

**EFIKASI KONSELING REALITAS UNTUK MENINGKATKAN
RESILIENSI AKADEMIK PESERTA DIDIK DI SMA SUBANG**

TESIS

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat memperoleh Gelar Magister
Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling



Oleh:

**Aminah Luthfi Zakiyyah
NIM.2105419**

**PROGRAM STUDI MAGISTER BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2024**

**EFIKASI KONSELING REALITAS UNTUK MENINGKATKAN
RESILIENSI AKADEMIK PESERTA DIDIK DI SMA SUBANG**

Oleh

AMINAH LUTHFI ZAKIYYAH

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan (M. Pd.) pada program studi Bimbingan dan Konseling

©Aminah Luthfi Zakiyyah, 2024

Universitas Pendidikan Indonesia

Mei 2024

Hak Cipta dilindungi undang-undang Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN

AMINAH LUTHFI ZAKIYYAH
NIM 2105419

**EFIKASI KONSELING REALITAS UNTUK MENINGKATKAN
RESILIENSI AKADEMIK PESERTA DIDIK DI SUBANG**

Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I



Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd.
NIP 196611151991022001

Pembimbing II



Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd.
NIP 198308292010121004

Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Ipah Saripah, M.Pd.
NIP 197710142001122001

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “Efikasi Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik” beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, 31 Mei 2024



buat pernyataan

Aminah Luthfi Zakiyyah

NIM. 2105419

ABSTRAK

Aminah Luthfi Zakiyyah (2024). Efikasi Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik. Dibimbing oleh: Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd. (Pembimbing I) dan Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd. (Pembimbing II).

Resiliensi akademik adalah kemampuan peserta didik untuk menghadapi situasi yang sulit, mengatasi pengalaman negatif, tekanan, dan hambatan dalam proses belajar dengan menggunakan kekuatan internal dan eksternal, resiliensi akademik menjadi salah satu kajian yang urgent dalam bimbingan dan konseling. Penelitian bertujuan untuk menguji efikasi konseling realitas untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *single subject research* dan menggunakan desain *reversal A-B-A*. Penelitian melibatkan peserta didik kelas XI di SMA Subang Tahun Ajaran 2023/2024 sebagai populasi penelitian dengan jumlah 7 peserta didik pada kategori tidak resilien dengan subjek penelitian berjumlah 3 peserta didik. Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan instrument resiliensi akademik yang telah diuji rasional serta empiris. Pelaksanaan konseling realitas dinilai berefikasi dalam mengembangkan resiliensi akademik peserta didik pada kategori tidak resilien. Hasil penelitian menunjukkan dari ke tiga subjek tersebut terdapat peningkatan skor ke arah yang positif.

Kata Kunci: Konseling Kelompok, Pendekatan Realitas, Resiliensi Akademik

ABSTRACT

Aminah Luthfi Zakiyyah (2024). Efficacy Of Reality Counseling to enhance students' academic resilience. Advised by: Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd as advisor 1 and Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd as advisor 2.

Academic resilience is students' ability to face hard situation, to fix the negative experience, and issues in learning process using internal and external power. Resilience academic become one essential issue in guidance and counselling. This study was aimed to investigate the reality counseling to enhance students' academic resilience. The study used quantitative approach with the single method subject and reversal A-B-A design. The participant of this study was students of class XI in SMA Subang academic year 2023/2024 as a research population with 7 students categorized as unresilience regarding to the subject of the study was about 3 students. The data were obtained by distributing the academic resilience instrument that have been examined rationally and empirically. The implimentation of concelling reality was affected the efficacy through enhacing and developing students' academic resilience in unresilience category student. The result of study displayed the three subjects got the positive improvement score.

Key word : Group Counseling, Reality Counseling Approach, Resilience Acedemic

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur atas kehadiran Allah SWT karena dengan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyusun tesis dengan judul “Efikasi Konseling Realitas untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik”. Shalawat serta salam senantiasa dipanjatkan kepada junjungan Nabi Besar Nabi Muhammad SAW.

Tesis yang disusun memaparkan hasil penelitian mengenai efikasi konseling realitas untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik. Tesis dirangkai menjadi satu hasil karya ilmiah yang dapat memberikan kontribusi bagi para pembaca, peneliti, praktisi, dan keilmuan bimbingan dan konseling. Saran dan masukan yang sifatnya membangun diharapkan bagi penulis sebagai perbaikan dalam penulisan tesis.

Penyusunan tesis ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi Guru Bimbingan dan Konseling maupun pada penelitian selanjutnya.

Bandung, Mei 2024

Penulis,

Aminah Luthfi Zakiyyah
NIM. 2105419

UCAPAN TERIMA KASIH

Tesis ini dapat diselesaikan dengan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penyelesaian tesis, khususnya kepada:

1. Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd. selaku Pembimbing 1 yang telah memberikan dorongan dan motivasi serta meluangkan waktunya untuk membimbing penulis untuk menyelesaikan tesis.
2. Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd. selaku Pembimbing 2 yang juga memberikan bimbingan, arahan, dorongan, motivasi serta semangat kepada penulis hingga dapat menyelesaikan tesis.
3. Prof. Dr. Juntika Nurichsan, M.Pd., Dr. Ipah Saripah, M. Pd. dan Dr. Yaya Sunarya, M.Pd sebagai tenaga ahli (*expert judgement*) yang telah membantu penulis dalam memodifikasi instrumen Resiliensi Akademik.
4. Prof. Dr. Juntika Nurichsan, M.Pd., Dr. Ipah Saripah, M. Pd dan Kasyadi, M. Pd sebagai tenaga ahli (*expert judgement*) yang telah membantu penulis dalam penyusunan Program Konseling Realitas untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik.
5. Dr. Ipah Saripah, M. Pd. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang senantiasa memberikan pelayanan akademis yang baik dan bersahaja kepada penulis.
6. Dr. Eka Sakti Yudha, M. Pd. selaku Sekretaris jurusan Program Studi Bimbingan dan Konseling.
7. Seluruh dosen Pogram studi megister Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan banyak ilmu kepada penulis.
8. Ibu Fiji dan Bapak Dian selaku tenaga kependidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana yang selalu membantu memenuhi segala kebutuhan administrasi dalam penyelesaian tesis.
9. Kepala Sekolah SMA Negeri 2 Subang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian berserta para Bapak dan Ibu guru yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi.
10. Dra. Evfi Nurhafizah dan Adinda Puti Aulia, S.Pd selaku guru BK di SMA

Negeri 2 Subang yang telah memberikan dukungan, semangat, kerjasama dan doa dalam penyelesaian tugas akhir ini.

11. Kedua Orang tua, Dr. H. Umar, S. Ag., M. Pd selaku Papa dan Supartini, S. Pd selaku Mama, Siti Maulida Kamaliyah, S. Pd. M. Pd, selaku Mbak dan Adik Saya Azizah Nurul Hidayati yang selalu memberikan do'a dan dukungan dan motivasi baik moril maupun materil selama penyelesaian masa studi S2.
12. Nengsi Dahma Yanti, S. Pd., M. Fiqri Syahril, M.Pd., Elwas Berdha Krismona, M.Pd., Rizki Maulita, M.Pd, Adinda Puti Aulia, S.Pd, Reza Tririzky, M.Pd., Raudha Nur Hidayah Al-Jannah, M.Pd., Astri Rachmayani, S.Pd., Fitri Yulianti, S.Pd, Gina Herliani Suherlin, M.Pd., Ramli Eli, S.Pd., Humairah Azzahrah, S. Pd, dan teman-teman seperjuangan S2 angkatan 2021 serta teman-teman lainnya yang tidak dapat penulis tulisan satu persatu, terimakasih atas kerjasamanya selama ini, semoga teman-teman selalu dalam keadaan bahagia.
13. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam kelancaran penyusunan tesis yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Semoga apa yang telah dilakukan senantiasa Allah SWT mencatat segala kebaikan sebagai amal ibadah serta memberikan balasan yang berlipat ganda. Aamiin Ya Rabbal alamiin.

Bandung, Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR DIAGRAM	xv
DAFTAR GRAFIK	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.5 Struktur Penulisan Tesis.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
2.1 Resiliensi Akademik.....	10
2.1.1 Definisi dan Konsep Resiliensi Akademik	10
2.1.2 Aspek Resiliensi Akademik.....	12
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik	17
2.1.4 Karakteristik Resiliensi Akademik	20
2.1.5 Perkembangan Resiliensi Akademik	21
2.1.6 Pengukuran Resiliensi Akademik.....	25
2.1.7 Upaya Pengembangan Resiliensi Akademik	27
2.1.8 Dinamika Korelasi Resiliensi Akademik.....	28
2.2 Konseling Realitas.....	30
2.2.1 Konseling Secara Umum	30
2.2.2 Konsep Konseling Realitas.....	31
2.2.3 Masalah Pada Konseling Realitas.....	33
2.2.4 Tujuan Konseling Realitas.....	35
2.2.5 Tahapan Konseling Realitas	36
2.2.6 Teknik Konseling Realitas.....	37
2.2.7 Kompetensi Konselor	38
2.2.8 Indikator Keberhasilan Konseling	39
2.2.9 Strategi Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realitas.....	40
2.3 Konseling Realitas Untuk Pengembangan Resiliensi Akademik	44

2.4	Penelitian Terdahulu.....	45
2.5	Posisi Penelitian Peneliti	46
2.6	Kerangka Berpikir Penelitian	46
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....		48
3.1	Paradigma dan Pendekatan Penelitian.....	48
3.2	Metode dan Desain Penelitian	48
3.3	Subjek Penelitian	51
3.4	Defenisi Operasional	51
3.5	Instrumen Penelitian.....	51
3.5.1	Pedoman Skoring.....	53
3.5.2	Interpretasi Skala Resiliensi Akademik.....	54
3.5.3	Uji Kelayakan Instrumen	55
3.6	Kisi-kisi Instrumen Resiliensi Akademik Setelah Uji Empirik.....	60
3.7	Prosedur Penelitian.....	60
3.8	Pengembangan Program.....	61
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		63
4.1.	Profil Resiliensi Akademik Peserta Didik di SMA Negeri 2 Subang Tahun Ajaran 2023/2024.....	63
4.1.1	Profil Resiliensi Akademik SMA Negeri 2 Subang Secara Umum ...	63
4.1.2	Profil Peserta Didik yang berada pada Kategori Tidak Resilien	64
4.2.	Program Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik.....	73
4.2.1	Rasional	74
4.2.2	Deskripsi Kebutuhan Peserta Didik.....	75
4.2.3	Tujuan Program	78
4.2.4	Sasaran Program	79
4.2.5	Kompetensi Konselor	79
4.2.6	Peran Konselor.....	80
4.2.7	Rencana Oprasional (<i>Action Plan</i>)	82
4.2.8	Evaluasi.....	98
4.3.	Implementasi Program Konseling Realitas untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta didik	100
4.3.1	Pengukuran Awal Resliensi Akademik Peserta didik (A1).....	100
4.3.2	Sesi Pertemuan 1.....	100
4.3.3	Sesi Pertemuan 2 (Intervensi 1).....	102
4.3.4	Sesi Pertemuan 3 (Intervensi 2).....	106
4.3.5	Sesi Pertemuan 4 (Intervensi 3).....	110
4.3.6	Sesi Pertemuan 5 (Intervensi 4).....	113

4.3.7 Sesi Pertemuan 6 (Intervensi 5).....	116
4.3.8 Sesi Pertemuan 7 (Intervensi 6).....	118
4.3.9 Sesi Pertemuan 8 (A2).....	120
4.4. Efikasi Konseling Realitas untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta didik di SMA Negeri 2 Subang	121
4.4.1 Analisis Individu dalam Implementasi Program Konseling Realitas untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta didik.....	121
4.4.2 Hasil Rekapitulasi Perolehan Skor Perubahan Resiliensi Akademik Pada Subjek Penelitian	121
4.5. Pembahasan Profil Resiliensi Akademik Peserta Didik	128
4.6. Pembahasan Implementasi Program dan Efikasi Konseling Realitas untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik di SMA Negeri 2 Subang ...	131
4.7. Keterbatasan Penelitian	134
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI	136
5.1 Simpulan.....	136
5.2 Rekomendasi	137
DAFTAR RUJUKAN.....	138

DAFTAR TABEL

Table 3. 1 Kisi-kisi Instrumen Resiliensi Akademik	52
Table 3. 2 Panduan Skoring	53
Table 3. 3 Deskripsi Kategori Resiliensi Akademik	54
Table 3. 4 Hasil Uji Validitas Instrumen Resiliensi Akademik	57
Table 3. 5 Kriteria Reliabilitas Alpha Cronbach dalam Rach Model	58
Table 3. 6 Kriteria Reliabilitas Person dan Item dalam Rach Model.....	59
Table 3. 7 Kisi Instrumen Resiliensi Akademik Setelah Uji Empirik	60
Table 4. 1 Profi Resiliensi Akademik Subjek SRD Berdasarkan Aspek dan Indikator	65
Table 4. 2 Profil Resiliensi Akademik Subjek SNS Berdasarkan Aspek dan Indikator.....	67
Table 4. 3 Profil Resiliensi Akademik Subjek NNA Berdasarkan Aspek dan Indikator.....	68
Table 4. 4 Profil Resiliensi Akademik Subjek KNY Berdasarkan Aspek dan Indikator.....	69
Table 4. 5 Profil Resiliensi Akademik Subjek GPM Berdasarkan Aspek dan Indikator.....	70
Table 4. 6 Profil Resiliensi Akademik Subjek ZL Berdasarkan Aspek dan Indikator.....	71
Table 4. 7 Profil Resiliensi Akademik Subjek KPA Berdasarkan Aspek dan Indikator.....	72
Table 4. 8 Gambaran Resiliensi Akademik dan Kebutuhan Layanan Konseling Kelompok Peserta Didik Berdasarkan Aspek dan Indikator.....	76
Table 4. 9 Rencana Operasional (Action Plan).....	82
Table 4. 10 Rekapitulasi Perolehan Skor Subjek SRD pada Fase A1-B-A2	121
Table 4. 11 Rekapitulasi Perolehan Skor Subjek NNA pada Fase A1-B-A2	124
Table 4. 12 Rekapitulasi Perolehan skor Subjek SNS pada fase A1-B-A2	126

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Hasil Uji Ketepatan Skala	53
Gambar 3. 2 Uji Validitas Item dengan Rasch Model	57
Gambar 3. 3 Hasil Uji Reliabilitas Item Instrumen Resiliensi Akademik melalui Rasch Model.....	58
Gambar 3. 4 Uji Unimendisonal	59
Gambar 3. 5 Tahap Penelitian.....	61

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4. 1 Profil Umum Resiliensi Akademik Peserta Didik di SMA Negeri 2 Subang.....	63
Diagram 4. 2 Profil Peserta didik yang berada pada kategori tidak Resiliensi Akademik.....	64

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Kecendrungan Arah Perubahan Subjek SRD	122
Grafik 4. 2 Kecendrungan Arah Perubahan Subjek NNA	124
Grafik 4. 3 Kecendrungan Arah Perubahan Subjek SNS.....	126

DAFTAR RUJUKAN

- Abu Bakar, M. L. (2010). *Dasar-dasar konseling*. CV Perdana Mulya Sarana.
- Afriyeni, N., & Rahayuningsih, T. (2020). Konstruksi alat ukur resiliensi akademik untuk kepuasan belajar online mahasiswa pada masa pandemi covid-19. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2(November), 135–146. <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/psisula/article/download/13078/4841>
- Agasisti, T., & Longobardi, S. (2017). Equality of Educational Opportunities, Schools' Characteristics and Resilient Students: An Empirical Study of EU-15 Countries Using OECD-PISA 2009 Data. *Social Indicators Research*, 134(3), 917–953. <https://doi.org/10.1007/s11205-016-1464-5>
- Akmala, L. A. (2019). Efektivitas Pelatihan Self-Compassion Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Anak Keluarga Tidak Harmonis. *Jurnal Psikologi Islam*, 6(1), 13–24.
- Amelasasih, P., Psi, S., Si, M., Aditama, S., & Rafli Wijaya, M. (2018). *RESILIENSI AKADEMIK DAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHASISWA*.
- Annury, M. N. (2019). Peningkatan Kompetensi Profesional Guru melalui Penelitian Tindakan Kelas. *Dimas: Jurnal Pemikiran Agama Untuk Pemberdayaan*, 18(2), 177. <https://doi.org/10.21580/dms.2018.182.3258>
- Aqib, Z. (2013). *Konseling Kesehatan Mental*. Yrama Widya.
- Astuti, E. (2022). (*Penerapan Konseling Realitas Untuk Mengurangi Dampak Stres Belajar Pada Siswa di SMA Negeri 3 Soppeng*) *Application of Reality Counseling to Reduce the Impact of Learning Stress on. 1*, 1–15.
- Bandura, A., Freeman, W. H., & Lightsey, R. (1999). Self-Efficacy: The Exercise of Control. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 13(2), 158–166. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.13.2.158>
- Barokah, D, R. (2022). *Konseling Kognitif Berbasis Mindfulness Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Pada Remaja*.
- Boatman, M. (2014). *Academically Resilient Minority Doctoral Students Who Experienced Poverty and Parental Substance Abuse*. 1–216.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by*

Nature and Design. Harvard University Press.

Brown, J. H., D'Emidio-Caston, M., & Benard, B. (2011). *Resilience education*. Corwin Press. Corwin Press.

Burks, H. M., & Stefflre, B. (1979). *Theories of counseling*. McGraw-Hill Companies.

Cassidy, S. (2015). Resilience building in students: The role of academic self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 6(NOV), 1–14. <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(NOV), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>

Cheng, V., & Catling, J. (2015). The role of resilience, delayed gratification and stress in predicting academic performance. *Psychology Teaching Review*, 21(1), 13–22. <https://doi.org/10.53841/bpsptr.2015.21.1.13>

Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>

Corey, G. (2008). *Theory & Practice of Group Counseling*. Thomson Brooks/ Cole.
Corey, G. (2009). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. PT Refika Aditama.

Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Nelson Education.

Corey, G. (2016). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Nelson Education.

Cuijpers, P., Karyotaki, E., Weitz, E., Andersson, G., Hollon, S. D., & van Straten, A. (2014). The effects of psychotherapies for major depression in adults on remission, recovery and improvement: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 159, 118–126. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.02.026>

Dahniar, D. (2022). *Sistem Pendidikan, Pendidikan Sebagai Sistem Dan Komponen Serta Interpendensi Antar Komponen Pendidikan*. *Jurnal Literasiologi*, 7(3). <https://doi.org/10.47783/literasiologi.v7i3.322>

David Geldard, Kathryn Geldard, R. Y. F. (2017). *Basic Personal Counselling: A Training Manual for Counsellors*. Cengage AU.

De Feyter, J. J., Parada, M. D., Hartman, S. C., Curby, T. W., & Winsler, A. (2020). The early academic resilience of children from low-income, immigrant

families. *Early Childhood Research Quarterly*, 51, 446–461. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2020.01.001>

Dewi Kumalasari, Azmi Luthfiyani, N., & Grasiawaty, N. (2020). Analisis Faktor Adaptasi Instrumen Resiliensi Akademik Versi Indonesia: Pendekatan Eksploratori dan Konfirmatori. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 9(2), 84–95. <https://doi.org/10.21009/JPPP.092.06>

Dewi, N. R., & Hendriani, W. (2014). Faktor protektif untuk mencapai resiliensi pada remaja setelah perceraian orangtua (Protective factor for achieving resilience I adolescent after parental divorce). *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, 03(03), 37–42. <http://journal.unair.ac.id/downloadfull/JPKS8891-77aabf9ceefullabstract.pdf>

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>

Effendi, R. M. (2020). *Efektifitas Layanan Informasi Melalui Pendekatan Rasional Emotif Untuk Peningkatan Resiliensi Akademik Siswa Kelas IX MTs 3 Medan Tahun Ajaran 2019/2020*. 3(3), 234–240. [http://repository.umsu.ac.id/handle/123456789/16632%0Ahttp://repository.umsu.ac.id/bitstream/handle/123456789/16632/Ridha Maulida Effendi.pdf?sequence=1](http://repository.umsu.ac.id/handle/123456789/16632%0Ahttp://repository.umsu.ac.id/bitstream/handle/123456789/16632/Ridha%20Maulida%20Effendi.pdf?sequence=1)

Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). Creating a Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescents. *Journal of Counseling & Development*, 84(4), 461–470. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00430.x>

Fergus, S., & Zimmerman, M. A. (2005). ADOLESCENT RESILIENCE: A Framework for Understanding Healthy Development in the Face of Risk. *Annual Review of Public Health*, 26(1), 399–419. <https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.26.021304.144357>

Fernanda Rojas, L. F. (n.d.). Factors Affecting Academic Resilience in Middle School Students: A Case Study 1 Factores que Afectan la Resiliencia Académica en Estudiantes de Bachillerato. In *Gist Education and Learning Research Journal*. issn (Issue 11).

Fiorilli, C., Farina, E., Buonomo, I., Costa, S., Romano, L., Larcán, R., & Petrides, K. V. (2020). Trait emotional intelligence and school burnout: The mediating role of resilience and academic anxiety in high school. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph17093058>

- Fitriani, N., Wahyuni, E., & Marjo, H. K. (2016). *Penerapan Teknik Dispute Cognitive Dalam Rebt Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Mahasiswa* (Single Subject Research terhadap mahasiswa Program Studi Psikologi Angkatan 2014 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 73. <https://doi.org/10.21009/INSIGHT.051.11>
- Frisby, B. N., Hosek, A. M., & Beck, A. C. (2020). The role of classroom relationships as sources of academic resilience and hope. *Communication Quarterly*, 68(3), 289–305. <https://doi.org/10.1080/01463373.2020.1779099>
- Galante, J., Dufour, G., Vainre, M., Wagner, A. P., Stochl, J., Benton, A., Lathia, N., Howarth, E., & Jones, P. B. (2018). A mindfulness-based intervention to increase resilience to stress in university students (the Mindful Student Study): a pragmatic randomised controlled trial. *The Lancet Public Health*, 3(2), e72–e81. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(17\)30231-1](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(17)30231-1)
- Garmezy, N. (1985). Stress-resistant children: The search for protective factors. In J. E. Stevenson (Ed.), *Recent Research in Developmental Psychopathology* (pp. 213-233). Pergamon Press.
- Gerald Corey. (2007). *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*. Refika Aditama.
- Gerald Corey. (2012). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Cengage learning.
- Gilligan, R. (2007). Adversity, resilience and the educational progress of young people in public care. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 12(2), 135–145. <https://doi.org/10.1080/13632750701315631>
- Gladding, S. T. (2018). *The Counseling Dictionary*. John Wiley & Sons, 2017.
- Hardiansyah, H., Putri, A. P., Wibisono, M. D., Utami, D. S., & Diana, D. (2020). Penyusunan Alat Ukur Resiliensi Akademik. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 9(3), 185. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i3.3159>
- Hendri, N. (2013). *Model-model konseling*. Perdana Publishing.
- Hoge, E. A., Austin, E. D., & Pollack, M. H. (2007). Resilience: research evidence and conceptual considerations for posttraumatic stress disorder. *Depression and Anxiety*, 24(2), 139–152. <https://doi.org/10.1002/da.20175>
- Hwang, E., & Shin, S. (2018). Characteristics of nursing students with high levels of academic resilience: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 71, 54–59. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.09.011>
- Irawan, R., Renata, D., & Dachmiati, S. (2022). Resiliensi akademik siswa. *Orien:*

- Joko, H. N., Purwati, P., & Putro, H. E. (2022). The Effect of Reality Therapy Group Counseling with the WDEP Technique on Increasing Student Academic Resilience. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 9(2), 215–222. <https://doi.org/10.24042/kons.v9i2.12984>
- Komalasari, G., & Karsih, E. W. D. (2011). *Teori Dan Teknik Konseling*. PT Indeks.

Lahmuddin, L. (2006). *No Title*. Cita Pustaka.

Latipun. (2006). *Psikologi Konseling*. Penerbit UMM.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Cognitive Theories of Stress and the Issue of Circularity. *Dynamics of Stress*, 63–80. https://doi.org/10.1007/978-1-4684-5122-1_4

Locke, E. A., & Latham, G. P. (2006). New Directions in Goal-Setting Theory. *Current Directions in Psychological Science*, 15(5), 265–268. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2006.00449.x>

LUTHAR, S. S., SAWYER, J. A., & BROWN, P. J. (2006). Conceptual Issues in Studies of Resilience: Past, Present, and Future Research. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 105–115. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.009>

Maharani, M., & Menanti, A. (2022). Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Teknik Modeling Terhadap Resiliensi Akademik Siswa Di Smps Amir Hamzah Medan T.a 2021/2022. *Indonesian Counseling and Psychology*, 2(2), 42. <https://doi.org/10.24114/icp.v2i2.38836>

Marian Mahat, Joanne Blannin, E. J. de los R. and, & Cohrsen, C. (2022). *Personal Stories and Lessons Learnt from the COVID-19 Experience*. Published under exclusive licence by Emerald Publishing Limited.

Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring ‘everyday’ and ‘classic’ resilience in the face of academic adversity. *School Psychology International*, 34(5), 488–500. <https://doi.org/10.1177/0143034312472759>

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>

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>

- Masten, A. S., & Obradović, J. (2008). Disaster Preparation and Recovery: Lessons from Research on Resilience in Human Development. *Ecology and Society*, 13(1), art9. <https://doi.org/10.5751/ES-02282-130109>
- Masten, A. S., & Tellegen, A. (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24(2), 345–361. <https://doi.org/10.1017/S095457941200003X>
- Maulana. (2022). Pengaruh Teknologi terhadap Pendidikan di Era Globalisasi. *Jurnal Pendidikan Profesi Guru Madrasah*, 2(3), 371–376. <http://202.162.210.184/index.php/skula/article/view/552/517>
- McMillan, J. H., & Reed, D. F. (1994). At-Risk Students and Resiliency: Factors Contributing to Academic Success. *The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas*, 67(3), 137–140. <https://doi.org/10.1080/00098655.1994.9956043>
- Meneghel, I., Martínez, I. M., Salanova, M., & Witte, H. (2019). Promoting academic satisfaction and performance: Building academic resilience through coping strategies. *Psychology in the Schools*, 56(6), 875–890. <https://doi.org/10.1002/pits.22253>
- Morales, E. E. (2010). Linking Strengths: Identifying and Exploring Protective Factor Clusters in Academically Resilient Low-Socioeconomic Urban Students of Color. *Roeper Review*, 32(3), 164–175. <https://doi.org/10.1080/02783193.2010.485302>
- Mulyono. (2003). *Pendidikan bagi anak berkesulitan belajar*. Rineka Cipta.
- Murtiningrum, D., & Pedhu, Y. (2021). (2021). Resiliensi Akademik Siswa/Siswi Kelas Vii Dan Viii Sekolah Menengah Pertama Santo Andreas Tahun Ajaran 2020/2021. *Psiko Edukasi*, 19 (2).
- Nurihsan, A, J. (2016). *Bimbingan dan Konseling: dalam berbagai latar kehidupan*. Refika Aditama. Refika Aditama.
- Peters, R. D., Leadbeater, B. J. R., & McMahon, R. J. (2005). *Resilience in children, families, and communities: Linking context to practice and policy*. Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan Orang Tua dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa. *ANALITIKA*, 13(2). <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5482>
- Priscilla Dass-Brailsford. (2005). Exploring resiliency: Academic achievement among disadvantaged black youth in South Africa. In *South African Journal*

of *Psychology* (Vol. 35, Issue 3, pp. 574–591).

- Ramezanpour, A., Kouroshnia, M., Mehryar, A., & Javidi, H. (2019). Psychometric Evaluation of the Academic Resilience Scale (ARS-30) in Iran. *Iranian Evolutionary and Educational Psychology Journal*, 1(3), 144–150. <https://doi.org/10.29252/ieepj.1.3.144>
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.
- Rickinson, B. (1997). Evaluating the effectiveness of counselling intervention with final year undergraduates. *Counselling Psychology Quarterly*, 10(3), 271–285. <https://doi.org/10.1080/09515079708254179>
- Rogers, C. (2012). *Client Centered Therapy*. Constable.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah Metode, Teknik dan Aplikasi*. Rizke Press.
- Rusmana, N. (2018). *Aplikasi Konseling Pasca-Trauma*.
- Rusmana, N., & Suprihatin, D. (2019). A quasi experiment on group exercises to improve students' resilience. *Journal of Physics: Conference Series*, 1318(1), 012128. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1318/1/012128>
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Saufi, M., Nur Budiono, A., & Mutakin, F. (2022). Self Regulated dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(1), 67–75. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v5i1.1244>
- Seçer, İ., & Ulaş, S. (2020). The Mediator Role of Academic Resilience in the Relationship of Anxiety Sensitivity, Social and Adaptive Functioning, and School Refusal With School Attachment in High School Students. *Frontiers in Psychology*, 11(April), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00557>
- Selama, D., Tatap, P., & Terbatas, M. (2022). 18410124.
- Shinta, D. (2021). *Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2015 Dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Tesis Oleh Dewi Shinta Program Studi Magister Psikologi Program Pascasarjana Universitas Medan Area Medan Universitas Medan Area Program P.*
- Simorangkir, F. D., Simarmata, S. W., & Sembiring, M. (n.d.). Hubungan Konsep Diri Dengan Resiliensi Akademik Siswa Di Smp Tamansiswa Binjai Tahun Ajaran 2021/2022. *Jurnal Serunai Bimbingan Dan Konseling*, 11 (1).

- Slameto. (2003). *Belajar & Faktor yang Mempengaruhinya*. Rineka Cipta.
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1). <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>
- Stutey, D. M., & Wubbolding, R. E. (2018). Reality play therapy: A case example. *International Journal of Play Therapy*, 27(1), 1–13. <https://doi.org/10.1037/pla0000061>
- Sudjana. (2004). *Dasar-dasar proses belajar mengajar*. Sinar Baru Algesindo.
- Trigueros, R., Magaz-González, A. M., García-Tascón, M., Alias, A., & Aguilar-Parra, J. M. (2020). Validation and adaptation of the academic-resilience scale in the Spanish context. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph17113779>
- Tugade, M. M., Devlin, H. C., & Fredrickson, B. L. (2016). Positive emotions. *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, 18–32. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199396511.013.1>
- Tumiyem. (2003). *Model-model Konseling*. PT Indeks.
- Ungar, M. (2004). A Constructionist Discourse on Resilience. *Youth & Society*, 35(3), 341–365. <https://doi.org/10.1177/0044118X03257030>
- Utami Fitri, H., & Kushendar, K. (2019). Konseling Kelompok Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 1(2), 67–74. <https://doi.org/10.51214/bocp.v1i2.2>
- Wasonga, T., Christman, D. E., & Kilmer, L. (2003). *Ethnicity, gender and age: Predicting resilience and academic achievement among urban high school students*.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Cornell University.
- Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21(2), 152–169. <https://doi.org/10.1017/S0959259810000420>
- Wolin, S. J., & Wolin, S. (1993). *The resilient self: How survivors of troubled families rise above adversity*. Villard Books.
- Wubbolding, R. E., & Brickell, J. (2005). Purpose of behavior: Language and levels of commitment. *International Journal of Reality Therapy*, (25) 1.

- Wubbolding, R. E. (2012). *Contemporary Psychotherapies for a Diverse World* (J. Frew & M. D. Spiegler (eds.)). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203802045>
- Wubbolding, R. E. (2015). The Voice of William Glasser: Accessing the Continuing Evolution of Reality Therapy. *Journal of Mental Health Counseling*, 37(3), 189–205. <https://doi.org/10.17744/mehc.37.3.01>
- Wubbolding, R. E., & Brickell, J. (2017). *Counselling with Reality Therapy*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315173009>
- Yamamoto, T., Matsumoto, Y., & Bernard, M. E. (2017). Effects of the cognitive-behavioral You Can Do It! Education program on the resilience of Japanese elementary school students: A preliminary investigation. *International Journal of Educational Research*, 86, 50–58. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2017.08.006>