

**BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *SELF INSTRUCTION*
UNTUK MENGEMBANGKAN RESILIENSI AKADEMIK
PESERTA DIDIK**

(Penelitian Eksperimen Kuasi di Salah Satu SMP Negeri Kota Bandung
Tahun Ajaran 2023/2024)

TESIS

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan Bidang Bimbingan dan Konseling



oleh
Anggia Hadiyanti Dwi Putri
NIM 2002003

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

LEMBAR HAK CIPTA

BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *SELF INSTRUCTION* UNTUK
MENGEMBANGKAN RESILIENSI AKADEMIK PESERTA DIDIK

oleh

Anggia Hadiyanti Dwi Putri

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Fakultas Ilmu Pendidikan

© Anggia Hadiyanti Dwi Putri 2024

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2024

Hak Cipta dilindungi undang-undang,

Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan cetak ulang,
difotokopi atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

ANGGIA HADIYANTI DWI PUTRI
2002003

**BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *SELF INSTRUCTION* UNTUK
MENGEMBANGKAN RESILIENSI AKADEMIK PESERTA DIDIK**

Disetujui dan disahkan oleh

Pembimbing



Dr. Anne Hafina Adiwinata, M.Pd.

NIP. 196007041986012001

Mengetahui,

**Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
Program Magister dan Doktor
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia**



Dr. Ipah Saripah, M.Pd.

NIP. 197710142001122001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “**Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Instruction* Mengembangkan Resiliensi Akademik Peserta Didik**” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan dalam karya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Agustus 2024
Yang membuat pernyataan,



Anggia Hadiyanti Dwi Putri
NIM. 2002003

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan kepada Allah Swt. yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan tesis yang berjudul "**Bimbingan Kelompok Teknik *Self Instruction* untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik Peserta Didik**" (Studi Kuasi Eksperimen di SMP Negeri Kota Bandung). Penyusunan tesis ini dimaksudkan guna memenuhi salah satu syarat untuk menempuh ujian magister pendidikan pada Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Tesis ini merupakan laporan penelitian mengenai bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik. Penelitian dalam tesis ini mencoba menguji efikasi bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* dalam mengembangkan resiliensi akademik peserta didik.

Tidak ada gading yang tak retak, begitupun dengan tesis ini masih jauh dari kata sempurna. Namun peneliti berharap mudah-mudahan tesis ini bermanfaat bagi penulis sendiri dan pengembangan program bimbingan di sekolah khususnya serta peneliti selanjutnya dan bidang pendidikan pada umumnya.

Bandung, Agustus 2024



Anggia Hadiyanti Dwi Putri
NIM 2002003

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahmanirahim

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt., yang telah melimpahkan berbagai nikmat dan karunia yang tiada terhingga kepada segenap umat manusia, khususnya kepada penulis karena dengan hidayah dan ridho-Nya tesis ini dapat terwujud. Penulis menyadari bahwa selama proses menyelesaikan tesis tidak lepas dari peran-peran berbagai pihak. Sepatutnyalah penulis mengungkapkan rasa terimakasih dengan tulus kepada semua pihak yang telah rela mengeluarkan tangan untuk membantu dan membimbing penulis. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Dr. Anne Hafina Adiwinata, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing 1 dan dosen pembimbing akademik yang telah banyak meluangkan kesempatan, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis sehingga terwujudnya tesis ini.
2. Dr. Nani M. Sugandhi, M. Pd. dan Dr. Suherman, M,Pd. selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Pembimbing satu, namun ditengah proses bimbingan menjalani masa purnabakti sehingga berdasarkan aturan program studi tugas sebagai pembimbing dilanjutkan hanya oleh satu pembimbing. Ketelitian dan Keuletan yang beliau ajarkan menjadi semangat untuk segera menyelesaikan studi ini.
3. Dr. Ipah Saripah, M.Pd. Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan kemudahan kepada penulis selama proses perkuliahan sampai terwujudnya tesis ini.
4. Bapak dan Ibu Dosen Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, yang telah dengan tulus mencurahkan tenaga dan perhatian untuk membimbing penulis selama kuliah di Universitas Pendidikan Indonesia
5. Ibu Fiji dan Bapak Dian sebagai Staf Tata Usaha Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah membantu dalam memberikan informasi dan kemudahan administrasi.
6. Kepala sekolah, guru, staf dan siswa SMP Negeri 28 Bandung yang telah membantu dalam kelancaran proses pelaksanaan penelitian

7. Teman-teman seperjuangan Mahasiswa Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan angkatan 2020 khususnya PPB 2020 A atas kebersamaan selama masa perkuliahan dan motivasi dalam penyelesaian tesis.
8. Kedua orang tua penulis, Drs. Asep Saeful Bahri dan Tati Rosmiati, S.Ag. atas untaian doa yang selalu dipanjatkan untuk ananda. Terima kasih atas kasih sayang, pengorbanan, dukungan moril maupun materiil yang tiada hentinya semenjak penulis dalam kandungan sampai sekarang.
9. Suami dan anak tercinta, Lira Fitriyadi Ramdani, S.ST. dan Kalea Zayba Ayumi Ramdani yang senantiasa menjadi sumber semangat dan motivasi penulis dalam menyelesaikan studi.
10. Kakak penulis Ruhdiana Eka Putra, S.Farm., Apt. Dan dr. Gilda Aninidita Mahari yang senantiasa memberikan dukungan pada penulis
11. Semua pihak yang telah membantu dan terlibat selama masa perkuliahan hingga terwujudnya tesis ini.
12. Diri sendiri, Anggia Hadiyanti Dwi Putri. Terima kasih karena sudah berjuang sampai sejauh ini, karena diri kamu sudah mampu menyelesaikannya sekarang. Semoga semua amal baik mereka mendapat balasan setimpal dari Allah Swt. dan mendapat tempat di sisi-Nya.

Bandung, Agustus 2024

Penulis,



Anggia Hadiyanti Dwi Putri

NIM. 2002003

ABSTRAK

Anggia Hadiyanti Dwi Putri. (2024). Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik Remaja. Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Resiliensi akademik merupakan kemampuan yang perlu dimiliki peserta didik agar dapat menghadapi dan bangkit dari situasi sulit serta mampu mencapai prestasi belajar yang optimal dengan memanfaatkan kekuatan internal dan eksternal. Peserta didik dengan resiliensi akademik tinggi akan menunjukkan performa belajar dan sikap positif sedangkan resiliensi akademik rendah berdampak negatif pada proses belajar, resiliensi akademik menjadi salah satu kajian yang urgen dalam bimbingan dan konseling. Penelitian bertujuan menguji kelayakan bimbingan kelompok teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik sekolah menengah pertama (SMP). Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *pretest-posttest nonequivalent group quasi- experimental*. Populasi penelitian adalah peserta didik kelas VIII di salah satu SMP Negeri di Kota Bandung. Sampel penelitian berjumlah 16 orang dibagi menjadi dua kelompok eksperimen dan kontrol dengan jumlah anggota sama banyak. Analisis data penelitian menggunakan uji statistic non parametrik yaitu uji *Mann-Whitney U Test* dan uji *Cohen's d*. Temuan penelitian menunjukkan adanya perbedaan skor *pretest* dan *posttest* antara kelompok eksperimen dan kontrol sehingga bimbingan kelompok teknik *self instruction* dapat digunakan untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik.

Kata Kunci: resiliensi akademik, bimbingan kelompok, *self instruction*

ABSTRACT

Anggia Hadiyanti Dwi Putri. (2024). Group Guidance to Develop Adolescent Academic Resilience. Thesis. Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Education, University of Indonesia Education.

Academic resilience is an ability that students need to face and recover from difficult situations and achieve optimal learning achievement by utilizing internal and external strengths. Students with high academic resilience will show positive learning performance and attitudes, while low academic resilience has a negative impact on the learning process, academic resilience is one of the urgent studies in guidance and counseling. The study aims to test the feasibility of self-instruction technique group guidance to develop the academic resilience of junior high school (SMP) students. The research approach used is a quantitative approach with a pretest-posttest nonequivalent group quasi-experimental research design. The research population was grade VIII students at one of the state junior High Schools in Bandung City. The research sample consisted of 16 people divided into two experimental and control groups with the same number of members. Analysis of research data using non-parametric statistical tests, namely the Mann-Whitney U Test and Cohen's d test. The research findings showed differences in pretest and posttest scores between the experimental and control groups so that self-instruction technique group guidance can be used to develop the academic resilience of students.

Keywords: academic resilience, group guidance, self instruction

DAFTAR ISI

LEMBAR HAK CIPTA	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	
DAFTAR LAMPIRAN	
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Penelitian	1
1.2. Identifikasi dan Rumusan Masalah	8
1.3. Tujuan Penelitian	9
1.4. Manfaat Penelitian	9
1.5. Struktur Organisasi Tesis	10
BAB II KAJIAN TEORETIK	11
2.1. Konsep Resiliensi Akademik	11
2.2. Konsep Bimbingan Kelompok	25
2.3. Teknik <i>Self Instruction</i>	36
2.4. Program Bimbingan dan Konseling	42
2.5. Kerangka Berpikir	47
2.6. Asumsi dan Hipotesis Penelitian	48
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	50
3.1. Desain Penelitian	50
3.2. Partisipan Penelitian	51
3.3. Instrumen Penelitian	52
3.4. Prosedur Penelitian	60
3.5. Teknik Analisis Data	60
3.6. Pengembangan Program	62
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	74
4.1. Hasil Temuan Penelitian	74
4.2. Pembahasan Penelitian	90
4.3. Keterbatasan Penelitian	97
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI	98
5.1. Simpulan	98
5.2. Rekomendasi	98
DAFTAR PUSTAKA	100
LAMPIRAN	105

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbedaan Program Bimbingan Konseling Traditional dan <i>Developmental</i>	44
Tabel 3.1 Populasi dan Sampel Penelitian	52
Tabel 3.2 Kisi- Kisi Instrumen Resiliensi Akademik	55
Tabel 3.3 Hasil judgement instrumen Resiliensi Akademik	56
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas <i>Undimensionality</i>	57
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Item	58
Tabel 3.6 Nilai <i>Person Reliability</i> dan <i>Alpha Cronbach</i>	59
Tabel 3.7 Kriteria <i>Alpha Cronbach</i>	59
Tabel 3.8 Kriteria Nilai <i>Pearson</i> dan <i>Item Reliability</i>	60
Tabel 3.9 Kriteria Interpretasi nilai <i>Cohen's d</i>	62
Tabel 3.10 Gambaran Umum Resiliensi Akademik Peserta Didik.....	66
Tabel 3.11 Gambaran Resiliensi Akademik Peserta Didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023 – 2024 Berdasarkan Setiap Aspek	66
Tabel 3.12 Deskripsi Kebutuhan Peserta didik Kelas VIII.....	67
Tabel 3.13 Deskripsi Kebutuhan Kelompok Eksperimen.....	68
Tabel 3.14 Deskripsi Kebutuhan Kelompok Kontrol	69
Tabel 3.15 Rencana Operasional Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self Instruction</i> untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik Peserta Didik Kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Pelajaran 2023/2024.....	72
Tabel 3.16 Indikator Keberhasilan.....	75
Tabel 3.17 Uji Rasional Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Instruction</i> untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik.....	76
Tabel 3.18 Saran Perbaikan Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Instruction</i> untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik.....	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Desain penelitian	51
Gambar 3.2 Rumus <i>effect size</i>	61

DAFTAR PUSTAKA

- Aburn, G., Gott, M., & Hoare, K. (2016). What is resilience? An integrative review of the empirical literature. *Journal of Advanced Nursing* , 72 (5), 980–1000.
- Banaag, C. G. (2002). Resiliency, street children, and substance abuse prevention. *Journal od prevention preventif* , 273 - 285.
- Bryant, L. E., & Budd, K. S. (2017). Self Instructional Training To Increase Independent Work Performance In Pre School. *Journal of Applied Behaviour Analysis* , 15 (2), 56-57.
- Bughental, D. B. (1978). Attributional and Behavioral Changes Following Two Behavior Management Intervention with Hyperactive Boys: A Follow-Up Study. *Child Developmnet* , 247-250.
- Cassidy, S. (2015). Resilience Building in Students: The Role of Academic Self-Efficacy. *Frontiers in Psychology* , 1781.
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A Multidimensional Construct Measure. *Journal Frontiers in Psychology* , 1-11.
- Cicchetti, D., & Cohen, D. (1980). *Developmental Psychopathology: Risk, Disorder, and Adaptation*. New York: Wiley.
- Colp, S. M., & Nordstokke, D. W. (2014). Exploring the measurement of academic resilience. *In Proceedings of the Symposium presentation at the Canadian Psychological Association's 75th Annual Convention* (pp. -). Vancouver: British Columbia.
- Corey, G. (1996). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. California State University, USA: Brooks/Cole.
- Cormier, S., & Nurius, S. (2003). *Interviewing and Change Strategises for Helper*. USA: Brooks/Cole.
- Creswell, J. (2016). *Research Design, Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitaif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Damon, W. (1998). *Handbook of Child Psychology*. New York: John Wiley.

- Dobson, K. S. (2001). *Handbook of Cognitive Behavioral Therapies*. The Guilford Press.
- Everall, R., Altrows, K., & Paulson, B. (2006). A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescents. *Journal of Counseling and Development* , 84, 461-470.
- Fallon, C. M. (2010). *School factors that promote academic resilience in urban latino high school students*. Loyola University Chicago.
- Fiorilli, C., Farina, E., Buonomo, I., Costa, S., Romano, L., Larcán, R., et al. (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).
- Gordon, K. A. (1995). Self-Concept and Motivational Patterns of Resilient African American High School Students. *Journal of Black Psychology* , 21 (3), 239–255.
- Hamzah, D. (2022). *ROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING PRIBADI UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK SISWA DI MASA PANDEMI COVID-19*. Bandung: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hardy, S., Concato, J., & Gill, T. (2004). *Resilience of Community-Dwelling Older Persons*. New York: Mc Graw Hill.
- Hart, C. (2012). Factors Associated With Student Persistence in an Online Program of Study : A review of the Literature. *Journal of Interactive Online Learning* , 11 (1), 19-42.
- Henderson, N., & Milstein, M. (2003). *Resiliency in Schools: Making it Happens for Students and Educators*. California: Corwin Press Inc.
- Hoge, E., Austin, A., & Pollack, M. (2007). Resilience : Research evidence and conceptual considerations for posttraumatic stress disorder. *Depression and Anxiety* , 139-152.
- Hughes, C. (1985). *The Effect of Self-Instruction on On-Task Behavior and Work Performance in Vocational Training Setting*. USA: Faculty of the School of Education, Eastern Montana College.
- Houser, R. A. (2020). *Counseling and educational research*. Sage Publication, Inc.

- Hwang, E., & Shin, S. (2018). Characteristics of Nursing Students With High Levels of Academic Resilience : A Cross-Sectional Study. *Nurse Education Today* , 54-59.
- Kalil, A. (2003). *Family Resilience and Good child Outcome*. Wellington: Ministry of Social Development. .
- Khadijah, K., Maharani, M., & Khasanah, M. F. (2021). Resiliensi Akademik Mahasiswa terhadap Pembelajaran Daring. *Educational Guidance and Counseling Development Journal* , 66-72.
- Kim, H., & Lee, Y. (2020). The Influence of Optimism and Academic Resilience on The Major Satisfaction Among Undergraduate Nursing Students. *Journal of the Korea Contents Association* , 20 (1), 692-700.
- Kivunja, C., & Kuyini, A. B. (2017). Understanding and applying research paradigms in educational contexts. *International Journal of Higher Education*. 6 (5), 26–41.
- Kumalasari, D., & Akmal, S. (2020). Resiliensi Akademik dan Kepuasan Belajar Daring di Masa Pandemi COVID-19 : Peran Mediasi Kesiapan Belajar Daring. *Persona : Jurnal Psikologi Indonesia* , 9 (2), 353-368.
- Ledesma, J. (2014). Conceptual frameworks and research models on resilience in leadership. *Sage Open* , 3.
- Luthar, S. (2003). *Resilience and Vulnerability, Adaptation in The Context of Childhood Adversities*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Lovakov, A., & Agadullina, E. R. (2021). Empirically derived guidelines for effect size interpretation in social psychology. *European Journal of Social Psychology*, 51(3), 485–504. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2752>
- Martin, A., & Marsh, H. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the Schools* , 43 (3), 267-281.
- Martin, A. J., & Marsh, H. (2009). Academic resilience and academic buoyancy; A encompassing multidimensional and hierarchical framing of concepts, causes, correlates, and cognate constructs. *Oxford Review of Education* , 35 (4), 353-370.

- Meichenbaum, D. (1977). *Cognitive Behavior Modification: An Integrative Approach*. New York: Plenum Press.
- Meichenbaum, D. (2008). *Bolstering Resilience: Benefiting from Lesson Learned*. Retrieved February 12, 2022, from www.melissainstitute.org.
- Meltzer, D. E. (2002). The relationship between mathematics preparation and conceptual learning gains in physics : A possible ““ hidden variable ”” in diagnostic pretest scores. 1259 - 1268.
- Meneghel, I., Martínez, I. M., Salanova, M., & de Witte, H. (2019). Promoting academic satisfaction and performance: Building academic resilience through coping strategies. *Psychology in the Schools* , 56 (6), 875–890.
- Nasution, S. M. (2011). *Resiliensi. Daya Pegas Menghadapi Trauma Kehidupan*. Medan: USU Press.
- Noltemeyer, A. L., & Bush, K. (2013). Adversity And Resilience: A Synthesis Of International Research. *School Psychology International* , 34 (5), 474-487.
- Ong, A. D., Phinney, J. S., & Dennis, J. (2006). Competence under challenge: Exploring the protective influence of parental support and ethnic identity in Latino college students. *Journal of Adolescence* , 29 (6), 961–979.
- Perkins, D. F., & Caldwell, L. (2005). *Resiliency, protective processes, promotion, and community youth development*. State College, PA: Venture Publishing.
- Reivech, K., & Shatee, A. (2002). *The resiliency factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacle*. New York: Broadways Book.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan dan konseling kelompok di sekolah (metode, teknik, dan aplikasi)*. . Bandung: Rizqi Press.
- Shapiro, E. S., & Christine, L. C. (1994). *Behavior Change in The Classroom: Self-Management Interventions*. New York: The Guilford Press.
- Sopian, A. (2019). *Perbandingan Resiliensi Akademik Peserta Didik Berdasarkan Status Sosial Ekonomi Keluarga*. Bandung: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sugiyono. (2013). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sumintono, & Widhiarso. (2015). *Aplikasi pemodelan RASCH pada assessment pendidikan*. Cimahi: Trim Komunikata.
- Trigueros, R. M.-G., 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).
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of personality and social psychology* (8), 320.
- Vysotsky, L. (1986). Thought and language. In *Behavioural Neurology*.