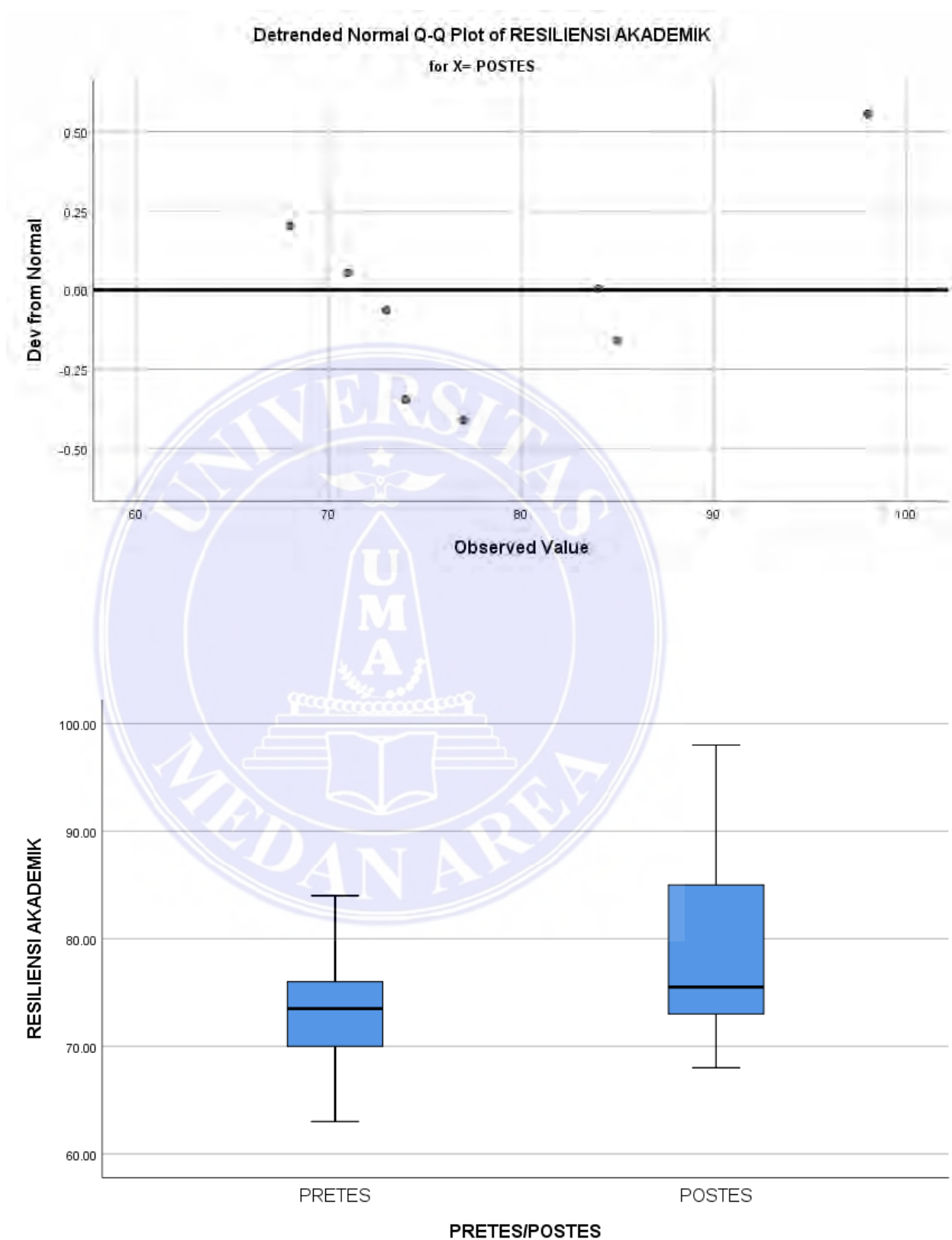
Normal Q-Q Plots





Detrended Normal Q-Q Plots







LAMPIRAN 6

VALIDITAS

A14	87.6000	88.147	0.533	0.869	VALID
A15	87.6500	88.345	0.528	0.869	VALID
A16	88.3000	87.695	0.379	0.874	VALID
A17	87.8000	89.958	0.399	0.872	VALID
A18	87.8000	87.011	0.618	0.867	VALID
A19	87.6500	88.134	0.544	0.869	VALID
A20	87.8000	90.379	0.595	0.869	VALID
A21	87.9000	87.989	0.598	0.868	VALID
A22	87.9000	89.568	0.543	0.869	VALID
A23	87.8000	86.695	0.494	0.870	VALID
A24	87.9000	87.253	0.658	0.866	VALID
A25	87.9500	95.103	0.027	0.882	TIDAK VALID
A26	87.5500	90.997	0.512	0.871	VALID
A27	88.2500	88.513	0.515	0.869	VALID
A28	87.9000	91.042	0.411	0.872	VALID
A29	87.9000	88.516	0.555	0.869	VALID
A30	87.9000	92.726	0.263	0.875	TIDAK VALID

LAMPIRAN 7

DOKUMENTASI PENELITIAN







LAMPIRAN 8

SURAT KETERANGAN PENELITIAN





UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 42402994, Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 104/FPSI/01.10/I/2025
Lampiran : -
Hal : Penelitian

13 Januari 2025

Yth. Bapak/Ibu Kepala Sekolah
SMA UISU Siantar
di -
Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami berharap Bapak/Ibu berkenan memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami untuk melaksanakan pengambilan data penelitian di lingkungan SMA UISU Siantar sebagai bagian dari penyusunan tugas akhir. Adapun data diri mahasiswa yang dimaksud adalah sebagai berikut:

Nama : Muhammad Abdul Aziz
Nomor Pokok Mahasiswa : 218600149
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi

Mahasiswa tersebut akan melaksanakan penelitian dengan judul **Efektivitas Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA UISU Siantar**. Kegiatan pengumpulan data akan berlangsung di SMA UISU Siantar. Penelitian ini bersifat akademik dan ditujukan untuk penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat kelulusan program Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area. Penelitian mahasiswa tersebut dibimbing oleh Ibu Yunita, S.Pd, M.Psi, Kons.

Sehubungan dengan hal tersebut, kami sangat mengharapkan dukungan Bapak/Ibu dalam memfasilitasi proses pengambilan data yang diperlukan. Selain itu, apabila proses penelitian telah selesai, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menerbitkan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa yang bersangkutan telah menyelesaikan kegiatan pengumpulan data di Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerja sama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

A.n Dekan,
Ketua Program Studi Psikologi

Faadhil, S.Pd, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip







SMA SWASTA ISLAM PROYEK UISU

JLN. ASAHAN KM. 4 TELP. (0622) 7551624

PEMATANGSIANTAR

email : smaswastauisusiantar@yahoo.co.id

NPSN : 10202670
NDS : G 05024003
NSS : 304070401021

NIS : 30 02 10
AKREDITASI : A
NO. AKREDITASI : Sekolah Standard Nasional (SSN)

Nomor : 703/II/SMA-UISU/2025

Lamp : ---

Hal : Pelaksanaan Riset

Siantar, 4 Februari 2025

Kepada Yth :

Ketua Program Studi Psikologi

di

Siantar

Dengan hormat,

Sesuai dengan Surat Ketua Prodi Studi Psikologi Nomor : 104/FPSI/01.10/2025 Tentang Penelitian di SMA Swasta Islam Proyek UISU Siantar.

Maka Kepala SMA Swasta Islam Proyek UISU Siantar menerangkan bahwa :

Nama : **Muhammad Abdul Aziz**
NPM : **218600149**
Program Studi : **Psikologi**
Fakultas : **Psikologi**

adalah benar Mahasiswa Tersebut telah melaksanakan penelitian mulai tanggal 15 Januari – 3 Februari 2025 di SMA Swasta Islam Proyek UISU Siantar dengan judul : **Efektivitas Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA UISU Siantar.**

Demikian surat keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Kepala



SMA Swasta Islam Proyek UISU Siantar



Dipindai dengan CamScanner