

# LAMPIRAN 1

## Administrasi Penelitian

## Lampiran 1. Administrasi Penelitian

### 1.1 Surat Keputusan Pengangkatan Dosen Pembimbing

 <p style="text-align: center;"><b>KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA</b> NOMOR 1751/UN40.A1/1.TD.07/2025 TENTANG PEMBIMBING PENYUSUNAN SKRIPSI/KARYA ILMIAH*</p> <p><b>DEKAN FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA</b></p> <p>Menimbang</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>: a. bahwa berdasarkan Surat permenmo Penimbining Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UPI Nomor : B-162/U/UN40.A.1.5.2/PL/2025 Tanggal 3 Februari 2025 tentang usul pengangkatan pembimbing dalam rangka penyusunan skripsi/karya ilmiah pada Program Studi tersebut.</li> <li>b. bahwa untuk pelajaran bimbingan penyusunan skripsi/karya ilmiah dipandang perlu diberikan Surat Keputusan Dekan tentang Pengangkatan Pembimbing Penyusunan Skripsi/Karya Ilmiah.</li> </ul> <p>Meninggat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>: 1. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2004 Nomor 158, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5336);</li> <li>2. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014 tentang Penyelegaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 16, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5350);</li> <li>3. Peraturan Pemerintah Nomor 15 Tahun 2014 tentang Statuta Universitas Pendidikan Indonesia (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 41, Tambahan Lembaran Negara Nomor 5309);</li> <li>4. Peraturan Pemerintah Nomor 57 Tahun 2021 tentang Standar Nasional Pendidikan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2021 Nomor 87, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6765), sebagaimana telah diubah Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2022 tentang Perubahan Atas Peraturan Pemerintah Nomor 57 Tahun 2021 tentang Standar Nasional Pendidikan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2022 Nomor 14, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6762);</li> <li>5. Peraturan Majelis Wali Amanat Nomor 03/PER/MWA/UP/2015 tentang Peraturan Pelaksanaan Peraturan Pemerintah Nomor 15 Tahun 2014 tentang Statuta Universitas Pendidikan Indonesia sebagaimana telah diubah beberapa kali, terakhir dengan Peraturan Majelis Wali Amanat Nomor 02 Tahun 2023 tentang Perubahan Keempat Atas Peraturan Majelis Wali Amanat Nomor 03/PER/MWA/UP/2015 tentang Peraturan Pelaksanaan Peraturan Pemerintah Nomor 15 Tahun 2014 tentang Statuta Universitas Pendidikan Indonesia;</li> <li>6. Peraturan Rektor Nomor 001/UN40/PER/09.04/2021 tentang Pemberhentian dan Pengangkatan Ketua dan Sekretaris Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Wakil Direktur Sekolah Pascasarjana, dan Wakil Dekan Fakultas Universitas Pendidikan Indonesia;</li> <li>7. Keputusan Rektor Nomor 6001/UN40/PER/09.04/2021 tentang Pemberhentian dan Pengangkatan Ketua dan Sekretaris Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Wakil Direktur Sekolah Pascasarjana, dan Wakil Dekan Fakultas Universitas Pendidikan Indonesia;</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>MEMUTUSKAN</b></p> <p>Menetapkan</p> <p>: KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA TENTANG PEMBIMBING PENYUSUNAN SKRIPSI/KARYA ILMIAH</p> <p>KESATU</p> <p>: Menetapkan Dosen yang tercantum dibawah ini sebagai pembimbing penyusunan skripsi/karya ilmiah :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Pembimbing I Nama : Prof. Dr.H. Junika Nurikhsan, M.Pd NIP : 19560601 199103 1 005</li> <li>b. Pembimbing II Nama : Dr. Aam Imaddudin, M.Pd. NIP : 19840118 202406 1 001</li> </ul>	<p>FIP-UPF-FAKM-08-Rev.00</p> <p><b>KEDUA</b></p> <p>: Mengangkat Mahasiswa terdiri :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Nama : Hana Rizqillah Az Zahra</li> <li>b. NIM : 2102887</li> <li>c. Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling</li> </ul> <p>Julur penyelesaian studi yang dipilih yaitu skripsi/karya ilmiah dengan judul :</p> <p><b>Perbandingan Resiliensi Akademik Remaja Boarding School Berdasarkan Perbedaan Gender</b></p> <p>: Kepada para pembimbing skripsi/karya ilmiah diberikan tunjangan sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan dari dana yang tersedia diptid.</p> <p><b>KEEMPAT</b></p> <p>: Surat keputusan ini berlaku sampai dengan 6 (enam) bulan dari sejak tanggal ditetapkan, dengan ketentuan apabila dikenakan hari terdapat kelebihan akan diadakan perubahan dan perbaikan sebagaimana mestinya.</p> <p style="text-align: right;">Ditandatangani di Bandung Bersamaan dengan 3 Februari 2025</p> <p style="text-align: right;"> DEKAN FIP HANANG BUDIMAN</p>
--	--

### 1.2 Surat Permohonan Izin Penelitian

 <p style="text-align: center;"><b>KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI</b> <b>UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA</b> <b>FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN</b> Jalan Dr. Setiabudi Nomor 229 Bandung 40154 Laman <a href="https://fip.upi.edu">https://fip.upi.edu</a>, surel/e-mail: fip@upi.edu</p> <p>Nomor : 1751/UN40.A1/1.TD.07/2025 Lampiran : 1 (satu) berkas Hal : Permohonan izin penelitian</p> <p>Yth. Kepala SMK Daarut Tauhiid Boarding School Bandung</p> <p>Dengan hormat kami sampaikan permohonan izin mengadakan penelitian dari mahasiswa Program Sarjana (S1) Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia sebagai berikut :</p> <p>Nama : Hana Rizqillah Az Zahra NIM : 2102887 Program Studi : Bimbingan dan Konseling Judul Penelitian : Perbandingan Resiliensi Akademik Remaja Boarding School Berdasarkan Perbedaan Gender Dosen Pembimbing : 1. Prof. Dr.H. Junika Nurikhsan, M.Pd. 2. Dr. Aam Imaddudin, M.Pd.</p> <p>Yang bersangkutan bermafasal untuk mengadakan penelitian di SMK Daarut Tauhiid Boarding School Bandung; melalui Wawancara, Observasi, ataupun Penyebaran Angket yang dilaksanakan mulai Februari 2025 sampai dengan Agustus 2025</p> <p>Penelitian tersebut dilaksanakan dalam rangka memenuhi data sebagai bahan penulisan Skripsi/Karya Ilmiah.</p> <p>Sebagai bahan pertimbangan terakhir kami sampaikan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Proposal Penelitian 1 (satu) eksemplar;</li> <li>2. Foto copy Kartu Mahasiswa.</li> </ol> <p>Sekaitan dengan hal itu, mohon kiranya Bapak/Ibu berkenan memberikan izin kepada mahasiswa kami untuk melaksanakan penelitian tersebut.</p> <p>Atas perhatian dan perkenan Bapak/Ibu, kami ucapan terima kasih.</p> <p style="text-align: center;"></p>
--

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

**RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL**  
**(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025)**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

### 1.3 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



Nomor : 003/SB/SMKD1BS/YD/IR/VIII/2025

Kepada : Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan UPI  
Dari : Kepala SMK Daarut Tauhid Boarding School  
Hal : Balasan Surat Perizinan Penelitian

Bismillahirrahmaanirrahim  
Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala Puji hanya milik Allah 'Azza Wa Jalla, shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad Shalallahu 'Alaihi Wasallam.

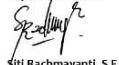
Berdasarkan surat permohonan izin penelitian dari Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan UPI Bandung Nomor 1751/UN40.A1.1/TD.07/2025, maka dengan ini kami menyertujui ajuan penelitian mahasiswa atas nama **Hana Rizqillah Az Zahra** tersebut untuk pelaksanaan kegiatan Penelitian dalam rangka observasi lapangan, penyebutan angket, dan wawancara yang dilaksanakan di Kampus SMK Daarut Tauhid Boarding School pada Februari – Agustus 2025.

Untuk informasi lebih lanjut dapat menghubungi Ibu Mesa Meisarah, S.Pd. (Wakasek. Bid. Kurikulum) Di nomor telepon/WhatsApp 0856 - 5900 - 3929.

Demikian surat balasan ini kami sampaikan. Atas kejasaannya kami ucapan jaza'akumullahu khaian katsiifo.  
Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bandung, 11 Agustus 2025 M  
17 Safar 1447 H

Kepala Tata Usaha

  
Siti Rachmayanti, S.E.  
NIK DT. 040/14.1.299

  
Kepala Sekolah  
Huriqudin, S.T., Gr  
NIK DT. 040/14.1.331

### 1.4 Surat Permohonan Uji Keterbacaan



Nomor : 5588/UN40.A1.1/PK.03.03/2025  
Lampiran :  
Hal : Permohonan Izin Uji Keterbacaan Instrumen

14 Mei 2025

Yth. Kepala Sekolah SMKN 1 Bandung  
di Tempat

Dengan hormat,  
Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia menerangkan mahasiswa yang tercantum di bawah ini:

No	Nama	NIM	Prodi
1	Hana Rizqillah Az Zahra	2102887	SI Bimbingan dan Konseling

Bermaksud mengajukan permohonan izin untuk melaksanakan Uji Keterbacaan Instrumen dengan judul skripsi Media Board Game "Bounce Back" sebagai Media Kegiatan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Remaja Boarding School. Besar harapan kami Bapak/Ibu berkenan menerima, mengijinkan dan memberikan informasi sesuai yang dibutuhkan.

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu kami ucapan terima kasih.



**Hana Rizqillah Az Zahra, 2025**

**RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL (Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025)**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## 1.5 Surat Permohonan *Judgement* Instrumen

<p>Bandung, Mei 2025</p> <p><b>SURAT PERMOHONAN JUDGEMENT</b></p> <p>Kepada Yth. Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd. di Tempat</p> <p>Dengan Hormat,</p> <p>Dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul, "Pengembangan Media Board Game "Bounce Back" sebagai Media Kegiatan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Remaja Boarding School: Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025", dengan ini saya memohon kesedian Bapak untuk memberikan penimbangan instrumen yang telah disusun dari penelitian ini. Hasil dari penimbangan instrumen akan dijadikan masukan bagi peneliti untuk mengkaji dan memperbaiki kembali instrumen agar dapat digunakan.</p> <p>Demikian surat permohonan ini saya sampaikan, atas bantuan dan kesedian Bapak dalam penimbangan instrumen, saya ucapan terima kasih.</p> <p style="text-align: center;">Hormat Saya,  Hana Rizqillah Az Zahra NIM. 2102887</p>	<p>Bandung, Mei 2025</p> <p><b>SURAT PERMOHONAN JUDGEMENT</b></p> <p>Kepada Yth. Dr. Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd. di Tempat</p> <p>Dengan Hormat,</p> <p>Dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul, "Pengembangan Media Board Game "Bounce Back" sebagai Media Kegiatan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Remaja Boarding School: Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025", dengan ini saya memohon kesedian Bapak untuk memberikan penimbangan instrumen yang telah disusun dari penelitian ini. Hasil dari penimbangan instrumen akan dijadikan masukan bagi peneliti untuk mengkaji dan memperbaiki kembali instrumen agar dapat digunakan.</p> <p>Demikian surat permohonan ini saya sampaikan, atas bantuan dan kesedian Bapak dalam penimbangan instrumen, saya ucapan terima kasih.</p> <p style="text-align: center;">Hormat Saya,  Hana Rizqillah Az Zahra NIM. 2102887</p>
--	---

## 1.6 Surat Permohonan *Judgement* Layanan

<p><b>SURAT PERMOHONAN JUDGEMENT</b></p> <p>Kepada Yth. Salma Shifatia Thursina, S.Pd., Gr. di Tempat</p> <p>Dengan Hormat,</p> <p>Dalam rangka penyusunan Skripsi yang sedang dilakukan, bersama ini saya:</p> <p>Nama : Hana Rizqillah Az Zahra NIM : 2102887 Program Studi : Bimbingan dan Konseling Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP)</p> <p>Bermaksud untuk mengajukan <i>judgement</i> rancangan layanan dasar dalam skripsi yang berjudul, "Rancangan Layanan Dasar untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Remaja Boarding School". Bersamaan dengan surat ini, saya lampirkan rancangan layanan dasar yang telah disusun beserta format <i>judgement</i>.</p> <p>Demikian surat permohonan ini saya sampaikan, atas bantuan dan kesedian Ibu, saya ucapan terima kasih.</p> <p style="text-align: center;">Hormat Saya,  Hana Rizqillah Az Zahra NIM. 2102887</p>
--

## 1.7 Surat Rekomendasi Uji Plagiarisme

### HALAMAN REKOMENDASI PEMBIMBING

Pada hari ini, Selasa, 12 Agustus 2025 bertempat di Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, kami yang bertanda tangan di bawah ini merekomendasikan mahasiswa berikut,

Nama : Hana Rizqillah Az Zahra  
 NIM : 2102887  
 Judul Skripsi : Rancangan Layanan Dasar untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Remaja *Boarding School* (Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid *Boarding School* Tahun Ajaran 2024/2025)

untuk mendaftarkan diri sebagai peserta *Uji Plagiarisme* di Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia yang akan diselenggarakan pada waktu dan tempat yang telah ditentukan sesuai dengan surat keputusan dan/atau peraturan akademik yang berlaku.

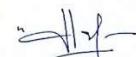
Demikian rekomendasi ini dibuat pada waktu dan tempat tersebut di atas, diberikan agar pihak yang berkepentingan mengetahui adanya.

Dosen Pembimbing I,



Prof. Dr. Junitika Nurihsan, M.Pd.  
 NIP 196606011991031005

Dosen Pembimbing II,



Dr. Aam Imaddudin, M.Pd.  
 NIP 198404182024061001

## 1.8 Surat Rekomendasi Ujian Sidang

### HALAMAN REKOMENDASI PEMBIMBING

Pada hari ini, Selasa, 12 Agustus 2025 bertempat di Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, kami yang bertanda tangan di bawah ini merekomendasikan mahasiswa berikut,

Nama : Hana Rizqillah Az Zahra  
 NIM : 2102887  
 Judul Skripsi : Rancangan Layanan Dasar untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Remaja *Boarding School* (Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid *Boarding School* Tahun Ajaran 2024/2025)

untuk mendaftarkan diri sebagai peserta *Ujian Sidang* di Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia yang akan diselenggarakan pada waktu dan tempat yang telah ditentukan sesuai dengan surat keputusan dan/atau peraturan akademik yang berlaku.

Demikian rekomendasi ini dibuat pada waktu dan tempat tersebut di atas, diberikan agar pihak yang berkepentingan mengetahui adanya.

Dosen Pembimbing I,



Prof. Dr. Junitika Nurihsan, M.Pd.  
 NIP 196606011991031005

Dosen Pembimbing II,



Dr. Aam Imaddudin, M.Pd.  
 NIP 198404182024061001

**Hana Rizqillah Az Zahra, 2025**

**RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL  
*(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025)***

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

## 1.9 Lembar Bimbingan Skripsi

## 1.10 Hasil Uji Plagiarisme



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**  
Dr. Setiabudhi No. 229 Bandung 40154 Tlp. (022) 20316356 Fax. 3683 Fax. (022) 2000021  
email: [proslektif\\_pmk@uip.ac.id](mailto:proslektif_pmk@uip.ac.id)

## SURAT KETERANGAN CEK INDEX SIMILARITY

Prodi Bimbingan dan Konseling menerangkan bahwa:

Nama : Hana Rizqillah Az Zahra  
NIM : 2102887

Telah melakukan cek *index similarity* skripsi yang berjudul "Rancangan Layanan Dasar untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Remaja Boarding School" dengan aplikasi Turnitin dan MEMENUHI batas nilai *index similarity* yang ditetapkan di Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia dengan hasil sebagai berikut:

### Hasil Uji Plagiarisme

Demikian Surat ini dibuat sebagai syarat mengikuti sidang skripsi dan dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 14 Agustus 2025  
Verifikator Prodi Bimbingan dan Konseling  
Universitas Pendidikan Indonesia

Ramdani, M.Pd.  
NIPTT 02024101994021201

Hana Rizqillah Az Zahra. 2025

Manfaat Kizqimah Az Zainra, 2025  
**RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL**  
*(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025)*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

# LAMPIRAN 2

## Instrumen Penelitian

## Lampiran 2. Instrumen Penelitian

### 2.1 Kisi-kisi Instrumen

Aspek	Indikator	Nomor Item		Total Item
		(+)	(-)	
Ketekunan ( <i>Perseverance</i> )	Kerja keras dan usaha yang konsisten	1, 2		2
	Tidak mudah menyerah	3, 4	5	3
	Teguh pada rencana dan tujuan	6		1
	Menerima dan memanfaatkan masukan	7	8	2
	Menyelesaikan masalah secara kreatif	9, 10		2
	Memposisikan kesulitan sebagai peluang untuk berkembang	11, 12		2
Refleksi dan Adaptif Mencari Bantuan ( <i>Reflecting and Adaptive Help-Seeking</i> )	Merefleksikan kekuatan dan kelemahan diri	13, 14		2
	Mengubah pendekatan belajar	15	16	2
	Mencari bantuan, dukungan, dan dorongan semangat	17, 18, 19		3
	Memantau usaha dan pencapaian diri	20, 21		2
	Menerapkan <i>self-reward</i> dan <i>self-punishment</i>	22		1
Pengaruh Negatif dan Respon Emosional ( <i>Negative Affect and Emotional Response</i> )	Membayangkan skenario buruk	23		1
	Menghindari respons emosional negatif	24	25	2
	Optimisme diri	26	27	2
<b>Total</b>				<b>27</b>

### 2.2 Instrumen Penelitian

#### Cara Pengisian Kuesioner

Berikut terdapat 1 skenario dan 27 pernyataan dalam kuesioner ini, bacalah dengan saksama setiap pernyataan sebelum menjawab. Tidak ada jawaban benar ataupun salah, isilah dengan memilih salah satu pilihan jawaban yang tersedia.

Pilihan terdapat 5 butir alternatif jawaban, yaitu:

1. Sangat Tidak Sesuai (STS)
2. Tidak Sesuai (TS)
3. Kurang Sesuai (KS)
4. Sesuai (S)
5. Sangat Sesuai (SS)

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL  
(*Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025*)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

### Skenario

Kamu baru saja menerima nilai tugas terbarumu, dan hasilnya tidak lulus. Dua tugas sebelumnya juga mendapatkan nilai yang kurang memuaskan, padahal kamu sedang berusaha mendapatkan nilai tinggi karena punya tujuan karier yang jelas dan tidak ingin mengecewakan keluarga. Masukan dari guru cukup kritis, misalnya menyebutkan bahwa kamu kurang memahami materi dan tulisanmu masih kurang jelas dan terstruktur. Namun, guru juga memberikan saran tentang bagaimana cara memperbaiki tugasmu. Komentar serupa juga kamu terima dari guru yang menilai dua tugas sebelumnya.

Bayangkan Anda sedang berada dalam situasi tersebut. Setelah membaca skenario, bacalah setiap pernyataan yang ada pada kuesioner di bawahnya dengan saksama. Pilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan reaksi atau respons Anda terhadap situasi tersebut.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		STS	TS	KS	S	SS
1.	Saya tetap mencoba menyelesaikan tugas meskipun sulit					
2.	Saya berusaha giat belajar meski berkali-kali mendapat nilai di bawah rata-rata kelas					
3.	Saya akan membuktikan bahwa saya mampu meningkatkan nilai tugas					
4.	Saya menganggap situasi yang sulit itu sifatnya sementara					
5.	Saya kehilangan semangat belajar saat gagal mendapat nilai bagus					
6.	Saya tetap mempertahankan tujuan dan cita-cita saya di masa depan					
7.	Saya menggunakan saran dari guru untuk memperbaiki tugas					
8.	Saya tidak mau menerima kritik dari guru					
9.	Saya mencari cara baru untuk membangkitkan semangat belajar ketika merasa malas					
10.	Saya mencoba berdiskusi baik-baik jika ada masalah dengan teman di kelas					
11.	Saya merasa lebih termotivasi ketika berada pada situasi yang sulit					
12.	Saya menganggap tekanan di sekolah sebagai tantangan yang bisa dihadapi					
13.	Saya berusaha mengenal kelebihan yang dimiliki dalam belajar					
14.	Saya mencoba memahami kekurangan diri agar bisa belajar lebih baik					

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		STS	TS	KS	S	SS
15.	Saya mencoba metode belajar baru saat merasa kesulitan memahami pelajaran					
16.	Saya tidak mengubah strategi belajar meskipun hasilnya kurang memuaskan					
17.	Saya berkonsultasi dengan guru saat merasa kesulitan dalam menjawab soal					
18.	Saya terbuka kepada keluarga saat menghadapi masalah di sekolah					
19.	Saya memberi motivasi untuk diri sendiri					
20.	Saya rutin menilai usaha yang telah dilakukan dalam belajar					
21.	Saya mengingat pencapaian yang diraih untuk memotivasi diri					
22.	Saya memberi hadiah kepada diri sendiri setelah mencapai target belajar					
23.	Saya merasa seolah segala sesuatu tidak berjalan dengan baik					
24.	Saya berusaha menenangkan diri agar tidak panik ketika banyak tugas sekolah menumpuk					
25.	Saya mudah marah ketika tidak mampu menyelesaikan tugas					
26.	Saya yakin memiliki peluang untuk menggapai cita-cita yang diinginkan					
27.	Saya berpikir kesempatan untuk meraih prestasi di sekolah sangat kecil					

### 2.3 Hasil Judgement Instrumen Penelitian

HASIL JUDGEMENT INSTRUMEN RESILIENSI AKADEMIK PESERTA DIDIK		HASIL JUDGEMENT INSTRUMEN RESILIENSI AKADEMIK PESERTA DIDIK		HASIL JUDGEMENT INSTRUMEN RESILIENSI AKADEMIK PESERTA DIDIK	
Nama	: Hana Rizqillah Az Zahra	Nama	: Hana Rizqillah Az Zahra	Nama	: Hana Rizqillah Az Zahra
NIM	: 2103887	NIM	: 2103887	NIM	: 2103887
Instrumen	: Resiliensi Akademik untuk Peserta Didik SMK Boarding School	Instrumen	: Resiliensi Akademik untuk Peserta Didik SMK Boarding School	Instrumen	: Resiliensi Akademik untuk Peserta Didik SMK Boarding School
ASPEK SARAN/KOMENTAR		ASPEK SARAN/KOMENTAR		ASPEK SARAN/KOMENTAR	
Konstruk	Cukup memadai	Konstruk	Ok	Konstruk	Cukup memadai
Konten	Cukup memadai	Konten	Ok	Konten	Sesuaikan konten dengan indikator
Bahasa	Konten pada kalimat pernyataan yang belum tentatif	Bahasa	Ok	Bahasa	Cukup
REKOMENDASI		REKOMENDASI		REKOMENDASI	
Instrumen dapat digunakan tetapi dicatatkan untuk revisi		Pada: Sumbi Cetakan		Revisi: masih diperlukan	
Bandung, 21 Mei 2025  Dr. Hana Rizqillah Az Zahra, M.Pd. NIP. 197710142001122001		Bandung, 21 Mei 2025  Dr. Suleyman Nafis Ahmad, M.Pd. NIP. 196305011993121001		Bandung, 21 Mei 2025  Dr. Suleyman Nafis Ahmad, M.Pd. NIP. 196305011993121001	

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL  
(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun  
Ajaran 2024/2025)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## 2.4 Hasil Uji Keterbacaan Instrumen

### UJI KETERBACAAN INSTRUMEN RESILIENSI AKADEMIK

#### A. Petunjuk Pengisian Instrumen

Dalam instrumen ini, terdapat 1 skenario dan 30 pernyataan yang perlu dibaca dengan saksama. Jika Anda memahami skenario dan pernyataan tersebut, berilah tanda centang (✓) pada kolom **Dipahami/Tidak Dipahami** dan kosongkan kolom **Catatan**. Sebaliknya, jika Anda tidak memahami, berilah tanda silang (x) pada kolom **Dipahami/Tidak Dipahami**, kemudian isi kolom **Catatan** dengan menjelaskan apa yang Anda tidak pahami.

Perhatikan contoh pengisian instrumen di bawah ini!

No.	Pernyataan	Dipahami/ Tidak Dipahami	Catatan
1.	Saya terbuka terhadap saran atau masukan dari orang lain	✓	
2.	Saya akan menunjukkan bahwa saya dapat meningkatkan indeks prestasi saya	x	Saya tidak paham dengan kata "indeks"
3.	Saya menggunakan pendekatan proaktif berbasis regulasi diri saat menghadapi tekanan akademik.	x	Saya tidak paham dengan kalimat "pendekatan proaktif berbasis regulasi diri"

#### B. Identitas Responden

No	Nama	Kelas/Sekolah	Jenis Kelamin
1.	Aprilia Kartini Putri	X-PS 3/SMKN 1 Bandung	Perempuan
2.	Fransisca Adenia Pratama	X-PS 3/SMKN 1 Bandung	Perempuan
3.	Muhamad A. Saepuloh	X-PS 3/SMKN 1 Bandung	Laki-laki
4.	Nabila Nur Hanifan	X-PS 3/SMKN 1 Bandung	Perempuan
5.	Aulia Herma L.	XI-AKL 4/SMKN 1 Bandung	Perempuan
6.	Fahira Ananda S.	XI-AKL 4/SMKN 1 Bandung	Perempuan
7.	Shendyra Laudya Ayuda	XI-AKL 4/SMKN 1 Bandung	Perempuan

### C. Instrumen Resiliensi Akademik

Skenario	Dipahami/Tidak Dipahami	Catatan
<p><i>Kamu baru saja menerima nilai tugas terbarumu, dan hasilnya tidak lulus. Dua tugas sebelumnya juga mendapatkan nilai yang kurang memuaskan, padahal kamu sedang berusaha mendapatkan nilai tinggi karena punya tujuan karier yang jelas dan tidak ingin mengecewakan keluarga. Masukan dari guru cukup kritis, misalnya menyebutkan bahwa kamu kurang memahami materi dan tulisanmu masih kurang jelas dan terstruktur. Namun, guru juga memberikan saran tentang bagaimana cara memperbaiki tugasmu. Komentar serupa juga kamu terima dari guru yang menilai dua tugas sebelumnya.</i></p> <p>Bayangkan Anda sedang berada dalam situasi tersebut. Setelah membaca skenario, bacalah setiap pernyataan yang ada pada kuesioner di bawahnya dengan saksama. Pilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan reaksi atau respons Anda terhadap situasi tersebut</p>	Dipahami	

No	Pernyataan	Dipahami/Tidak Dipahami	Catatan
1.	Saya tetap mencoba menyelesaikan tugas meskipun sulit	Dipahami	
2.	Saya berusaha giat belajar meski berkali-kali mendapat nilai di bawah rata-rata kelas	Dipahami	
3.	Saya akan membuktikan bahwa saya mampu meningkatkan nilai tugas	Dipahami	
4.	Saya menganggap situasi yang sulit itu sifatnya sementara	Dipahami	
5.	Saya kehilangan semangat belajar saat gagal mendapat nilai bagus	Dipahami	
6.	Saya tetap mempertahankan tujuan dan cita-cita saya di masa depan	Dipahami	
7.	Saya menggunakan saran dari guru untuk memperbaiki tugas	Dipahami	
8.	Saya tidak mau menerima kritik dari guru	Dipahami	
9.	Saya mencari cara baru untuk membangkitkan semangat belajar ketika merasa malas	Dipahami	

No	Pernyataan	Dipahami/Tidak Dipahami	Catatan
10.	Saya mencoba berdiskusi baik-baik jika ada masalah dengan teman di kelas	Dipahami	
11.	Saya merasa lebih termotivasi ketika berada pada situasi yang sulit	Dipahami	
12.	Saya menganggap tekanan di sekolah sebagai tantangan yang bisa dihadapi	Dipahami	
13.	Saya berusaha mengenal kelebihan yang dimiliki dalam belajar	Dipahami	
14.	Saya mencoba memahami kekurangan diri agar bisa belajar lebih baik	Dipahami	
15.	Saya mencoba metode belajar baru saat merasa kesulitan memahami pelajaran	Dipahami	
16.	Saya tidak mengubah strategi belajar meskipun hasilnya kurang memuaskan	Dipahami	
17.	Saya berkonsultasi dengan guru saat merasa kesulitan dalam menjawab soal	Dipahami	
18.	Saya terbuka kepada keluarga saat menghadapi masalah di sekolah	Dipahami	
19.	Saya memberi motivasi untuk diri sendiri	Dipahami	
20.	Saya rutin menilai usaha yang telah dilakukan dalam belajar	Dipahami	
21.	Saya mengingat pencapaian yang diraih untuk memotivasi diri	Dipahami	
22.	Saya memberi hadiah kepada diri sendiri setelah mencapai target belajar	Dipahami	
23.	Saya merasa seolah segala sesuatu tidak berjalan dengan baik	Dipahami	
24.	Saya berusaha menenangkan diri agar tidak panik ketika banyak tugas sekolah menumpuk	Dipahami	
25.	Saya mudah marah ketika tidak mampu menyelesaikan tugas	Dipahami	
26.	Saya yakin memiliki peluang untuk menggapai cita-cita yang diinginkan	Dipahami	
27.	Saya berpikir kesempatan untuk meraih prestasi di sekolah sangat kecil	Dipahami	

# LAMPIRAN 3

## Instrumen Penelitian

### Lampiran 3. Pengolahan Data

#### 3.1 Data Penelitian

No	Nama	Kelas	JK	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	
1	Syam Kiral Abdurrahman	X BP	L	4	3	2	2	2	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4	2	5	4	5	3	4	5	3	3	4	4	3	4	3	4	5	4		
2	muhammad fahad firdaus	X BP	L	4	5	2	3	2	4	5	5	2	4	1	5	5	4	3	5	2	4	4	1	5	2	2	5	4	3	4	2	5	1	4	4	4	
3	Achmad Deden Nugraha Al-anshor	X BP	L	4	3	2	3	1	3	4	5	3	5	2	4	4	5	5	3	5	5	5	3	5	3	3	5	4	4	5	4	3	5	5	3		
4	Sayyid Waifi Syawal	X BP	L	5	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	5	3	5	4	5	4	3	4	5	5	4	4	4	4	5	3				
5	Muhamad Rapik Ardiansyah	X BP	L	5	4	2	4	1	2	5	4	2	4	4	4	5	5	5	4	5	5	4	3	4	2	2	5	4	4	5	3	2	2	4	5	3	
6	Yafi' Mus'ab Ghaisan	X BP	L	3	3	2	4	1	3	4	3	2	4	3	3	1	4	4	2	3	4	4	4	1	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	
7	Hasan Abdul Hafizh	X BP	L	3	2	3	4	1	4	4	5	5	3	5	3	5	5	2	3	3	2	2	1	2	3	1	5	5	4	3	2	3	3	3	5	4	
8	zishan arsyad	X BP	L	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5		
9	Muhammad Naufal Rizqullah	X BP	L	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3			
10	Yardan Fahlefi Pujianto	X DKV	L	4	3	4	4	2	3	4	2	3	4	3	4	5	5	4	3	4	4	4	5	5	1	4	3	3	4	4	3	3	2	4	5	3	
11	M Fauzi Afriza	X DKV	L	5	4	4	4	1	3	4	4	2	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	5	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4		
12	Affif Khalaf Faith	X DKV	L	4	4	2	4	2	1	4	3	2	4	4	2	2	4	4	3	4	4	4	3	4	3	1	5	4	3	5	3	4	4	4	2		
13	Rizky Oktabarr	X DKV	L	4	5	2	4	1	2	4	5	3	4	5	5	2	5	5	3	1	4	1	1	5	4	5	5	2	4	5	5	5	4				
14	azfar ahmad ghanimi	X DKV	L	1	2	1	4	1	3	2	1	3	3	1	3	1	1	3	1	4	2	1	4	1	2	1	1	3	3	2	1	2	3	2	3		
15	Raihan Bintang Pamungkas	X DKV	L	5	3	1	4	3	3	4	5	2	5	4	3	5	4	4	3	4	4	5	1	4	2	1	4	5	5	4	2	2	1	3	5	3	
16	fauzan Ibrahim	X DKV	L	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3		
17	Azam Hafidzu Firdaus	X DKV	L	4	5	3	3	2	5	5	1	5	4	5	2	5	5	2	4	2	5	4	3	3	5	3	4	4	5	4	4	4	5	5	4		
18	Muhammad Rizki saepulloh	X DKV	L	5	5	2	3	1	2	4	5	1	5	1	3	1	5	5	3	2	5	3	1	4	1	1	2	4	3	3	2	4	2	5	5	3	
19	m akbar al bani	X DKV	L	4	4	2	3	3	1	3	3	1	5	4	3	4	5	4	3	2	4	1	4	3	1	1	4	4	4	3	3	3	3	4	4		
20	Ahmad Fathan Shabir	X TJKT	L	4	5	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	2	3	4	4	2
21	Muhammad Akbar	X TJKT	L	5	3	4	5	1	1	3	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3	2	4	5	5	3	4	5	5	4			
22	Farraz Muhammad Aqil	X TJKT	L	5	5	1	5	1	1	3	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	1	5	4	5	3	5	1	5	5	3		
23	Fakhri Adzka Rangkuty	X TJKT	L	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	5	4	4	5	4	3	4	4	5	3	3	2	4	4	3		
24	Muhammad aqil abdurrafi	X TJKT	L	4	3	1	2	1	4	4	5	2	4	5	4	2	3	3	2	4	3	2	4	4	3	2	4	5	4	3	5	3	5	5	3		
25	Muhammad Yuri Rasyidin	X TJKT	L	4	4	2	3	3	2	5	5	3	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	2	4	2	2	5	5	5	3	2	3	2	5	5		
26	Ahmad Ilyas Al Azzam	X TJKT	L	3	4	2	3	4	2	3	2	4	2	4	4	4	5	4	4	2	3	2	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3			
27	Fathurrohman Lubis	X TJKT	L	4	4	1	4	1	1	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	5	4	3	4	5	4	3			
28	hanif maulana	X TJKT	L	4	4	2	4	2	2	4	4	2	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	1	4	5	4	4	2		
29	Alfar Muhammad Azhar	X TJKT	L	5	5	1	5	1	1	5	2	1	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	3	1	5	5	5	4	1	1	3	5	5	1	
30	Alang Pragnya R	X TJKT	L	3	4	4	3	5	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	5	3	4	1	3	4	3	2	4	3	5	3	2		
31	Wildan Maulana	X TJKT	L	4	4	5	4	2	3	5	4	2	4	3	4	5	5	5	2	3	5	5	4	3	2	5	5	5	3	1	5	3	5	2			
32	Tengku Alfan Renggali	X TJKT	L	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	5	4	1	3	3	5	2	4	5	2	4	3	4	2	4	4	5	4	3		
33	muhammad alif aulia	X TJKT	L	4	4	3	4	3	2	4	4	4	2	1	5	1	3	3	5	3	3	3	1	3	3	2	4	4	4	3	3	4	3				
34	Arif Abdurrahman	X TJKT	L	4	4	2	4	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	2	2	4	4	4	4	2	3	3	4	2				
35	Muhammad Hafiz	X TJKT	L	2	2	5	2	2	3	2	4	2	2	1	2	2	2	2	4	3	2	4	2	2	3	2	1	2	2	2	4	2	4	2			
36	Nabil Putra Zalsi	X TJKT	L	4	5	3	4	1	2	4	4	1	4	3	4	3	4	5	4	5	4	5	4	1	5	4	4	4	4	2	5	4	4	5	3		
37	Labiqa Salsabila Mikdar	X BP Akhwat	P	4	4	3	4	1	2	5	5	4	4	4	5	3	5	2	5	5	5	5	4	1	5	5	5	4	4	3	5	5	5	3			
38	azkia mahesa revalina	X BP Akhwat	P	2	3	5	2	5	5	4	5	2	5	1	2	4	1	5	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	5	5	2	5	4			
39	Fidda Adisty Maulida	X BP Akhwat	P	4	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	1	4	4	4	3	2	3	2	3	3	3		
40	haninda aulia rahmawati	X BP Akhwat	P	5	4	1	4	1	1	4	2	1	1	4	4	5	5	5	1	5	4	4	2	4	2	1	5	5	5	4	1	4	3	5	5	1	

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL

(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

41	Luthfiah Abdul Majid	X DKV Akhwat	P	4	5	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	5	3	5	3	3	3	4	5	3	5	2	3	3	3	4	3	2	5	4	4	3
42	Hilwa Ainayya	X DKV Akhwat	P	4	5	2	4	1	1	4	5	2	4	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4	2	5	5	5	5	1					
43	Hauna Tagijyah	X DKV Akhwat	P	3	2	4	4	1	3	5	1	2	4	2	3	5	5	4	4	4	5	4	5	5	2	1	5	5	5	4	2	5	5	3		
44	Juhayda Nur Afifah	X DKV Akhwat	P	4	4	3	4	1	3	5	3	3	3	5	3	4	5	4	4	4	5	4	1	5	5	4	3	5	5	2	5	5	1			
45	Nayla salsaibila	X DKV Akhwat	P	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	2	4	4	4	2	
46	Anisah Afrah Mufidah	X DKV Akhwat	P	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	4	3	3	3	3	3	4	4	5	4	4	4	4	3	5	5	4	5	4	
47	Asyifa Almadania Pristi	X AKL Akhwat	P	5	4	3	4	4	3	4	4	3	3	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	4	2	5	4	5	4	3	3	3	5	5	3	
48	ALFI PAUJIAH ZAHRA	X AKL Akhwat	P	5	5	3	5	1	3	5	5	3	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	3	1	5	4	5	4	2	2	3	5	5	5	
49	KEYSHA AMANDA RAMADANIA	X AKL Akhwat	P	4	4	2	4	1	2	3	3	2	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	2	1	4	5	4	4	2	3	2	4	4	2		
50	Meila Althafunisa	X AKL Akhwat	P	4	4	3	5	3	2	5	3	3	5	4	4	5	5	5	2	5	5	4	5	5	3	5	5	4	1	1	5	5	5	3		
51	D'nisa Nurwahida Almeira	X AKL Akhwat	P	5	4	1	5	2	2	3	1	2	5	4	2	3	5	3	3	5	4	4	4	4	2	2	5	5	5	4	1	2	4	5	2	
52	Manda Septiani Putri	X AKL Akhwat	P	5	4	3	3	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	5	4	3	3	4	4	5	3		
53	Anisa	X AKL Akhwat	P	5	5	3	4	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	5	2	
54	zaskbia ramadani goro	X AKL Akhwat	P	5	4	1	5	1	1	5	1	1	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	5	1	1	5	5	5	3		
55	saharasukma	X AKL Akhwat	P	5	4	4	2	2	5	3	4	4	3	2	4	2	2	3	5	3	5	4	1	5	5	2	2	4	4	4	2					
56	Dini Nur Azizah	X AKL Akhwat	P	4	5	3	4	3	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	3	5	5	4	5	4	1	5	3	5	5	1	1	5	5	2		
57	Khalifa Sakha Rabbani	XI A TJKT	L	3	3	4	4	2	4	4	4	4	2	2	4	2	4	1	4	4	5	2	4	2	2	3	5	4	3	3	5	1	5	4	5	2
58	ACHMAD ZAELANI PRIMARIAWAN	XI A TJKT	L	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	
59	ilham n	XI A TJKT	L	5	5	1	5	2	1	5	5	2	5	5	4	5	5	5	3	4	5	5	5	4	5	5	3	5	4	3	2	4	4	5	5	
60	Alif Aditya Nugrahatama	XI A TJKT	L	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
61	Muhammad Fazzril Siddiq	XI A TJKT	L	5	5	1	2	2	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	5	1	1	3	3	2	2	4	4	3	3	3			
62	Mohammed Rafa Athar Azzami	XI A TJKT	L	4	4	4	3	1	3	4	4	4	4	3	4	2	3	3	1	3	4	3	3	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2		
63	Banu Rasyid Quthb	XI A TJKT	L	4	4	2	2	1	4	4	4	1	4	1	4	2	4	4	2	4	4	3	1	4	2	3	2	4	4	2	4	1	4	3		
64	AHMAD NUZULUL HAFIZH	XI A TJKT	L	4	3	2	4	1	4	4	3	4	4	1	4	3	4	3	4	4	4	3	1	4	3	2	4	4	3	3	4	4	3			
65	Ahmad Fathir Nur Ridwan	XI A TJKT	L	4	3	2	3	2	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	5	3	4	4	3	3	2	4	4	3	3			
66	Valiant Faris Rafan Rashad	XI A TJKT	L	5	4	2	3	1	4	4	2	2	4	4	3	4	4	2	4	5	4	4	5	4	3	2	3	4	5	5	4	3	4			
67	akbar fikri	XI A TJKT	L	3	3	3	3	3	3	2	5	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	4	4			
68	Hamyar Sanjaya	XI A TJKT	L	5	4	1	5	1	3	5	4	3	4	4	4	4	5	5	4	5	5	2	2	1	5	5	5	1	2	2	4	5	4			
69	Muhammad Ibra Prayoga	XI A TJKT	L	4	4	4	3	1	4	4	3	3	4	3	3	1	3	4	3	3	3	4	3	3	2	2	4	3	4	4	2					
70	Muhammad Zein	XI A TJKT	L	5	4	2	4	1	4	4	5	4	4	4	4	3	3	4	3	5	5	3	3	4	2	3	3	5	4	4						
71	Muhammad Syafiq Hazman	XI A TJKT	L	4	3	2	3	3	3	4	2	2	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	2							
72	Rijzka Syariah Ridwan	XI A TJKT	L	5	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	1	5	5	5	4	4	4	3					
73	Dzakwan assafiq	XI A TJKT	L	4	4	2	3	2	3	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	1	2	4	5	4	1				
74	Maulana Dzaky A	XI B TJKT	L	5	4	2	3	1	2	5	5	3	5	3	4	1	4	5	5	5	5	5	4	1	3	5	1	3	1	2	5	5	3			
75	Ishadi Raditya M	XI B TJKT	L	3	3	4	4	1	3	4	4	2	4	3	4	5	3	3	4	5	4	4	5	5	3	5	4	4	4	4	5	4	3			
76	sulthana syahiddul haq	XI B TJKT	L	3	2	2	4	2	5	4	4	5	4	3	4	1	3	3	4	4	3	5	4	3	4	4	3	2	3	4	2	4	4			
77	Althof Zufar Harahap	XI B TJKT	L	4	4	2	3	3	3	4	5	2	4	4	5	5	4	3	3	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	4	4	4	4			
78	ahmad izzabil	XI B TJKT	L	3	5	5	2	4	4	2	5	5	2	1	3	1	4	3	1	3	3	4	5	4	3	2	3	5	3	5	3	4	4			
79	Raffy Fimansyah	XI B TJKT	L	4	4	4	4	5	3	4	4	2	4	2	3	5	5	3	3	3	5	3	1	5	1	3	2	3	3	4	4	4	3			
80	muhammad aqil syafiq	XI B TJKT	L	3	3	4	2	4	5	3	3	4	3	3	1	5	4	4	5	2	3	3	4	2	5	2	3	4	3	3	4	5	3	3		



### 3.2 Uji Validitas

Correlations								
		TOTAL		TOTAL			TOTAL	
P01	Pearson Correlation	.578**	P12	Pearson Correlation	.544**	P23	Pearson Correlation	.617**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	103		N	103		N	103
P02	Pearson Correlation	.650**	P13	Pearson Correlation	.427**	P24	Pearson Correlation	.692**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	103		N	103		N	103
P03	Pearson Correlation	.452**	P14	Pearson Correlation	.575**	P25	Pearson Correlation	.582**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	103		N	103		N	103
P04	Pearson Correlation	.498**	P15	Pearson Correlation	.593**	P26	Pearson Correlation	0,180
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,069
	N	103		N	103		N	103
P05	Pearson Correlation	.356**	P16	Pearson Correlation	.659**	P27	Pearson Correlation	-0,020
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,844
	N	103		N	103		N	103
P06	Pearson Correlation	.558**	P17	Pearson Correlation	.479**	P28	Pearson Correlation	-.348**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	103		N	103		N	103
P07	Pearson Correlation	0,162	P18	Pearson Correlation	.200*	P29	Pearson Correlation	.588**
	Sig. (2-tailed)	0,102		Sig. (2-tailed)	0,042		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	103		N	103		N	103
P08	Pearson Correlation	.647**	P19	Pearson Correlation	.616**	P30	Pearson Correlation	.265**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,007
	N	103		N	103		N	103
P09	Pearson Correlation	.423**	P20	Pearson Correlation	.289**	P31	Pearson Correlation	-0,043
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,003		Sig. (2-tailed)	0,664
	N	103		N	103		N	103
P10	Pearson Correlation	0,142	P21	Pearson Correlation	.668**	P32	Pearson Correlation	.532**
	Sig. (2-tailed)	0,153		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	103		N	103		N	103
P11	Pearson Correlation	.681**	P22	Pearson Correlation	-0,092	P33	Pearson Correlation	.384**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,357		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	103		N	103		N	103

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### 3.3 Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,872	27

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL  
(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun  
Ajaran 2024/2025)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

# LAMPIRAN 4

## Implikasi Penelitian

#### **Lampiran 4. Implikasi Penelitian**

#### 4.1 Hasil *Judgement* Rancangan Layanan Dasar

### **FORMAT JUDGEMENT**

Nama	:	Hana Rizqillah Az Zahra
NIM	:	2102887
Program Studi	:	S1 – Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi	:	Rancangan Layanan Dasar untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Remaja <i>Boarding School</i>
Pembimbing Skripsi	:	Prof. Dr. Junitka Nurilhsan, M.Pd. Dr. Aam Imaddudin, M.Pd.
Petunjuk	:	Berikan tanda ceklis (✓) pada kolom alternatif jawaban di bawah ini untuk menilai setiap aspek layanan. Alternatif jawaban tersedia pada kolom A, B, C, dan D dengan keterangan sebagai berikut. A = Sangat Memadai B = Memadai C = Kurang Memadai D = Tidak Memadai

No	Aspek Layanan	Alternatif Jawaban				Komentar dan Catatan	Catatan dan Revisi
		A	B	C	D		
1.	Sistematika layanan disusun berdasarkan ketentuan penyelenggaraan bimbingan dan konseling.	✓					
2.	Isi setiap sub-bab dituliskan berdasarkan ketentuan penyelenggaraan bimbingan dan konseling.		✓				
3.	Menjelaskan kebutuhan peserta didik secara mendetail dari hasil asessmen sampai dengan rumusan kebutuhan.		✓				
4.	Tujuan layanan dirumuskan berdasarkan deskripsi kebutuhan dalam bentuk perilaku yang harus dikuasai peserta didik.	✓					
5.	Rencana operasional menggambarkan struktur isi layanan serta kegiatan untuk memfasilitasi peserta didik dalam meningkatkan resiliensi akademik.		✓				
6.	Evaluasi hasil dan proses memperhatikan aspek penilaian dalam evaluasi yang dapat menjadikan layanan lebih baik.		✓				
<b>Rencana Pelaksanaan Layanan</b>							
7.	a. Struktur RPL	✓					
	b. Kesesuaian topik dengan kebutuhan	✓					
	c. Kesesuaian indikator ketercapaian dengan tujuan layanan	✓					

No	Aspek Layanan	Alternatif Jawaban				Komentar dan Catatan	Catatan dan Revisi
		A	B	C	D		
	d. Penjelasan langkah-langkah		✓				
	e. Lembar evaluasi		✓				
8.	Kelayakan layanan dasar dalam membantah untuk meningkatkan resiliensi akademik.	✓					

Bandung, Agustus 2025  
Guru Bimbingan dan Konseling,

Salma Shifatia Thursina, S.Pd., Gr.  
NIY. 030713.1.293

## 4.2 RPL Layanan Dasar

01

### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

#### BIMBINGAN KLASIKAL

#### SMK DAARUT TAUHIID *BOARDING SCHOOL*

A.	Komponen Layanan	:	Layanan Dasar
B.	Bidang Layanan	:	Belajar
C.	Standar Kompetensi	:	Kematangan Intelektual
D.	Topik Layanan	:	Menetapkan Tujuan dan Menjaganya Tetap Konsisten
E.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman
F.	Tujuan Umum	:	Peserta didik mampu menetapkan dan menjalankan tujuan secara konsisten.
G.	Tujuan Khusus	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mampu mengevaluasi berbagai pilihan tujuan yang sesuai dengan potensinya. (C5)</li> <li>2. Peserta didik mampu menyusun tujuan yang realistik berdasarkan nilai yang diyakini. (A4)</li> <li>3. Peserta didik mampu merumuskan langkah tindakan untuk mencapai tujuan. (P4)</li> </ol>
H.	Sasaran Layanan	:	Kelas X & XI
I.	Materi Layanan	:	<p>Fokus Tujuan, Konsisten Aksi!</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Makna dan Pentingnya Menetapkan Tujuan</li> <li>2. Menetapkan Tujuan dengan Teknik SMART</li> <li>3. Strategi Menjaga Konsistensi dan Komitmen</li> </ol>
J.	Waktu	:	1 x 45 menit
K.	Sumber	:	<p>Doran, G. T. (1981). There's a SMART Way to Write Management's Goals and Objectives. <i>Journal of Management Review</i>, 70, 35-36. <a href="https://community.mis.temple.edu/mis0855002fall2015/files/2015/10/S.M.A.R.T-Way-Management-Review.pdf">https://community.mis.temple.edu/mis0855002fall2015/files/2015/10/S.M.A.R.T-Way-Management-Review.pdf</a></p> <p>Locke, E. A., &amp; Latham, G. P. (2002). Building a Practically Useful Theory of Goal Setting and Task Motivation: A 35-year Odyssey. <i>American Psychologist</i>, 57(9), 705-717. <a href="https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705">https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705</a></p> <p>Zimmerman, B. J. (2000). <i>Attaining Self-regulation: A Social Cognitive Perspective</i>. In <i>Handbook of Self-regulation</i> (pp. 13-39). Academic Press.</p>
L.	Metode dan Teknik	:	Bimbingan klasikal dengan teknik ekspositori dan <i>classical exercise</i> .
M.	Media	:	Poster dan lembar kerja "SMART Goal Setting"
N.	Pelaksanaan		
	1.	Tahap Awal/Pendahuluan	

	a. Pernyataan Tujuan	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memulai aktivitas dengan mengucapkan salam dan doa bersama.</li> <li>2. Peserta didik memahami tujuan layanan yang akan dilaksanakan.</li> <li>3. Peserta didik siap untuk menerima layanan dengan penuh perhatian.</li> <li>4. Peserta didik menerima informasi mengenai topik dan tujuan layanan yang relevan dengan kebutuhannya.</li> <li>5. Peserta didik memahami bahwa topik layanan telah disesuaikan dengan hasil <i>need assessment</i>.</li> </ol>
	b. Penjelasan tentang Langkah-langkah Kegiatan	:	Peserta didik memahami langkah-langkah kegiatan, tugas, dan tanggung jawab mereka selama kegiatan.
	c. Mengarahkan Kegiatan (Konsolidasi)	:	Peserta didik memahami topik yang akan dibahas, yaitu menetapkan tujuan dan menjaganya tetap konsisten.
	d. Tahap Peralihan (Transisi)	:	Peserta didik siap untuk memulai kegiatan.
2. Tahap Inti			
			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memperhatikan penjelasan dari guru BK mengenai pentingnya menetapkan tujuan akademik serta dampaknya terhadap pencapaian jangka panjang.</li> <li>2. Peserta didik memahami komponen-komponen dalam teknik SMART (<i>Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound</i>) sebagai acuan dalam merumuskan tujuan yang jelas dan terukur, melalui pemaparan materi oleh guru BK menggunakan poster visual.</li> <li>3. Peserta didik mengerjakan lembar kerja "SMART Goal Setting" secara individu sebagai latihan menerapkan pemahaman tentang penetapan tujuan yang efektif sesuai prinsip SMART.</li> <li>4. Peserta didik melakukan refleksi atas tujuan yang telah dirumuskan, kemudian mendiskusikan secara terbuka strategi menjaga konsistensi dan komitmen dalam mencapai tujuan tersebut melalui tanya jawab dan diskusi bersama.</li> </ol>
3. Tahap Penutup			
			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menyampaikan hasil refleksi dan kesimpulan terkait proses penetapan tujuan dan strategi menjaga konsistensinya dalam kehidupan sehari-hari.</li> <li>2. Peserta didik bersama guru BK menyimpulkan poin-poin penting dari materi layanan "Fokus Tujuan, Konsisten Aksi!", khususnya terkait pentingnya menetapkan tujuan secara SMART dan menjaga komitmen secara berkelanjutan.</li> <li>3. Peserta didik diberikan penguatan dan motivasi oleh guru BK untuk terus mengembangkan kemampuan</li> </ol>

		<p>dalam menetapkan dan menjalankan tujuan secara konsisten sebagai bagian dari kematangan intelektual.</p> <p>4. Peserta didik mengakhiri kegiatan dengan berdoa.</p>
O.	Evaluasi	
	<p>1. Evaluasi Proses</p> <p>2. Evaluasi Hasil</p>	<p>1. Melaksanakan refleksi.</p> <p>2. Mengamati sejauh mana peserta didik terlibat aktif dalam kegiatan layanan yang berlangsung.</p> <p>3. Sikap peserta didik dalam mengikuti kegiatan.</p> <p>4. Cara peserta didik menyampaikan pendapat atau bertanya.</p> <p>5. Cara peserta didik memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru bimbingan dan konseling atau konselor.</p> <p>Peserta didik dapat dengan baik memahami pentingnya menetapkan tujuan akademik secara jelas dan terukur sebagai bagian dari kematangan intelektual. Selain itu, peserta didik juga mampu merumuskan tujuan pribadinya menggunakan prinsip SMART serta menunjukkan sikap konsisten dan bertanggung jawab dalam menjalankan langkah-langkah untuk mencapai tujuan tersebut.</p>

Lampiran:

- a. Materi Layanan
- b. Media Layanan
- c. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)
- d. Angket Evaluasi Proses
- e. Angket Evaluasi Hasil

## Lampiran 1 RPL 01. Materi Layanan

### Fokus Tujuan, Konsisten Aksi!

Menetapkan tujuan merupakan langkah awal yang mendasar dalam proses pengembangan diri dan pencapaian prestasi. Tujuan memberikan arah, fokus, dan motivasi dalam setiap aktivitas yang dilakukan, terutama dalam perencanaan masa depan. Menurut Locke & Latham (2002), tujuan yang jelas dapat meningkatkan motivasi, memperbaiki kinerja, serta membantu individu mengarahkan usaha secara lebih teratur. Menetapkan tujuan dapat membantu individu dalam memahami apa yang ingin dicapai, merancang strategi, dan mengukur kemajuan secara lebih efektif. Tujuan juga membantu individu mengembangkan rasa tanggung jawab, karena mulai menyadari bahwa setiap langkah dan keputusan yang diambil akan berdampak pada pencapaian hasil akhir. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk memiliki kesadaran akan arti tujuan yang ditetapkan serta keterkaitannya dengan nilai pribadi yang dimiliki.

Agar tujuan yang ditetapkan dapat tercapai secara optimal, diperlukan metode yang sistematis dalam perumusannya. Salah satu pendekatan yang banyak digunakan adalah teknik SMART, yang merupakan singkatan dari *Specific, Measurable, Achievable, Relevant*, dan *Time-bound*. Pendekatan ini membantu individu dalam menyusun tujuan yang jelas, terukur, realistik, bermakna, dan terikat waktu sehingga lebih mudah diwujudkan dalam tindakan nyata (Doran, 1981).

1. *Specific* (Spesifik), tujuan harus dirumuskan secara jelas dan spesifik agar seseorang tahu dengan tepat apa yang ingin dicapai. Tujuan yang spesifik memberikan arah yang pasti dan menghindari kebingungan. Misalnya, alih-alih mengatakan "ingin menjadi lebih baik di sekolah", kita dapat menetapkan tujuan seperti "meningkatkan nilai matematika". Tujuan yang tidak jelas akan menyulitkan individu dalam menentukan langkah nyata yang harus diambil.
2. *Measurable* (Terukur), tujuan harus dapat diukur agar kemajuan dan keberhasilan dapat dipantau. Dengan adanya petunjuk yang jelas, kita dapat menilai sejauh mana kita telah mendekati target. Contohnya, "meningkatkan nilai matematika dari 70 menjadi 85" merupakan tujuan yang dapat diukur. Kemampuan mengukur hasil juga memotivasi peserta didik untuk terus berprogres.
3. *Achievable* (Dapat Dicapai), tujuan harus realistik dan sesuai dengan kemampuan serta sumber daya yang dimiliki. Menetapkan tujuan yang terlalu tinggi dapat menimbulkan frustrasi, sementara tujuan yang terlalu mudah tidak memberikan tantangan. Tujuan yang

dapat dicapai mendorong seseorang untuk berkembang dengan tetap memperhatikan kapasitas diri dan kondisi nyata yang dihadapi.

4. *Relevant* (Relevan), tujuan harus relevan dengan kebutuhan, minat, dan nilai hidup seseorang. Relevansi tujuan memastikan bahwa individu memiliki alasan yang kuat dan bermakna untuk mencapainya. Hal ini penting agar motivasi tetap terjaga dalam proses pencapaian tujuan tersebut. Sebagai contoh, peserta didik yang bercita-cita menjadi desainer grafis dapat menetapkan tujuan belajar aplikasi desain sebagai bentuk relevansi terhadap masa depan yang diinginkan.
5. *Time-bound* (Terikat Waktu), tujuan harus memiliki batas waktu pencapaian yang jelas. Penetapan waktu mendorong individu untuk disiplin, tidak menunda, dan segera mengambil langkah. Misalnya, "meningkatkan nilai bahasa Inggris dalam dua bulan ke depan" lebih efektif dibandingkan tujuan tanpa tenggat waktu. Adanya batas waktu juga membantu seseorang untuk mengevaluasi kemajuan secara berkala.

Menetapkan tujuan hanyalah langkah awal, karena tantangan sesungguhnya terletak pada bagaimana menjaga komitmen dan konsistensi dalam menjalankannya. Dalam kehidupan sehari-hari, seseorang akan menghadapi berbagai hambatan seperti rasa malas, distraksi dari lingkungan, atau kehilangan motivasi. Oleh karena itu, diperlukan strategi untuk tetap konsisten terhadap tujuan yang telah dibuat. Menurut Zimmerman (2000), salah satu cara efektif adalah dengan melakukan *self-monitoring*, yaitu memantau dan merefleksikan progres secara rutin. Selain itu, strategi seperti membuat reminder visual, mencari dukungan sosial dari teman atau guru, serta membagi tujuan besar menjadi langkah-langkah kecil juga terbukti membantu menjaga semangat dan fokus. Konsistensi juga erat kaitannya dengan *growth mindset*, yaitu keyakinan bahwa kemampuan dapat berkembang melalui usaha dan proses belajar yang terus-menerus. Dengan menanamkan keyakinan ini, seseorang akan lebih mampu bertahan dalam menghadapi hambatan dan tidak mudah menyerah.

#### **Referensi:**

- Doran, G. T. (1981). There's a SMART Way to Write Management's Goals and Objectives. *Journal of Management Review*, 70, 35-36. <https://community.mis.temple.edu/mis0855002fall2015/files/2015/10/S.M.A.R.T-Way-Management-Review.pdf>
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a Practically Useful Theory of Goal Setting and Task Motivation: A 35-year Odyssey. *American Psychologist*, 57(9), 705–717. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705>
- Zimmerman, B. J. (2000). *Attaining Self-regulation: A Social Cognitive Perspective*. In *Handbook of Self-regulation* (pp. 13-39). Academic Press.

## Lampiran 2 RPL 01. Media Layanan



## Lampiran 3 RPL 01. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

<b>NAMA:</b> -----	<b>KELAS:</b> -----	
<b>MY SMART GOAL PLANNER</b>		
<b>S</b>	<b>SPECIFIC</b>	Apa yang benar-benar ingin raya capai?
<b>M</b>	<b>MEASURABLE</b>	Bagaimana saya tahu bahwa tujuan ini sudah tercapai?
<b>A</b>	<b>ATTAINABLE</b>	Apakah tujuan ini bisa dicapai dengan usaha dan waktu yang saya punya?
<b>R</b>	<b>RELEVANT</b>	Apakah tujuan ini penting dan bermanfaat untuk masa depan raya?
<b>T</b>	<b>TIME-BOUND</b>	Kapan saya harus menyelesaikan tujuan ini?

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL  
(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun  
Ajaran 2024/2025)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## Lampiran 4 RPL 01. Angket Evaluasi Proses

### ANGKET EVALUASI PROSES LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL

**Materi :**

**Hari/Tanggal :**

**Kelas :**

#### Petunjuk

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Peserta didik hadir tepat waktu.				
2.	Peserta didik menjawab salam dengan penuh semangat.				
3.	Peserta didik menunjukkan ekspresi wajah yang ceria dan berminat terhadap layanan bimbingan klasikal.				
4.	Peserta didik menyimak materi dan instruksi secara cermat.				
5.	Peserta didik menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi dengan mengajukan pertanyaan terkait materi yang disampaikan.				
6.	Peserta didik aktif dan berani memberikan pendapat terkait materi yang disampaikan.				
7.	Peserta didik fokus dan mengikuti layanan bimbingan klasikal secara tuntas.				
8.	Peserta didik mengerjakan penugasan yang diberikan.				
9.	Peserta didik mengumpulkan penugasan yang diberikan.				
10.	Peserta didik menunjukkan kepeduliannya terhadap teman lainnya yang belum memahami materi (dengan menjelaskan kembali).				
<b>Total Skor =</b>					

## Lampiran 5 RPL 01. Angket Evaluasi Hasil

### ANGKET EVALUASI HASIL LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL

**Materi :**

**Hari/Tanggal :**

**Nama :**

**Kelas :**

#### Petunjuk

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Saya memahami dengan baik tujuan yang diharapkan dari materi tersebut.				
2.	Saya memahami pentingnya menetapkan tujuan akademik secara jelas dan terarah.				
3.	Saya dapat membuat tujuan akademik yang realistik dan sesuai dengan potensi diri saya.				
4.	Saya mengetahui dan memahami cara menetapkan tujuan dengan teknik SMART.				
5.	Saya termotivasi untuk menjalankan rencana yang telah saya buat agar tetap konsisten mencapai tujuan.				
6.	Kegiatan layanan ini membantu saya merumuskan langkah nyata dalam mencapai tujuan akademik saya.				
<b>Total Skor =</b>					

**02**  
**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN KELOMPOK**  
**SMK DAARUT TAUHIID BOARDING SCHOOL**

A.	Komponen Layanan	:	Layanan Dasar
B.	Bidang Layanan	:	Belajar
C.	Standar Kompetensi	:	Kematangan Intelektual
D.	Topik Layanan	:	Hadapi Tantangan Belajar dengan Tangguh
E.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman dan Keterampilan
F.	Tujuan Umum	:	Peserta didik mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan akademik.
G.	Tujuan Khusus	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mampu mengevaluasi penyebab terjadinya tantangan belajar. (C5)</li> <li>2. Peserta didik mampu menunjukkan sikap tidak mudah menyerah setelah mengalami kesulitan belajar. (A5)</li> <li>3. Peserta didik mampu menentukan langkah yang tepat setelah mengalami kesulitan belajar. (P5)</li> </ol>
H.	Sasaran Layanan	:	Kelas X dan XI
I.	Materi Layanan	:	<p><i>Bounce Back</i>: Taktik Tangguh Hadapi Tantangan Belajar</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengidentifikasi Hambatan Belajar</li> <li>2. Strategi Bertahan Menghadapi Kegagalan</li> <li>3. Membangun Sikap Pantang Menyerah</li> </ol>
J.	Waktu	:	1 x 45 menit
K.	Sumber	:	<p>Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. <i>American Psychologist</i>, 56(3), 227–238.</p> <p>Yang, S., &amp; Wang, W. (2022). The Role of Academic Resilience, Motivational Intensity and Their Relationship in EFL Learners' Academic Achievement. <i>Frontiers in Psychology</i>, 12, Article 823537. <a href="https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.823537">https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.823537</a></p>
L.	Metode dan Teknik	:	Bimbingan kelompok dengan teknik <i>game-based learning</i> melalui permainan <i>board game</i> dan metode tanya jawab serta curah pendapat.
M.	Media	:	<i>Board game "Bounce Back"</i> dan lembar kerja
N.	Pelaksanaan	:	
1.	Tahap Awal/Pendahuluan	:	
	a. Pembukaan	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK memasuki kelas dan memberikan salam kepada peserta didik.</li> <li>2. Peserta didik mengawali kegiatan dengan mengucapkan salam dan doa bersama.</li> <li>3. Selanjutnya, guru BK dapat menanyakan kabar peserta didik dengan sapaan hangat seperti, “<i>Bagaimana kabar kalian hari ini?</i>”, “<i>Siap untuk belajar dan berbagi pengalaman yang menarik?</i>”, dan sebagainya.</li> </ol>

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

**RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL**  
*(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025)*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

			4. Peserta didik melakukan konfirmasi kehadiran di kelas.
	b. Pernyataan Tujuan	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menerima informasi mengenai topik dan tujuan layanan yang relevan dengan kebutuhannya.</li> <li>2. Peserta didik memahami bahwa topik layanan telah disesuaikan dengan hasil <i>need assessment</i>.</li> <li>3. Peserta didik yang mengikuti layanan dipilih berdasarkan hasil <i>need assessment</i>, yaitu peserta didik dengan tingkat resiliensi sedang dan rendah dari kelas X dan XI.</li> <li>4. Peserta didik memahami tujuan layanan yang akan dilaksanakan.</li> <li>5. Peserta didik siap untuk menerima layanan dengan penuh perhatian.</li> </ol>
	c. Penjelasan tentang Langkah-langkah Kegiatan Kelompok	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memahami langkah-langkah kegiatan, tugas, dan tanggung jawab mereka selama kegiatan.</li> <li>2. Guru BK menjelaskan bahwa kegiatan akan dilakukan dengan suasana kelompok yang terbuka, saling mendukung, dan menggunakan media <i>board game</i>.</li> </ol>
	d. Pembentukan Kelompok	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mengikuti kegiatan <i>ice breaking</i> untuk saling mengenal, melalui permainan “Bola Berantai”: setiap peserta didik menyebutkan nama, kelas, dan hobi sambil melempar bola kepada teman lain.</li> <li>2. Peserta didik mulai mengenal anggota kelompok lain, sehingga tercipta suasana lebih terbuka dan akrab.</li> </ol>
	e. Mengarahkan Kegiatan (Konsolidasi)	:	Peserta didik memahami penjelasan topik yang disampaikan, yaitu hadapi tantangan belajar dengan tangguh.
	f. Tahap Peralihan (Transisi)	:	
	<i>Storming</i>	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mengikuti kegiatan diskusi ringan tentang pengalaman menghadapi kesulitan belajar, dipandu dengan pertanyaan pemantik dari guru BK seperti, “<i>Pernahkah kalian merasa kesulitan belajar di sekolah atau di rumah?</i>” dan “<i>Bagaimana perasaan kalian saat mengalami kesulitan tersebut?</i>”.</li> <li>2. Peserta didik mengikuti <i>ice breaking</i> tambahan berupa permainan “<i>Susun Baris</i>”, dengan langkah-langkah: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru BK memberikan instruksi agar seluruh anggota kelompok berbaris sesuai kriteria tertentu (misalnya urutan tanggal lahir atau tinggi badan).</li> <li>b. Anggota kelompok berkomunikasi, saling bertanya, dan bekerja sama untuk menemukan posisi yang tepat.</li> <li>c. Setelah selesai, kelompok merefleksikan bahwa kerja sama dan komunikasi penting agar kelompok bisa berjalan dengan baik.</li> </ol> </li> </ol>
	<i>Norming</i>	:	Peserta didik bersama guru BK menyampaikan serta menyepakati harapan dan aturan sederhana dalam kelompok, seperti saling menghargai, mendengarkan

		dengan baik, tidak menertawakan teman, dan berbicara secara bergantian. Tujuannya agar peserta menjadi lebih akrab, mulai membangun rasa percaya antar anggota, serta memiliki komitmen bersama untuk menjaga suasana kelompok yang positif.
2. Tahap Inti	a. Eksperientasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memperhatikan penjelasan materi dari guru BK mengenai taktik tangguh dalam menghadapi tantangan belajar.</li> <li>2. Peserta didik yang membutuhkan layanan dibagi ke dalam kelompok kecil beranggota 4 orang/kelompok.</li> <li>3. Peserta didik diberikan penjelasan singkat mengenai aturan permainan <i>board game "Bounce Back"</i> sebagai sarana pembelajaran mengenai ketangguhan menghadapi tantangan belajar.</li> <li>4. Peserta didik diarahkan untuk membaca tata cara permainan yang tertulis pada kertas panduan untuk memahami lebih dalam terkait aturan permainan.</li> <li>5. Peserta didik memainkan <i>board game Bounce Back</i> secara berkelompok selama ± 30 menit.</li> <li>6. Peserta didik melakukan <i>hom pim pa</i> untuk menentukan urutan giliran bermain.</li> <li>7. Masing-masing pemain memilih pion sesuai warna yang tersedia.</li> <li>8. Pemain pertama melempar dadu dan menggerakkan pion sesuai jumlah mata dadu yang keluar.</li> <li>9. Pemain kemudian mengikuti instruksi pada petak yang ditempati, yaitu: <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Zona Tantangan: Pemain mengambil kartu tantangan dan melakukan aksi/tantangan sesuai isi kartu.</li> <li>b. Zona Reflektif: Pemain mengambil kartu reflektif dan menjawab pertanyaan refleksi secara terbuka.</li> <li>c. Zona <b><i>Ice Breaker</i></b>: Pemain harus menjawab pertanyaan ringan untuk mencairkan suasana.</li> <li>d. Zona <b><i>Pick a Card</i></b>: Pemain bebas memilih ingin mengambil <b>kartu tantangan</b> atau <b>reflektif</b>.</li> <li>e. Zona <b>Aman</b>: Pemain melanjutkan permainan tanpa mengambil kartu apapun.</li> <li>f. Zona <b><i>Fast Forward</i></b>: Pemain langsung <b>maju 2 langkah</b> ke depan tanpa melempar dadu.</li> </ul> </li> <li>10. Pemain bermain secara bergiliran sesuai urutan. Proses ini berlangsung hingga ada satu pemain yang berhasil kembali ke titik <i>start</i>, yaitu titik awal permainan.</li> <li>11. Peserta didik mendiskusikan setiap tantangan dan pertanyaan reflektif yang muncul dalam permainan, mengaitkannya dengan pengalaman nyata yang pernah dialami dalam proses belajar.</li> <li>12. Peserta didik menyampaikan pendapat, solusi, dan</li> </ol>

		<p>strategi yang telah mereka gunakan atau yang dapat mereka terapkan di masa mendatang melalui sesi tanya jawab dan curah pendapat.</p> <p>13. Peserta didik diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan terkait layanan.</p> <p>14. Peserta didik mengisi lembar kerja berisi penguatan materi tentang identifikasi hambatan belajar, strategi bertahan menghadapi kegagalan, dan langkah membangun sikap pantang menyerah.</p>
	b. Refleksi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menurut kamu, apa arti "pantang menyerah" dalam kegiatan belajar sehari-hari?</li> <li>2. Pernahkah kamu mengalami kegagalan belajar? Apa yang kamu lakukan setelah itu?</li> <li>3. Strategi apa yang biasanya kamu gunakan ketika merasa kesulitan memahami materi pelajaran?</li> <li>4. Bagaimana perasaan kamu saat berhasil mengatasi tantangan belajar yang sulit?</li> <li>5. Siapa atau apa yang biasanya memberi semangat saat kamu hampir menyerah dalam belajar?</li> <li>6. Langkah atau tindakan apa yang akan kamu ambil jika suatu saat mengalami kegagalan lagi di sekolah?</li> </ol>
3. Tahap Terminasi		
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik bersama guru BK merefleksikan layanan yang telah dilaksanakan, khususnya mengenai keterkaitan aktivitas permainan dengan kemampuan bertahan dalam menghadapi kesulitan akademik.</li> <li>2. Peserta didik menyampaikan satu kesimpulan pribadi terkait sikap pantang menyerah yang dapat mereka terapkan dalam situasi belajar.</li> <li>3. Peserta didik menerima umpan balik dari guru BK mengenai hasil diskusi, lembar kerja, dan partisipasi dalam kegiatan.</li> <li>4. Peserta didik diberikan penguatan motivasi untuk terus berlatih menerapkan strategi ketangguhan belajar dalam kehidupan akademik sehari-hari.</li> <li>5. Peserta didik menuliskan satu komitmen singkat terkait tindakan nyata yang akan dilakukan untuk menghadapi tantangan belajar di masa mendatang.</li> <li>6. Peserta didik mengakhiri kegiatan dengan berdoa.</li> </ol>
O. Evaluasi		
	1. Evaluasi Proses	Mengamati sejauh mana peserta didik terlibat aktif dalam kegiatan layanan kelompok yang berlangsung.
	2. Evaluasi Hasil	Peserta didik dapat dengan baik memahami pentingnya bersikap pantang menyerah dalam menghadapi berbagai hambatan belajar. Selain itu, mereka juga mampu merumuskan strategi yang tepat untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan akademik, serta menunjukkan sikap positif untuk terus melanjutkan usaha hingga tujuan belajar tercapai.

## Lampiran 1 RPL 02. Materi Layanan

### ***Bounce Back: Taktik Tangguh Hadapi Tantangan Belajar***

Dalam proses belajar, seringkali kita dihadapi dengan hambatan dan tantangan. Hambatan belajar muncul dalam berbagai bentuk: kesulitan memahami konsep, manajemen waktu yang buruk, tekanan tugas menumpuk, atau kecemasan saat evaluasi. Mengidentifikasi hambatan berarti mengenali tanda-tanda awal (contoh: nilai turun, kesulitan fokus, rasa takut mencoba) dan membedakan antara penyebab internal (seperti kurangnya strategi belajar atau motivasi) dan penyebab eksternal (seperti dukungan keluarga atau kondisi kelas). Langkah awal ini penting karena penelitian menunjukkan bahwa mengenali faktor risiko dan pelindung akan membantu perancangan strategi yang tepat untuk mengatasinya (Yang & Wang, 2022).

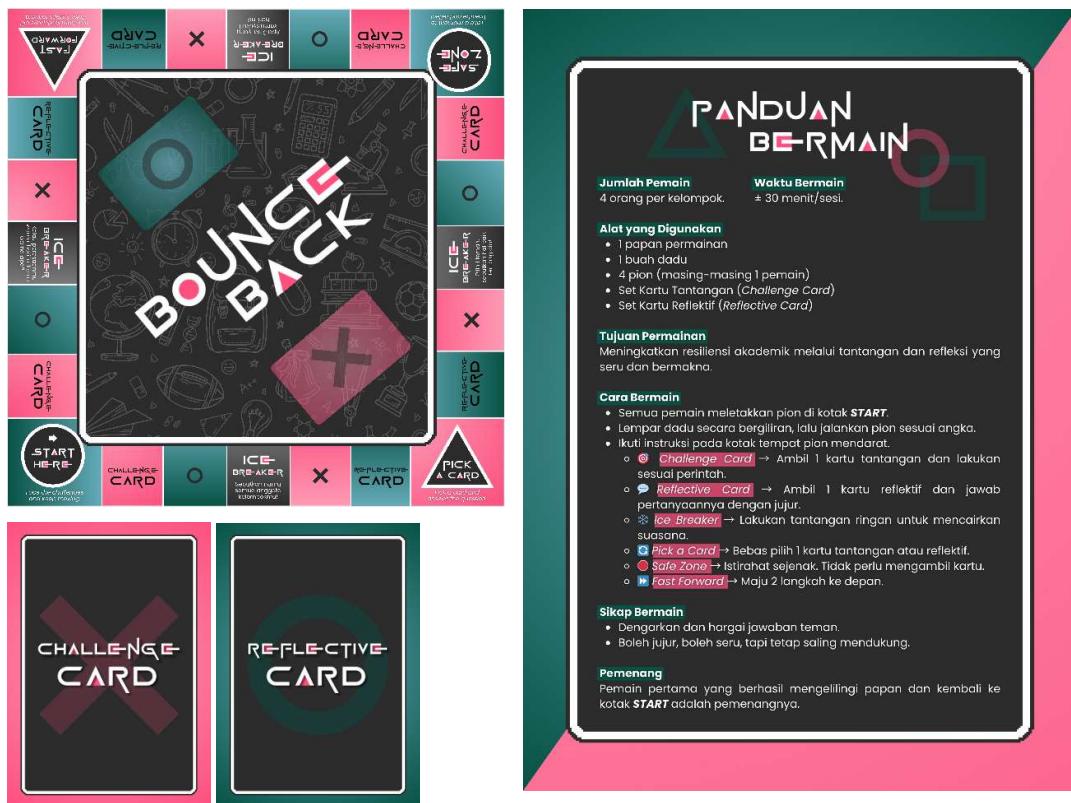
Setelah hambatan dikenali, langkah berikutnya adalah menerapkan strategi bertahan (*coping & recovery*) yang berfokus pada langkah-langkah praktis untuk segera bangkit setelah mengalami kegagalan akademik, misalnya: merefleksikan penyebab kegagalan, mencoba teknik belajar alternatif, meminta bantuan tutor atau teman, dan menetapkan target perbaikan yang terukur dan singkat. Dalam sesi bimbingan kelompok, strategi ini diinternalisasi melalui praktik langsung pada *board game* "Bounce Back" yang mensimulasikan skenario tantangan belajar dan pertanyaan reflektif, diikuti refleksi dan perumusan rencana tindak lanjut pada LKPD.

Dalam hal ini, memiliki sikap pantang menyerah menjadi sangat penting, karena dapat menumbuhkan kecenderungan untuk bertahan dan melanjutkan usaha meskipun menghadapi hambatan berulang. Pengembangan sikap ini dapat dilakukan melalui latihan mental (contoh: *self-talk* positif dan *reframing*), pemodelan dari guru atau teman sebaya yang resilien, serta pengalaman terstruktur yang memberi kesempatan "mencoba ulang" setelah kegagalan (Masten, 2001). Dengan membiasakan pola refleksi dengan mengidentifikasi apa yang gagal, menguji alternatif, dan merencanakan percobaan berikutnya, peserta didik dapat melatih perilaku pantang menyerah secara lebih terukur.

### **Referensi:**

- Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238.
- Yang, S., & Wang, W. (2022). The Role of Academic Resilience, Motivational Intensity and Their Relationship in EFL Learners' Academic Achievement. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 823537. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.823537>

## Lampiran 2 RPL 02. Media Layanan



## Lampiran 3 RPL 02. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

**Bounce Back:**  
Taktik Tangguh Hadapi Tantangan Belajar

Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti, lalu jawablah berdasarkan pengalaman pribadi dan hasil diskusi kelompok!

Nama: \_\_\_\_\_ Kelas: \_\_\_\_\_

**Bagian 1 – Mengidentifikasi Hambatan Belajar**

- Tuliskan **tiga hambatan belajar** yang pernah kamu alami.
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
- Dari hambatan tersebut, mana yang paling sering terjadi?  
\_\_\_\_\_
- Menurut kamu, **apa penyebab utama** hambatan tersebut?  
\_\_\_\_\_

**Bagian 2: Strategi Bertahan Menghadapi Kegagalan**

- Pernahkah kamu mengalami kegagalan belajar?  Ya  Tidak  
(misalnya nilai rendah, tidak paham materi, dll.)
- Jika **ya**, jelaskan apa yang kamu lakukan setelah kegagalan itu:  
\_\_\_\_\_
- Tuliskan **dua strategi** yang pernah atau bisa kamu gunakan untuk tetap bertahan saat mengalami kesulitan belajar:
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_

**Bagian 3: Membangun Sikap Pantang Menyerah**

- Menurut kamu, apa arti **pantang menyerah** dalam kegiatan belajar?  
\_\_\_\_\_
- Sebutkan **tiga hal** yang bisa membuat kamu semangat belajar kembali saat hampir menyerah:
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
- Tulis **satu komitmen** pribadi untuk menghadapi tantangan belajar:  
\_\_\_\_\_

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL  
(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun  
Ajaran 2024/2025)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## Lampiran 4 RPL 02. Angket Evaluasi Proses

### ANGKET EVALUASI PROSES LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

**Materi :**

**Hari/Tanggal :**

**Kelas :**

#### Petunjuk

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Peserta didik hadir tepat waktu.				
2.	Peserta didik menjawab salam dengan penuh semangat.				
3.	Peserta didik menunjukkan ekspresi wajah yang ceria dan berminat terhadap layanan bimbingan klasikal.				
4.	Peserta didik menyimak materi dan instruksi secara cermat.				
5.	Peserta didik menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi dengan mengajukan pertanyaan terkait materi yang disampaikan.				
6.	Peserta didik aktif dan berani memberikan pendapat terkait materi yang disampaikan.				
7.	Peserta didik fokus dan mengikuti layanan bimbingan klasikal secara tuntas.				
8.	Peserta didik mengerjakan penugasan yang diberikan.				
9.	Peserta didik mengumpulkan penugasan yang diberikan.				
10.	Peserta didik menunjukkan kepeduliannya terhadap teman lainnya yang belum memahami materi (dengan menjelaskan kembali).				
<b>Total Skor =</b>					

**Lampiran 5 RPL 02. Angket Evaluasi Hasil****ANGKET EVALUASI HASIL LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK****Materi** :**Hari/Tanggal** :**Nama** :**Kelas** :**Petunjuk**

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Saya memahami dengan baik tujuan yang diharapkan dari materi tersebut.				
2.	Saya mampu mengenali penyebab terjadinya hambatan belajar yang saya alami.				
3.	Saya memiliki strategi untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan belajar.				
4.	Saya berusaha untuk tidak mudah menyerah saat mengalami kesulitan belajar.				
5.	Saya dapat menentukan langkah yang tepat untuk mengatasi masalah belajar yang saya hadapi.				
6.	Materi dan kegiatan layanan ini membantu saya lebih percaya diri menghadapi tantangan belajar.				
<b>Total Skor =</b>					

**03**  
**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN KLASIKAL**  
**SMK DAARUT TAUHIID BOARDING SCHOOL**

A.	Komponen Layanan	:	Layanan Dasar
B.	Bidang Layanan	:	Pribadi
C.	Standar Kompetensi	:	Pengembangan Pribadi
D.	Topik Layanan	:	Mengenal Diri: Kekuatan dan Hal yang Perlu Diperbaiki
E.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman
F.	Tujuan Umum	:	Peserta didik mampu mengevaluasi diri secara objektif.
G.	Tujuan Khusus	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mampu menilai kekuatan dan kelemahan diri berdasarkan pengalaman dan umpan balik teman sebaya. (C5)</li> <li>2. Peserta didik mampu menyusun peta diri yang menggambarkan aspek kekuatan dan hal yang perlu diperbaiki secara sistematis. (A4)</li> <li>3. Peserta didik mampu membangun keterbukaan terhadap masukan dan refleksi diri secara jujur. (P4)</li> </ol>
H.	Sasaran Layanan	:	Kelas X & XI
I.	Materi Layanan	:	<p><i>Upgrade Yourself: Unlock Your Potential</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengenali Kekuatan Diri sebagai Modal Tumbuh</li> <li>2. Menyadari Hal yang Perlu Diperbaiki Tanpa Menyalahkan Diri</li> <li>3. Menyusun Peta Diri untuk Pengembangan Pribadi</li> </ol>
J.	Waktu	:	1 x 45 menit
K.	Sumber	:	<p>Dweck, C. S. (2006). <i>Mindset: The New Psychology of Success</i>. Random house.</p> <p>Seligman, M. E. (2011). <i>Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being</i>. Simon and Schuster.</p>
L.	Metode dan Teknik	:	Bimbingan klasikal dengan teknik ekspositori dan <i>self-mapping</i> .
M.	Media	:	PowerPoint, kertas "Peer Review", lembar kerja "Peta Diri"
N.	Pelaksanaan	:	
	1. Tahap Awal/Pendahuluan	:	
	a. Pernyataan Tujuan	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mulai aktivitas dengan mengucapkan salam dan doa bersama.</li> <li>2. Peserta didik memahami tujuan layanan yang akan dilaksanakan.</li> <li>3. Peserta didik siap untuk menerima layanan dengan penuh perhatian.</li> <li>4. Peserta didik menerima informasi mengenai topik dan tujuan layanan yang relevan dengan kebutuhannya.</li> <li>5. Peserta didik memahami bahwa topik layanan telah</li> </ol>

		disesuaikan dengan hasil <i>need assessment</i> .
b. Penjelasan tentang Langkah-langkah Kegiatan	:	Peserta didik memahami langkah-langkah kegiatan, tugas, dan tanggung jawab mereka selama kegiatan.
c. Mengarahkan Kegiatan (Konsolidasi)	:	Peserta didik memahami topik yang akan dibahas, yaitu mengenal diri: kekuatan dan hal yang perlu diperbaiki.
d. Tahap Peralihan (Transisi)	:	Peserta didik siap untuk memulai kegiatan.
2. Tahap Inti		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memperhatikan penjelasan dari guru BK mengenai pentingnya mengenal kekuatan dan hal yang perlu diperbaiki untuk pengembangan diri melalui media PowerPoint.</li> <li>2. Peserta didik mengikuti kegiatan refleksi dengan mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan diri masing-masing, dibantu panduan pertanyaan dari guru BK seperti <i>"Hal apa yang kamu kuasai dengan baik?"</i> dan <i>"Hal apa yang masih sulit kamu lakukan dan ingin kamu perbaiki?"</i>.</li> <li>3. Peserta didik mengisi lembar <i>Peer Review</i> dengan menuliskan satu kekuatan dan satu hal yang perlu ditingkatkan untuk teman sebangku.</li> <li>4. Peserta didik bertukar kertas <i>Peer Review</i> dengan teman sebangku untuk saling membaca masukan.</li> <li>5. Peserta didik mengidentifikasi hal-hal yang perlu diperbaiki berdasarkan refleksi pribadi dan masukan dari <i>Peer Review</i> dengan sikap terbuka tanpa menyalahkan diri.</li> <li>6. Peserta didik mengisi lembar kerja "Peta Diri" yang telah disediakan, menuliskan kekuatan dan hal yang perlu ditingkatkan, disertai langkah nyata yang akan dilakukan.</li> <li>7. <b>Peserta didik</b> yang bersedia mempresentasikan hasil <i>Peta Diri</i> secara singkat di hadapan teman-temannya untuk memperkuat komitmen pengembangan diri.</li> </ol>
3. Tahap Penutup		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik bersama guru BK menyimpulkan inti materi layanan, yaitu pentingnya mengenali kekuatan diri, menyadari hal yang perlu diperbaiki tanpa menyalahkan diri, dan menyusun rencana pengembangan diri yang terarah.</li> <li>2. Peserta didik menyampaikan kesan dan hal yang dipelajari selama kegiatan.</li> <li>3. Peserta didik menerima penguatan motivasi dari guru BK untuk terus menerapkan rencana pengembangan diri yang telah dibuat pada Peta Diri.</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Peserta didik menyimpan lembar kerja Peta Diri sebagai pengingat dan komitmen pengembangan diri.</li> <li>5. Peserta didik mengakhiri kegiatan dengan berdoa.</li> </ol>
O.	Evaluasi	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi Proses</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melaksanakan refleksi.</li> <li>2. Mengamati sejauh mana peserta didik terlibat aktif dalam kegiatan layanan yang berlangsung.</li> <li>3. Sikap peserta didik dalam mengikuti kegiatan.</li> <li>4. Cara peserta didik menyampaikan pendapat atau bertanya.</li> <li>5. Cara peserta didik memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru bimbingan dan konseling atau konselor.</li> </ol>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Evaluasi Hasil</li> </ol>	<p>Peserta didik dapat memahami pentingnya mengenali kekuatan diri dengan baik dan menyadari hal yang perlu diperbaiki sebagai langkah awal pengembangan pribadi. Selain itu, mereka juga mampu menyusun Peta Diri yang memuat langkah nyata untuk memanfaatkan kekuatan dan memperbaiki kelemahan secara berkelanjutan, serta menunjukkan sikap positif dalam menerima masukan dari teman sebaya.</p>

Lampiran:

- a. Materi Layanan
- b. Media Layanan
- c. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)
- d. Angket Evaluasi Proses
- e. Angket Evaluasi Hasil

## Lampiran 1 RPL 03. Materi Layanan

### *Upgrade Yourself: Unlock Your Potential*

Kekuatan diri adalah kumpulan kemampuan, keterampilan, sifat positif, dan nilai-nilai yang dimiliki setiap individu yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan hidup. Menurut Seligman (2011), fokus pada kekuatan pribadi membuat seseorang lebih bahagia, berdaya, dan memiliki kinerja lebih baik. Kekuatan ini bisa berupa bakat dalam seni, kemampuan berpikir kritis, keterampilan komunikasi, kepemimpinan, atau bahkan kebiasaan positif seperti disiplin dan kerja sama. Langkah mengenali kekuatan diri antara lain: (1) Mengingat keberhasilan yang pernah dicapai dan mencari pola keunggulan di baliknya; (2) Meminta masukan dari orang lain, seperti teman atau guru, tentang hal yang dianggap menjadi kelebihan; (3) Mengikuti tes atau inventori bakat/kekuatan untuk mengetahui potensi tersembunyi.

Setiap orang pasti memiliki hal-hal yang perlu diperbaiki. Hal ini bukan tanda kelemahan, melainkan peluang untuk berkembang. Dweck (2006) menjelaskan konsep *growth mindset* yang menekankan bahwa kemampuan dapat dikembangkan melalui usaha, pembelajaran, dan ketekunan. Berikut cara menyadari hal yang perlu diperbaiki: (1) Melakukan refleksi diri secara jujur tentang kebiasaan atau keterampilan yang masih kurang; (2) Mencatat situasi di mana mengalami kesulitan atau kegagalan, lalu mencari penyebabnya; (3) Mendengarkan umpan balik dari orang lain secara terbuka dan positif.

Peta diri adalah representasi visual atau tulisan yang menggambarkan kekuatan, hal-hal yang perlu diperbaiki, langkah solusi yang dapat dilakukan, serta sumber dukungan yang bisa dimanfaatkan. Peta diri membantu seseorang menetapkan prioritas, merancang strategi, dan memantau perkembangan pribadi secara terarah. Langkah membuat peta diri:

1. Bagi menjadi empat zona, yakni kekuatan, hal yang perlu diperbaiki, langkah solusi, dan dukungan.
2. Isi zona kekuatan dengan daftar kemampuan, sifat positif, dan kebiasaan baik yang sering digunakan.
3. Isi zona perbaikan dengan hal-hal yang belum dikuasai atau ingin ditingkatkan.
4. Tuliskan pada zona solusi langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk berkembang.
5. Pada zona dukungan, sebutkan orang atau pihak yang bisa diminta bantuan.

#### **Referensi:**

- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random house.
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Simon and Schuster.

## Lampiran 2 RPL 03. Media Layanan



## Lampiran 3 RPL 03. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)



**Lampiran 4 RPL 03. Angket Evaluasi Proses****ANGKET EVALUASI PROSES LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL****Materi :****Hari/Tanggal :****Kelas :****Petunjuk**

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Peserta didik hadir tepat waktu.				
2.	Peserta didik menjawab salam dengan penuh semangat.				
3.	Peserta didik menunjukkan ekspresi wajah yang ceria dan berminat terhadap layanan bimbingan klasikal.				
4.	Peserta didik menyimak materi dan instruksi secara cermat.				
5.	Peserta didik menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi dengan mengajukan pertanyaan terkait materi yang disampaikan.				
6.	Peserta didik aktif dan berani memberikan pendapat terkait materi yang disampaikan.				
7.	Peserta didik fokus dan mengikuti layanan bimbingan klasikal secara tuntas.				
8.	Peserta didik mengerjakan penugasan yang diberikan.				
9.	Peserta didik mengumpulkan penugasan yang diberikan.				
10.	Peserta didik menunjukkan kepeduliannya terhadap teman lainnya yang belum memahami materi (dengan menjelaskan kembali).				
<b>Total Skor =</b>					

## Lampiran 5 RPL 03. Angket Evaluasi Hasil

### ANGKET EVALUASI HASIL LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL

**Materi** : \_\_\_\_\_

**Hari/Tanggal** : \_\_\_\_\_

**Nama** : \_\_\_\_\_

**Kelas** : \_\_\_\_\_

#### Petunjuk

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Saya memahami dengan baik tujuan yang diharapkan dari materi tersebut.				
2.	Saya mampu mengenali kekuatan dan kelemahan diri saya berdasarkan pengalaman dan masukan teman.				
3.	Kegiatan ini membantu saya lebih terbuka menerima masukan dari orang lain.				
4.	Saya memahami langkah-langkah membuat peta diri dengan fokus pada kekuatan, perbaikan, solusi, dukungan.				
5.	Saya merasa termotivasi untuk memperbaiki hal-hal yang masih kurang tanpa menyalahkan diri.				
6.	Saya memiliki rencana yang jelas untuk mengembangkan diri setelah mengikuti kegiatan ini.				
<b>Total Skor =</b>					

**04**  
**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN KELOMPOK**  
**SMK DAARUT TAUHIID BOARDING SCHOOL**

A.	Komponen Layanan	:	Layanan Dasar
B.	Bidang Layanan	:	Belajar
C.	Standar Kompetensi	:	Kematangan Intelektual
D.	Topik Layanan	:	Menemukan Strategi Belajar yang Efektif
E.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman dan Keterampilan
F.	Tujuan Umum	:	Peserta didik mampu beradaptasi dalam strategi belajar.
G.	Tujuan Khusus	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mampu menganalisis strategi belajar yang sesuai dengan kebutuhan belajarnya. (C4)</li> <li>2. Peserta didik mampu menunjukkan sikap terbuka dalam mencoba metode belajar baru. (A5)</li> <li>3. Peserta didik mampu membuat rencana strategi belajar yang efektif untuk mencapai tujuan akademik. (P5)</li> </ol>
H.	Sasaran Layanan	:	Kelas X dan XI
I.	Materi Layanan	:	<p><i>Mission Possible:</i> Menaklukkan Strategi Belajar Jitu</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengenali Gaya dan Kebutuhan Belajar</li> <li>2. Menentukan Strategi Belajar yang Tepat</li> <li>3. Menyusun Rencana Belajar Efektif</li> </ol>
J.	Waktu	:	1 x 45 menit
K.	Sumber	:	<p>Collegenp. (2025). Effective Study Methods for Different Learning Styles. <i>Collegenp.</i> <a href="https://www.collegenp.com/article/effective-study-methods-for-different-learning-styles">https://www.collegenp.com/article/effective-study-methods-for-different-learning-styles</a></p> <p>Tabatabei, E. (2018). Innovative, Creative VARK Learning Styles Improvement Strategies. <i>Global Journal of Foreign Language Teaching</i>, 8(3), 87-93.</p>
L.	Metode dan Teknik	:	Bimbingan kelompok dengan teknik <i>game-based learning</i> melalui permainan <i>board game</i> dan metode tanya jawab serta curah pendapat.
M.	Media	:	<i>Board game "Bounce Back"</i> dan lembar kerja
N.	Pelaksanaan	:	
1.	Tahap Awal/Pendahuluan	:	
	a. Pembukaan	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK memasuki kelas dan memberikan salam kepada peserta didik.</li> <li>2. Peserta didik mengawali kegiatan dengan mengucapkan salam dan doa bersama.</li> <li>3. Selanjutnya, guru BK dapat menanyakan kabar peserta didik dengan sapaan hangat seperti, “<i>Bagaimana kabar kalian hari ini?</i>”, “<i>Siap untuk belajar dan berbagi pengalaman yang menarik?</i>”, dan sebagainya.</li> <li>4. Peserta didik melakukan konfirmasi kehadiran di kelas</li> </ol>
	b. Pernyataan	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menerima informasi mengenai topik dan</li> </ol>

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

**RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL**  
*(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025)*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

	Tujuan		<p>tujuan layanan yang relevan dengan kebutuhannya.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Peserta didik memahami bahwa topik layanan telah disesuaikan dengan hasil <i>need assessment</i>.</li> <li>3. Peserta didik yang mengikuti layanan dipilih berdasarkan hasil <i>need assessment</i>, yaitu peserta didik dengan tingkat resiliensi sedang dan rendah dari kelas X dan XI.</li> <li>4. Peserta didik memahami tujuan layanan yang akan dilaksanakan.</li> <li>5. Peserta didik siap untuk menerima layanan dengan penuh perhatian.</li> </ol>
	c. Penjelasan tentang Langkah-langkah Kegiatan Kelompok	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memahami langkah-langkah kegiatan, tugas, dan tanggung jawab mereka selama kegiatan.</li> <li>2. Guru BK menjelaskan bahwa kegiatan akan dilakukan dengan suasana kelompok yang terbuka, saling mendukung, dan menggunakan media <i>board game</i>.</li> </ol>
	d. Pembentukan Kelompok		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mengikuti kegiatan <i>ice breaking</i> "Tebak Gerakan" untuk saling mengenal dan mencairkan suasana. Guru BK meminta satu peserta maju, lalu memperagakan gerakan sederhana yang menggambarkan aktivitas belajar (misalnya: menulis, membaca, mengantuk, diskusi). Peserta lain menebak gerakan tersebut. Setelah ditebak, peserta memperkenalkan nama, kelas, dan satu kebiasaan belajarnya.</li> <li>2. Peserta didik mulai mengenal anggota kelompok lain, sehingga tercipta suasana lebih terbuka dan akrab.</li> </ol>
	e. Mengarahkan Kegiatan (Konsolidasi)	:	Peserta didik memahami penjelasan topik yang disampaikan, yaitu menemukan strategi belajar yang efektif.
	f. Tahap Peralihan (Transisi)		
	<i>Storming</i>	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mengikuti kegiatan diskusi ringan tentang strategi belajar yang efektif, dipandu dengan pertanyaan pemantik dari guru BK seperti, "<i>Strategi belajar apa yang biasanya kamu gunakan agar lebih mudah memahami pelajaran?</i>".</li> <li>2. Peserta didik mengikuti <i>ice breaking</i> melalui permainan "Maju Satu Langkah Jika...", dengan langkah-langkah: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Semua anggota kelompok berdiri melingkar.</li> <li>b. Salah satu anggota menyebutkan pernyataan, misalnya: "<i>Maju satu langkah jika kamu suka belajar sambil mendengarkan musik</i>" atau "...<i>jika kamu lebih suka belajar di malam hari</i>."</li> <li>c. Anggota yang merasa sesuai dengan pernyataan tersebut segera maju satu langkah ke depan.</li> <li>d. Anggota kelompok lebih mengenal gaya/strategi belajar masing-masing.</li> </ol> </li> </ol>

	<i>Norming</i>	:	Peserta didik bersama guru BK menyampaikan serta menyetujui harapan dan aturan sederhana dalam kelompok, seperti saling menghargai, mendengarkan dengan baik, tidak menertawakan teman, dan berbicara secara bergantian. Tujuannya agar peserta menjadi lebih akrab, mulai membangun rasa percaya antar anggota, serta memiliki komitmen bersama untuk menjaga suasana kelompok yang positif.
2. Tahap Inti			
	a. Eksperientasi		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memperhatikan penjelasan materi dari guru BK mengenai cara menaklukkan strategi belajar jitu.</li> <li>2. Peserta didik yang membutuhkan layanan dibagi ke dalam kelompok kecil beranggota 4 orang/kelompok.</li> <li>3. Peserta didik diberikan penjelasan singkat mengenai aturan permainan <i>board game "Bounce Back"</i> sebagai sarana pembelajaran mengenai strategi belajar yang efektif.</li> <li>4. Peserta didik diarahkan untuk membaca tata cara permainan yang tertulis pada kertas panduan untuk memahami lebih dalam terkait aturan permainan.</li> <li>5. Peserta didik memainkan <i>board game Bounce Back</i> secara berkelompok selama ± 30 menit.</li> <li>6. Peserta didik melakukan <i>hom pim pa</i> untuk menentukan urutan giliran bermain.</li> <li>7. Masing-masing pemain memilih pion sesuai warna yang tersedia.</li> <li>8. Pemain pertama melempar dadu dan menggerakkan pion sesuai jumlah mata dadu yang keluar.</li> <li>9. Pemain kemudian mengikuti instruksi pada petak yang ditempati, yaitu: <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Zona Tantangan: Pemain mengambil kartu tantangan dan melakukan aksi/tantangan sesuai isi kartu.</li> <li>b. Zona Reflektif: Pemain mengambil kartu reflektif dan menjawab pertanyaan refleksi secara terbuka.</li> <li>c. Zona <b><i>Ice Breaker</i></b>: Pemain harus menjawab pertanyaan ringan untuk mencairkan suasana.</li> <li>d. Zona <b><i>Pick a Card</i></b>: Pemain bebas memilih ingin mengambil <b>kartu tantangan</b> atau <b>reflektif</b>.</li> <li>e. Zona <b>Aman</b>: Pemain melanjutkan permainan tanpa mengambil kartu apapun.</li> <li>f. Zona <b><i>Fast Forward</i></b>: Pemain langsung <b>maju 2 langkah</b> ke depan tanpa melempar dadu.</li> </ul> </li> <li>10. Pemain bermain secara bergiliran sesuai urutan. Proses ini berlangsung hingga ada satu pemain yang berhasil kembali ke titik <i>start</i>, yaitu titik awal permainan.</li> <li>11. Peserta didik mendiskusikan setiap tantangan dan pertanyaan reflektif yang muncul dalam permainan,</li> </ol>

		<p>mengaitkannya dengan pengalaman nyata yang pernah dialami dalam proses belajar.</p> <p>12. Peserta didik menyampaikan pendapat, solusi, dan strategi yang telah mereka gunakan atau yang dapat mereka terapkan di masa mendatang melalui sesi tanya jawab dan curah pendapat.</p> <p>13. Peserta didik diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan terkait layanan.</p> <p>14. Peserta didik mengisi lembar kerja berisi penguatan materi tentang mengenali gaya belajar, menentukan strategi belajar, dan menyusun rencana belajar.</p>
	b. Refleksi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menurut kamu, strategi belajar seperti apa yang paling cocok dengan gaya belajar kamu?</li> <li>2. Pernahkah kamu mencoba metode belajar baru? Bagaimana pengalaman kamu saat mencobanya?</li> <li>3. Apa tantangan terbesar yang kamu hadapi ketika belajar, dan bagaimana cara kamu mengatasinya?</li> <li>4. Saat kamu berhasil mencapai target belajar, apa yang membuatmu merasa paling bangga?</li> <li>5. Siapa atau hal apa yang biasanya memotivasi kamu untuk tetap belajar meskipun materi sulit?</li> <li>6. Setelah mengikuti kegiatan ini, perubahan apa yang ingin kamu terapkan pada cara belajar kamu?</li> </ol>
<b>3. Tahap Terminasi</b>		
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik bersama guru BK merefleksikan layanan yang telah dilaksanakan, khususnya mengenai keterkaitan aktivitas permainan dengan kemampuan beradaptasi dalam strategi belajar.</li> <li>2. Peserta didik menyampaikan satu kesimpulan pribadi mengenai strategi belajar yang paling sesuai untuk dirinya.</li> <li>3. Peserta didik menerima umpan balik dari guru BK mengenai hasil diskusi, lembar kerja, dan partisipasi dalam kegiatan.</li> <li>4. Peserta didik diberikan penguatan motivasi untuk terus melatih penerapan strategi belajar efektif dalam kehidupan akademik sehari-hari.</li> <li>5. Peserta didik menuliskan satu komitmen singkat berisi langkah nyata yang akan dilakukan untuk menghadapi tantangan belajar di masa depan.</li> <li>6. Peserta didik mengakhiri kegiatan dengan berdoa.</li> </ol>
O.	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Mengamati sejauh mana peserta didik terlibat aktif dalam kegiatan layanan kelompok yang berlangsung.
	2. Evaluasi Hasil	Peserta didik mampu memahami pentingnya mengenali gaya belajar dan menyesuaikan strategi belajar sesuai kebutuhannya. Mereka juga menunjukkan sikap terbuka dalam mencoba metode belajar baru, serta mampu merencanakan langkah-langkah belajar yang efektif untuk

		mencapai tujuan akademik. Selain itu, peserta didik memiliki komitmen untuk menerapkan strategi belajar yang tepat sesuai dengan gaya dan kebutuhan belajarnya.
--	--	---

## Lampiran 1 RPL 04. Materi Layanan

### ***Mission Possible: Menaklukkan Strategi Belajar Jitu***

Strategi belajar adalah cara sistematis untuk memperoleh, mengatur, dan mengingat informasi secara efektif. Pemilihannya dipengaruhi oleh kesadaran terhadap gaya dan kebutuhan belajar. Salah satu kerangka populer adalah model VARK oleh Neil Fleming, yang membagi gaya belajar menjadi empat kategori: *Visual*, *Aural*, *Read/Write*, dan *Kinesthetic* (Tabatabaei, 2018).

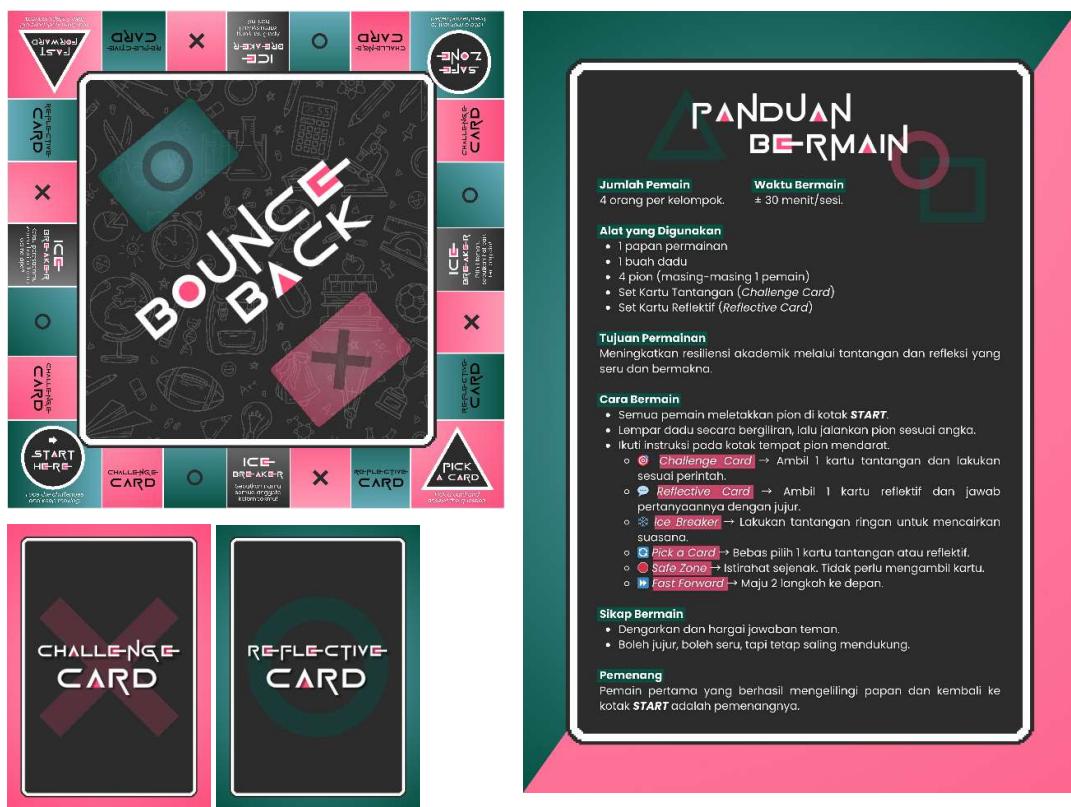
1. *Visual* mengacu pada kecenderungan memahami informasi melalui bentuk visual seperti gambar, diagram, peta konsep, grafik, dan warna. Pemrosesan visual membantu memetakan hubungan antar konsep secara lebih jelas, sehingga materi lebih mudah diingat.
2. *Aural* atau *auditory* menitikberatkan pada pemahaman melalui pendengaran. Aktivitas seperti mendengarkan penjelasan, diskusi, atau audio pembelajaran menjadi cara efektif untuk menyerap informasi.
3. *Read/Write* menunjukkan preferensi terhadap materi berbasis teks. Aktivitas membaca buku, menulis rangkuman, atau membuat catatan terstruktur menjadi metode utama dalam memahami konsep.
4. *Kinesthetic* mengandalkan pengalaman langsung dan keterlibatan fisik. Aktivitas seperti eksperimen, simulasi, atau praktik lapangan menjadi sarana efektif untuk mempelajari materi secara mendalam.

Meskipun VARK membantu mengenali preferensi belajar, kombinasi teknik berbasis bukti tetap diperlukan. Strategi belajar yang efektif meliputi *retrieval practice* (latihan mengingat kembali informasi tanpa melihat materi), *spaced repetition* (pengulangan dengan jarak waktu tertentu), dan *interleaved practice* (pembelajaran materi yang bervariasi secara bergantian) (Collegenp, 2025).

#### **Referensi:**

- Collegenp. (2025). Effective Study Methods for Different Learning Styles. *Collegenp*. <https://www.collegenp.com/article/effective-study-methods-for-different-learning-styles>
- Tabatabaei, E. (2018). Innovative, Creative VARK Learning Styles Improvement Strategies. *Global Journal of Foreign Language Teaching*, 8(3), 87-93.

## Lampiran 2 RPL 04. Media Layanan



## Lampiran 3 RPL 04. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Nama :		Kelas :		
<b>Mission Possible: Menyalurkan Strategi Belajar Jitu</b>				
<b>Bagian 1: Kenali Gaya Belajarmu (VARK)</b> Baca pernyataan di bawah ini, beri tanda centang (✓) pada yang sesuai dengan dirimu. Hitung jumlah centang di tiap kategori (V, A, R, K). Kategori dengan skor tertinggi adalah gaya belajar dominanmu.				
No	Pernyataan	Kategori	(✓)	
1	Saya mudah mengerti materi dari gambar, diagram, atau grafik.	Visual	.....	
2	Saya terbantu jika informasi disajikan dengan warna.	Visual	.....	
3	Saya memahami pelajaran dengan mendengar penjelasan.	Aural/Auditory	.....	
4	Saya suka mengulang informasi dengan cerita pada orang lain.	Aural/Auditory	.....	
5	Saya belajar paling efektif dengan membaca buku atau artikel.	Read/Write	.....	
6	Saya suka menulis catatan atau membuat rangkuman.	Read/Write	.....	
7	Saya cepat paham jika langsung mempraktikkan sesuatu.	Kinesthetic	.....	
8	Saya suka belajar lewat kegiatan praktik, eksperimen, atau simulasi.	Kinesthetic	.....	
<b>Cara Menentukan Hasil:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Visual:</b> Belajar lebih efektif melalui gambar, warna, dan peta konsep.</li> <li><b>Aural/Auditory:</b> Belajar lebih efektif melalui mendengar dan berdiskusi.</li> <li><b>Read/Write:</b> Belajar lebih efektif melalui membaca dan menulis.</li> <li><b>Kinesthetic:</b> Belajar lebih efektif melalui praktik langsung dan pengalaman nyata.</li> </ul>				
<b>Gaya belajar dominan saya adalah:</b> _____				
<b>Bagian 2: Pilih Strategi Belajar yang Sesuai</b> Centang strategi yang sesuai dengan hasil gaya belajarmu. (Boleh memilih lebih dari satu atau menambahkan strategi sendiri).				
<b>Visual</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Membuat mind map berwarna</li> <li><input type="checkbox"/> Menggunakan infografis dan diagram</li> <li><input type="checkbox"/> Menandai teks dengan <b>highlight</b> warna berbeda</li> </ul>		<b>Aural/Auditory</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Mengikuti diskusi kelompok</li> <li><input type="checkbox"/> Mendengarkan podcast atau rekaman pelajaran</li> <li><input type="checkbox"/> Menjelaskan materi kepada teman</li> </ul>		
<b>Read/Write</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Membuat rangkuman tertulis</li> <li><input type="checkbox"/> Membaca buku atau artikel tambahan</li> <li><input type="checkbox"/> Menulis ulang materi dengan bahasa sendiri</li> </ul>		<b>Kinesthetic</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Melakukan praktik langsung</li> <li><input type="checkbox"/> Menggunakan simulasi atau permainan peran</li> <li><input type="checkbox"/> Mengaitkan materi dengan pengalaman nyata</li> </ul>		
<b>Bagian 3: Rencana Belajar Efektif Mingguan</b> Buat rencana belajar selama satu minggu ke depan dengan strategi yang sesuai.				
Hari/Tanggal	Materi	Strategi Belajar	Target Hasil Belajar	Catatan Evaluasi
.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL  
 (Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun  
 Ajaran 2024/2025)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**Lampiran 4 RPL 04. Angket Evaluasi Proses****ANGKET EVALUASI PROSES LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK****Materi :****Hari/Tanggal :****Kelas :****Petunjuk**

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Peserta didik hadir tepat waktu.				
2.	Peserta didik menjawab salam dengan penuh semangat.				
3.	Peserta didik menunjukkan ekspresi wajah yang ceria dan berminat terhadap layanan bimbingan klasikal.				
4.	Peserta didik menyimak materi dan instruksi secara cermat.				
5.	Peserta didik menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi dengan mengajukan pertanyaan terkait materi yang disampaikan.				
6.	Peserta didik aktif dan berani memberikan pendapat terkait materi yang disampaikan.				
7.	Peserta didik fokus dan mengikuti layanan bimbingan klasikal secara tuntas.				
8.	Peserta didik mengerjakan penugasan yang diberikan.				
9.	Peserta didik mengumpulkan penugasan yang diberikan.				
10.	Peserta didik menunjukkan kepeduliannya terhadap teman lainnya yang belum memahami materi (dengan menjelaskan kembali).				
<b>Total Skor =</b>					

## Lampiran 5 RPL 04. Angket Evaluasi Hasil

### ANGKET EVALUASI HASIL LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

**Materi** : \_\_\_\_\_

**Hari/Tanggal** : \_\_\_\_\_

**Nama** : \_\_\_\_\_

**Kelas** : \_\_\_\_\_

#### **Petunjuk**

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Saya memahami dengan baik tujuan yang diharapkan dari materi tersebut.				
2.	Saya dapat mengenali gaya belajar yang paling sesuai untuk diri saya.				
3.	Saya mampu menentukan strategi belajar yang tepat berdasarkan gaya belajar saya.				
4.	Saya memiliki sikap terbuka untuk mencoba metode belajar baru.				
5.	Saya dapat menyusun rencana belajar yang membantu saya mencapai tujuan akademik.				
6.	Materi yang dipelajari bermanfaat untuk meningkatkan cara belajar saya sehari-hari.				
<b>Total Skor =</b>					

**05**  
**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN KLASIKAL**  
**SMK DAARUT TAUHIID BOARDING SCHOOL**

A.	Komponen Layanan	:	Layanan Dasar
B.	Bidang Layanan	:	Pribadi
C.	Standar Kompetensi	:	Pengembangan Pribadi
D.	Topik Layanan	:	Menumbuhkan Keyakinan pada Kemampuan Diri
E.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman
F.	Tujuan Umum	:	Peserta didik mampu berpikir positif terhadap kapasitas diri.
G.	Tujuan Khusus	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik dapat menganalisis faktor yang mendukung dan menghambat kepercayaan diri. (C4)</li> <li>2. Peserta didik menunjukkan sikap menghargai potensi diri dalam setiap rencana yang dibuat. (A5)</li> <li>3. Peserta didik menentukan langkah nyata yang mencerminkan sikap optimis terhadap masa depan dirinya. (P5)</li> </ol>
H.	Sasaran Layanan	:	Kelas X & XI
I.	Materi Layanan	:	<p><i>Climb with Confidence</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melihat Diri secara Positif</li> <li>2. Faktor yang Memengaruhi Rasa Percaya Diri</li> <li>3. Melihat Masa Depan dengan Sikap Optimis</li> </ol>
J.	Waktu	:	1 x 45 menit
K.	Sumber	:	<p>Bandura, A. (1997). <i>Self-efficacy: The Exercise of Control</i>. New York: Freeman.</p> <p>Seligman, M. E. P. (2006). <i>Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life</i>. New York: Vintage.</p>
L.	Metode dan Teknik	:	Bimbingan klasikal dengan teknik ekspositori dan <i>brainstorming</i> .
M.	Media	:	PowerPoint, lembar kerja, <i>sticky notes</i> , papan harapan
N.	Pelaksanaan		
	1. Tahap Awal/Pendahuluan		
	a. Pernyataan Tujuan	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mulai aktivitas dengan mengucapkan salam dan doa bersama.</li> <li>2. Peserta didik memahami tujuan layanan yang akan dilaksanakan.</li> <li>3. Peserta didik siap untuk menerima layanan dengan penuh perhatian.</li> <li>4. Peserta didik menerima informasi mengenai topik dan tujuan layanan yang relevan dengan kebutuhannya.</li> <li>5. Peserta didik memahami bahwa topik layanan telah disesuaikan dengan hasil <i>need assessment</i>.</li> </ol>

	b. Penjelasan tentang Langkah-langkah Kegiatan	:	Peserta didik memahami langkah-langkah kegiatan, tugas, dan tanggung jawab mereka selama kegiatan.
	c. Mengarahkan Kegiatan (Konsolidasi)	:	Peserta didik memahami topik yang akan dibahas, yaitu menumbuhkan keyakinan pada kemampuan diri.
	d. Tahap Peralihan (Transisi)	:	Peserta didik siap untuk memulai kegiatan.
2. Tahap Inti			
			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menyimak penjelasan dari guru BK mengenai percaya diri dan sikap optimis untuk pengembangan diri melalui media PowerPoint.</li> <li>2. Peserta didik mengamati studi kasus yang disajikan guru BK, kemudian menganalisis permasalahan dan menuliskan jawaban atas pertanyaan pemandik pada buku catatan.</li> <li>3. Peserta didik berdiskusi dengan teman sebangku untuk membandingkan jawaban dan menemukan kesamaan atau perbedaan sudut pandang.</li> <li>4. Peserta didik menyampaikan hasil diskusi secara sukarela di depan kelas, kemudian mendapatkan penguatan dari guru BK.</li> <li>5. Peserta didik mengisi lembar kerja yang berisi latihan penguatan materi.</li> <li>6. Peserta didik melakukan refleksi singkat dengan menjawab pertanyaan lisan dari guru BK mengenai materi yang telah dipelajari.</li> </ol>
3. Tahap Penutup			
			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menuliskan satu harapan pribadi yang ingin dicapai di masa depan dengan pandangan optimis pada <i>sticky notes</i>.</li> <li>2. Peserta didik menempelkan <i>sticky notes</i> di papan harapan untuk dipajang di kelas sebagai pengingat dan motivasi.</li> <li>3. Peserta didik bersama guru BK menyimpulkan hasil pembelajaran yang telah dilakukan.</li> <li>4. Peserta didik menerima penguatan motivasi dari guru BK agar menerapkan sikap optimis dalam kehidupan sehari-hari.</li> <li>5. Peserta didik mengakhiri kegiatan dengan berdoa.</li> </ol>
O.	Evaluasi		
	1. Evaluasi Proses		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melaksanakan refleksi.</li> <li>2. Mengamati sejauh mana peserta didik terlibat aktif dalam kegiatan layanan yang berlangsung.</li> <li>3. Sikap peserta didik dalam mengikuti kegiatan.</li> <li>4. Cara peserta didik menyampaikan pendapat atau</li> </ol>

		<p>bertanya.</p> <p>5. Cara peserta didik memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru bimbingan dan konseling atau konselor.</p>
	2. Evaluasi Hasil	<p>Peserta didik dapat memahami pentingnya melihat diri secara positif, mengenali faktor yang memengaruhi rasa percaya diri, serta menumbuhkan sikap optimis terhadap masa depan. Selain itu, mereka juga mampu merumuskan langkah nyata yang mencerminkan keyakinan pada kemampuan diri untuk mewujudkan harapan yang ingin dicapai.</p>

Lampiran:

- a. Materi Layanan
- b. Media Layanan
- c. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)
- d. Angket Evaluasi Proses
- e. Angket Evaluasi Hasil

## Lampiran 1 RPL 05. Materi Layanan

### *Climb with Confidence*

Melihat diri secara positif berarti memiliki pandangan menghargai kelebihan dan menerima kekurangan diri secara realistik. Sikap ini membantu seseorang merasa berharga dan termotivasi untuk mengembangkan potensi yang ada. Penerimaan diri yang sehat melibatkan evaluasi positif terhadap diri tanpa mengabaikan aspek yang perlu diperbaiki. Dengan memandang diri secara positif, seseorang dapat lebih percaya diri menghadapi tantangan dan mengembangkan strategi yang sesuai untuk meraih tujuan.

Rasa percaya diri terbentuk dari kombinasi faktor internal seperti keyakinan pada kemampuan diri, serta faktor eksternal seperti dukungan sosial dan lingkungan. Bandura (1997) menjelaskan bahwa pengalaman keberhasilan yang berulang menjadi penguat utama kepercayaan diri seseorang. Sebaliknya, pengalaman kegagalan yang tidak diolah secara positif dapat menimbulkan keraguan terhadap kemampuan diri. Oleh karena itu, lingkungan yang supportif berperan penting dalam membangun rasa percaya diri seseorang.

Selain pengalaman langsung, faktor seperti panutan dari orang lain juga memiliki pengaruh besar. Melihat keberhasilan orang yang memiliki latar belakang serupa dapat memotivasi individu untuk percaya bahwa mereka juga mampu mencapai hasil yang sama. Interaksi yang penuh dorongan dan apresiasi dari guru, teman, dan keluarga juga berkontribusi pada rasa percaya diri yang stabil. Dengan dukungan tersebut, seseorang dapat mengembangkan optimisme yang lebih kuat dalam menghadapi masa depan.

Optimisme adalah keyakinan bahwa segala sesuatu akan berjalan sesuai dengan yang diharapkan meskipun ada tantangan. Menurut Seligman (2006), individu yang optimis cenderung memiliki resiliensi tinggi dan tidak mudah menyerah saat menghadapi kesulitan. Sikap ini mendorong seseorang untuk menetapkan tujuan yang menantang namun realistik. Dengan optimisme, hambatan dilihat sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, bukan penghalang yang menghentikan langkah.

### **Referensi:**

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.  
 Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. New York: Vintage.

## Lampiran 2 RPL 05. Media Layanan



Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL  
(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun  
Ajaran 2024/2025)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

### Lampiran 3 RPL 05. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Nama: \_\_\_\_\_ Kelas: \_\_\_\_\_

**Climb with Confidence**

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini!

**Bagian 1 – Kekuatan Diri**  
 Tuliskan 3 kekuatan dan 2 hal yang ingin diperbaiki:  
 Kekuatan: .....  
 Hal yang ingin diperbaiki: .....

**Bagian 2 – Faktor Percaya Diri**  
 Pilih faktor paling berpengaruh dan beri tanda ★ pada yang dominan:  
 • Dukungan keluarga  
 • Dukungan teman  
 • Pengalaman keberhasilan  
 • Motivasi pribadi  
 • Tokoh panutan  
 • Alasan memilih ★: .....

**Bagian 3 – Studi Kasus Singkat**  
 Seorang siswa gugup presentasi karena pernah gagal sebelumnya.  
 Ia ingin mencoba strategi baru.  
 Tuliskan 2 strategi yang bisa dilakukan:  
 • .....  
 • .....

**Bagian 4 – Langkah Optimis**  
 Tuliskan 3 langkah nyata untuk mencapai tujuan masa depanmu:  
 • .....  
 • .....  
 • .....

**Bagian 5 – Harapan Positif**  
 Tulis satu kalimat harapan optimis:  
 Aku berharap .....



## Lampiran 4 RPL 05. Angket Evaluasi Proses

### ANGKET EVALUASI PROSES LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL

**Materi :**

**Hari/Tanggal :**

**Kelas :**

#### Petunjuk

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Peserta didik hadir tepat waktu.				
2.	Peserta didik menjawab salam dengan penuh semangat.				
3.	Peserta didik menunjukkan ekspresi wajah yang ceria dan berminat terhadap layanan bimbingan klasikal.				
4.	Peserta didik menyimak materi dan instruksi secara cermat.				
5.	Peserta didik menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi dengan mengajukan pertanyaan terkait materi yang disampaikan.				
6.	Peserta didik aktif dan berani memberikan pendapat terkait materi yang disampaikan.				
7.	Peserta didik fokus dan mengikuti layanan bimbingan klasikal secara tuntas.				
8.	Peserta didik mengerjakan penugasan yang diberikan.				
9.	Peserta didik mengumpulkan penugasan yang diberikan.				
10.	Peserta didik menunjukkan kepeduliannya terhadap teman lainnya yang belum memahami materi (dengan menjelaskan kembali).				
<b>Total Skor =</b>					

## Lampiran 5 RPL 05. Angket Evaluasi Hasil

### ANGKET EVALUASI HASIL LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL

**Materi** : \_\_\_\_\_

**Hari/Tanggal** : \_\_\_\_\_

**Nama** : \_\_\_\_\_

**Kelas** : \_\_\_\_\_

#### Petunjuk

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Saya memahami dengan baik tujuan yang diharapkan dari materi tersebut.				
2.	Saya mampu menganalisis kelebihan dan kekurangan diri saya setelah mengikuti kegiatan ini.				
3.	Kegiatan ini membuat saya lebih yakin menghadapi tantangan dengan percaya diri.				
4.	Saya memahami langkah-langkah yang jelas untuk mencapai tujuan masa depan saya.				
5.	Saya merasa lebih optimis dan termotivasi dalam melihat tantangan.				
6.	Saya yakin bisa menghadapi masa depan dengan sikap positif setelah mengikuti kegiatan ini.				
<b>Total Skor =</b>					

**06**  
**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN KELOMPOK**  
**SMK DAARUT TAUHIID BOARDING SCHOOL**

A.	Komponen Layanan	:	Layanan Dasar
B.	Bidang Layanan	:	Pribadi
C.	Standar Kompetensi	:	Pengembangan Pribadi
D.	Topik Layanan	:	Belajar Mengelola Pikiran Negatif
E.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman dan Keterampilan
F.	Tujuan Umum	:	Peserta didik mampu mengelola pikiran negatif secara rasional.
G.	Tujuan Khusus	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mampu menganalisis penyebab munculnya pikiran negatif dalam diri. (C4)</li> <li>2. Peserta didik menunjukkan komitmen untuk menerapkan cara berpikir rasional dalam menghadapi pikiran negatif. (A5)</li> <li>3. Peserta didik mampu merumuskan langkah-langkah untuk mengganti pikiran negatif dengan pikiran positif. (P4)</li> </ol>
H.	Sasaran Layanan	:	Kelas X dan XI
I.	Materi Layanan	:	<p><i>Mind Detox: Strategi Mengelola Pikiran Negatif</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengenali Pola Pikiran Negatif</li> <li>2. Berpikir Rasional dan <i>Reframing</i></li> <li>3. Membangun Langkah Preventif dan Respons Adaptif</li> </ol>
J.	Waktu	:	1 x 45 menit
K.	Sumber	:	<p>Beck, J. S. (2020). <i>Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond</i>. Guilford Publications.</p> <p>Ellis, A. (1994). <i>Reason and Emotion in Psychotherapy</i>. New York: Birch Lane Press.</p>
L.	Metode dan Teknik	:	Bimbingan kelompok dengan teknik <i>game-based learning</i> melalui permainan <i>board game</i> dan metode tanya jawab serta curah pendapat.
M.	Media	:	<i>Board game “Bounce Back”</i> dan lembar kerja
N.	Pelaksanaan	:	
1.	Tahap Awal/Pendahuluan	:	
	a. Pembukaan	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK memasuki kelas dan memberikan salam kepada peserta didik.</li> <li>2. Peserta didik mengawali kegiatan dengan mengucapkan salam dan doa bersama.</li> <li>3. Selanjutnya, guru BK dapat menanyakan kabar peserta didik dengan sapaan hangat seperti, “<i>Bagaimana kabar kalian hari ini?</i>”, “<i>Siap untuk belajar dan berbagi pengalaman yang menarik?</i>”, dan sebagainya.</li> <li>4. Peserta didik melakukan konfirmasi kehadiran di kelas.</li> </ol>
	b. Pernyataan Tujuan	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menerima informasi mengenai topik dan tujuan layanan yang relevan dengan kebutuhannya.</li> </ol>

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

**RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL**  
*(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025)*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

			<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Peserta didik memahami bahwa topik layanan telah disesuaikan dengan hasil <i>need assessment</i>.</li> <li>3. Peserta didik yang mengikuti layanan dipilih berdasarkan hasil <i>need assessment</i>, yaitu peserta didik dengan tingkat resiliensi sedang dan rendah dari kelas X dan XI.</li> <li>4. Peserta didik memahami tujuan layanan yang akan dilaksanakan.</li> <li>5. Peserta didik siap untuk menerima layanan dengan penuh perhatian.</li> </ol>
	c. Penjelasan tentang Langkah-langkah Kegiatan Kelompok	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memahami langkah-langkah kegiatan, tugas, dan tanggung jawab mereka selama kegiatan.</li> <li>2. Guru BK menjelaskan bahwa kegiatan akan dilakukan dengan suasana kelompok yang terbuka, saling mendukung, dan menggunakan media <i>board game</i>.</li> </ol>
	d. Pembentukan Kelompok	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mengikuti kegiatan <i>ice breaking</i> untuk saling mengenal, melalui permainan “2 Fakta 1 Mitos”: setiap peserta secara bergiliran menyebutkan 2 fakta tentang dirinya dan 1 hal yang tidak benar (mitos).</li> <li>2. Anggota kelompok lainnya menebak pernyataan mana yang merupakan mitos.</li> <li>3. Peserta didik mulai mengenal anggota kelompok lain, sehingga tercipta suasana lebih terbuka dan akrab.</li> </ol>
	e. Mengarahkan Kegiatan (Konsolidasi)	:	Peserta didik memahami penjelasan topik yang disampaikan, yaitu belajar mengelola pikiran negatif.
	f. Tahap Peralihan (Transisi)	:	
	<i>Storming</i>	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mengikuti kegiatan diskusi ringan tentang pengalaman menghadapi pikiran negatif, dipandu dengan pertanyaan pemantik dari guru BK seperti, “<i>Pernahkah kalian berpikir ‘saya tidak mampu’ atau ‘saya pasti gagal’ ketika belajar?</i>” dan “<i>Apa yang kalian lakukan saat pikiran itu muncul?</i>”.</li> <li>2. Peserta didik mengikuti <i>ice breaking</i> “Drama Mini”, dengan langkah-langkah: <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta dibagi menjadi dua kelompok kecil.</li> <li>b. Kelompok pertama memerankan situasi siswa yang mengalami pikiran negatif (misalnya merasa gagal, miskin, atau tidak mampu belajar).</li> <li>c. Kelompok kedua memerankan respon positif untuk mengatasi pikiran negatif tersebut (misalnya memberi dukungan, mengingatkan usaha yang bisa dilakukan, atau mengubah cara belajar).</li> <li>d. Setelah selesai, kelompok merefleksikan bagaimana cara mengelola pikiran negatif agar kegiatan belajar tetap berjalan dengan baik.</li> </ul> </li> </ol>
	<i>Norming</i>	:	Peserta didik bersama guru BK menyampaikan serta menyetujui harapan dan aturan sederhana dalam

		<p>kelompok, seperti saling menghargai, mendengarkan dengan baik, tidak menertawakan teman, dan berbicara secara bergantian. Tujuannya agar peserta menjadi lebih akrab, mulai membangun rasa percaya antar anggota, serta memiliki komitmen bersama untuk menjaga suasana kelompok yang positif.</p>
<b>2. Tahap Inti</b>		
	a. Eksperientasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memperhatikan penjelasan materi dari guru BK mengenai strategi mengelola pikiran negatif.</li> <li>2. Peserta didik yang membutuhkan layanan dibagi ke dalam kelompok kecil beranggota 4 orang/kelompok.</li> <li>3. Peserta didik diberikan penjelasan singkat mengenai aturan permainan <i>board game "Bounce Back"</i> sebagai sarana pembelajaran mengenai strategi mengelola pikiran negatif.</li> <li>4. Peserta didik diarahkan untuk membaca tata cara permainan yang tertulis pada kertas panduan untuk memahami lebih dalam terkait aturan permainan.</li> <li>5. Peserta didik memainkan <i>board game Bounce Back</i> secara berkelompok selama ± 30 menit.</li> <li>6. Peserta didik melakukan <i>hom pim pa</i> untuk menentukan urutan giliran bermain.</li> <li>7. Masing-masing pemain memilih pion sesuai warna yang tersedia.</li> <li>8. Pemain pertama melempar dadu dan menggerakkan pion sesuai jumlah mata dadu yang keluar.</li> <li>9. Pemain kemudian mengikuti instruksi pada petak yang ditempati, yaitu: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. <b>Zona Tantangan:</b> Pemain mengambil kartu tantangan dan melakukan aksi/tantangan sesuai isi kartu.</li> <li>b. <b>Zona Reflektif:</b> Pemain mengambil kartu reflektif dan menjawab pertanyaan refleksi secara terbuka.</li> <li>c. <b>Zona <i>Ice Breaker</i>:</b> Pemain harus menjawab pertanyaan ringan untuk mencairkan suasana.</li> <li>d. <b>Zona <i>Pick a Card</i>:</b> Pemain bebas memilih ingin mengambil <b>kartu tantangan</b> atau <b>reflektif</b>.</li> <li>e. <b>Zona Aman:</b> Pemain melanjutkan permainan tanpa mengambil kartu apapun.</li> <li>f. <b>Zona <i>Fast Forward</i>:</b> Pemain langsung <b>maju 2 langkah</b> ke depan tanpa melempar dadu.</li> </ol> </li> <li>10. Pemain bermain secara bergiliran sesuai urutan. Proses ini berlangsung hingga ada satu pemain yang berhasil kembali ke titik <i>start</i>, yaitu titik awal permainan.</li> <li>11. Peserta didik mendiskusikan setiap tantangan dan pertanyaan reflektif yang muncul dalam permainan, mengaitkannya dengan pengalaman nyata yang pernah dialami dalam proses belajar.</li> <li>12. Peserta didik menyampaikan pendapat, solusi, dan</li> </ol>

		<p>strategi yang telah mereka gunakan atau yang dapat mereka terapkan di masa mendatang melalui sesi tanya jawab dan curah pendapat.</p> <p>13. Peserta didik diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan terkait layanan.</p> <p>14. Peserta didik mengisi lembar kerja berisi penguatan materi tentang mengenali pola pikiran negatif, berpikir rasional, dan strategi mengelola pikiran negatif.</p>
	b. Refleksi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menurut kamu, pikiran negatif seperti apa yang paling sering muncul dalam diri kamu?</li> <li>2. Bagaimana biasanya kamu merespons ketika pikiran negatif itu muncul?</li> <li>3. Dari kegiatan ini, strategi berpikir rasional apa yang menurut kamu paling mudah diterapkan?</li> <li>4. Pernahkah kamu mencoba mengubah pikiran negatif menjadi pikiran positif? Bagaimana hasilnya?</li> <li>5. Langkah apa yang akan kamu lakukan untuk mencegah munculnya pikiran negatif?</li> <li>6. Setelah mengikuti kegiatan ini, perubahan apa yang ingin kamu terapkan dalam mengelola pikiran negatif?</li> </ol>
3. Tahap Terminasi		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik bersama guru BK merefleksikan layanan yang telah dilaksanakan, khususnya mengenai keterkaitan aktivitas permainan dengan kemampuan mengelola pikiran negatif secara rasional..</li> <li>2. Peserta didik menyampaikan satu kesimpulan pribadi mengenai strategi paling efektif untuk mengganti pikiran negatif menjadi positif.</li> <li>3. Peserta didik menerima umpan balik dari guru BK mengenai hasil diskusi, lembar kerja, dan partisipasi dalam kegiatan.</li> <li>4. Peserta didik diberikan penguatan motivasi untuk terus melatih penerapan berpikir rasional dan langkah mencegah pikiran negatif dalam kehidupan sehari-hari.</li> <li>5. Peserta didik menuliskan satu komitmen singkat berisi langkah nyata yang akan dilakukan ketika pikiran negatif muncul.</li> <li>6. Peserta didik mengakhiri kegiatan dengan berdoa.</li> </ol>
O. Evaluasi		
	1. Evaluasi Proses	Mengamati sejauh mana peserta didik terlibat aktif dalam kegiatan layanan kelompok yang berlangsung.
	2. Evaluasi Hasil	Peserta didik dapat dengan baik memahami pentingnya mengelola pikiran negatif secara rasional melalui penerapan strategi berpikir rasional, <i>reframing</i> , dan langkah pencegahan. Selain itu, mereka juga mampu menerapkan sikap positif dalam menghadapi situasi yang berpotensi menimbulkan pikiran negatif.

## Lampiran 1 RPL 06. Materi Layanan

### ***Mind Detox: Strategi Mengelola Pikiran Negatif***

Pikiran negatif adalah cara berpikir yang cenderung memandang suatu hal secara pesimis atau tidak realistik. Pola ini bisa muncul dalam bentuk keyakinan seperti *"Saya pasti gagal"* atau *"Tidak ada yang bisa saya lakukan dengan benar"*. Menurut Beck (2020), pikiran negatif sering kali berasal dari distorsi kognitif, yaitu kesalahan dalam memproses informasi, seperti *overgeneralization* (terlalu cepat menyimpulkan), *catastrophizing* (melebih-lebihkan hal buruk), atau *filtering* (mengabaikan hal positif). Mengenali pola ini penting agar seseorang dapat memahami bahwa pikiran tersebut tidak selalu sesuai dengan kenyataan, sehingga dapat diubah menjadi lebih rasional.

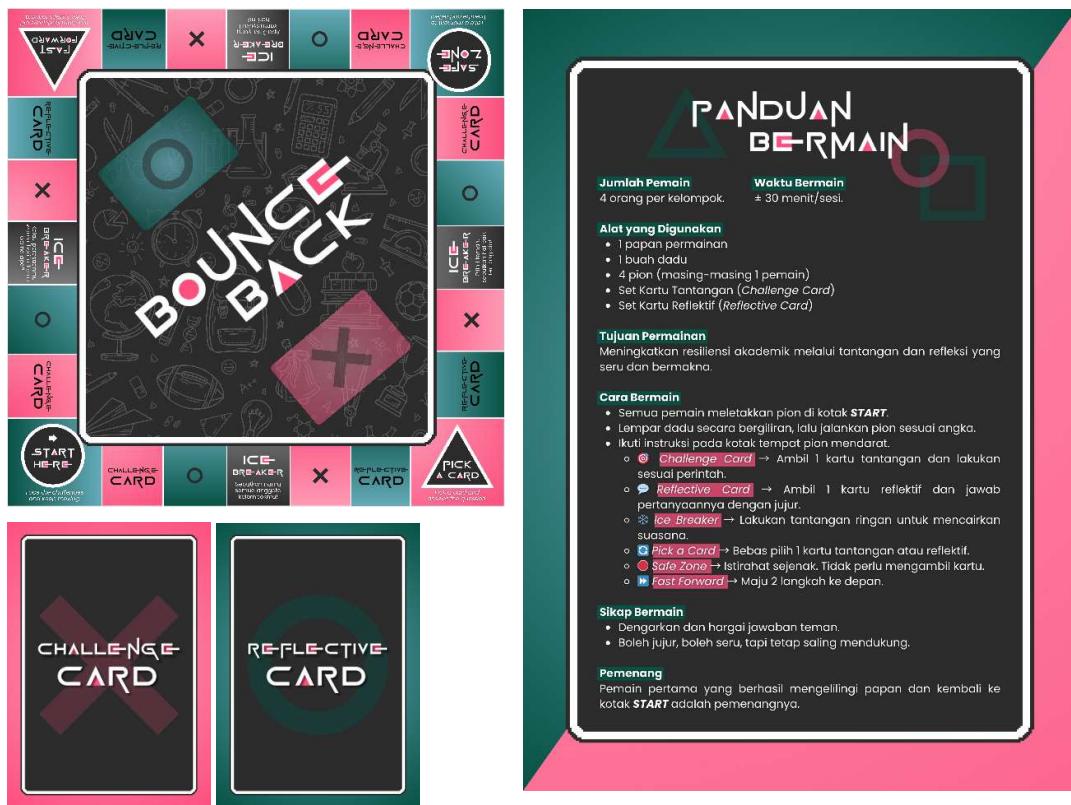
Berpikir rasional berarti menilai suatu situasi berdasarkan fakta yang ada, bukan hanya perasaan atau prasangka. Salah satu tekniknya adalah *reframing*, yaitu mengubah sudut pandang terhadap situasi yang awalnya terlihat negatif menjadi lebih positif atau netral. Ellis (1994) menjelaskan bahwa *reframing* membantu seseorang melihat masalah sebagai tantangan yang bisa diatasi, bukan ancaman yang harus dihindari. Misalnya, kegagalan dalam ujian dapat dilihat sebagai tanda perlunya strategi belajar baru, bukan bukti bahwa seseorang tidak mampu. Melalui latihan *reframing*, individu dapat mengurangi tekanan emosional, meningkatkan ketenangan berpikir, dan mengambil keputusan yang lebih bijak.

Pencegahan pikiran negatif dapat dilakukan dengan kebiasaan sehat, seperti membuat catatan harian (jurnal) untuk memantau pikiran dan perasaan, berlatih *self-talk* positif, menjaga kesehatan fisik, dan mengelola stres melalui hobi atau aktivitas relaksasi. Saat pikiran negatif muncul, dibutuhkan respons adaptif, misalnya menarik napas dalam, melakukan relaksasi otot, mencari alternatif sudut pandang, atau berdiskusi dengan orang tepercaya. Respons adaptif yang terlatih akan meningkatkan resiliensi, yaitu kemampuan untuk bangkit kembali dari tekanan dan tetap fokus pada tujuan. Dengan langkah preventif dan respons adaptif yang konsisten, pikiran negatif dapat dikelola secara sehat dan tidak mengganggu pencapaian akademik maupun kehidupan sehari-hari..

#### **Referensi:**

- Beck, J. S. (2020). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. Guilford Publications.  
 Ellis, A. (1994). *Reason and Emotion in Psychotherapy*. New York: Birch Lane Press.

## Lampiran 2 RPL 06. Media Layanan



## Lampiran 3 RPL 06. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Nama : _____		Kelas : _____																																									
<p><b>Mind Detox: Strategi Mengelola Pikiran Negatif</b></p> <p><b>Bagian 1: Mengenali Pola Pikiran Negatif</b></p> <p>Tuliskan tiga contoh pikiran negatif yang pernah muncul dalam keseharianmu, lalu beri tanda <input checked="" type="checkbox"/> pada jenis pola pikir berikut:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Catastrophizing (membayangkan hal terburuk)</li> <li>• Overgeneralization (menarik kesimpulan umum dari 1 peristiwa)</li> <li>• Filtering (hanya melihat sisi negatif)</li> <li>• Mind Reading (mengira tahu pikiran orang lain tanpa bukti)</li> </ul> <table border="1"> <thead> <tr> <th>No</th> <th>Pikiran Negatif yang Pernah Dialami</th> <th>Jenis Pola Pikir Negatif</th> <th>Dampak pada Emosi/Perilaku</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>2</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p><b>Bagian 2: Berpikir Rasional dan Reframing</b></p> <p>Ubah pikiran negatif yang kamu tulis di atas menjadi pikiran yang lebih rasional atau positif (reframing).</p> <p>Contoh:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pikiran negatif: "Saya pasti gagal di ujian."</li> <li>• Reframing: "Saya akan belajar lebih teratur agar punya peluang lebih besar untuk lulus."</li> </ul> <table border="1"> <thead> <tr> <th>No</th> <th>Pikiran Negatif</th> <th>Versi Reframing/ Pikiran Rasional</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p><b>Bagian 3: Membangun Langkah Preventif dan Respons Adaptif</b></p> <p>Tuliskan 2 langkah preventif untuk mencegah pikiran negatif muncul dan 2 respons adaptif yang akan kamu lakukan jika pikiran negatif tetap datang.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Langkah Preventif</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td></td> </tr> <tr> <td>2</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Respons Adaptif</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td></td> </tr> <tr> <td>2</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p><b>Refleksi Pribadi</b></p> <p>Tuliskan satu kalimat komitmen yang akan kamu lakukan setelah kegiatan ini untuk mengelola pikiran negatif secara lebih sehat.</p> <p><b>Komitmen Saya:</b></p>				No	Pikiran Negatif yang Pernah Dialami	Jenis Pola Pikir Negatif	Dampak pada Emosi/Perilaku	1				2				3				No	Pikiran Negatif	Versi Reframing/ Pikiran Rasional	1			2			3			Langkah Preventif		1		2		Respons Adaptif		1		2	
No	Pikiran Negatif yang Pernah Dialami	Jenis Pola Pikir Negatif	Dampak pada Emosi/Perilaku																																								
1																																											
2																																											
3																																											
No	Pikiran Negatif	Versi Reframing/ Pikiran Rasional																																									
1																																											
2																																											
3																																											
Langkah Preventif																																											
1																																											
2																																											
Respons Adaptif																																											
1																																											
2																																											

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL  
(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun Ajaran 2024/2025)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**Lampiran 4 RPL 06. Angket Evaluasi Proses****ANGKET EVALUASI PROSES LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK****Materi :****Hari/Tanggal :****Kelas :****Petunjuk**

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Peserta didik hadir tepat waktu.				
2.	Peserta didik menjawab salam dengan penuh semangat.				
3.	Peserta didik menunjukkan ekspresi wajah yang ceria dan berminat terhadap layanan bimbingan klasikal.				
4.	Peserta didik menyimak materi dan instruksi secara cermat.				
5.	Peserta didik menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi dengan mengajukan pertanyaan terkait materi yang disampaikan.				
6.	Peserta didik aktif dan berani memberikan pendapat terkait materi yang disampaikan.				
7.	Peserta didik fokus dan mengikuti layanan bimbingan klasikal secara tuntas.				
8.	Peserta didik mengerjakan penugasan yang diberikan.				
9.	Peserta didik mengumpulkan penugasan yang diberikan.				
10.	Peserta didik menunjukkan kepeduliannya terhadap teman lainnya yang belum memahami materi (dengan menjelaskan kembali).				
<b>Total Skor =</b>					

**Lampiran 5 RPL 06. Angket Evaluasi Hasil****ANGKET EVALUASI HASIL LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK****Materi :****Hari/Tanggal :****Nama :****Kelas :****Petunjuk**

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berikan tanda (✓) pada alternatif jawaban yang diuraikan dalam kolom. Alternatif jawaban yang tersedia antara lain sebagai berikut:

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup Baik

1 = Kurang Baik

No	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Saya memahami dengan baik tujuan yang diharapkan dari materi tersebut.				
2.	Saya mampu mengenali penyebab munculnya pikiran negatif dalam diri saya.				
3.	Saya memahami perbedaan antara pikiran negatif dan pikiran rasional.				
4.	Saya mampu mengubah pikiran negatif menjadi lebih rasional.				
5.	Saya memahami langkah pencegahan untuk menghindari munculnya pikiran negatif.				
6.	Saya berkomitmen untuk menerapkan strategi yang sehat dalam merespons pikiran negatif ketika muncul.				
<b>Total Skor =</b>					

### 4.3 Media Board Game

Papan Permainan	Kartu Tantangan
Kartu Reflektif	Kertas Panduan

# LAMPIRAN 5

## Dokumentasi Penelitian

## Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian

### 5.1 Uji Keterbacaan



### 5.2 Pengambilan Data di Kelas Ikhwan



### 5.3 Pengambilan Data di Kelas Akhwat



# LAMPIRAN 6

## Riwayat Hidup Penulis

## Lampiran 6. Riwayat Hidup Penulis

Hana Rizqillah Az Zahra, lahir di Tangerang pada 21 Mei 2003, merupakan anak pertama dari empat bersaudara. Penulis menempuh pendidikan formal pertama di TK Islam Al Ashar, dilanjutkan ke SDN Sudimara 7 untuk menempuh pendidikan dasar, lalu SMPN 3 Tangerang dan SMAN 3 Tangerang jurusan MIPA, sampai akhirnya lulus pada tahun 2021.



Sejak lama, penulis memiliki keinginan untuk melanjutkan pendidikan di luar kota untuk memperoleh pengalaman dan suasana baru. Keinginan tersebut mendorong penulis mengikuti Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK) dengan program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia sebagai pilihan pertama. Ketertarikan penulis terhadap dinamika sosial serta kegemaran dalam mengamati perilaku manusia menjadi alasan utama pemilihan program studi tersebut. Perjalanan mempersiapkan ujian masuk perguruan tinggi tidaklah mudah, terlebih dengan tantangan lintas jurusan. Namun, berkat usaha dan doa, penulis berhasil lolos di pilihan pertama, yakni program studi BK UPI. Kebahagiaan dan rasa haru menyertai langkah awal penulis memasuki dunia perkuliahan di luar kota. Selama masa kuliah, penulis bertemu dengan orang-orang baik serta lingkungan yang mendukung, hingga tanpa terasa kini berada di tahun terakhir sebagai mahasiswa BK UPI. Meskipun perjalanan akademik tidak selalu berjalan mulus, penulis berusaha bertahan dengan keyakinan bahwa posisi saat ini adalah jawaban dari doa-doa yang pernah dipanjatkan. Hal inilah yang melatarbelakangi ketertarikan penulis memilih resiliensi akademik sebagai topik penelitian tugas akhir.

Di luar bidang akademik, penulis memiliki ketertarikan pada desain grafis dan fotografi. Meskipun tidak ditekuni secara profesional, minat tersebut membuat penulis aktif berpartisipasi dalam berbagai organisasi, kepanitiaan, dan perlombaan, khususnya di bidang publikasi, dokumentasi, dan media kreatif. Selama perkuliahan, penulis bergabung dalam organisasi Himpunan Mahasiswa BK UPI sebagai staf Kominfo, dan pada tahun berikutnya dipercaya menjadi Ketua Divisi Media Kominfo. Minat dan pengalaman ini turut menginspirasi penulis dalam merancang media pembelajaran interaktif berbentuk *board game* sebagai implikasi penelitian.

Hana Rizqillah Az Zahra, 2025

RANCANGAN LAYANAN DASAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK REMAJA BOARDING SCHOOL  
(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas X dan XI SMK Daarut Tauhiid Boarding School Tahun  
Ajaran 2024/2025)

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

Penulis berharap segala karya dan usaha yang dilakukan dapat memberikan manfaat, baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Penulis dapat dihubungi melalui alamat *email*: [hanarizqillah@upi.edu](mailto:hanarizqillah@upi.edu) atau [hanarizqillah21@gmail.com](mailto:hanarizqillah21@gmail.com).