

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

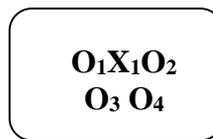
Bab metodologi penelitian terdiri dari desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, pengembangan instrumen penelitian, prosedur penelitian, teknik analisis data, dan pengembangan program.

3.1 Desain Penelitian

Penelitian menggunakan paradigma postpositivism bertumpu pada logika deduktif, perumusan hipotesis, pengujian hipotesis, menawarkan definisi operasional dan persamaan matematika (perhitungan) untuk memperoleh kesimpulan dari hasil penelitian terukur (Kivunja & Kuyini, 2017). Sesuai dengan pernyataan tersebut, penelitian ini disajikan dengan asesmen dan statistik secara sederhana yang hasilnya dapat digeneralisasikan pada situasi lain. Seperti yang dijelaskan Kivunja & Kuyini (2017) bahwa penelitian postpositivisme harus dapat mengamati kejadian dan fenomena tertentu yang telah dipelajari, serta dapat menggeneralisasi tentang apa yang dapat diharapkan ditempat lain.

Penelitian ini melibatkan perhitungan data statistik, maka penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Ini didasarkan pada pendapat Kivunja & Kuyini (2017) bahwa paradigma postpositivisme menganjurkan penggunaan metode penelitian kuantitatif sebagai landasan dalam mendeskripsikan parameter dan koefisien data yang dikumpulkan, dianalisis serta diinterpretasikan.

Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experimental* dengan *pretest-post test nonequivalent group design* sehingga tidak ada pembagian tugas secara acak terhadap kelompok. Desain penelitian ini dilakukan untuk menguji keefektifan intervensi dalam meningkatkan resiliensi akademik dengan membandingkan antara dua kelompok atau kelompok yang sama dalam waktu yang berbeda. Pada desain ini, *pretest dan posttest* diberikan kepada semua kelompok yang terlibat, *pretest* dilakukan sebelum diberikan perlakuan, dan *post test* dilakukan setelah diberi perlakuan (Houser, 2020).



Gambar 3.1
Desain Penelitian

Keterangan:

O₁: *Pre-test* pada kelompok eksperimen.

O₂: *Post-test* pada kelompok eksperimen

O₃: *Pre-test* pada kelompok kontrol

O₄: *Post-test* pada kelompok kontrol

X: Perlakuan (Penggunaan bimbingan kelompok melalui teknik *self instruction*)

3.2 Partisipan, Populasi, dan Sampel Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di salah satu SMP Negeri di Kota Bandung sehingga yang terlibat sebagai partisipan adalah peserta didik kelas VIII tahun ajaran 2023 / 2024. Pertimbangan Populasi Partisipan dalam penelitian ini ialah peserta didik kelas VIII Salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023/2024. Pertimbangan peserta didik kelas VIII karena beberapa hal yaitu: 1) Peserta didik berada pada usia 12-14 yaitu pada masa remaja awal. Pada masa remaja, individu mulai mencari jati diri sehingga akan menemukan tantangan dan kesulitan yang berpengaruh pada proses belajar sehingga harus memiliki resiliensi akademik yang tinggi 2) Peserta didik pada kelas VIII mengalami masa transisi jenjang di SMP terindikasi mengalami tantangan dan kesulitan secara sosial dan akademik; 3) belum banyak penelitian resiliensi akademik pada peserta didik di jenjang SMP, khususnya Salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Bandung.

Populasi dalam penelitian ini adalah resiliensi akademik peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023/2024. Tabel 3.1 berikut menampilkan jumlah partisipan penelitian dari masing-masing rombongan belajar kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023 /2024:

Tabel 3.1
Populasi dan Sampel Penelitian

| No | Kelas | Anggota Populasi | Sampel | |
|-------|--------|------------------|------------|---------|
| | | | Eksperimen | Kontrol |
| 1 | VIII A | 31 | 8 | 8 |
| 2 | VIII B | 30 | | |
| 3 | VIII C | 30 | | |
| 4 | VIII D | 32 | | |
| 5 | VIII E | 29 | | |
| 6 | VIII F | 32 | | |
| 7 | VIII G | 31 | | |
| 8 | VIII H | 32 | | |
| 9 | VIII I | 32 | | |
| Total | | 279 | 16 | |

Teknik sampling yang digunakan yaitu strategi *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel karena karakteristik tertentu. Menurut Creswell (2012) *purposive sampling* berarti peneliti memilih individu-individu dan tempat untuk diteliti karena secara spesifik dapat memberi pemahaman tentang masalah riset dan fenomena pada studi penelitian. Peneliti mengambil sampel penelitian perwakilan pada beberapa kelas yang memiliki ketersediaan waktu dan memiliki karakteristik yang dapat mewakili peserta didik yang lain. Sampel yang digunakan adalah peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung yang memiliki tingkat resiliensi akademik sedang dan tinggi.

3.3 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan peneliti untuk mengungkap tingkat resiliensi akademik peserta didik adalah kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memberi kumpulan pernyataan atau pertanyaan tertulis untuk dijawab responden (Sugiyono, 2009, hlm. 199).

Instrumen resiliensi akademik dikembangkan dari aspek-aspek resiliensi akademik peserta didik merujuk pada pendapat Cassidy (2016) yang kemudian dirumuskan menjadi indikator-indikator.

3.3.1 Definisi Operasional Variabel

3.3.1.1 Resiliensi Akademik

Secara operasional resiliensi akademik yang dimaksud dalam penelitian adalah kemampuan bertahan peserta didik kelas VIII Salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023/2024 untuk menghadapi kesulitan, kejatuhan, stress, dan tekanan dalam konteks akademik. Resiliensi akademik terdiri dari tiga aspek, yaitu ketekunan (*perseverance*), refleksi dan adaptif mencari bantuan (*reflecting and adaptive help-seeking*), pengaruh negatif dan respon emosional (*negative affect and emotional response*).

3.1.1.1.1 Ketekunan (*Perseverance*)

Ketekunan yang dimaksud dalam penelitian adalah kemampuan peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023/2024 untuk bekerja keras dan selalu mencoba, teguh pada rencana dan tujuan, menerima dan memanfaatkan masukan, pemecahan masalah dengan kreatif-imajinatif, serta mampu memposisikan kesulitan sebagai kesempatan.

3.1.1.1.2 Refleksi dan adaptif mencari bantuan (*reflecting and adaptive help-seeking*)

Refleksi dan adaptif mencari bantuan dalam penelitian adalah kemampuan peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023/2024 untuk merefleksikan kekuatan dan kelemahan diri, mengubah pendekatan belajar, mencari bantuan, mendapatkan dukungan dan penguatan, serta memantau usaha dan pencapaiannya.

3.1.1.1.3 Pengaruh negatif dan respon emosional (*negative affect and emotional response*)

Pengaruh negatif dan respon emosional dalam penelitian adalah kemampuan respon emosional peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023/2024 untuk mengelola emosi negatif seperti

kecemasan, memikirkan hal-hal buruk, menghindari respon emosional yang negatif, serta optimisme dan keputusasaan.

3.3.1.2 *Self instruction*

Self instruction merupakan keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam melakukan verbalisasi diri dengan berbagai tahapan untuk membangun kembali sistem kognisi yaitu mengganti pikiran negatif menjadi pikiran positif yang ditampilkan dengan perbaikan perilaku. Teknik *self instruction* dilakukan dengan strategi bimbingan kelompok yaitu dimulai dengan tahap pembentukan kelompok dalam layanan bimbingan kelompok teknik *self instruction* meliputi: 1) *Forming* atau pembentukan kelompok; 2) *Storming* atau tahap menstimulasi ide; 3) *Norming* atau membuat kesepakatan dan; 4) *Performing* atau peserta didik siap untuk terlibat selama proses layanan. Meichanbeum dalam (Dobson, 2001) menyatakan terdapat tiga tahapan teknik dalam *self instruction* sebagai berikut.

- 3.3.1.2.1 Pemberian informasi yang berkaitan dengan konseptualisasi masalah yang tengah dihadapi. Konseli diharapkan mampu lebih sensitif terhadap pikiran, perasaan, perbuatan, reaksi fisiologis dan pola reaksi terhadap orang lain dan lingkungan
- 3.3.1.2.2 Melakukan konseptualisasi terhadap masalah. Konselor merencanakan intervensi dalam konteks melakukan identifikasi terhadap pikiran dan perasaan yang irasional yang menyebabkan terjadinya masalah pada individu. Konseli dibantu meningkatkan pikirannya terhadap perilaku adaptif untuk melakukan verbalisasi diri (*self-verbalizing*) dialog terhadap diri sendiri yang lebih adaptif dengan mengurangi pemikiran negatif.
- 3.3.1.2.3 Melakukan perubahan langsung. Konseli melakukan perubahan perilaku dengan menggunakan ungkapan diri (*self statement*).

3.3.2 Pengembangan Kisi-Kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen disusun berdasarkan variabel-variabel yang dirumuskan dalam definisi operasional yang selanjutnya dijabarkan menjadi aspek yang akan diukur kemudian diturunkan ke dalam indikator-indikator menjadi butir-butir pernyataan (Sugiyono, 2013, hlm. 149).

Instrumen dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh data terkait *resiliensi akademik* peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Bandung. Instrumen ini dikembangkan berdasarkan teori resiliensi akademik yang dikemukakan oleh Cassidy (2016) bahwa resiliensi akademik terdiri dari tiga aspek, yaitu ketekunan (*perseverance*), refleksi dan adaptif mencari bantuan (*reflecting and adaptive help-seeking*), pengaruh negatif dan respon emosional (*negative affect and emotional response*). Kisi-kisi instrumen disajikan dalam tabel 3.2:

Tabel 3.2
Kisi- Kisi Instrumen Resiliensi Akademik

| No | Aspek | Indikator | Sebaran Item | | Jumlah Item |
|----|--|---|--------------|-----|-------------|
| | | | (+) | (-) | |
| 1 | Ketekunan (<i>perseverance</i>) | Bekerja keras dan selalu mencoba | 1, 2 | 3 | 3 |
| | | Teguh pada rencana dan tujuan | 4,6 | 5 | 3 |
| | | Menerima dan memanfaatkan masukan | 7 | 8,9 | 3 |
| | | Pemecahan masalah dengan kreatif | 10,11, 12 | | 3 |
| 2 | Refleksi dan adaptif dalam mencari bantuan (<i>reflecting and adaptive help-seeking</i>) | Memposisikan kesulitan sebagai kesempatan | 13,14 | | 2 |
| | | Merefleksikan kekuatan dan kelemahan | 15,16 | | 2 |
| | | Mengubah pendekatan belajar | 17,18 | | 2 |
| | | Mencari bantuan | 19 | 20 | 2 |
| | | Dukungan dan penguatan | 21,22 | 23 | 3 |
| | | Memantau pencapaian usaha | 24,25 | | 2 |

| | | | | | |
|---|--|--|--------------|-----------------|---|
| 3 | Pengaruh negatif dan respon emosional (<i>negative affect and emotional response</i>) | Kecemasan | | 26,27, 28,29 | 4 |
| | | Memikirkan hal-hal buruk | | 30,31, 32 | 3 |
| | | Menghindari respon emosional yang negative | 33, 35 | 34 | 3 |
| | | Optimism dan keputusasaan | 36, 38,40 | 37, 39,41 | 6 |

3.3.3 Uji Coba Alat Ukur

Angket yang digunakan dalam penelitian ini telah melalui tahapan pengujian sebagai berikut.

3.3.3.1 Uji Kelayakan

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang dikembangkan oleh peneliti merujuk pada teori dan aspek yang dikemukakan Cassidy (2016) dan telah dilakukan uji kelayakan oleh dosen ahli Dr. Anne Hafina, M.Pd. dan Dr. Suherman, M.Pd. Uji kelayakan ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana tingkat kelayakan instrumen dari segi bahasa, konstruk, dan konten. Masukan dari tiga dosen ahli dijadikan landasan dalam penyempurnaan instrumen yang dibuat. Pada Tabel 3.3 berikut ini disajikan hasil uji kelayakan instrumen yang telah diuji dosen ahli.

Tabel 3.3
Hasil judgement instrumen Resiliensi Akademik

| Keterangan | No item | Jumlah |
|------------|--|--------|
| Memadai | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 39, 40 | 40 |
| Revisi | 1, 3, 29, 35, 37, 39 | 6 |
| Buang | 41 | 1 |

3.3.3.2 Uji Keterbacaan Item

Sebelum instrumen diujikan, peneliti terlebih dahulu melakukan uji keterbacaan item kepada sampel. Uji keterbacaan dilakukan dengan tujuan untuk mengukur sejauh mana keterbacaan pada setiap item agar dapat dipahami oleh responden penelitian. Uji keterbacaan dalam penelitian ini dilakukan kepada 5 orang peserta didik di sekolah yang sama yaitu peserta didik kelas VIII Salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Bandung

Berdasarkan hasil uji keterbacaan menunjukkan bahwa peserta didik memahami setiap butir pernyataan yang terdapat dalam instrumen, namun ada kosakata yang perlu diperbaiki agar peserta didik lebih mudah memahami pernyataan. Hasil uji keterbacaan dijadikan sebagai bahan perbaikan instrumen sehingga instrumen layak untuk diuji cobakan. Adapun kata yang diperbaiki adalah “pencapaian” menjadi “prestasi” item no 24, “peluang” menjadi “kesempatan” item no 27, dan “motivasi” menjadi “dorongan” item no 13.

3.3.3.3 Uji Validitas

3.3.3.3.1 Validitas Konstruk

Uji validitas konstruk menggunakan *undimensionality*. Menurut Sumintono & Widhiarso (2015) *undimensionality* merupakan bagian yang penting untuk mengevaluasi apakah instrumen yang dikembangkan mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Hasil pengujian *undimensionality* instrumen resiliensisecara rinci dapat dilihat pada tabel 3.4 sebagai berikut

Tabel 3. 4
Hasil Uji Validitas *Undimensionality*

Table of STANDARDIZED RESIDUAL variance (in Eigenvalue units)

| | | -- Empirical -- | Modeled |
|------------------------------------|---|-----------------|---------|
| Total raw variance in observations | = | 446.9 100.0% | 100.0% |
| Raw variance explained by measures | = | 167.9 37.6% | 39.2% |
| Raw variance explained by persons | = | 72.2 16.2% | 16.9% |
| Raw Variance explained by items | = | 95.7 21.4% | 22.4% |
| Raw unexplained variance (total) | = | 279.0 62.4% | 100.0% |
| Unexplned variance in 1st contrast | = | 25.0 5.6% | 8.9% |
| Unexplned variance in 2nd contrast | = | 23.5 5.3% | 8.4% |
| Unexplned variance in 3rd contrast | = | 16.0 3.6% | 5.7% |
| Unexplned variance in 4th contrast | = | 15.5 3.5% | 5.5% |
| Unexplned variance in 5th contrast | = | 13.5 3.0% | 4.8% |

Hasil uji validitas pada tabel 3.4 dapat diketahui nilai *raw variance by measure* adalah 37,6% Persentase *raw variance by measure* instrumen resiliensi akademik memenuhi syarat *unidimensionality* yaitu minimal 20 % (Sumintono, B., & Widhiarso, 2014). Gambaran nilai varians meningkat dari 5.3% hingga 5.6%, membuktikan nilai varians berada dibawah 15% yang artinya instrumen resiliensi akademik dapat digunakan.

3.3.3.3.2 Uji Validitas Item

Validitas merupakan tingkat penyesuaian penafsiran hasil dari instrumen dengan tinjauan yang diinginkan instrumen penelitian (Creswell, 2013). Uji validitas perlengkapan pengumpul informasi dicoba terhadap segala butir item pada instrumen agar mengenali apakah instrumen yang hendak digunakan dalam riset bisa digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur. Melalui perhitungan dengan bantuan *software winstep (RASCH Model)*, hasil memperlihatkan dari ke-40 butir item yang diujicobakan, diperoleh item yang memiliki korelasi $> 0,3$ berdasarkan skor total. Hasil uji coba digambarkan pada Tabel 3.5 berikut.

Tabel 3.5
Hasil Uji Validitas Item

| No | Aspek | No. Item | Keterangan |
|--------------|---|---|----------------------|
| 1 | Ketekunan (<i>perseverance</i>) | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 | Item dihapus : 11 |
| 2 | refleksi dan adaptif mencari bantuan (<i>reflecting and adaptive help-seeking</i>) | 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25 | Item dihapus : 19 |
| 3 | pengaruh negatif dan respon emosional (<i>negative affect and emotional response</i>) | 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 39, 40 | Item dihapus : 26 |
| Total | | | 37 |

Tabel 3.5 menunjukkan menunjukkan bahwa terdapat satu item yang tidak valid yaitu item nomor 11, 19, 26 sehingga item tersebut tidak dapat digunakan dan terdapat 37 item yang dapat digunakan dalam mengungkap resiliensi akademik.

3.3.3.4 Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen membutuhkan sejauh mana instrumen yang digunakan dalam penelitian dapat dipercaya. Pengujian reliabilitas instrumen dilakukan dengan menggunakan rumus *alpha cronbach* dibantu aplikasi winstep. Berikut merupakan hasil

Tabel 3.6
Nilai *Person Reliability* dan *Alpha Cronbach* (Koefisien Reliabilitas)

| Nilai | Hasil |
|---------------------------|-------|
| <i>Person Reliability</i> | 0.90 |
| <i>Item Reliability</i> | 0.98 |
| <i>Alpha Cronbach</i> | 0.94 |

Berdasarkan tabel 3.6 menunjukkan bahwa nilai *person reliability* sebesar 0.90, nilai *item reliability* 0.98 dan nilai *alpha cronbach* sebesar 0.94. Apabila merujuk pada Sumintono & Widhiarso (2015) mengenai kriteria nilai *person reliability*, *item reliability* dan *alfa cronbach* sebagai berikut :

Tabel 3.7
Kriteria *Alpha Cronbach*

| Nilai <i>Alpha Cronbach</i> | Kategori |
|-----------------------------|--------------|
| < 0.5 | Buruk |
| 0.5 – 0.6 | Jelek |
| 0.6 – 0.7 | Cukup |
| 0.7 – 0.8 | Bagus |
| > 0.8 | Bagus Sekali |

(Sumintono & Widhiarso, 2015)

Pengukuran nilai realibilitas item dan realibilitas responden dapat dilihat kriteria nilai *person reliability* dan *item reliability* pada tabel 3.8 sebagai berikut.

Tabel 3. 8
Kriteria Nilai *Pearson* dan *Item Reliability*

| Nilai <i>Pearson Reliability</i> dan <i>Item Reliability</i> | Kategori |
|---|--------------|
| < 0.67 | Lemah |
| 0.67 – 0.80 | Cukup |
| 0.81 – 0.90 | Bagus |
| 0.91 – 0.94 | Bagus Sekali |
| > 0.94 | Istimewa |

(Sumintono & Widhiarso, 2015)

Maka dapat disimpulkan bahwa hasil analisis realibilitas diketahui nilai reliabilitas *person* sebesar 0.90 berada pada kategori bagus dan nilai reliabilitas item sebesar 0.98 berada pada kategori istimewa. Nilai *alpha Cronbach* sebesar 0,94 menunjukkan interaksi antara item dan *person* berada pada kategori bagus.

3.4 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian yang dilakukan dalam penelitian meliputi beberapa langkah yang dimulai dengan menyebarkan instrument resiliensi akademik yang telah dikembangkan bagi seluruh populasi untuk mendapatkan gambaran umum resiliensi akademik. Kemudian, kelompok diberikan pretest dengan tujuan mengetahui gambaran kelompok sebelum mendapatkan intervensi. Langkah berikutnya adalah membuat rancangan program intervensi yang akan diberikan pada kelompok eksperimen, adapun bentuk program intervensi ini berupa bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*. Setelah melakukan intervensi, peneliti memberikan post test dan menganalisis data baik secara statistik maupun deskriptif berdasarkan hasil pengumpulan data secara kualitatif yang didapatkan melalui instrumen pendukung.

3.5 Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian menggunakan *conduct descriptive analysis* dan *conduct inferential analysis*. Teknik analisis *conduct descriptive* digunakan dalam penelitian pendidikan untuk melihat data statistik, perhitungan

dan asumsi (Creswell, 2012). Teknik analisis data untuk menguji validitas dan reliabilitas menggunakan Rasch Model. Sementara teknik analisis data untuk menguji hipotesis menggunakan uji statistik non-parametrik pada aplikasi SPSS. Pengujian efikasi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik self instruction untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik kelas VIII Salah satu SMP Negeri di Kota Bandung dilakukan dengan menggunakan Uji Mann-Whitney. Uji Mann Whitney menguji hipotesis dua sampel independen. Independent Variable dalam penelitian yaitu program bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik self instruction sementara dependent variable dalam penelitian yaitu resiliensi akademik. *Uji Mann Whitney U* menampilkan perbedaan resiliensi akademik pada kelompok eksperimen dan kontrol setelah diberikan intervensi. Kriteria pengujian hipotesis yang digunakan ialah apabila nilai Asymp. Sig (2-tailed) < 0,05 maka H_0 ditolak, yaitu artinya terdapat perbedaan antara resiliensi akademik peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung yang mendapatkan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self instruction* dengan peserta didik yang tidak mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*. Nilai signifikansi (2-tailed) > 0,05 maka H_0 gagal ditolak.

Pengukuran besaran efikasi bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik remaja diketahui dengan cara melihat nilai *effect size* pada *pre-test* dan *post-test* nilai rata-rata resiliensi akademik peserta didik remaja sehingga dapat dilihat hasil hipotesis berdasarkan analisis data. Rumus effect size disajikan pada gambar 3.1 yaitu sebagai berikut.

$$d = \frac{M_2 - M_1}{\sqrt{\frac{SD_1^2 + SD_2^2}{2}}}$$

Gambar 3. 2
Rumus *effect size*

Hasil *effect size* dikategorikan dalam kriteria efikasi disajikan pada tabel 3.9 sebagai berikut.

Tabel 3. 9
Kriteria Interpretasi nilai Cohen's d

| Interval | Kriteria |
|-----------------|----------|
| $0 < d < 0,2$ | Kecil |
| $0,2 < d < 0,8$ | Sedang |
| $d > 0,8$ | Besar |

(Lovakov, 2021)

3.6 Pengembangan Program

Pengembangan program bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik remaja didasarkan pada konsep (Cassidy, 2016). Resiliensi akademik yang dimaksud adalah kemampuan individu dalam berjuang menghadapi kesulitan pada konteks akademik sebagai proses untuk mencapai tujuan tertentu dalam proses pendidikan.

Program bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* didefinisikan sebagai keterampilan individu menggunakan verbalisasi diri dengan berbagai tahapan untuk membangun kembali sistem kognisi yaitu mengganti pikiran negatif menjadi pikiran positif yang ditampilkan dengan perbaikan perilaku. Struktur program bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik meliputi: 1) Rasional; 2) Deskripsi kebutuhan; 3) Tujuan; 4) Sasaran; 5) Peran Guru BK; 6) Tahapan pembentukan kelompok; 7) Rencana Operasional Layanan; 8) Evaluasi dan indikator keberhasilan.

Program bimbingan kelompok teknik *self instruction* dimaknai sebagai layanan bimbingan kelompok yang diberikan oleh Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor untuk meningkatkan resiliensi akademik peserta didik. Adapun tahap layanan bimbingan kelompok teknik *self instruction* meliputi: 1) *Forming* atau pembentukan kelompok, 2) *Storming* atau tahap menstimulasi ide, 3) *Norming* atau membuat kesepakatan dan 4) *Performing* atau peserta didik siap untuk terlibat selama proses layanan. Teknik *self instruction* diaplikasikan tahapan pembentukan

self statement oleh peserta didik yang meliputi 1) *Cognitive Modelling*, 2) *Overt External Guidance*, 3) *Overt Self-Guidance*, 4) *Faded Overt Self-Guidance*, 5) *Covert Self-Instruction*.

Program bimbingan dan konseling dilakukan uji kelayakan oleh praktisi bimbingan dan konseling untuk mengetahui kelayakan program bimbingan kelompok teknik *self instruction*. Uji kelayakan dilakukan oleh dua pakar bimbingan dan konseling yaitu Anne Hafina dan Suherman, satu orang praktisi di Salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Bandung, yaitu Rina. Uji kelayakan program dilakukan melalui pengisian draf penilaian program yang terdiri atas dua kategori yaitu “memadai” dan “tidak memadai”. Hasil penimbangan oleh praktisi bimbingan dan konseling terhadap program bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik dijadikan perbaikan dan masukan pada setiap komponen program.

Berikut merupakan rancangan program layanan yang disusun.

1. Rasional

Layanan Bimbingan dan Konseling merupakan layanan yang harus ada dalam proses Pendidikan tercantum pada UU No. 2 Tahun 1989 Bab X Pasal 1 ayat 1 hal tercantum pada UU No. 2 Tahun 1989 Bab X Pasal 1 ayat 1 (dalam Suherman, 2015, hlm. 3). Layanan Bimbingan dan Konseling merupakan layanan integral yang setara dengan manajemen dan supervisi dalam menjalani proses pendidikan. Paradigma Bimbingan dan Konseling saat ini berorientasi pada pencegahan dan pengembangan potensi peserta didik secara optimal agar sesuai dengan individu yang diharapkan. Bimbingan dan konseling di sekolah diselenggarakan untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik/konseli agar mampu mengaktualisasikan potensi dirinya dalam rangka mencapai perkembangan secara optimal. Fasilitas dimaksudkan sebagai upaya memperlancar proses, karena secara kodrati seriap manusia berpotensi untuk berkembang (Kemendikbud, 2016).

Perkembangan zaman menuntut individu untuk mengalami perubahan yang dapat menimbulkan tantangan dan kesulitan. Setiap individu dituntut untuk mampu beradaptasi dan bertahan dengan segala kondisi khususnya di masa pandemic. Individu mempunyai cara tersendiri menghadapi permasalahan yang dihadapi

sesuai dengan cara berfikir. Individu menyelesaikan bukan hal yang mudah dilakukan sebab tidak semua individu mampu mengolah dengan baik kemampuan dalam menghadapi tantangan serta mengatasi kesulitan yang dihadapi.

Usia remaja merupakan individu yang sedang menjalani proses pendidikan dijenjang SMP/SMA. Pada masa usia remaja awal 13-17 tahun, diketahui remaja mengalami proses perkembangan kognitif dan tingkah laku. Pernyataan yang dikemukakan sejalan dengan yang dipaparkan oleh King (2013) yaitu pada masa remaja, individu mulai belajar berpikir abstrak dan idealis, dan juga mulai belajar untuk berpikir logis tentang masalah dan strategi pemecahan yang paling memungkinkan untuk dilakukan. Cassidy berpendapat resiliensi akademik membantu individu untuk memiliki kemampuan dan kekuatan dalam meningkatkan keberhasilan dalam mendidik meskipun sedang berada pada kondisi yang penuh dengan hambatan ataupun kesulitan seraya tetap berpegang teguh pada prinsip dan impian tanpa memperdulikan apa yang sedang terjadi.

Resiliensi akademik dapat mempengaruhi pada aspek kehidupan individu. Resiliensi akademik menjadi modal untuk bisa menghadapi segala permasalahan yang dihadapi dalam lingkup belajar. Kemampuan individu dalam mengatasi hambatan dan kesulitan dipengaruhi oleh cara individu merespon masalah dan mengkonsepkan masalah. Individu yang memiliki respon negatif terhadap suatu peristiwa akan mengakibatkan ketidakmampuan dalam mengatasi kesulitan dan akan menjadi masalah. Individu yang memiliki respon positif terhadap suatu peristiwa akan mampu mengatasi kesulitan dan menjadikan kesulitan menjadi peluang di masa depan.

Masa remaja merupakan individu yang sedang berada di jenjang pendidikan SMP/SMA. Aspek perkembangan peserta didik yang perlu dikembangkan oleh remaja SMP meliputi; 1) memahami potensi diri dan memahami kelebihan dan kelemahannya, baik kondisi fisik maupun psikis; 2) mengembangkan potensi untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupan; 3) menerima kelemahan kondisi dari dan mengatasinya; 4) mencapai keselarasan perkembangan antara cipta-rasa-; 5) mencapai kematangan/kedewasaan cipta-rasa-karsa secara tepat dalam kehidupannya sesuai nilai-nilai luhur; 6) mengaktualisasikan dirinya sesuai dengan

potensi diri secara optimal berdasarkan nilai-nilai luhur dan agama (Kemendikbud, 2016).

Aspek perkembangan yang perlu dikembangkan salah satunya adalah mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki setiap individu. Proses pemberian bantuan dalam lingkup Pendidikan dilakukan oleh Guru Bimbingan dan Konseling. Guru Bimbingan dan Konseling memberikan upaya bantuan kepada peserta didik untuk memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan dan merealisasikan keputusan secara bertanggungjawab tentang perkembangan aspek pribadi sehingga dapat mencapai perkembangan pribadi yang optimal dan mencapai kemandirian, kebahagiaan, kesejahteraan dan keselamatan dalam kehidupan (Kemendikbud, 2016). Salah satu kemampuan yang dimiliki adalah resiliensi, resiliensi akademik merupakan salah satu kemampuan yang perlu dimiliki remaja agar dapat bertahan dan bangkit dalam menghadapi kesulitan/hambatan dalam proses Pendidikan.

Resiliensi akademik perlu ditingkatkan melalui intervensi layanan Bimbingan dan Konseling. Melalui program bimbingan dan konseling yang disusun secara sistematis berdasarkan kebutuhan peserta didik dengan mempertimbangkan tantangan dan dukungan yang ada, diharapkan layanan bimbingan dan konseling dapat mendorong pencapaian tugas-tugas perkembangan peserta didik secara optimal.

2. Deskripsi Kebutuhan

Deskripsi kebutuhan peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung diperoleh berdasarkan hasil pengukuran menggunakan instrumen resiliensi akademik yang telah disebarikan kepada 279 peserta didik. Hasil pengolahan data menunjukkan profil umum resiliensi akademik peserta didik pada tabel 3.10 sebagai berikut.

Tabel 3.10
Gambaran Umum Resiliensi Akademik Peserta Didik

| No | Kategori | Rentang Skor | Frekuensi |
|----|----------|---------------------|-----------|
| 1 | Tinggi | $X \geq 2.26$ | 43 |
| 2 | Sedang | $0.5 \leq X < 2.26$ | 214 |
| 3 | Rendah | $X < 0.5$ | 22 |

Tabel di atas menguraikan tingkat resiliensi akademik peserta didik pada kategori rendah sebanyak 22 peserta didik, sedangkan kategori sedang sebanyak 214 peserta didik dan kategori tinggi sebanyak 43 peserta didik. Mayoritas peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung berada pada kategori sedang yang berarti mereka cukup mampu mengelola perasaan dan pikirannya. Apabila mendapatkan hambatan dalam akademik, peserta didik cukup mampu memecahkan permasalahannya secara kreatif-imajinatif dan dapat mencari bantuan yang tepat. Peserta didik juga cukup mampu mengelola perasaan, emosi, kecemasan dan pikiran - pikiran negatif. Peserta didik juga tidak pernah mengalami perasaan takut gagal seperti kekhawatiran dan kecemasan akan usaha yang telah dilakukan. Selain itu peserta didik cukup memiliki motivasi untuk menggapai keberhasilan akademik.

Tabel 3.11
Gambaran Resiliensi Akademik Peserta Didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023 – 2024 Berdasarkan Setiap Aspek

| Profil | Skor Rata-Rata | Frekuensi | Persentase | Kategori |
|---------------------------------------|----------------|-----------|------------|----------|
| Ketekunan | 1,70 | 197 | 70,61% | Sedang |
| Refleksi dan Adaptif Mencari Bantuan | 2,01 | 219 | 78,50% | Sedang |
| Pengaruh Negatif dan Respon Emosional | 1,13 | 201 | 72,04% | Sedang |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa resiliensi akademik pada aspek ketekunan berada pada kategori sedang tinggi dengan pencapaian skor rata – rata 1.70 sebanyak 70,61% dengan sehingga menunjukkan bahwa peserta didik mampu bekerja keras dan selalu mencoba, teguh pada rencana dan tujuan, menerima dan memanfaatkan pendapat orang lain , menyelesaikan masalah secara kreatif-imajinatif, serta mampu menempatkan kesulitan sebagai peluang. Pada aspek refleksi dan adaptif mencari bantuan di kategori sedang dengan pencapaian skor rata – rata 2.01 sebesar 78,50% menunjukkan bahwa peserta didik memiliki kemampuan untuk melakukan refleksi atas keunggulan dan kelemahan yang dimilikii, melakukan perubahan cara belajar, mencari pertolongan, memperoleh dorongan, serta mengamati usaha dan pencapaiannya. Pada aspek pengaruh negatif dan respon emosional pada tingkat sedang dengan skor rata – rata 1.13 sebesar 72,04% yang berarti bahwa peserta didik memiliki belum memiliki kemampuan yang baik dalam melakukan respon emosional peserta didik untuk mengelola emosi positif agar terhindar dari kecemasan, memikirkan hal-hal buruk, menghindari respon emosional yang negatif, serta optimisme dan keputusan.

Tabel 3.12
Deskripsi Kebutuhan Peserta didik Kelas VIII

| Aspek | Indikator | Kategori | Tujuan | Rumusan Kebutuhan |
|--|---|----------|--|---|
| Ketekunan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mampu terus belajar dan berusaha keras 2. Peserta didik mampu mengelola waktu belajar 3. Peserta didik menyesuaikan strategi belajar | Sedang | Peserta didik dapat menentukan pilihan untuk mengatasi kesulitan belajar | Peserta didik berani mengambil resiko dalam mengatasi kesulitan |
| Refleksi dan adaptif dalam mencari bantuan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mencari alternatif cara mengatasi kesulitan | Sedang | Peserta didik dapat memahami sumber kesulitan yang | Peserta didik bertanggungjawab atas situasi sulit yang dihadapi |

| Aspek | Indikator | Kategori | Tujuan | Rumusan Kebutuhan |
|---------------------------------------|---|----------|---|---|
| | 2. Peserta didik memahami sumber kesulitan | | berasal dari diri sendiri | |
| Pengaruh negatif dan respon emosional | 1. Peserta didik mampu membatasi kesulitan 2. Peserta didik mampu mamaksimal kan sisi positif dari situasi sulit | Sedang | Peserta didik dapat melakukan pemetaan masalah dengan tepat dan mengambil hikmah ketika mengalami kesulitan | Peserta didik memiliki kemampuan membatasi perasaan ketika mengalami kesulitan agar tidak mempengaruhi aspek lain dalam kehidupan |

Pemberian layanan bimbingan kelompok teknik *self instruction* diberikan kepada peserta didik yang menjadi subjek penelitian yaitu 16 peserta didik yang terbagi menjadi dua kelompok, kelompok eksperimen dan kelompok control. Deskripsi kebutuhan peserta didik disajikan pada table berikut.

Tabel 3.13
Deskripsi Kebutuhan Kelompok Eksperimen

| No | Nama | Resiliensi Akademik | Kategori |
|------------------|------|---------------------|----------|
| 1 | AK | 2,05 | Sedang |
| 2 | JDM | 2,20 | Sedang |
| 3 | FR | 2,18 | Sedang |
| 4 | FER | 2,25 | Sedang |
| 5 | JD | 2,33 | Tinggi |
| 6 | VK | 2,73 | Sedang |
| 7 | RB | 2,08 | Sedang |
| 8 | NV | 2,50 | Tinggi |
| Rata-Rata | | 2,29 | Sedang |

Tabel 3.14
Deskripsi Kebutuhan Kelompok Kontrol

| No | Nama | Resiliensi Akademik | Kategori |
|------------------|------|---------------------|----------|
| 1 | NA | 3,12 | Tinggi |
| 2 | KJR | 2,75 | Tinggi |
| 3 | MFA | 2,18 | Sedang |
| 4 | NVA | 2,11 | Sedang |
| 5 | TAS | 1,82 | Sedang |
| 6 | YHS | 1,37 | Sedang |
| 7 | KD | 1,01 | Sedang |
| 8 | MA | 1,74 | Sedang |
| Rata-Rata | | 1,90 | Sedang |

3. Tujuan

Berdasarkan pada deskripsi kebutuhan, secara umum program bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* dibuat dengan tujuan untuk meningkatkan setiap aspek resiliensi akademik yang meliputi aspek ketekunan, refleksi dan adaptif mencari bantuan, pengaruh negatif dan respon emosional. Secara khusus, tujuan program bimbingan kelompok untuk meningkatkan resiliensi akademik dibuat untuk memfasilitasi peserta didik agar:

- a. Peserta didik dapat menentukan pilihan untuk mengatasi kesulitan
- b. Peserta didik dapat memahami sumber kesulitan yang berasal dari diri sendiri
- c. Peserta didik dapat melakukan pemetaan masalah dengan tepat dan mengambil hikmah ketika mengalami kesulitan
- d. Peserta didik dapat mudah bangkit ketika mengalami kesulitan dan optimis terhadap masa depan.

4. Sasaran Program

Sasaran program diberikan kepada peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023/2024. Sasaran diberikan kepada kelompok eksperimen yang beranggotakan 8 orang.

5. Peran Guru Bimbingan dan Konseling

Peran guru bimbingan dan konseling dalam melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik yaitu:

- a. Memahami teori mengenai perkembangan, resiliensi akademik, bimbingan kelompok, dan teknik *self instruction*.
- b. Menguasai penggunaan skala resiliensi akademik untuk mengungkap profil resiliensi akademik peserta didik.
- c. Memiliki kemampuan dalam membaca, menafsirkan dan mengkomunikasikan hasil pengukuran
- d. Merencanakan, menyusun dan melaksanakan program bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik
- e. Pelaksana tindak lanjut berdasarkan hasil layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*.
- f. Penanggungjawab proses pelaksanaan layanan

6. Tahap Pembentukan Kelompok

Kelompok dibentuk sebelum pelaksanaan intervensi dilakukan dengan melalui tahapan pembentukan kelompok sebagai berikut.

a. Tahap Awal

Pada tahap awal peserta didik dibentuk kelompok yang terdiri dari delapan orang yang mencakup kategori resiliensi akademik tinggi dan sedang yang beranggotakan 8 orang peserta didik. Setelah kelompok terbentuk, peserta didik melakukan perkenalan dan saling menanyakan identitas teman kelompoknya untuk membangun kedekatan diri.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan peserta didik membuat kesepakatan berkaitan dengan aturan, peran dan nilai yang digunakan dalam kelompok, sehingga peserta didik dapat percaya satu sama lain dan siap berkontribusi selama pelaksanaan layanan bimbingan. Pada tahap peralihan peserta didik dipastikan siap untuk terlibat satu sama lain dan saling respek dalam berkomunikasi untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

c. Tahap Inti/ Tahap Kerja

Pada tahap inti konselor mendorong tiap anggota untuk mengungkapkan

topik yang perlu dibahas dan mendorong tiap anggota terlibat aktif. Pada tahap ini juga diterapkan teknik *self instruction* yang terdiri dari; 1) *cognitive modeling*, konselor mendemonstrasikan instruksi diri dengan suara yang keras; 2) *overt external guidance*, dibawah instruksi konselor, konseli melakukan verbalisasi diri seperti yang dilakukan konselor; 3) *overt self-guidance*, konseli melakukan verbalisasi diri dengan suara yang keras disertai menampilkan perilaku (*performance*) yang tepat. Konseli melakukan verbalisasi diri secara berulang-ulang sampai menampilkan perilaku yang tepat sesuai dengan tujuan sesi; 4) *faded overt self-guidance*, konseli ditugaskan untuk melatih verbalisasi atau instruksi diri dengan suara yang perlahan dan diterapkan pula dalam kesehariannya; 5) *covert self-instruction*, konseli melakukan verbalisasi atau instruksi diri secara tersembunyi seperti berbicara dalam hati. Konseli akan terbiasa melakukan verbalisasi atau instruksi diri dan mampu menampilkan perilaku yang tepat.

d. Tahap Terminasi/Pengakhiran

Pada tahap terminasi konselor merangkum proses dan hasil yang dicapai. Konselor mengungkapkan kegiatan lanjutan yang penting bagi anggota kelompok dan menutup kegiatan bimbingan.

7. Rencana Operasional Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Instruction* untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik Peserta Didik

Berikut ini merupakan rencana operasional yang dirancang dalam rangka pemberian layanan bimbingan kelompok guna mengembangkan resiliensi akademik peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung Tahun Ajaran 2023/2024

Tabel 3.15
Rencana Operasional Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Instruction*
untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik Peserta Didik Kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung
Tahun Pelajaran 2023/2024

| No | Aspek | Tujuan Layanan | Komponen & Strategi Layanan | Teknik | Materi Layanan | Media | Waktu |
|----|--------------------------------------|---|----------------------------------|---------------------------|--|---|------------|
| 1 | Sosialisasi | Memiliki komitmen terhadap pelaksanaan bimbingan kelompok | Layanan dasar bimbingan klasikal | Ceramah dan Tanya Jawab | Kontrak Bimbingan Kelompok | Kertas Kerja | 1x40 Menit |
| 2 | Ketekunan | Memiliki kemampuan untuk mencari alternatif cara mengatasi kesulitan dan berani ambil resiko | Layanan dasar bimbingan kelompok | Diskusi, <i>games</i> | Memilih prioritas dalam situasi sulit | Lembar kerja, alat tulis, <i>sticky note</i> , karton | 1x40 Menit |
| 3 | Refleksi dan Adaptif Mencari Bantuan | Memiliki kemampuan untuk memahami sumber kesulitan dan mengakui diri sendiri sebagai sumber kesulitan | Layanan dasar bimbingan kelompok | Diskusi, penayangan video | Menerima kesulitan bersumber dari diri sendiri | Lembar kerja, alat tulis | 1x40 Menit |

| | | | | | | | |
|---|---------------------------------------|--|----------------------------------|---------------------------|--|--------------------------|------------|
| 4 | Pengaruh Negatif dan Respon Emosional | Memiliki kemampuan untuk membatasi kesulitan dan mamaksimalkan sisi positif dari situasi sulit | Layanan dasar bimbingan kelompok | Diskusi, penayangan video | Menerima kekurangan dan kelebihan diri sebagai makna sisi positif dari situasi sulit | Lembar kerja, alat tulis | 1x40 Menit |
| 5 | Evaluasi | Praktikan mengetahui keberhasilan program yang telah dilaksanakan | Layanan dasar bimbingan kelompok | Diskusi dan Refleksi | Teori resiliensi akademik | Angket Tertutup | 1x40 Menit |
| | | | Layanan dasar bimbingan kelompok | Penyebaran angket | Instrumen Resiliensi Akademik | <i>Google Form</i> | 1x40 Menit |

8. Evaluasi Program

Evaluasi merupakan upaya yang dilakukan dengan mengumpulkan dan menganalisis tentang efektivitas dan dampak dari adanya program atau kegiatan dalam praktikan terkait layanan bimbingan kelompok. Adanya evaluasi menjadi dasar tindak lanjut dan perbaikan untuk pengembangan strategi. Evaluasi dalam layanan bimbingan kelompok terkait dengan proses dan hasil.

Kegiatan evaluasi proses bertujuan untuk menganalisis hasil penilaian proses selama kegiatan pelayanan bimbingan kelompok berlangsung yang dapat dilakukan dengan observasi dan pengisian angket. Evaluasi proses dilaksanakan meliputi: a) keterlibatan konseli dalam layanan bimbingan; b) antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan; c) kesesuaian struktur dan tahapan strategi bimbingan kelompok yang dilaksanakan dengan struktur dan tahapan yang direncanakan; d) alokasi waktu yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Indikator keberhasilan proses ditandai dengan keaktifan konseli, antusiasme, dan perasaan senang yang ditunjukkan dalam mengikuti kegiatan bimbingan.

Evaluasi hasil bertujuan untuk memperoleh informasi tentang keefektifan layanan bimbingan kelompok dilihat dari hasil. Fokus yang menjadi penilaian adalah peserta didik atau konseli yang menjalani pelayanan bimbingan kelompok berkaitan dengan resiliensi akademik dengan teknik *self instruction*. Mekanisme penilaian adalah dengan menggunakan instrumen resiliensi akademik. Indikator keberhasilan ditunjukkan dengan adanya perubahan skor kemampuan peserta didik pada setiap aspek resiliensi akademik pada peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung. Evaluasi hasil dapat dilakukan dengan analisis kuantitatif berupa pengujian perbedaan skor resiliensi akademik peserta didik kelas kontrol. Peran guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam praktikan membandingkan keberhasilan pelaksanaan program dengan kondisi awal konseli. Indikator keberhasilan peserta didik disajikan pada tabel 3.16 sebagai berikut.

Tabel 3.16
Indikator Keberhasilan

| No | Aspek | Indikator Keberhasilan |
|----|---------------------------------------|---|
| 1 | Ketekunan | <p>Peserta didik mengalami peningkatan dalam kemampuan untuk terus berusaha meskipun menghadapi kesulitan</p> <p>Peserta didik mengalami peningkatan dalam kemampuan dalam mengembangkan dorongan internal yang kuat untuk mencapai tujuan belajar dan melakukan pembelajaran</p> |
| 2 | Refleksi dan Adaptif Mencari Bantuan | <p>Peserta didik mengalami peningkatan dalam kemampuan untuk mencari informasi tambahan secara mandiri dan tidak bergantung pada bantuan eksternal secara berlebihan</p> <p>Peserta didik memahami sumber kesulitan dan mengakui diri sendiri sebagai sumber kesulitan</p> <p>Peserta didik mengalami peningkatan dalam kemampuan untuk mencari cara mengatasi kesulitan akademik dan tetap fokus pada tujuan belajar</p> |
| 3 | Pengaruh Negatif dan Respon Emosional | <p>Peserta didik mengalami peningkatan dalam kemampuan untuk membatasi kesulitan dan memaksimalkan sisi positif dari situasi sulit</p> <p>Peserta didik mengalami peningkatan dalam kemampuan menilai kesulitan bersifat sementara dan mampu berpikir optimis terhadap masa depan</p> |
| 4 | Resiliensi Akademik | <p>Peserta didik mengalami peningkatan dalam aspek ketekunan, refleksi dan adaptif mencari bantuan serta pengaruh negatif dan respon emosional</p> |

3.6.1 Uji Validasi Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Instruction* untuk Mengembangkan Resiliensi akademik

Program bimbingan dan konseling dilakukan uji kelayakan oleh praktisi untuk mengetahui kelayakan program bimbingan kelompok teknik *self instruction*. Pengujian dilakukan oleh dua pakar bimbingan dan konseling yaitu Anne Hafina dan Suherman dan satu orang praktisi salah satu SMP Negeri di Kota Bandung yaitu Rina Rahmayati. Uji kelayakan program dilakukan melalui pengisian draf penilaian program yang terdiri atas dua kategori yaitu “memadai” dan “tidak memadai”. Hasil penimbangan oleh praktisi dan pakar bimbingan dan konseling terhadap program bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik disajikan pada tabel 3.17 sebagai berikut.

Tabel 3.17
Hasil Uji Rasional Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Instruction* untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik Peserta Didik

| NO | Komponen Program | Penilaian Kelayakan | | |
|----|--|---------------------|------------------|------------|
| | | Pakar 1 | Pakar 2 | Praktisi 1 |
| 1 | Rasional | Memadai | Memadai | Memadai |
| 2 | Deskripsi Kebutuhan | Tidak Memadai | Tidak Memadai | Memadai |
| 3 | Tujuan Program | Tidak Memadai | Memadai | Memadai |
| 4 | Sasaran Program | Memadai | Memadai | Memadai |
| 5 | Peran Guru BK | Memadai | Memadai | Memadai |
| 6 | Tahapan Pembentukan Kelompok | Memadai | Tidak Memadai | Memadai |
| 7 | Rencana Operasional layanan Bimbingan Kelompok | Memadai | Memadai | Memadai |
| 8 | Evaluasi dan indikator keberhasilan | Tidak Memadai | Tidak Memadai | Memadai |

Berdasarkan Tabel 3.17 diketahui hasil penimbangan pakar dan praktisi terhadap program bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk mengembangkan resiliensi akademik peserta didik memadai untuk diujicoba secara empiris. Hasil perbaikan dari praktisi diberikan saran, dan masukan untuk memperbaiki program. Rekapitan perbaikan dari praktisi bimbingan dan konseling diuraikan pada tabel 3.18 sebagai berikut.

Tabel 3.18
Saran Perbaikan Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Instruction* untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik Peserta Didik

| No | Penimbang | Saran Perbaikan |
|----|----------------|---|
| 1. | Anne Hafina | <ol style="list-style-type: none"> 1. Deskripsi kebutuhan sesuaikan dengan materi layanan 2. Tujuan layanan harus jelas dan terlihat hasil yang diharapkan |
| 2. | Suherman | <ol style="list-style-type: none"> 1. Deskripsi kebutuhan sesuaikan dengan materi layanan 2. Pembentukan kelompok dan teknik yang digunakan harus jelas |
| 3. | Rina Rahmayati | <ol style="list-style-type: none"> 1. Materi bimbingan cukup menarik 2. Materi bimbingan cocok diterapkan pada anak kelas VIII 3. Dapat diterapkan pada layanan BK |

Tabel 3.18 menunjukkan saran perbaikan dari Pakar dan Praktisi bimbingan dan konseling terhadap program bimbingan kelompok teknik *self instruction*. Peneliti melakukan perbaikan berdasarkan masukan dan saran dari pakar dan praktisi. Program diperbaiki oleh peneliti dan dapat dilaksanakan pada peserta didik kelas VIII salah satu SMP Negeri di Kota Bandung.