



**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN
PENDEKATAN SFBC BERBASIS ISLAM TERHADAP
PENINGKATAN RESILIENSI SISWA SMP IT
QURRATA A'YUN BATUSANGKAR**

TESIS

*Ditulis Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Magister pendidikan (S2)
Program Studi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*

Oleh:

**Dita Angraini
200205203**

**PROGRAM PASCASARJANA
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAHMUD YUNUS BATUSANGKAR**

1444 H/ 2022


PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing proposal tesis atas nama Dita Angraini, NIM : BKPI. 2002052003,
Judul: **"EFEKTIFITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN SFBC
BERBASIS ISLAM UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA SMP IT
QURRATA A'YUN BATUSANGKAR"** , memandang bahwa tesis yang bersangkutan
telah memenuhi syarat dan dapat dilanjutkan untuk sidang munaqasyah.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

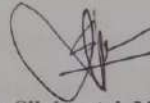
Batusangkar, Juni 2022

Pembimbing I,



Dr. Masril, M.Pd., Kons
Nip. 196206101993031002

Pembimbing II,

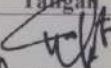
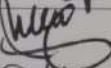
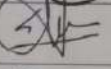
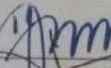



Dr. Silvianetri, M.Pd., Kons
Nip. 197112262002122003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Tesis atas nama DITA ANGRAINI, NIM: BKPI.2002052003, judul: **EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN SFBC BERBASIS ISLAM UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA SMP IT QURRATA A'YUN BATUSANGKAR**, telah diuji dalam Ujian Munaqasyah Program Pascasarjana UIN Mahmud Yunus Batasangkar yang dilaksanakan tanggal 01 Agustus 2022.

Demikian persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

| No | Nama/NIP Penguji | Jabatan dalam Tim | Tanggal Persetujuan | Tanda Tangan |
|----|---|-----------------------|---------------------|---|
| 1 | Dr. Wahidah Fitriani, S. Psi., MA NIP. 19791215 200312 2 003 | Ketua Sidang | 17/8/2022 |  |
| 2 | Dr. Masril, M.Pd.Kons NIP. 19620610 199303 1 002 | Pembimbing I/Penguji | 18/8/2022 |  |
| 3 | Dr. Silvanetri, M. Pd., Kons NIP. 19711226 200212 2 003 | Pembimbing II/Penguji | 18/8/2022 |  |
| 4 | Dr. Irman, S. Ag., M. Pd NIP. 19710201 200604 1 016 | Penguji Utama I | 18/8/2022 |  |
| 5 | Dr. Dasril, S. Ag., M. Pd NIP. 19750201 200501 1 007 | Penguji Utama II | 15/8-2022 |  |

Batusangkar, Agustus 2022
Mengetahui,
Direktur Program Pascasarjana
UIN Mahmud Yunus


Dr. Suswati Hendriani, M. Pd., M. Pd
NIP. 19660914 199203 2 003

PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dita Angraini

NIM : 2002052003

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan Tesis yang berjudul: **"EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN SFBC BERBASIS ISLAM TERHADAP PENINGKATAN RESILIENSI SISWA SMP IT QURRATA A'YUN BATUSANGKAR"** adalah hasil karya sendiri, bukan plagiat. Apabila di kemudian hari terbukti sebagai plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi dengan ketentuan yang berlaku.

Batusangkar, Agustus 2022.
Yang membuat pernyataan



DITA ANGRAINI

NIM. 2002052003

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah Swt. yang telah memberikan taufik dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini. Shalawat dan salam selalu dicurahkan kepada Nabi Muhammad Saw, sebagai suri tauladan bagi umat manusia.

Tesis yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Sfbc Berbasis Islam Terhadap Peningkatkan Resiliensi Siswa SMP IT Qurrata A’yun Batusangkar” ini disusun sebagai syarat untuk mencapai gelar Magister Pendidikan (M.Pd) pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Program Pascasarjana IAIN Batusangkar. Di samping itu tesis ini juga diharapkan dapat menjadi sumber informasi untuk berbagai pihak.

Dalam penulisan tesis ini penulis banyak mendapat pertolongan dari Allah Swt. serta bantuan dari berbagai pihak baik dorongan semangat maupun material. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghormatan yang tulus kepada:

1. Bapak Dr. Marjoni Imamora, M. Sc., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar.
2. Ibu Dr. Suswati Hendriani, M. Pd., M. Pd., selaku Direktur Pascasarjana Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar.
3. Ibu Dr. Wahidah Fitriani, S. Psi., MA., selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar.
4. Bapak Dr. Masril, M. Pd.,Kons., selaku penasehat akademik yang telah memberikan arahan dan motivasi kepada penulis dalam perkuliahan.
5. Bapak Dr. Masril, M. Pd.,Kons., selaku Pembimbing I
6. Ibu Dr. Silvianetri, M.Pd.,Kons., selaku Pembimbing II
7. Bapak Dr. Irman, S.Ag., M.Pd selaku Penguji Utama I
8. Bapak Dr. Dasril, S. Ag., M. Pd., selaku Penguji Utama II
9. Kedua orang tua penulis

10. Kepala SMP IT Qurrata A'yun yang telah memberi izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
11. Siswa SMP IT Qurrata A'yun kelas VII.A dan B yang menjadi sampel dalam penelitian ini yang juga telah memberi kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian di kelas tersebut.
12. Rekan-rekan mahasiswa Pascasarjana Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batangkar khususnya Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam angkatan 2020 yang sangat memberi kontribusi, bekerjasama, saling memotivasi dalam proses perkuliahan hingga penelitian ini dapat diselesaikan.

Akhirnya, hanya kepada Allah Swt. penulis berserah diri. Semoga segala bantuan yang diberikan dibalas oleh Allah Swt, semoga tesis ini bermanfaat hendaknya bagi penulis dan juga yang membacanya. Dalam penulisan tesis ini penulis telah menyelesaikan dengan sepuh kemampuan, namun penulis menyadari bahwa tesis ini banyak kekurangan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan tesis ini. Dengan kerendahan hati penulis berharap semoga tesis ini bermanfaat bagi pembaca.
Aamiin.

Batangkar, Agustus 2022

Penulis



DITA ANGRAINI

NIM. 2002052003

DAFTAR ISI

| | |
|--|------------|
| LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING | i |
| LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI..... | i |
| PERNYATAAN KEASLIAN TESIS | ii |
| KATA PENGANTAR..... | iii |
| ABSTRAK | v |
| DAFTAR ISI..... | vii |
| DAFTAR TABEL | ix |
| DAFTAR GAMBAR..... | xi |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 10 |
| C. Batasan Masalah..... | 10 |
| D. Rumusan Masalah | 10 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 10 |
| F. Manfaat dan Luaran Penelitian | 11 |
| E. Defenisi Operasional Variabel..... | 11 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA | |
| A. Landasan Teori..... | 12 |
| 1. Resiliensi | 12 |
| a. Pengertian Resiliensi | 12 |
| b. Aspek-Aspek Resiliensi..... | 14 |
| 2. Konseling kelompok dengan SFBC Berbasis Islam | 15 |
| a. Pengertian SFBC | 15 |
| b. Prinsip-prinsip SFBC..... | 17 |
| c. Teknik dalam SFBC | 19 |
| 3. Konseling Kelompok..... | 20 |
| a. Pengertian Konseling Kelompok..... | 20 |
| b. Tujuan Konseling Kelompok | 20 |
| c. Fungsi Konseling Kelompok | 21 |

| | |
|--|-----------|
| d. Tahapan Konseling Kelompok | 22 |
| 4. Keterkaitan Resiliensi dengan SFBC berbasis Islam | 23 |
| B. Kajian Penelitian Relevan | 24 |
| C. Kerangka Berfikir | 26 |
| D. Hipotesis..... | 27 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 28 |
| A. Jenis Penelitian..... | 29 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 31 |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian | 32 |
| D. Pengembangan Instrument | 35 |
| E. Teknik Pengumpulan Data | 41 |
| F. Teknik Analisis Data | 42 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN..... | 45 |
| A. Deskripsi Data Hasil Penelitian | 45 |
| 1. Deskripsi Hasil Pre-test..... | 47 |
| 2. Deskripsi Pelaksanaan Treatmen | 53 |
| 3. Deskripsi Hasil Post-tes | 71 |
| 4. Hasil Perbandingan Data Kelompok | 78 |
| 5. Pengujian Persyaratan Analisis | 80 |
| 6. Uji Hipotesis..... | 81 |
| 7. Pembahasan | 83 |
| BAB V PENUTUP | 85 |
| A. Kesimpulan | 85 |
| B. Saran..... | 86 |
| DAFTAR KEPUSTAKAAN | |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3.1 Desain Penelitian..... | 30 |
| Tabel 3.2 Populasi Penelitian..... | 32 |
| Tabel 3.3 Klasifikasi Jawaban Responden | 33 |
| Tabel 3.4 Populasi Penelitian..... | 33 |
| Tabel 3.5 Klasifikasi Sampel Penelitian | 34 |
| Tabel 3.6 Kisi-kisi Resiliensi | 35 |
| Tabel 3.7 Hasil Validitas Intrumen | 39 |
| Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabelitas | 41 |
| Tabel 3.9 Skor skala Resiliensi | 42 |
| Tabel 4.1 Distribusi Perolehan Skor Responden..... | 46 |
| Tabel 4.2 Skor Resiliensi Siswa Sebelum Treatmen | 47 |
| Tabel 4.3 Klasifikasi Sampel Penelitian | 48 |
| Tabel 4.4 <i>Pre-test</i> Aspek Pengaturan Emosi..... | 48 |
| Tabel 4.5 <i>Pre-test</i> Aspek Pengendalian Implus | 49 |
| Tabel 4.6 <i>Pre-test</i> Aspek Optimisme | 49 |
| Tabel 4.7 <i>Pre-test</i> Kemampuan Analisis Masalah..... | 50 |
| Tabel 4.8 <i>Pre-test</i> Aspek Pencapaian..... | 50 |
| Tabel 4.9 <i>Pre-test</i> Kontrol Aspek Pengaturan Emosi | 51 |
| Tabel 4.10 <i>Pre-test</i> Kontrol Aspek Pengendalian Implus..... | 51 |
| Tabel 4.11 <i>Pre-test</i> Kontrol Aspek Optimisme..... | 52 |
| Tabel 4.12 <i>Pre-test</i> Kontrol Kemampuan Analisis Masalah | 52 |
| Tabel 4.13 <i>Pre-test</i> Kontrol Aspek Pencapaian | 53 |
| Tabel 4.14 Pelaksanaan Treatment | 54 |

| | |
|--|----|
| Tabel 4.15 Pertemuan I Pengisian skala | 55 |
| Tabel 4.16 Petemuan II | 57 |
| Tabel 4.17 Pertemuan III..... | 58 |
| Tabel 4.18 Pertemuan IV | 61 |
| Tabel 4.19 Pertemuan V..... | 63 |
| Tabel 4.20 Pertemuan VI | 66 |
| Tabel 4.21 Pertemuan VII..... | 67 |
| Tabel 4.22 Alur Kegiatan Kelompok Kontrol | 70 |
| Tabel 4.23 Skor Postest Kelompok Eksperimen..... | 72 |
| Tabel 4.24 <i>post-test</i> Eksperimen Pengaturan Emosi..... | 72 |
| Tabel 4.25 <i>post-test</i> Eksperimen Pengendalian Implus | 73 |
| Tabel 4.26 <i>post-test</i> Eksperimen Optimisme | 73 |
| Tabel 4.27 <i>post-test</i> Eksperimen Analisis Masalah | 74 |
| Tabel 4.28 <i>post-test</i> Eksperimen Aspek Pencapaian | 74 |
| Tabel 4.29 <i>post-test</i> Kelompok Kontrol..... | 75 |
| Tabel 4.30 <i>post-test</i> Kontrol Pengaturan Emosi | 75 |
| Tabel 4.31 <i>post-test</i> Kontrol Pengendalian Implus | 76 |
| Tabel 4.32 <i>post-test</i> Kontrol Optimisme..... | 76 |
| Tabel 4.33 <i>post-test</i> Kontrol Analisis Masalah..... | 77 |
| Tabel 4.34 <i>post-test</i> Kontrol Aspek Pencapaian | 77 |
| Tabel 4.35 Perbandingan Kelompok Eksperimen..... | 78 |
| Tabel 4.36 Perbandingan Skor Klompok Kontrol | 79 |
| Tabel 4.37 Uji Homogenitas | 81 |
| Tabel 4.38 Data Statistik Kelompok | 81 |
| Tabel 4.39 Data T-test..... | 82 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|------------------------|----|
| Kerangka Berfikir..... | 26 |
|------------------------|----|

ABSTRAK

DITA ANGRAINI. NIM 2002052003. Judul Tesis: Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan SFBC Berbasis Islam untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar. Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Program Pascasarjana Universitas Mahmud Yunus Batusangkar.

Penelitian ini ingin mengungkapkan apakah efektif konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam untuk meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar. Dimana di latar belakang oleh rendahnya resiliensi siswa dalam menghadapi permasalahan dalam hidup mulai dari masalah orang tua samapai dengan masalah di lingkungan pertemanan di sekolah yang dikucilkan oleh teman-teman sampai dibully. Untuk menanggulangi permasalahan tersebut dibutuhkan suatu intervensi yang dipandang efektif, salah satunya adalah melalui konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh SFBC berbasis Islam dalam konseling untuk meningkatkan resiliensi siswa. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian eksperimen, dengan desain penelitian *nonequivalent pretest-posttest control grup design*. Sampel penelitian sebanyak 12 orang siswa yang diambil melalui teknik random sampling. Analisis data yang digunakan *independen T-test*.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam dalam meningkatkan resiliensi siswa. Artinya konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam efektif digunakan oleh konselor di sekolah untuk meningkatkan resiliensi siswa.

ABSTRACT

DITA ANGRAINI. NIM 2002052003. Thesis Title: The Effectiveness of Group Counseling Using an Islamic-Based SFBC Approach to Increase Resilience of Students at SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar. Islamic Education Guidance and Counseling Study Program. Mahmud Yunus Batusangkar University Postgraduate Program.

This study wants to reveal whether group counseling with an Islamic-based SFBC approach is effective in increasing the resilience of the students of SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar. Where is the background of the low resilience of students in dealing with problems in life ranging from parental problems to problems in the friendship environment at school being ostracized by friends to being bullied. To overcome these problems, an intervention that is considered effective is needed, one of which is through group counseling with an Islamic-based SFBC approach.

This study aims to examine the effect of Islamic-based SFBC in counseling to increase student resilience. The research method used is experimental research, with a non-equivalent pretest-posttest control group design. The research sample was 12 students who were taken through random sampling technique. Data analysis used independent T-test.

The results showed that there was a significant effect of group counseling with the Islamic-based SFBC approach in increasing student resilience. This means that group counseling with an Islamic-based SFBC approach is effectively used by counselors in schools to improve student resilience.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap individu tidak dapat dipisahkan dari masalah hidup dan masing-masing orang memiliki metode yang beragam dalam menyelesaikan permasalahan. Bangkit dan terpuruk setelah mendapatkan masalah dalam hidup merupakan sesuatu yang dialami hampir setiap individu, tetapi selalu terpuruk dan meratapi masalah dalam hidup itu merupakan hal yang tidak seharusnya dilakukan oleh individu.

Bangkit dan melanjutkan hidup sangat penting bagi setiap individu agar bisa menjalani kehidupan kembali serta memperbaiki kesalahan atau menyelesaikan permasalahan yang sedang menyimpannya untuk dapat bangkit dari keterpurukan itu hal yang tidak mudah, kondisi ini tentunya sangat membutuhkan adanya energi yang berasal dari dalam diri individu, serta bersumber di luar diri individu agar dapat membantu individu untuk bangkit dari keterpurukan.

Kekuatan individu untuk dapat keluar dan beradaptasi dengan permasalahan yang dialami dalam kehidupannya disebut juga dengan resiliensi. Dimana resiliensi ini merupakan suatu kekuatan agar tetap stabil dan mempertahankan keseimbangan setelah menghadapi berbagai kesulitan, resiliensi ini juga menggambarkan tentang daya tahan yang relatif terhadap suatu pengalaman resiko psikososial, istilah resiliensi ini mengacu kepada fenomena mengatasi suatu tekanan atau stres, karena resiliensi ini dianggap penting sebagai suatu potensi yang harus dimiliki oleh semua orang, maka dari itu banyak ahli berpendapat tentang resiliensi.

Menurut Connor dan Davidson (2003) dalam (Putri & Rusli, n.d.) kekuatan yang dipunyai individu dalam menciptakan kualitas personal dan untuk mengembangkan kemampuan dalam menghadapi kondisi sulit. Sedangkan Rutter (2006) mengatakan bahwa resiliensi merupakan suatu kemampuan untuk kemampuan untuk (Yuliani, Widianti, 2018).

Resiliensi juga mempunyai makna meloncat atau memantul kembali (Munawaroh dan Mashudi, 2019: 3). Resiliensi dapat dikatakan sumber kemampuan dasar untuk membentuk suatu pondasi terhadap karakter positif yang terdapat dalam diri individu di tengah berbagai tantangan atau tekanan dalam hidup (Hendriani & Mulawarman, 2020).

Sedangkan Reivich dan Shatte (2002) mengatakan resiliensi suatu kekuatan yang dimiliki seseorang agar bisa merespon secara sehat dan produktif saat dihadapi kondisi *adversity* (sesuatu yang tidak menyenangkan) atau trauma. Dimana resiliensi ini merupakan suatu hal penting bagi individu agar dapat mengendalikan tekanan dalam hidup. Individu yang memiliki resiliensi yang baik ia dapat merubah suatu tekanan menjadi suatu tantangan dan dapat berjuang pada kondisi terpuruk serta dapat beradaptasi secara cepat dan optimis. Secara literatur psikologis, resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi segala peristiwa negatif-traumatis sehingga dapat kembali pada kondisi yang stabil. Oleh karena itu, resiliensi berperan penting melawan adanya gangguan yang menghampiri seorang individu Musyafak,et.al (2020). Mengingat dinamika kehidupan yang kompleks dan tidak selalu berjalan sebagaimana yang dikehendaki, terkadang senang, susah, bahagia dan duka, resiliensi memiliki peran yang signifikan dalam kehidupan sosial. Posisi individu yang resilien dapat mejadikan permasalahan sebagai tantangan (*challenge*) dan kegagalan menjadi keberhasilan (*kesuksesan*) Wahidah,(2018).

Di samping itu, Alquran yang diasumsikan sebagai *way of life* sudah seharusnya mampu memberikan solusi dan mengakomodir segala problematika kehidupan. Alquran merupakan kitab suci memuat segala petunjuk moral yang bersifat universal dan berlaku sepanjang zaman. Alquran sendiri banyak menjelaskan tentang pola hidup yang baik (Al-A'la ayat 14), kesejahteraan (An-Nahl ayat 97), perdamaian (Al-Anfal ayat 61), kebahagiaan (Al-Qashash ayat 77), penderitaan (Hud ayat 106), kesedihan dan cara mengatasinya (Al-Insyirah ayat 1-5). Hal ini

membuktikan bahwa ayat-ayat Alquran mengajarkan manusia untuk bertahan (resilien) dan bangkit dari situasi atau kondisi sulit sehingga mencapai taraf hidup yang stabil bahkan sukses.

Hal ini dijelaskan oleh Grotberg (2003) dalam (Wulandari et al., 2002) resiliensi suatu kekuatan agar mampu bertahan, beradaptasi serta mengembangkan kapasitas setiap individu dalam menyelesaikan atau memecahkan masalah sesudah mengalami keterpurukan. Mackay dan Iwasaki (2007) berpendapat bahwa individu yang mempunyai kemampuan resilien, adalah: (a) setiap Individu dapat memutuskan sendiri apa yang mereka butuhkan dan tidak ditarik ke dalam lingkaran ketidakberdayaan; (b) individu dapat menyesuaikan diri untuk berbagai emosi, terutama emosi negatif yang dihasilkan dari pengalaman traumatis; dan (c) individu memiliki visi yang lebih baik serta memiliki kemampuan melihat masa depan.

Dari pendapat ahli bisa disimpulkan bahwa resiliensi siswa adalah suatu kekuatan diri siswa agar dapat kembali bangkit dari kondisi traumatik yang dialami oleh siswa dengan cepat dapat kembali normal dalam menjalani kehidupan. Bagi siswa resiliensi dapat menjadikan siswa berani terjunkan diri untuk menghadapi pengalaman baru, menjadi bersemangat berdasarkan pengalaman tersebut dan terus mengembangkan emosi positif dalam diri siswa.

Berdasarkan penelitian Silvia (2018) apabila seorang siswa mempunyai reiliensi yang rendah maka siswa tersebut cenderung akan mudah berputus asa dari efek bully kejadian ini menunjukkan bahwa remaja merasakan kesepian di sekolah atau menderita kecemasan sosial (social anxiety) bahkan kecenderungan bunuh diri (Sakdiyah et al., 2020).

Sedangkan hasil penelitian dari Satyaninrum (2019) dalam (Diana & Muwakhidah, 2021) ada beberapa faktor yang menjangkitkan pembentukan resiliensi, siswa memiliki temperamen positif, kemauan untuk berprestasi, adanya dukungan yang tinggi dan mampu menjalin hubungan baik dengan lingkungan sekitarnya seperti kativitas memiliki

pada kategori tinggi dan reaksi positif terhadap orang lain. Jika siswa senang datang siswa dapat dianggap tangguh pergi ke sekolah dan berpartisipasi aktif.

Gortberg dalam (Utami & Helmi, 2017) mengatakan bahwa resiliensi meliputi beberapa faktor-faktor yaitu; *I am*, *I can* dan *I have*. *I am* membahas terkait sikap, kepercayaan diri serta perasaan individu. Resiliensi bisa berkembang manakala individu tersebut mempunyai suatu ketahanan atau energi yang bersumber dari dalam diri individu itu sendiri, contohnya adanya sikap optimis, adanya sikap percaya diri, adanya sikap menghargai dan adanya sikap empati antar sesama. *I can* merupakan suatu hal yang mampu dilakukan oleh individu contohnya seperti kemampuan dalam menyelesaikan masalah dan kemampuan interpersonal, sedangkan *I have* yaitu berupa suatu dukungan atau motivasi yang dimiliki individu agar resiliensi dapat meningkat. Dengan adanya faktor tersebut diharapkan mampu dalam membentuk resiliensi siswa.

Sedangkan Revich dan Shatte (2002) mengatakan bahwa seseorang dikatakan resiliensi apabila memiliki aspek berupa; (a) *emotion regulation* (pengatur emosi), yaitu dapat mengatur emosinya untuk tetap stabil dalam kondisi tertekan; (b) *impulse control* (pengendalian impuls) dapat mengendalikan kesukaan atau keinginannya terhadap sesuatu dan dapat mengendalikan tekanan yang hadir dalam diri individu tersebut; (c) optimism (optimisme), agar dapat melihat masa depan dengan baik dan optimis; (d) *causal analysis* (keahlian dalam menganalisis masalah) dapat mengidentifikasi dengan benar sumber dari masalah; (e) *reaching out* (pencapaian) dapat mengambil kesimpulan dari pengalaman keterpurukannya agar dapat membentuk dasar yang kuat dalam pengokohan resiliensi siswa.

Dengan adanya aspek resiliensi dalam diri siswa maka seorang siswa akan mampu untuk menghadapi dan bangkit dari setiap permasalahan atau traumatik yang dialaminya. Begitupun jika siswa yang mempunyai daya tahan yang bagus dengan itu ia dapat melewati semua problem hidupnya

dengan baik, namun jika seorang siswa tidak mempunyai daya tahan yang bagus maka siswa sulit beradaptasi pada lingkungan, tidak bersemangat dalam belajar dan lebih memilih untuk menyendiri serta merasa tidak seberuntung teman-temannya. Hal tersebut juga menambah penekanan mengenai pentingnya upaya membangun dan meningkatkan resiliensi dalam diri seseorang untuk dapat mencapai tujuan dalam hidupnya.

Kenyataan dilapangan angka siswa yang mempunyai resiliensi rendah tergolong masih tinggi contohnya peserta didik yang suka menutup diri dengan lingkungan karena orangtua yang sering bertengkar dan memutuskan untuk berpisah, seorang siswa yang kurang perhatian dari orang tua, dan orang tua yang suka membeda-bedakan dengan saudara yang lain, serta ada siswa yang sering merasa sedih karena diketawakan dan dibully oleh teman-temannya dengan kondisi ini membuat siswa ingin pulang dan belum mau untuk pulang ke asrama karena takut dengan kondisi yang sama akan terjadi kembali kepada korban bullying.

Berdasarkan fakta di lapangan maka peneliti memberikan solusi agar dapat meningkatkan resiliensi siswa dengan memakai pendekatan SFBC (*Solution-Focused Brief Counseling*) berbasis Islam seting konseling kelompok. Program konseling kelompok ini merupakan satu kesatuan sistem pendidikan menggunakan beragam layanan yang mempunyai peran penting untuk meningkatkan daya tahan siswa dalam menghadapi tekanan dalam kehidupan.

Konseling kelompok dengan menggunakan konsep resiliensi cukup relevan yang disertai pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* berbasis Islam agar dapat meningkatnya resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun. Dalam meningkatkan resiliensi siswa disini penulis menggunakan layanan konseling kelompok agar mampu mengembangkan resiliensi.

Berdasarkan penelitian dilakukan oleh Myta Devi Nurdian dan Zainul Anwar ditemukan bahwa “resiliensi dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok. Sejalan dengan pendapat tersebut Mashudi juga mengatakan bahwa konseling kelompok sangat efektif dalam

menangani masalah psikologis, misalnya antar pribadi” Dari sini kita dapat melihat bahwa konseling kelompok dapat menangani masalah siswa.

Menurut Satria dalam (Ririn et al., 2018) konseling kelompok dapat dikatakan salah satu jenis kegiatan kelompok terapi yang dilakukan oleh tenaga profesional kesehatan mental disekolah. Sedangkan menurut (Corey, 2013) konseling kelompok sangat cocok untuk kaum muda dikarenakan mampu memberikan peluang agar dapat mengekspresikan emosi yang saling bertentangan, bisa menjelajahi keraguan diri serta dapat memberikan perhatian kepada anggota kelompok.

Jadi konseling kelompok ialah suatu intervensi yang efektif ketika dilakukan dalam lingkungan sekolah artinya bahwa konseling kelompok mendorong dan memotivasi individu agar dapat melakukan perubahan dengan memaksimalkan potensinya sehingga dapat mencapai yang terbaik. Jadi yang melatar belakangi peneliti menggunakan konseling berdasarkan hasil penelitian dari Ridwan A (2018) hadirnya konseling untuk siswa mampu membantu siswa agar dapat mengenali dirinya dalam memecahkan permasalahan yang sedang dihadapi sekarang dan pada waktu mendatang.

Tujuannya adalah agar masalah konseli dapat terpecahkan dan memaksimalkan potensi untuk dapat mencapai perubahan sehingga dapat mewujudkan diri yang lebih baik. Pendekatan bimbingan dan konseling di Indonesia mengalami perkembangan cukup pesat namun dalam perkembangannya belum sepenuhnya mengarah kepada tujuan bimbingan dan konseling islami. Faktor utama yang menyebabkan kondisi ini terjadi adalah karena pandangan tentang bimbingan dan konseling islami yang sempit Palmer, (2016:589). Pendekatan SFBC penting dievaluasi dan dikembangkan menjadi pendekatan bimbingan dan konseling berbasis Islam. Agar konseling kelompok yang diselenggarakan tidak hanya membantu konseli tapi mampu menghadapi masalah-masalah hidupnya, malampaui dari itu individu mampu mencapai hakikat ketentraman lahir batin meraih keselamatan dan kebahagiaan dunia dan akhirat. Bimbingan dan konseling berbasis Islam sering dinamai ‘Islami’ ‘sufistik’ atau

‘profetik’. konseling islami/sufistik/profetik adalah proses pemberian bantuan terhadap individu (konseli) agar ia menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah Swt. (abdullah dan khalifatullah) yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga ia dapat mencapai ketentraman dan kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Pendekatan SFBC tergolong efektif dan efisien dikarenakan tidak membutuhkan waktu lama untuk pelaksanaannya (Rena Rostini & Nurjannah, 2021). Menurut Corey, 2009. SFBC adalah berdasarkan pemikiran optimis mengatakan bahwa individu yang tergolong kompeten dan sehat itu ialah yang mempunyai keahlian yang sangat baik dalam menemukan solusi untuk menjadi lebih baik dalam menjalani kehidupannya. Ketika konseli/siswa memasuki proses konseling, mereka merenungkan peran mereka dan mengapa mereka tidak dapat mengubah hidupnya. Jenis prasangka/pikiran ini menyebabkan “kebutuhan” dan perasaan tidak berdaya dalam situasi yang dihadapi konseli yang mencari solusi. SFBC merupakan suatu model yang lebih memfokuskan pada keahlian konseli itu sendiri merupakan suatu kekayaan yang unik dimiliki individu. Sejalan dengan pendapat Shazer (dalam Sobhy dan Cavallaro, 2010:2) mengatakan konseli perlu mempunyai keterampilan serta kemampuan yang dibutuhkan agar dapat membuat perubahan, ini juga merupakan salah satu pikiran proaktif dalam mengembangkan solusi yang unik dengan konseli (Nugroho et al., 2013).

O’Halon & Weiner-Davis dalam (Sumarwiyah et al., 2015) mengatakan individu Terlepas dari apa masalahnya dan bagaimana penanganannya, individu itu berfokus pada suatu problem dapat diselesaikan. Intinya yaitu dengan menggunakan pendekatan SFBC dapat menolong untuk mengembangkan keahlian yang dipunya kemudian mengaplikasikannya dalam penyelesaian suatu problem. Prespektif yang tepat dapat membuat individu mudah terlibat dalam langkah-langkah

dalam pemecahan masalah dan menantang diri sendiri untuk melakukan perubahan yang telah dibahas.

Manusia diciptakan dalam keadaan alamiah dan ditegaskan oleh Allah dalam Al-Qur'an Q.S At-Tin ayat 4 bahwa:” dan sungguh benar-benar telah kami ciptakan manusia dengan sebaik-baik bentuk”. Dari ayat ini di jelaskan setiap individu mempunyai potensi besar jika potensi ini dijalankan sesuai dengan seharusnya, tentu saja individu dapat mencapai kesuksesan. Kemudian, Allah juga mengatakan “Allah tidaklah memberi beban kecuali sesuai dengan kesanggupannya” (QS: Al-Baqarah : 267). Ayat ini menyampaikan bahwa apa yang terjadi pada manusia selalu selaras dengan kemampuan yang Allah berikan.

Allah telah menjanjikan kepada setiap individu bahwa individu itu sendiri mampu menghadapi permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya, walaupun masalah yang terjadi sangat rumit namun masalah akan menjadi sebuah batuloncatan jika individu bisa menyelesaikan masalahnya dengan baik serta dapat positif dalam berpikir. Sejarah juga mengungkapkan tentang kisah Perang Uhud pecah, dan para sekutu terus menjalankan seruan Allah untuk menganiaya kaum musyrik hingga Usaid bin Hadhair r.a. Mereka yang baru saja menyembuhkan tujuh luka di tubuhnya juga sangat bersemangat untuk tetap berada di medan perang untuk berpartisipasi dalam Jihad. Dari kisah ini menyampaikan bahwa “keinginan yang kuat dapat mengerahkan seluruh kekuatan, walaupun dihadapkan dengan banyak kesulitan, sebaliknya keinginan yang lemah menjadikan diri tak berdaya meskipun banyak hal yang dapat menunjang keberhasilannya untuk keluar dari permasalahan tersebut”.

Quraish Shihab mengatakan pada kenyataanya, kemampuan dasar manusia itu dinamis, maka dari itu fitrah ini harus ditingkatkan agar individu dapat mewujudkan peran sebagai makhluk Allah yang mulia serta dapat melaksanakan amanah dari Allah sebagai khalifah di muka bumi. Upaya untuk mengembangkan Potensi ini disinggung sebagai tampilan

instruktif yang dapat tersirat dalam pelaksanaan konseling dengan pendekatan SFBC berbasis Islam, dikarenakan masyarakat mayoritas di Indonesia itu muslim oleh karena itu sangat membutuhkan pendekatan SFBC dengan berbasis Islam tersebut.

Tujuan pendekatan ini yaitu agar dapat memberi tahu kepada masing-masing individu bahwasanya dalam menuntaskan problem yang muncul membutuhkan solusi, pendekatan diri kepada Allah SWT dan kemampuan untuk menciptakan kehidupan yang damai dan bahagia di masa depan. Penjelasan analisis menggunakan pendekatan SFBC berbasis Islam merupakan pendekatan yang berfokus pada solusi dan peneliti menanamkan nilai-nilai keIslaman dalam proses konseling dengan pendekatan SFBC berbasis Islam.

Menurut Seligman (dalam Mulawarman) tahap-tahapan dari SFBC (*Solution- Focused Brief Counseling*) diantaranya: 1) *establishing relationship* (Membangun Hubungan Baik), 2) *identifying a solvable complaint* (mengidentifikasi permasalahan yang bisa ditemukan solusinya), 3) *establishing goals* (menetapkan suatu tujuan), 4) *designing and implementing intervention* (merancang dan menetapkan intervensi), 5) *termination, evaluation and follow-up* (pengakhiran, evaluasi, dan tindak lanjut) (Mulawarman et al., 2018).

Sedangkan menurut Corey, (2005); Capuzzi dan Gross, 2003 ada beberapa teknik pendekatan SFBC, a) pertanyaan pengecualian (*exception question*), b) pertanyaan keajaiban (*miracle question*), c) pertanyaan berskala (*scalling question*), c) rumusan tugas sesi pertama (*Formula First Session Task/FFST*), d) umpan balik (*feedback*) namun pada penelitian ini peneliti menggunakan dua teknik yaitu teknik pertanyaan keajaiban (*miracle question*) dan pertanyaan berskala (*scalling question*).

Dari hasil penelitian Frendi Fernando dan Imas Kania Rahman (2018) mengatakan bahwa Efektivitas SFBT (*Solution Focused Brief Therapy*) Islami untuk meningkatkan *self-regulation* diri mahasiswa prokrastinasi. Dan penelitian dari Nugroho (2018) mengatakan bahwa

pendekatan SFBC suatu alternatif yang bisa dilaksanakan di lingkungan sekolah, karena dengan *setting* pendidikan efektif dengan adanya kerja sama antar pihak terkait. Konseling SFBC berbasis Islam ini dilaksanakan dengan konseling kelompok agar siswa mampu berkembang dan dapat menemukan solusi terhadap masalah yang terjadi dengan tuntas.

Hasil penelitian dari Franklin, Moore, & Hopson (2008:26) menyampaikan perubahan pada penetrasi jangka pendek di sekolahan dan menemukan perubahan, Penerobosan dalam mendukung ide ini adalah penggunaan pendekatan SFBC. Berbagai hasil penelitian Lely Wahyu Diana & Muwakidah (2021) mengatakan bahwa efektivitas konseling kelompok dengan pendekatan SFBC agar dapat meningkatkan resiliensi siswa SMP Islam Al Amal Surabaya (Diana & Muwakidah, 2021). Sesuai dengan penelitian Gingerich & Peterson (2012) dan Bond, Woods, Humphrey, Symes, & Green (2013) yang melakukan studi literatur pada 38 jurnal penelitian ilmiah mencatat bahwa *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) yang juga dikenal juga dengan istilah *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) efektif digunakan agar dapat menolong pemulihan anak-anak dengan perilaku bermasalah yang disebabkan oleh tekanan psikologis tertentu. Pada tahun berikutnya, Reddy, Thirumoorthy, Vijayalakshmi, & Hamza (2015) melakukan uji efektivitas SFBT terhadap pemulihan remaja yang mengalami depresi, dan didapatkan hasil yang signifikan. Selain itu penelitian Hendar, Awalya, & Sunawan (2020) menegaskan bahwa SFBC efektif untuk meningkatkan ketahanan akademik dikalangan siswa SMA.

Hasil penelitian ini semua menegaskan bahwa SFBC berbasis Islam merupakan intervensi pemulihan yang efektif dengan berbasis Islam untuk diterapkan dalam berbagai konteks masalah psikologis siswa. Dikonfirmasi juga bahwa SFBC berbasis Islam ini telah membantu siswa yang mengalami masalah untuk bangkit menjadi perubahan positif melalui sesi konseling singkat. Berdasarkan hal tersebut diharapkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun dapat meningkat sesuai dilakukannya konseling

kelompok dengan teknik SFBC berbasis Islam, maka dari itu penulis berkeinginan untuk meneliti tentang. “ **Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan SFBC Berbasis Islam untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMP IT Qurrata A’yun Batusangkar**”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan dapat diidentifikasi dalam penelitian ini diantaranya:

1. Efektifitas konseling kelompok menggunakan pendekatan SFBC berbasis Islam dalam meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A’yun.
2. Kemampuan resiliensi siswa.
3. Pengembangan konseling kelompok dengan cara SFBC berbasis Islam untuk mencapai peningkatan resiliensi siswa.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penelitian dibatasi masalah yang akan diteliti yaitu efektifitas konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan SFBC berbasis Islam untuk peningkatan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A’yun Batusangkar.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah didasarkan pada ruang lingkup masalah di atas yaitu “apakah konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A’yun Batusangkar?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam untuk meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A’yun Batusangkar.

F. Manfaat dan Luaran Penelitian

1. Manfaat penelitian
 - a. Bermanfaat untuk memberikan ilmu bimbingan dan konseling.
 - b. Informasi ilmiah terkait keefektifan konseling kelompok dengan Pendekatan SFBC untuk Peningkatan Resiliensi.
2. Luaran penelitian

Luaran penelitian ini diproyeksikan untuk dipublikasi artikel sinta4 pada jurnal nasional terakreditasi. Luaran penelitian lainnya adalah berupa laporan hasil penelitian berupa tesis yang ditandatangani dan diserahkan pada institusi terkait.

G. Defenisi Operasional Variabel

Defenisi operasional ini berarti penulis merupakan gambaran dari faktor-faktor yang terkandung dalam ulasan ini.

1. Resiliensi

Resiliensi ialah kapasitas seseorang agar dapat bertahan dari tekanan yang dialami tanpa terjadinya perubahan fundamental pada kehidupannya. Revich dan Shatte (2002) membagikan aspek resiliensi terdiri dari lima aspek: (a) *emotion regulation* (pengatur emosi), (b) *impulse control* (pengendalian impuls), (c) optimism (optimisme), (d) *causal analysis* (kemampuan analisis masalah), (e) *reaching out* (pencapaian).

2. Konseling kelompok pendekatan SFBC berbasis Islam

SFBC adalah pendekatan yang memiliki pandangan dasar bahwa manusia mempunyai kemampuan untuk menemukan solusi terhadap masalahnya. Pendekatan ini memiliki prinsip bahwa manusia memiliki keinginan untuk berubah. Karena SFBC ada berdasarkan pemahaman bahwa orang-orang yang solid dan dilengkapi memiliki kapasitas untuk menemukan solusi dari masalahnya dan mampu meningkatkan kualitas dirinya. Hanya saja terkadang ia kehilangan arah dan membuatnya tidak sadar akan kemampuan yang ia miliki.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Resiliensi

a. Pengertian Resiliensi

Beberapa individu yang dapat bertahan dan pulih secara efektif dari keadaan stres atau tekanan, sementara yang lain gagal dan karena terjebak dalam kondisi yang kurang menguntungkan. Kapasitas untuk melanjutkan setelah kesulitan atau sesudah menghadapi permasalahan besar bukanlah suatu keberuntungan, tetapi menggambarkannya. Kemampuan khusus seseorang disebut resiliensi.

Menurut Rutter (1987) dalam (Nisa & Tamsil Muis, n.d.) resiliensi adalah reaksi pada keberhasilan individu ketika mengatasi suatu problem dari pada menghindarinya. Dengan hal ini mengasumsikan bahwa orang yang tangguh selalu memiliki keberanian untuk menghadapi dan menyelesaikannya tanpa menghindarinya.

Pasudewi, 2012 dalam (Bastian, 2017) mendefinisikan bahwa resiliensi merupakan kekuatan individu untuk pulih pada situasi sulit dengan membangun kepercayaan diri dan harapan serta berhasil membentuk individu yang berguna untuk dirinya dan orang sekitarnya. Menurut Grotberg (1999) resiliensi ialah keahlian seseorang dalam menyambangi, melewati, dan dapat tangguh dalam tekanan serta problem yang sedang menghampirinya.

Grotberg (1999) dalam (Nisa & Tamsil Muis, n.d.) mengatakan bahwa resiliensi bukan suatu ramalan, tapi itu dapat dimiliki semua orang tanpa kecuali dan itu bukan hadiah dari sumber yang tidak jelas dari pendapat tersebut, resiliensi dapat dipahami sebagai kemampuan individu untuk menghadapi suatu masalah, mengatasi masalah tanpa menyerah, agar mampu kuat pada kondisi menekan, dan berusaha bangkit agar dapat menjadi lebih baik.

Banaag dalam (Munawaroh Eem, 2019) resiliensi ialah proses interaksi antara faktor lingkungan sementara faktor individual ini membantu menolak perubahan diri dan terlibat dalam pembangunan diri yang positif, faktor lingkungan membantu melindungi individu dan meringankan kesulitan hidup mereka.

Kemudian, Rirkin dan Hoopman (2012) dalam (Ramadhana & Indrawati, 2019) merumuskan definisi resiliensi terutama ditunjukkan kepada peserta didik dan pendidik, termasuk unsur pengembangan ketahanan disekolah. Artinya, secara khusus ditunjukkan pada siswa dan pendidik, termasuk unsur-unsur yang membangun ketahanan di sekolah kemampuan untuk pulih, beradaptasi dengan baik terhadap kesulitan dan mengembangkan keterampilan sosial meskipun dihadapkan pada tekanan dan stres.

Berdasarkan definisi tersebut resiliensi kapabilitas atau kesanggupan individu, kelompok ataupun masyarakat dalam menghadapi, mencegah, meminimalkan, ataupun meniadakan akibat buruk dari keadaan dan perubahan yang tidak memuaskan atau merupakan kemampuan individu. Dengan kondisi ini wajar untuk mengatasi kehidupan yang menyedihkan. Bagi orang yang tangguh, ketahanan membuat hidup mereka lebih kuat. Ini berarti bahwa ketahanan membuat hidup seseorang lebih kuat, ini berarti bahwa ketahanan memungkinkan kita untuk beradaptasi dengan baik pada situasi yang tidak menyenangkan dan mengembangkan kemampuan sosial, akademik bahkan dalam kondisi penuh tekanan dalam kehidupan.

Menurut Werner (2003) dalam (Afifah et al., n.d.) banyak ilmuwan perilaku memakai istilah resiliensi untuk mendeskripsikan tiga fenomena: contoh: anak-anak muda yang hidup dalam kebutuhan yang terus-menerus ataupun orang tua yang kasar, (2) kemampuan yang dapat terjadi di bawah stres jangka panjang, contoh: peristiwa yang

berkaitan dengan perceraian orang tua, dan (3) dari trauma, penyembuhan contohnya: takut akan perang saudara.

Berdasarkan pendapat di atas resiliensi dapat menghadapi, mencegah, meminimalisir atau bahkan menghilangkan efek yang dapat merugikan, mencegah, meminimalkan, atau bahkan menghilangkan efek yang mengganggu individu dan menjadikan individu yang mengalami depresi, kemudian individu bisa bangkit dan mengubah keadaan. Kondisi ini menjadi cara alami untuk mengatasi dan pulih dari masalah.

b. Aspek-aspek Resiliensi

Bangkit dari keterpurukan bukan hal yang mudah, kita membutuhkan kekuatan dan dorongan internal dan dorongan eksternal. Ada beberapa aspek yang perlu dipertimbangkan untuk meningkatkan ketahanan yang dimiliki individu. Revich dan Shatte (2002) dalam ini menunjukkan lima aspek dari ketahanan. Adapun aspek-aspeknya yaitu: (1) *emotion regulation* (penyesuaian emosi) penyesuaian emosi adalah keterampilan agar tetap tenang pada situasi yang menekan. Jadi siswa dikatakan resiliensi itu ialah yang bisa menggunakan kemampuannya dengan baik untuk dapat mengendalikan emosi. (b) *Impulse Control* (kontrol impuls) kontrol impuls yaitu keterampilan seseorang dalam membimbing keinginan, dorongan, kesuksesan dan tekanan internal. Akibatnya, siswa dengan kontrol implus yang rendah, cenderung frustrasi, kehilangan kesabaran, berkecil hati dan cenderung agresif. (c) *Optimism* (optimisme) optimisme yaitu kekuatan untuk dapat memandang masa depan yang cerah. Jadi maksudnya dari optimisme ini yaitu siswa yakin bahwa semua keadaan dapat meningkatkan dari sebelumnya. (d) *Causal analysis* (keahlian dalam menganalisis suatu problem) ialah keahlian seseorang dalam menunjukkan dengan tepat penyebab masalah yang dihadapi dan terus melakukan kesalahan yang sama. (e) *Reacing out* (pencapaian) dalam kemampuan untuk menilai aspek positif kehidupan sesudah individu ditimpa kemalangan.

Berdasarkan kutipan di atas, siswa yang tangguh diidentifikasi dengan kemampuannya agar menahan keinginan untuk panik dalam keadaan yang tidak menyenangkan, mengendalikan keinginan internal, dorongan, keinginan serta tekanan yang hadir dalam diri dan optimis dalam menghadapi kehidupan dapat mengidentifikasi semua masalah yang dihadapi siswa itu sendiri tanpa menyalahkan orang lain, menyelesaikan masalahnya sendiri dan memiliki kekuatan untuk sukses dimasa yang akan datang.

2. Konseling Kelompok dengan Pendekatan SFBC Berbasis Islam.

a. Pengertian SFBC

SFBC adalah pendekatan konseling yang didorong oleh pemikiran postmodern dalam sekian banyak literatur pendekatan SFBC dikenal juga *treatment* konstruktivis, tetapi banyak juga yang mengatakan terapi berorientasi pada solusi. SFBC juga dikenal sebagai konseling singkat berfokus pada solusi dalam bahasa Indonesia.

Tokoh dari SFBC ini adalah Steve de Shazer (Sumarwiyah et al., 2015). Konseling singkat berfokus pada solusi ialah konseling yang berfokus pada pemecahan permasalahan dengan menemukan solusi agar mudah dalam mengatasi permasalahan ketika itu terjadi pada siswa SMP IT Qurrata A'yun. Dalam konsep SFBC, konseli dianggap ahli dalam memecahkan masalahnya sendiri, konseling bertujuan untuk dapat menemukan solusi terkait masalah mereka sendiri, bukan konselor (Latif, 2019). Menurut Arofah & Nawantara, SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) adalah pendekatan konseling yang berorientasi pada solusi yang memfokuskan pada kemampuan konseli, tanpa berfokus pada masalah (Setyawati et al., 2019). Sedangkan menurut Corey (2005), SFBC adalah kemanusiaan yang dianggap menanamkan sikap positif, optimis, sehat dan berkompeten tinggi (Wijayanti, 2020).

Jadi dapat disimpulkan SFBC ini salah satu dari banyak model pendekatan konseling yang merujuk pada kompetensi individu

dari pada ketidak mampunya, serta menekankan pada kekuatan dari pada kelemahan. Pendekatan ini juga berfokus dalam mencari solusi yang dapat mengatasi masalah serta melakukan perubahan sehingga individu menjadi individu yang sukses.

Dalam konseling yang berfokus pada solusi, konseli dipandang pakar dalam menyelesaikan permasalahan sendiri dan dibantu oleh konselor atau guru BK dengan serangkaian pertanyaan sebagai akibat memunculkan kekuatan siswa, dan kemudian siswa mendapatkan solusi terhadap permasalahan yang dialaminya.

Terapi singkat yang berpusat pada pengaturan yang menitikberatkan bahwa seorang konselor tidak perlu tahu apa-apa terkait alasan maupun akar masalah konseli karena pendekatan ini berfokus pada menolong konseli menemukan solusi agar konseli sampai pada tujuan yang diharapkan.

Pendekatan bimbingan dan konseling di Indonesia telah menemui kemajuan yang signifikan menjadi SFBC berbasis Islam. SFBC berbasis Islam tidak hanya dapat membantu konseli dalam menghadapi permasalahan hidup, tetapi bisa pula berbagi banyak manfaat, termasuk kemampuan untuk mewujudkan suatu kebahagiaan dunia dan akhirat serta ketentraman dalam jiwa (Rena Rostini & Nurjannah, 2021).

Faktor primer yang mengakibatkan kondisi ini terjadi karena latar belakang perspektif konseling sufistik yang terlalu sempit. Dari sudut pandang ini memiliki kekuatan yang sangat besar untuk menolong konseli melewati beragam problem hidup, tetapi pada pendekatan ini tidak semua permasalahan bisa diselesaikan menggunakan pendekatan ini. Indonesia adalah negara yang didominasi oleh Islam dan banyak digunakan sebagai referensi keIslaman.

Jika konseling yang sesuai dengan tujuan pendidikan Islam masih jarang dilakukan melalui pendekatan Islam (Fernando & Rahman, 2018). Jadi perlunya kerjasama yang dilaksanakan secara kontinu dari

beragam pihak dalam melaksanakan evaluasi serta perluasan bimbingan dan konseling baik dalam aspek layanan pengarahan dan pemberian nasihat dalam kondisi pembelajaran yang berbeda (di rumah, di sekolah, dan lokal), layanan yang layak dan media bantuan dalam setiap tingkatan perkembangan yang berbeda, dan layanan konseling (ide dan praktik yang tidak islami). Maka dari itu SFBC dengan pendekatan Islami datang menjawabnya.

b. Prinsip-Prinsip SFBC

Prinsip dasar SFBC yaitu lebih menekankan dalam memberikan solusi agar dapat menuntaskan masalah. Kondisi ini sependapat dengan Gerald dalam (Rena Rostini & Nurjannah, 2021) bahwa dalam memecahkan suatu permasalahan tidak membutuhkan penyebab masalahnya karena solusi dan penyebab permasalahan tidak berkaitan. karena itu yang diterapkan pada SFBC adalah konseling singkat berfokus solusi yang mana konseli menekankan pada solusi bukan berfokus pada problem dan sumber masalah.

c. Tujuan SFBC

Tujuan dari SFBC, menurut Stephen Palmer, adalah:

- 1) memanfaatkan sepenuhnya kekuatan dan kemampuan konseli
- 2) Konseling menolong konseli terlibat dalam percakapan tentang perubahan dan solusi, bukan masalah, dengan asumsi bahwa apa yang dibahas adalah bagian besar dari yang dihasilkan.
- 3) Konseli mengetahui pengecualian dari dalam dirinya ketika ia bermasalah
- 4) Mengarahkan konseli pada solusi terhadap situasi pengecualian tersebut, sehingga konseli dalam situasi tertentu dapat menemukan solusi untuk meningkatkan resiliensi.
- 5) Membantu konseli agar dapat berfokus pada hal-hal lebih spesifik untuk meningkatkan resiliensi.

Terlepas dari tujuan terapi yang dirujuk sebelumnya, ada beberapa tujuan SFBC menurut Gerald Corey (2013: 381), sebagai berikut:

- 1) Mengidentifikasi tujuan yang dipilih dan dikerjakan oleh konseli dari keputusan konseli dalam mencapai masa depan.
- 2) Memberikan bantuan dan memandu konseli tentang prioritas dan hasil yang diharapkan.
- 3) Memfasilitasi perubahan yang terjadi dan mendorong konseli untuk berpikir dalam berbagai potensi perubahan yang akan terjadi.
- 4) Menolong siswa untuk mewujudkan suatu tujuan baik (a) dikatakan secara konklusif dalam bahasa peserta didik, (b) berorientasi kepada proses atau tindakan, (c) tersusun atau sistematis (d) dapat dicapai, konkret, dan spesifik, dan (e) dikendalikan oleh siswa.

Tujuan dari pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) yaitu untuk membantu siswa agar menetapkan tujuan hidup, baik tujuan dunia maupun akhirat serta mampu menyelesaikan permasalahan yang terjadi dalam hidupnya (Rena Rostini & Nurjannah, 2021). Sebagaimana firman Allah dalam Q.S Ar-Rum: 30.

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ
عَلَيْهَا ۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ۗ ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ

أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Maka hadapkanlah wajahmu dengan Lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. tidak ada peubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui (Q.S Ar-Rum: 30).

Berdasarkan paparan tersebut, setiap insan yang dihadapkan pada problem dalam hidupnya harus dapat menemukan obat yang cocok dengan nilai-nilai keIslaman serta menyakini bahwasanya Allah SWT nyata

hendak membantu hambanya keluar dari permasalahan yang dihadapinya setelah individu berjuang dalam menyelesaikan masalahnya.

Sedangkan menurut Corey (2013) tujuan SFBC adalah untuk dapat membantu siswa dalam mengambil sikap agar dapat merubah cara pandangan siswa terhadap masalahnya, dengan dibahasnya problem serta solusi yang sudah dilaksanakan, tujuannya agar apa yang dikomunikasikan memiliki potensi baik akan berhasil, dalam proses ini lebih mengkhhususkan pada kekuatan siswa untuk melewati masa transformasi.

d. Teknik dalam SFBC

Beberapa teknik dari SFBC Corey, 2005 adalah: (1) pertanyaan ajaib (*miracle question*) Teknik ini dapat membantu siswa untuk dapat berfokus kepada masa yang akan datang dimana konseli mengharapkan kehidupan yang berbeda tanpa berkuat pada masa lalu (2) pertanyaan berskala (*scaling questions*), teknik ini memakai soal berskala dan dapat dilaksanakan pada awal atau pertengahan sesi agar dapat untuk mencapai tujuan yang akan dicapai konseli. Jadi disini konselor memberikan pertanyaan yang stiap pertanyaan tersebut dikemas.dalam soal-soal dan kemudian konseli menjawab dengan skala 0 sampai 10, yang mana skala 0 dapat diartikan problem terburuk dan 10 mempunyai arti adanya suatu keajaiban/ tidak ada masalah.

Maka dari itu, pendapat di atas dapat ditarik benang merahnya yaitu sangat membantu sekali teknik-teknik SFBC ini untuk meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar dengan menggunakan pertanyaan ajaib dan pertanyaan berskala ini semua sangat membantu siswa dalam menemukan solusi terhadap masalahnya dan berfokus pada masa depannya karna dalam penerapan teknik-teknik ini memasukan nilai-nilai Islami di dalamnya.

3. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling Kelompok dapat dikatakan salah satu jenis kegiatan kelompok terapi yang dilakukan oleh tenaga profesional kesehatan

mental disekolah. Konseling kelompok merupakan intervensi yang efektif ketika dilakukan di lingkungan sekolah (Satriah, 2016). Sedangkan menurut Corey (2005) konseling kelompok dilakukan dengan pendekatan komprehensif dan eklektif.

Jadi dapat disimpulkan bahwa Integrasi berupa teori dan mengkolaborasi dengan perspektif lain agar dapat memperkaya keilmuan yang tujuannya agar konseling tumbuh tidak sendiri, tetapi menyatuh dengan prinsip keilmuan lainnya. Konseling kelompok juga biasa disebut sebagai tindakan konseling untuk dapat membantu mengentaskan masalah individu melalui dukungan antar pribadi, dalam bahasa sederhana sebagai kelompok pemecahan masalah antar pribadi. Pelaksanaan konseling kelompok terdiri dari 5 hingga 10 siswa yang memiliki masalah serupa.

b. Tujuan Konseling Kelompok

konseling kelompok tujuannya yaitu lebih mengarah pada bagaimana suatu kelompok atau masing-masing anggota mampu terbuka dengan semua hal yang dapat meningkatkan dalam pengembangan diri siswa. Menurut Schmidt (2013) (Sanyata, 2010) konseling kelompok mampu menolong siswa dalam membangun hubungan yang kuat antar siswa dan mampu dalam mengeluarkan pendapat dalam proses penyelesaian masalah yang dihadapi siswa.

Sedangkan menurut Corey (2005) dalam (Satriah, 2016) terdapat beberapa tujuan konseling kelompok diantaranya: (1) agar dapat mengembangkan kesadaran dan pengetahuan diri, (2) agar dapat mengetahui kesamaan kebutuhan dan masalah yang dihadapi serta memberi solusi, (3) untuk melatih siswa agar dapat menciptakan hubungan bermakna, (4) dapat membantu siswa untuk menemukan pemecahan masalah yang dihadapi, (5) untuk mengembangkan kepercayaan diri, penerimaan diri dan harga diri, (6) pelajari cara mengekspresikan emosi yang sehat, (7) meningkatkan perhatian serta

kasih sayang akan peranan orang lain, (8) untuk membuat rencana spesifik dalam mengubah perilaku tertentu.

Dari sini, dikatakan bahwa tujuan konseling kelompok ialah agar mampu membantu siswa menemukan jawaban atau jalan keluar dari problem dihadapi oleh siswa, solusi tersebut didapatkan dari pendapat-pendapat yang disampaikan oleh anggota kelompok.

c. Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Juntika Nurihsan dalam (Kurnanto 2006:24) konseling kelompok bersifat preventif dan kuratif. Konseling kelompok secara inheren bersifat preventif dapat diartikan sebagai orang yang ditolong memiliki kemampuan atau fungsi normal dalam masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan yang menghalangi kelancaran saat berbicara dengan orang lain.

Konseling kelompok, di sisi lain adalah penyembuhan dalam arti menolong individu keluar dari masalah yang mereka alami dengan memberikan peluang, dorongan, dan bimbingan untuk mengubah sikap dan perilaku yang sesuai pada lingkungan.

Dari pendapat tersebut dipahami bahwa konseling kelompok mempunyai fungsi diantaranya ialah dapat mengatasi serta mencegah setiap persoalan-persoalan yang muncul selanjutnya sebagai penyembuhan berarti menyembuhkan, bukan mengenali orang sakit, karena subjek konseling pada dasarnya adalah individu waras, bukan individu yang sakit jiwa. Konseling kelompok juga dapat memberikan dorongan kelancaran komunikasi dengan orang lain terlebih lagi kepada sesama anggota kelompok lainnya.

d. Tahapan Konseling Kelompok

Menurut Corey dan Yalom (1997) dalam (Rifai, Achmad, 2020) membagikan tahapan konseling menjadi enam bagian:

(1) pembentukan kelompok, apa yang dimaksud dengan fase ini sangat penting, dengan kata lain pertimbangkan homogenitas dan pilih orang yang mencari saran untuk bergabung dengan keanggotaan yang sama, (2)

Tahap transisi Pada tahap ini dikatakan juga tahap peralihan, ditahapan ini konselor harus mampu menyimpulkan masalah setiap anggota, merumuskan masalah bersama serta mengidentifikasi akar masalahnya, (3) fase kerja sering disebut sebagai fase aktivitas. Tahap ini dilaksanakan setelah penyebab masalah anggota kelompok ditemukan penyebab masalah yang pada akhirnya konselor dapat melaksanakan step selanjutnya yaitu menyusun rencana tindakan, (4) tahap terminasi Kegiatan suatu kelompok tidak boleh berlangsung tanpa berhenti. Setelah aktivitas kelompok mencapai puncaknya pada tahap kerja, aktivitas kelompok ini kemudian menurun, kemudian kelompok mengakhiri aktivitasnya, (5) evaluasi kelompok yaitu bagian dari semua kegiatan konseling dan tidak merupakan proses mandiri, yang dilaksanakan pada tingkat akhir. Dengan cara ini, penilaian dibangun ke dalam diagram alur proses konseling, dari penetapan tujuan hingga akhiran konseling kelompok. (6) sesi tindak lanjut kegiatan akhir dari kelompok adalah *postgroup* yang berupa *follow up* (tindak lanjut).

Tindak lanjut dapat dilakukan secara individual maupun kelompok. Dalam kegiatan tindak lanjut ini, setiap anggota kelompok dapat mendiskusikan upaya yang akan dilakukan. Mereka dapat melaporkan kesulitan yang dialami, berbagai kesenangan dan pencapaian dalam pertemuan tersebut. Anggota kelompok mengirimkan pengalaman dan hasil mereka selama melaksanakan konseling kelompok.

4. Keterkaitan Resiliensi dengan SFBC Berbasis Islam.

Resiliensi dapat dikatakan sumber kemampuan dasar untuk membentuk suatu pondasi terhadap karakter positif yang terdapat dalam diri individu di tengah berbagai tantangan atau tekanan dalam hidup. Reivich dan Shatte (2002). mengatakan resiliensi suatu kekuatan yang dimiliki seseorang agar bisa merespon secara sehat dan produktif saat dihadapi kondisi *adversity* (sesuatu yang tidak menyenangkan) atau trauma. Ditegaskan oleh Allah dalam Al-Qur'an Q.S At-Tin ayat 4 bahwa:

dan sungguh benar-benar telah kami ciptakan manusia dengan sebaik-baik bentuk.

Dari ayat ini di jelaskan bahwa setiap manusia mempunyai potensi yang luar biasa jika potensi ini dijalankan dengan seharusnya, tentu manusia itu mampu mencapai kesuksesan. Kemudian, Allah juga menegaskan bahwa “Allah tidaklah memberi beban kecuali sesuai dengan kesanggupannya” (QS: Al-Baqarah : 267). Ayat ini menyampaikan bahwa apa yang terjadi pada manusia selalu selaras dengan kemampuan yang Allah berikan.

Secara teoritis, menurut Hamdani (dalam Fernando & Kania, 2016) ada lima tujuan konseling dalam Islam. Pertama, untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Kedua, untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya. Ketiga, untuk menghasilkan kecerdasan rasa pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong dan rasa kasih sayang. Keempat, untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintah-Nya serta ketabahan menerima ujian-Nya. Kelima, untuk menghasilkan potensi Ilahiah, sehingga individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar. Pendapat ini mengungkapkan bahwa pendekatan SFBC mampu mengarahkan individu untuk membangun suatu perubahan berlandaskan harapan-harapan dan pemikiran yang positif. SFBC juga mengarahkan individu untuk konsisten dalam melakukan perubahan yang bersifat progresif untuk mencapai tujuan yang telah dipaparkan sebelumnya. Allah SWT memberikan segenap kemampuan potensial kepada manusia, yaitu kemampuan yang mengarah pada hubungan manusia dengan Tuhannya, hubungan manusia dengan sesama manusia dan hubungan manusia dengan alam. Penerapan

segenap kemampuan potensial itu secara langsung berkaitan dengan ketakwaan kepada Allah SWT. Jika konselor mampu memberikan pemikiran kepada konselinya

Allah telah menjanjikan kepada setiap individu bahwa individu itu sendiri mampu menghadapi permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya, walaupun masalah yang terjadi sangat rumit namun masalah ini akan menjadi sebuah tantangan jika individu bisa menyelesaikan masalahnya dengan baik dan dapat berpikir positif. Sejarah juga mengungkapkan tentang kisah Perang Uhud terjadi, para sahabat terus memenuhi panggilan Allah untuk mencari kaum musyrik, hingga Usaid bi Hudhair r.a. yang baru saja mengobati tujuh luka yang tertahan di tubuhnya juga sangat ingin tetap berada di zona pertempuran untuk menggabungkan jihad. Dari kisah ini menyampaikan bahwa “keinginan yang kuat dapat mengerahkan seluruh kekuatan, walaupun dihadapkan dengan banyak kesulitan, sebaliknya keinginan yang lemah menjadikan diri tak berdaya meskipun banyak hal yang dapat menunjang keberhasilannya untuk keluar dari permasalahan tersebut”.

Quraish Shihab mengatakan bahwa pada fitrahnya, kemampuan dasar manusia itu dinamis, maka dari itu fitrah tersebut harus ditingkatkan agar individu dapat mewujudkan peran sebagai makhluk Allah yang mulia serta dapat melaksanakan amanah dari Allah sebagai khalifah di muka bumi. Upaya untuk mengembangkan potensi inilah yang disebut sebagai suatu manifestasi pendidikan yang dapat dibangun dalam pelaksanaan konseling dengan pendekatan SFBC berbasis Islam, dikarenakan masyarakat mayoritas di Indonesia itu muslim oleh karena itu sangat membutuhkan pendekatan SFBC dengan berbasis Islam tersebut.

Berdasarkan pendapat tersebut dijelaskan adanya suatu keterkaitan resiliensi menggunakan pendekatan SFBC berbasis Islam ini memiliki keterkaitan karena didalam diri individu memiliki suatu potensi yang telah Allah berikan kepada setiap individu bagaimanapun beratnya masalah

yang telah Allah berikan kepada individu namun Allah tak memberikan diluar batas kemampuan hambanya melainkan Allah telah menyiapkan jalan keluar dari masalah hambanya maka dengan menggunakan pendekatan SFBC berbasis Islam ini menjadi solusi untuk dapat meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun dimana siswa untuk dapat menemukan solusi dari permasalahan yang dialaminya.

B. Kajian Penelitian Relevan

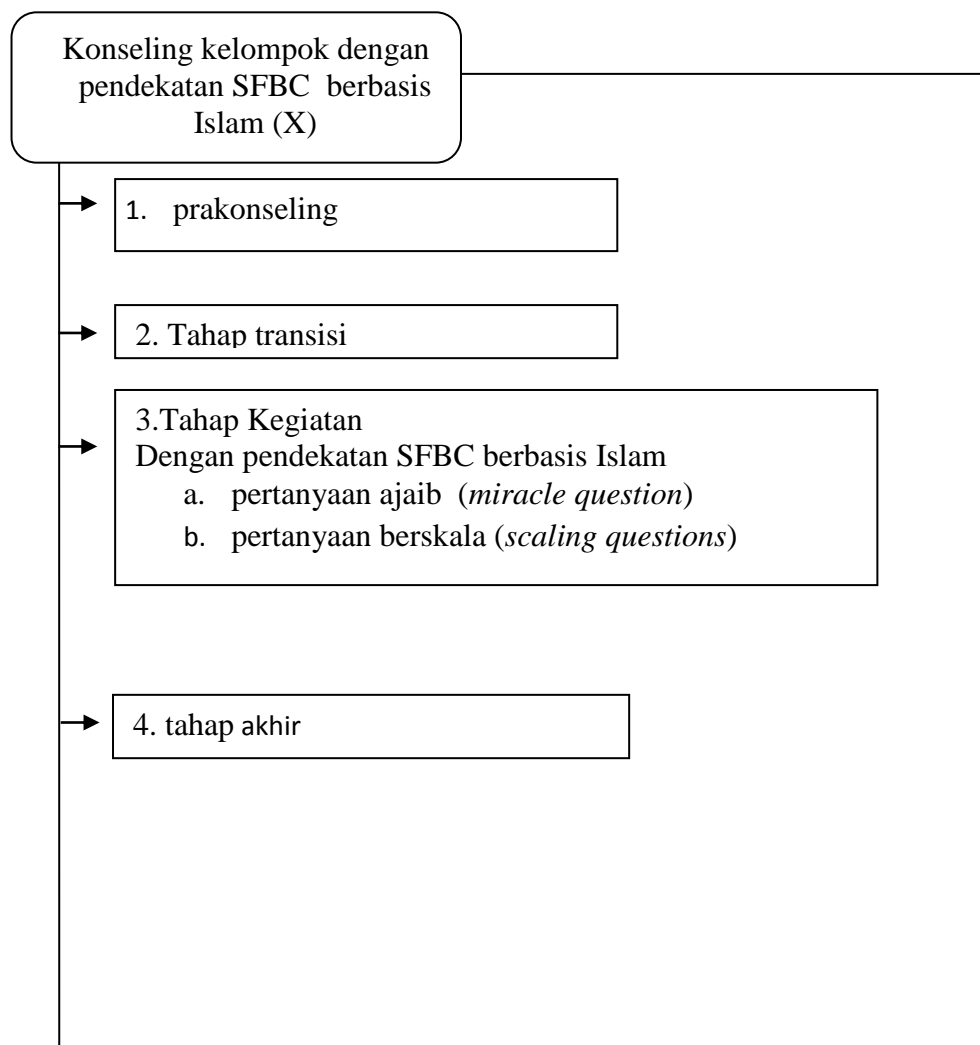
Beberapa penelitian relevan dengan penelitian yang dilaksanakan pebeliti sebelumnya yang berhasil menuntaskan penelitiannya sebagai berikut:

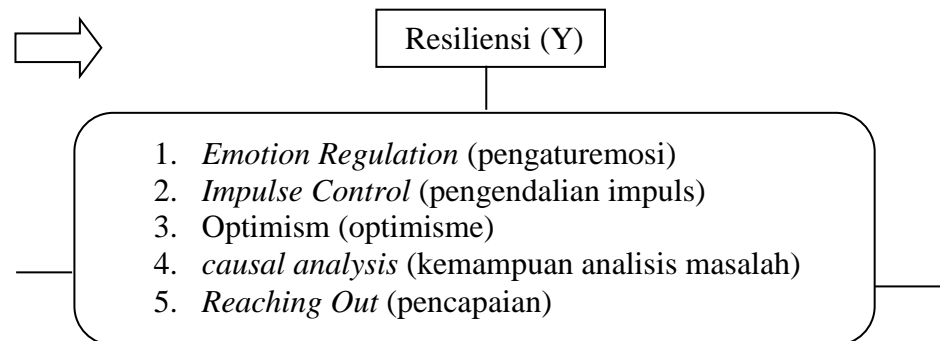
1. penelitian Gingerich & Peterson (2012) dan Bond, Woods, Humphrey, Symes, & Green (2013) yang melakukan studi literatur pada 38 jurnal penelitian ilmiah mencatat bahwa Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) atau dikenal juga dengan istilah Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) efektif digunakan untuk membantu pemulihan anak-anak dengan perilaku bermasalah yang disebabkan oleh tekanan psikologis tertentu.
2. Penelitian yang dilakukan Lely Wahyu Diana dan Muwakhida pada tahun 2021, yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMP Islam Al Amal Surabaya” menunjukkan terdapat peningkatan resiliensi siswa SMP Islam Al Amal Surabaya.
3. Penelitian yang dilakukan Amallia Putri pada tahun 2020, yang berjudul “Meningkatkan Resiliensi Korban Bullying Dengan Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling*” menunjukkan bahwa menggunakan pendekatan SFBC efektif untuk dapat meningkatkan resiliensi.
4. Penelitian dilaksanakan Frendi Fernando & Imas Kania Rahman tahun 2018, yang berjudul “Efektivitas Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Islami Guna Meningkatkan Regulasi Diri Mahasiswa Yang

Mengalami Prokrastinasi” menunjukkan bahwa mengunakan pendekatan SFBT (Solution Focused Brief Therapy) Berbasis Islam.

C. Kerangka Berfikir

Kerangka penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:





Keterangan:

Variabel X = Konseling Kelompok dengan Penekatan SFBC berbasis Islam

Variabel Y = Resiliensi Siswa SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar

Berdasarkan pemikiran di atas, bahwa remaja yang mempunyai resiliensi rendah nantinya diberikan layanan konseling kelompok pendekatan SFBC berbasis Islam sebagai pengobatan dalam perubahan sikap siswa sehingga dapat meningkatkan resiliensi siswa.

D. Hipotesis

Berdasarkan permasalahan yang penulis telitih, maka dari itu hipotesis yang dirumuskan adalah sebagai berikut:

H_0 : tidak ada perbedaan yang signifikan antara *posttest* kelompok eksperimen dengan *posttest* kelompok kontrol.

H_a : terdapat perbedaan yang signifikan antara *posttest* kelompok eksperimen dan *posttest* kelompok kontrol.

Hipotesis statistik:

$H_0 : \mu_{02} \leq \mu_{04}$

$$H_a : \mu_{02} > \mu_{04}$$

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksplorasi kuantitatif. Sebagaimana disampaikan oleh Margono (dalam Tanzeh, 2009:100) penelitian kuantitatif ialah penelitian yang menggunakan hipotesis yang lebih logis, dimulai dengan penalaran deduktif, agar dapat menurunkan hipotesis, melakukan uji lapangan dan kesimpulan atau hipotesis ditarik berdasarkan data empiris. Kemudian, Sugiono menyebutkan bahwa penelitian kuantitatif dicirikan sebagai semacam eksplorasi dalam kaitannya dengan cara berpikir positivisme, yang digunakan untuk melihat populasi dan pengujian tertentu. Mengumpulkan informasi dengan menggunakan instrumen penelitian, penyelidikan informasi bersifat kuantitatif/faktual, ditentukan untuk menguji hipotesis yang dikemukakan (Sugiono, 2014:36).

Beberapa pendapat di atas menunjukkan bahwa eksplorasi kuantitatif diarahkan untuk menguji teori, memperkenalkan realitas, menggambarkan statistik, dan untuk melihat keterkaitan antar variabel. Penelitian ini memiliki landasan filsafat positivisme, artinya penelitian ini berlandaskan ilmu alam yang melekat sebagai sumber utama informasi yang asli, dalam hal ini data empiris.

Berdasarkan uraian di atas, pada penelitian ini memakai jenis penelitian kuantitatif, yang mana penelitian yang penulis lakukan yaitu untuk menunjukkan hasil yang diperoleh pada kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam sebagai upaya meningkatkan resiliensi pada siswa di SMP IT Qurrata A'yun artinya disini penulis mencoba menunjukkan apakah konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam efektif atau tidak dalam meningkatkan resiliensi siswa.

Selanjutnya, metode yang dipakai pada penelitian ini merupakan metode eksperimen. Sugiono menyebutkan bahwa “metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan” (Sugiono, 2007:107).

Pendapat ini menjelaskan penelitian eksperimental melibatkan perlakuan tertentu agar menemukan apakah ada atau tidaknya pengaruh yang ditimbulkan pada situasi tertentu. Kemudian, desain yang penulis gunakan dalam penelitian ini yaitu desain quasi experimental design dan memakai model nonequivalent control group design.

Heppner mengemukakan bahwa “desain quasi experimental design seperti eksperimental desain murni yang melibatkan satu manipulasi lebih variabel dependen, tetapi tidak terdapat penugasan acak peserta ke kondisi, dengan fleksibilitas ini, bagaimanapun, desain quasi experimental juga memiliki beberapa batasan (Heppner, 2008:176). Lebih lanjut, dijelaskan juga bahwa dalam nonequivalent control group, perbandingan adalah dirancang antara peserta dalam kelompok yang dibentuk secara tidak acak. Kelompok ini disebut sebagai nonequivalent karena partisipan umumnya telah ditugaskan ke kelompok sebelum penelitian dilakukan, karena pembentukan kelompok sebelumnya ini, kemungkinan terdapat perbedaan pada beberapa karakteristik sebelum intervensi. (Heppner, 2008:181).

Pendapat di atas menerangkan bahwa penelitian ini dilakukan dengan memberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen dan menyediakan kelompok kontrol sebagai pembanding. Penetapan jenis penelitian ini dengan alasan bahwa penelitian ini berupa penelitian pendidikan yang menggunakan manusia sebagai subjek penelitian. Manusia tidak ada yang sama dan bersifat labil. Oleh sebab itu, variabel yang mempengaruhi perlakuan tidak bisa dikontrol secara ketat sebagaimana yang dikehendaki dalam penelitian berjenis eksperimen murni. Hal ini diperkuat oleh pendapat Heppner bahwa jenis desain quasi eksperimental ini juga terbukti bermanfaat dalam mempelajari dampak

dari berbagai model pelatihan pada konselor dalam pelatihan” (Heppner, 2008:182).

Rancangan penelitian ini terdiri dari dua kelompok, masing- masing kelompok menjalani pre-test dan post-test, kemudian diberi perlakuan dengan menggunakan konseling kelompok. Sebelum diberikan perlakuan , baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol diberikan test yaitu pre-test, yang bertujuan untuk mengetahui kondisi kelompok sebelum diberikan perlakuan. Penelitian setelah itu diakhiri dengan tes akhir (post-test) yang diberikan terhadap sampel, adapun desain ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1
Desain Penelitian

| Pretest | Treatmen | Posttest |
|----------------|----------|----------------|
| O ₁ | X | O ₂ |
| O ₃ | | O ₄ |

Keterangan:

O₁ : kelompok eksperimen sebelum diberi *treatment*

O₂ : kelompok eksperimen setelah diberi *treatment*

O₃ : Kelompok kontrol sebelum diberi *treatment*

O₄ : Kelompok kontrol yang tidak diberi treatment

X : *Treatment*

dari tabel di atas penulis akan melaksanakan penelitian dengan mengamati ke-dua kelompok subjek. Kelompok eksperimen (O₁) diberikan pre-test untuk mengukur rata-rata tingkat resiliensi yang dimiliki siswa sebelum dilaksanakan konseling kelompok menggunakan pendekatan SFBC berbasis Islam. Setelah itu kelompok ini diberikan treatmet (X) sebanyak 6-8 kali, sebagaimana Myrick mengungkapkan bahwa “*six to eight sessions seem more ideal, some counselors typically make plans for four sessions before ending the group or re-contracting for a few more sessions*”(Myrick, 2003:223). Pendapat ini menjelaskan bahwa

pemberian *treatment* idealnya dilakukan sebanyak 6 hingga 8 kali untuk dapat melihat efektif atau tidaknya layanan yang diberikan. Selanjutnya, kelompok eksperimen diberikan posttest (O_2) untuk mengukur tingkat resiliensi siswa setelah diberikan treatment (X).

Hal yang sama juga dilakukan pada kelompok kontrol (O_3). Kelompok ini diberikan pretest untuk mengukur mean tingkat resiliensi yang dimiliki siswa sebelum diselenggarakan konseling kelompok. Setelah itu kelompok ini diberikan treatment (X) sebanyak 6-8 kali seperti kelompok eksperimen, namun pada kelompok ini treatment yang diberikan adalah pelaksanaan konseling kelompok secara umum. Selanjutnya, kelompok ini juga diberikan posttest (O_4) yang sama setelah diberikan treatment (X).

Setelah melakukan *treatment*, penulis membandingkan O_1 dengan O_2 juga O_3 dengan O_4 untuk mengetahui berapa besarnya perbedaan yang muncul. Perbandingan dilakukan dengan menilai hasil pre-test dan post-test berupa hasil pada skala yang telah ditetapkan untuk subjek penelitian. Perbandingan ini dilaksanakan agar dapat menemukan keefektifan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam terhadap resiliensi siswa. Adapun penjabaran dari penelitian yang akan dilakukan yaitu:

1. Melaksanakan pre-test dengan cara melakukan test yang berbentuk sebuah pernyataan yang sesuai dengan resiliensi siswa. kegiatan ini dilaksanakan sebelum penyelenggaraan kegiatan konseling kelompok.
2. Melakukan pretest dengan melakukan test yang berisi pertanyaan atau pernyataan yang berkaitan dengan resiliensi siswa. Hal ini dilakukan sebelum penyelenggaraan kegiatan konseling kelompok.

B. Tempat dan waktu penelitian

Penelitian dilaksanakan kepada siswa SMP IT pada bulan Januari-juni 2022.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut (Hanafi, 2015:51) “populasi adalah totalitas semua nilai yang didapat secara kualitas maupun kuantitas pada karakteristik tertentu”. Dari pendapat tersebut, mengatakan populasi dapat mengeksplorasi orang, benda, hewan, alat pelajaran dan lain-lain, bahwa populasinya adalah seluruh atau kelompok topik yang memiliki karakteristik dan sifat tertentu.

Menurut (Sugiyono, 2007:117) “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Dalam penelitian ini, penulis mengkaji dampak konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan SFBC berbasis Islam terhadap peningkatan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A’yun Batusangkar.

Adapun kelompok populasi penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP IT Qurrata A’yun Batusangkar dengan karakteristik resiliensi rendah. agar lebih jelas populasi peneliti bisa dilihat dalam table berikut:

Tabel 3.2
Populasi Penelitian

| No | Populasi | Jumlah |
|---------------|-------------------|--------|
| 1. | Siswa kelas VII.A | 21 |
| 2. | Siswa kelas VII.B | 25 |
| Jumlah | | 46 |

Sumber: *bagian tata usaha SMP IT Qurrata A’yun*

Setelah data diolah dan diberi skor, siswa disusun berdasarkan skor yang didapat berikut klasifikasinya:

Tabel 3.3
Klasifikasi Jawaban Responden

| No | Rentang Skor | Klasifikasi |
|----|--------------|---------------|
| 1. | 121- 145 | Sangat Tinggi |
| 2. | 98 – 120 | Tinggi |
| 3. | 75 – 97 | Sedang |
| 4. | 52 – 74 | Rendah |
| 5. | 29 – 51 | Sangat Rendah |

Dilihat dari klasifikasi di atas, cenderung terlihat bahwa terdapat 5 kategori pengelompokan resiliensi siswa sesuai hasil skala. Adapun pada penelitian ini siswa yang dipilih yaitu siswa yang memiliki skor yang rendah dan sangat rendah. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar nantinya penulis mampu melihat bagaimana peningkatan skor resiliensi siswa yang menjadi subjek penelitian setelah diberikan *treatment* konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam. Disini penulis uraikan data populasi yang disinggung dalam ulasan ini:

Tabel 3.4
Populasi Penelitian

| No | Kode Siswa | Kelas | Perolehan Skor | Kategori |
|----|------------|-------|----------------|----------|
| 1 | AZK | VII.A | 53 | Rendah |
| 2 | AIY | VII.A | 60 | Rendah |
| 3 | DAA | VII.A | 56 | Rendah |
| 4 | NM | VII.A | 63 | Rendah |
| 5 | NPM | VII.A | 58 | Rendah |
| 6 | AR | VII.A | 60 | Rendah |
| 7 | ZD | VII.B | 63 | Rendah |
| 8 | AZ | VII.B | 62 | Rendah |
| 9 | FHY | VII.B | 59 | Rendah |
| 10 | HNM | VII.B | 64 | Rendah |
| 11 | NBL | VII.B | 66 | Rendah |
| 12 | ZBP | VII.B | 66 | Rendah |

Dilihat dari tabel di atas, sangat terlihat bahwa ada 12 siswa yang memiliki resiliensi rendah yang menjadi populasi penelitian. Siswa yang dirujuk tersebar dari kelas VII.A dan VII.B dan skor yang di peroleh siswa berada dalam kategori rendah

2. Sampel

Dalam penelitian ini, teknik yang penulis gunakan total sampling. Sugiono mengatakan bahwa “teknik random sampling adalah teknik penentuan sampel dimana semua individu dalam populasi baik secara individu maupun kelompok diberikan kesempatan untuk menjadi anggota sampel” (Sugiono, 2013:64). Artinya, dalam ulasan ini semua siswa dalam populasi dijadikan sampel penelitian yaitu dengan menggunakan teknik random sampling.

Dalam ulasan di atas, sampel penelitian pada penelitian disesuaikan pada jumlah siswa dalam populasi yang memiliki resiliensi rendah. Selanjutnya, lantaran penelitian ini memakai metode eksperimen menggunakan desain quasi experiment, sehingga dibutuhkan dua kelompok dalam pemberian treatment, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Adapun dalam pemilihan anggota kelompok ini, penulis ambil dari kelas masing-masing tidak dicampur dalam perolehan kelompok sampel penelitian.

Tabel 3.5
Klasifikasi Sampel Penelitian

| Kelompok Eksperimen | | | Kelompok Kontrol | | |
|----------------------------|-------------------|--------------|-------------------------|-------------------|--------------|
| No | Kode Siswa | Kelas | No | Kode Siswa | Kelas |
| 1. | AZK | VII.A | 1. | ZD | VII.B |
| 2. | AIY | VII.A | 2. | AZ | VII.B |
| 3. | DAA | VII.A | 3. | FHY | VII.B |
| 4. | NM | VII.A | 4. | HNM | VII.B |
| 5. | NPM | VII.A | 5. | NBL | VII.B |
| 6. | AR | VII.A | 6. | ZBP | VII.B |

Pada tabel di atas, diketahui bahwa 12 orang dalam sampel peneliti tersebar dalam 2 kelompok, setiap kelompok beranggotakan 6 orang.

D. Pengembangan Instrumen

Instrumen yang dipakai dalam penelitian ini adalah angket. Dalam ulasan ini angket yang digunakan yaitu angket yang berencana untuk mendapatkan data tentang resiliensi peserta didik. Dalam pengembangan instrumen pada tahap awal, penting untuk penyusunan kisi-kisi instrumen yang terdiri dari variabel, sub variabel, indikator, nomor item dan jumlah pernyataan.

Tabel 3.6
Kisi-kisi kuesioner rsiliensi

| NO | ASPEK | DESRIPTOR | INDIKATOR | NOMOR ITEM | | JML |
|----|---|---|--|------------|--------|-----|
| | | | | + | - | |
| 1. | Pengaturan Emosi (<i>Emotion Regulation</i>) | Kemampuan untuk tetap tenang dibawah kondisi yang menekan. | Mampu mengontrol emosi | 1, 3 | 2, 4 | 4 |
| | | | Tetap tenang dalam kondisi yang penuh tekanan | 5, 7 | 6, 8 | 4 |
| 2. | Pengendalian impuls (<i>impulse control</i>) | Kemampuan individu untuk dapat mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan serta tekanan yang muncul dari dalam diri. | Mampu mengendalikan keinginan, dorongan kesukaan, serta tekanan | 9, 11 | 10, 12 | 4 |
| | | | mampu mengendalikan untuk berbuat buruk | 13, 15 | 14, 16 | 4 |
| 3. | Optimisme (<i>optimism</i>) | Seorang individu percaya bahwa dirinya memiliki suatu kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan | Memiliki harapan yang tinggi terhadap masa depan dan percaya dapat mengontrol arah hidup | 17, 19 | 18, 20 | 4 |
| | | | Selalu berfikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya | 21, 23 | 22, 24 | 4 |

| | | | | | | |
|----|---|--|--|--------|--------|----|
| 4. | Kemampuan analisis masalah (<i>Causal analysis</i>) | Kemampuan individu agar dapat mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang dihadapi | Mampu mengidentifikasi penyebab-penyebab dari permasalahan yang dihadapi | 25 | 26 | 2 |
| 5. | Pencapaian (<i>reaching out</i>) | Seorang individu yang mampu mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan dan juga individu mampu mengambil hal positif dari kehidupannya setelah ditimpa kemalangan. | Kemampuan individu meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa | 27, 29 | 28, 30 | 4 |
| | | Jumlah | | | | 30 |

Kemudian penting untuk membuat beberapa langkah sebelum angket disebar.

1. Validitas

Suatu instrumen dianggap valid dengan asumsi instrumen tersebut dapat mengungkapkan variabel yang akan diukur. Jadi instrumen yang validitas adalah alat untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Hasilnya dapat menjelaskan hasil dari aspek yang diukur dan menunjukkan serta menjelaskan data dari variabel yang diteliti secara akurat. Dalam penelitian ini, angket yang digunakan untuk mengukur resiliensi siswa.

Validitas instrumen harus memenuhi persyaratan, yaitu sebagai berikut:

a. Validitas Konstruk

Berdasarkan etimologis, kata "konstruksi" mengandung arti susunan, kerangka, atau rekaan. "Konstruk adalah suatu yang berkaitan dengan fenomena dan objek yang abstrak, tetapi gejalanya dapat diamati dan diukur" (Sudijono, 2009:166). Hal ini menunjukkan validitas konstruk dapat dikatakan juga sebagai salah satu alat ukur dikatakan valid apabila sesuai dengan konstruksi teoritik.

Validitas konstruk berarti bisa diuji menggunakan tanggapan pakar atau ahli (expert judgement). Setelah instrumen tersebut dikonstruksi terkait bagian yang diukur yang bersumber pada teori tertentu, setelah itu peneliti melanjutkan untuk dimintai pendapat para ahli terkait dengan instrumen yang telah dibuat oleh peneliti. Para ahli kemudian menyampaikan hasil terkait instrumen tersebut apakah bisa digunakan tanpa perbaikan atau kemungkinan diubah secara keseluruhan.

Cara menguji validitas konstruk ada beberapa standar harus dapat dilakukan agar mengetahui koefisien yang dipakai telah

sesuai untuk dapat melakukan pengukuran terkait apa yang ingin diukur, yaitu:

1. Jika koefisien korelasi *product moment* melebihi 0,3
2. Jika koefisien korelasi *product moment* > r-tabel (α ; n-2) n = jumlah sampel
3. Nilai sig, $\leq \alpha$.
4. Rumus yang digunakan untuk uji validitas konstruk dengan teknik korelasi *product moment*, yaitu:

$$r_{\text{hitung}} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

r = koefisien korelasi

x = jumlah skor dalam sebaran x

$\sum Y$ = jumlah skor dalam sebaran y

$\sum XY$ = jumlah hasil kali skor x dengan skor y yang berpasangan

$\sum x^2$ = jumlah skor yang dikuadratkan dalam sebaran x

$\sum y^2$ = jumlah skor yang dikuadratkan dalam sebaran y

N = banyaknya subjek skor x dan skor y yang berpasangan

Tabel. 3.7
Hasil Validasi Instrumen (Validitas Konstruk)

| No | Nama Validator | Hasil Validasi Instrumen | | |
|----|----------------------------|--------------------------|--------|---|
| | | 1 | 2 | 3 |
| 1 | Dr. Wahida Fitriani, S.Psi | 25 item | 5 item | |
| 2 | Dr. Fadriati, M.Ag | 28 item | 2 item | |
| 3 | Dr. Dasril, S.Ag., M.Pd | 27 item | 3 item | |

Keterangan:

1. Tanpa perbaikan
2. Perbaikan pada pernyataan intrumen
3. Penggantian butir intrumen

b. Validitas Isi

Validitas isi berkaitan dengan butir-butir pernyataan (item-item) yang tersusun dalam sebuah intrumen yang sudah mencakup materi yang akan diukur. Senada dengan hal ini, Wayan

Nurkencana mendefinisikan “validitas isi sebagai kejituan dari pada suatu tes ditinjau dari isi tes tersebut” (Nurkencana, 1990:129). Kondisi ini menjelaskan terkait validitas isi bermaksud untuk memastikan bahwa skala butir soal memuat jumlah butir yang cukup representatif untuk mencerminkan ide yang digambarkan. Berkenaan dengan kondisi ini, validitas isi dilasankan dengan mengkontraskan item-item dalam instrumen dengan komponen resiliensi yang harus diukur, dan pada langkah telaah dan revisi pernyataan atau pertanyaan berdasarkan dari pendapat profesional (*professional judgment*) atau berkonsultasi dengan ahli.

Dari pendapat tersebut, jika skala penelitian ini dapat disebut memiliki validitas isi jika pertanyaan skala dalam menentukan perubahan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun sudah menjelaskan tentang apa yang akan diukur dan validitasnya dilaksanakan oleh para ahli pada bidang tersebut.

2. Reliabilitas

Instrumen dikatakan memiliki nilai reliabilitas yaitu instrmen yang jika digunakn beberpa kali hasil datnya tetap sama di berbagai penggunaan. Sukardi, (2003:127) mengatakan instrumen penelitian dapat disebut memiliki penilai reliabilitas tinggi apabila “tes yang dibuat mempunyai hasil yang konsisten dalam mengukur yang hendak diukur”. Dari pendpat ini, reliabilitas selalu menghasilkan secara terus-menerushasil pengukuran yang sama.

Tes reliabilitas instrumen bisa dilaksanakan dengan cara eksternal dan juga internal. Secara eksternal tes bisa dilaksanakan menggunakan test-retest (stability), equivalent, dan campuran keduanya. Secara internal reliabilitas instrumen bisa diuji menggunakan analisis konsistensi butir-butir yang terdapat dalam instrumen menggunakan teknik tertentu (Sugiyono, 2013:130). Uji reliabilitas pada penelitian

ini dengan cara menggunakan aplikasi SPSS 20. Berikut penulis jabarkan yang telah diperoleh:

Tabel 3.8
Hasil Uji Reliabelitas

| Reliability Statistics | |
|------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| ,889 | 29 |

Hasil uji reliabelitas di atas diperoleh nilai alpha cronbach instrumen sebesar 0,889. Nilai ini lebih besar dari 0,05 pada hasil uji di atas menunjukkan bahwa instrumen di atas reliabel. Ini berarti bahwa ketika digunakan beberapa kali untuk mengukur item serupa, hasil yang didapat adalah sesuatu yang sangat mirip.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data (instrumen) yang diterapkan peneliti pada penelitian ini memakai skala instrumen yang dilakukan agar dapat mengetahui resiliensi siswa SMP. (Sugiono, 2013:92) berpendapat “Skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif”. Kemudian Sugiono, (2013:92) mengatakan bahwa “dengan skala pengukuran ini, maka nilai variabel yang diukur dengan instrumen tertentu dapat dinyatakan dalam bentuk angka, sehingga akan lebih akurat, efisien dan komunikatif”.

Berawal dari kutipan di atas, dapat disimpulkan bahwa skala dapat dipakai dalam sebuah penelitian sebagai suatu patokan alat ukur yang bisa menemukan data kuantitatif yang dapat mewakili nilai-nilai variabel yang diukur oleh ada sebagian instrumen tertentu, dinyatakan dalam berbentuk angka, sehingga akan lebih valid, lebih efisien dan lebih komunikatif.

Dalam penelitian ini memakai skala likert agar dapat mengukur variabel X dan variabel Y, jawaban dari setiap item dari instrumen skala likert memiliki bentuk gradasi positif dan negatif pada dalam kondisi ini, skala yang dikumpulkan ilmuwan atau peneliti berupa pernyataan terkait dengan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC dan resiliensi siswa SMP, dan jawaban dari skala likert ini mempunyai alternatif jawaban seperti “Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Jarang (JR), Tidak Pernah (TP)”. Agar dapat memahaminya bisa dilihat dalam tabel dibawah ini:

Tabel 3.9
Skor Skala Resiliensi

| No. | Alternatif Jawaban | Item Positif | Item Negatif |
|-----|--------------------|--------------|--------------|
| 1. | Selalu (SL) | 5 | 1 |
| 2. | Sering (SR) | 4 | 2 |
| 3. | Kadang-kadang (KD) | 3 | 3 |
| 4. | Jarang (J) | 2 | 4 |
| 5. | Tidak Pernah (TP) | 1 | 5 |

Agar dapat mengetahui skor dari kemampuan dalam pengambilan sebuah kebijakan dari siswa SMP IT Qurrata A'yun, jumlahnya yaitu :

Skor maksimum = Jumlah item x skor tertinggi

Skor minimum = Jumlah item x skor terendah

Rentang skor = Skor tertinggi – skor terendah

Panjang kelas interval = Rentang skor : jumlah kategori.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data pada dasarnya dapat dilaksanakan dengan mengelolah sebuah data kemudian menjadi sebuah informasi agar karakteristik dari data tersebut mudah untuk dipahami serta dapat menjadi solusi dari sebuah permasalahan. Sugiono mengatakan bahwa analisis data merupakan suatu proses pencarian data secara stuktur data didapatkan dari menggabungkan data kedalam berdasarkan variable dan jenis responden, melakukan sintesanya, mengelompokkannya ke dalam desain, memilih target penelitian signifikan serta mencapai kesimpulan dengan tujuan yang mudah dipahami (Sugiono, 2014:147).

dari pendapat tersebut, disadari bahwa analisis data diperlukan agar peneliti dapat menemukan hasil dari penelitian yang telah diselesaikan dengan singkat dan efisien.

Adapun cara-cara yang ditempuh dalam analisis data dalam penelitian ini dapat diuraikan yaitu:

1. Uji Normalitas

Uji Normalitas merupakan sebuah uji yang dilaksanakan dengan tujuan untuk dapat menilai sebaran data dalam sebuah kelompok data atau variabel apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidaknya. Siregar mengungkapkan bahwa “bila data berdistribusi normal, maka dapat digunakan uji statistik berjenis parametrik, sedangkan data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji statistik nonparametrik” (Siregar, 2014:153).

Identifikasi normalitas data terlepas dari apakah terdistribusi normal atau tidak ini dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS. Adapun ketentuan pengujian ini adalah: jika probabilitas lebih besar dari level of significant (α) maka data berdistribusi normal. Artinya, jika nilai signifikansi atau nilai probabilitas $> 0,05$ distribusi adalah normal (simetris). Ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan $\alpha = 0,05$, H_a diterima jika nilai signifikansi $\geq \alpha$ dan H_a ditolak jika nilai signifikansi $\leq \alpha$.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk melihat kedua kelompok dalam populasi tersebut homogen atau tidak. Adapun langkah-langkah dalam pengolahan uji homogenitas data adalah sebagai berikut:

- a. Mencari nilai F
- c. Menetapkan derajat kebebasan
- d. Menentukan nilai F_{tabel} pada nilai signifikansi 5% Pendeteksian homogen atau tidaknya data pada penelitian ini juga dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS. Adapun kriteria pengujiannya yaitu: data dianggap homogen bila $F_{\text{hitung}} < F_{\text{tabel}}$.

3. Uji Hipotesis

Misbahuddin & Hasan menuturkan bahwa “hipotesis merupakan pernyataan/ dugaan yang bersifat sementara terhadap suatu masalah penelitian yang kebenarannya masih lemah sehingga harus diuji secara empiris” (Misbahuddin & Hasan,2013:34). Ini menunjukkan bahwa pengujian hipotesis merupakan suatu prosedur yang akan melahirkan suatu keputusan, dalam menerima atau menolak hipotesis ini. Pada pengujian data, hipotesis menggunakan taraf signifikansi dengan $\alpha = 5\%$. Dalam penelitian ini, uji hipotesis berbanding dengan hasil uji statistik parametrik atau non parametrik. Apabila data berdistribusi normal dan homogen, maka digunakan uji Independen *T-test*, sedangkan apabila data tidak berdistribusi normal dan tidak homogen, maka digunakan uji *Mann Whitney*.

Adapun kriteria pengujian yang digunakan dalam uji hipotesis ini, yaitu:

- a. H_a diterima dan H_0 ditolak jika t hitung $>$ t tabel, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara karakteristik variabel independen terhadap variabel dependen ini menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun.
- b. H_a ditolak dan H_0 diterima jika t hitung $<$ t tabel, artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara karakteristik variabel independen terhadap variabel dependen. Ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam tidak efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Eksplorasi atau penelitian ini bersifat kuantitatif, sehingga informasi atau data yang disajikan berupa angka-angka. Berdasarkan data yang didapat, penulis melaksanakan analisis dengan menggunakan SPSS 20. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis bagaimana efektivitas dari kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam untuk dapat meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar. Bertolak dari tujuan ini, data dikumpulkan terlebih dahulu dari siswa kelas VII.a dan VIII.b SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar.

Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat (sasaran yang hendak diukur) adalah resiliensi siswa, dalam penelitian ini definisi operasional dari resiliensi merupakan suatu kapasitas seseorang untuk bertahan dari tekanan yang dialami. Berdasarkan definisi tersebut maka diperoleh sub variabel yaitu, (1) memiliki *emotion regulation* (pengatur emosi), (2) *impulse control* (Pengendalian implus), (3) *Optimism* (Optimisme), (4) *reacing out* (Pencapaian). Berangkat dari sub variabel ini, peneliti menguraikan masing-masing indikator dari sub variabel, serta menyusun item-item pernyataan yang berkaitan dengan resiliensi. Pada penelitian ini item pernyataan tersebut penulis tuangkan dengan menggunakan skala liktert, yang mana terdapat lima alternatif jawaban, yaitu selalu, sering, kadang-kadang, jarang dan tidak pernah. Dengan jumlah item 30 butir.

Dari penjabaran skor di atas, hasil instrumen yang diisi oleh setiap responden dan dapat diketahui skor akhirnya. Berdasarkan skor inilah dilakukan kriteria resiliensi siswa. Berdasarkan kriteria tersebut diperoleh skor responden dari instrumen yang telah disebarkan kepada siswa SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar. Berikut perolehan data:

Tabel 4.1
Distribusi Perolehan Skor Responden

| No | Kode Siswa | Kelas | Perolehan Skor | Kategori |
|-----|------------|-------|----------------|---------------|
| 1. | AM | VII.A | 125 | Tinggi |
| 2. | YHJ | VII.A | 124 | Tinggi |
| 3. | SI | VII.A | 100 | Sedang |
| 4. | HNH | VII.A | 95 | Sedang |
| 5. | AU | VII.A | 101 | Sedang |
| 6. | QIN | VII.A | 108 | Tinggi |
| 7. | SNR | VII.A | 89 | Sedang |
| 8. | ASEP | VII.A | 89 | Sedang |
| 9. | MS | VII.A | 105 | Tinggi |
| 10. | KDK | VII.A | 100 | Sedang |
| 11. | CAP | VII.A | 123 | Tinggi |
| 12. | AK | VII.A | 99 | Sedang |
| 13. | QLM | VII.A | 124 | Tinggi |
| 14. | AD | VII.A | 97 | Sedang |
| 15. | IPS | VII.A | 113 | Tinggi |
| 16. | NAA | VII.A | 87 | Sedang |
| 17. | IAR | VII.A | 100 | Sedang |
| 18. | NAI | VII.A | 92 | Sedang |
| 19. | AZK | VII.A | 59 | Rendah |
| 20. | AIY | VII.A | 60 | Rendah |
| 21. | DAA | VII.A | 64 | Rendah |
| 22. | NM | VII.A | 70 | Rendah |
| 23. | NPM | VII.A | 73 | Rendah |
| 24. | AR | VII.A | 69 | Rendah |
| 25. | AIS | VII.A | 96 | Sedang |
| 26. | NS | VII.B | 99 | Sedang |
| 27. | RV | VII.B | 95 | Sedang |
| 28. | ZAA | VII.B | 98 | Sedang |
| 29. | ZD | VII.B | 60 | Rendah |
| 30. | LM | VII.B | 116 | Tinggi |
| 31. | MHA | VII.B | 105 | Tinggi |
| 32. | AZ | VII.B | 70 | Rendah |
| 33. | CA | VII.B | 119 | Tinggi |
| 34. | TSY | VII.B | 120 | Tinggi |
| 35. | FHY | VII.B | 64 | Rendah |
| 36. | ANS | VII.B | 94 | Sedang |
| 37. | AFR | VII.B | 120 | Tinggi |
| 38. | NFR | VII.B | 122 | Tinggi |
| 39. | NSH | VII.B | 99 | Sedang |
| 40. | MAS | VII.B | 115 | Tinggi |
| 41. | NAF | VII.B | 130 | Sangat Tinggi |
| 42. | SLH | VII.B | 110 | Tinggi |
| 43. | HZA | VII.B | 100 | Sedang |

| | | | | |
|-----|----------|-------|-----|--------|
| 44. | ACAL | VII.B | 95 | Sedang |
| 45. | NLH | VII.B | 121 | Tinggi |
| 46. | HNM | VII.B | 69 | Rendah |
| 47. | NBL | VII.B | 65 | Rendah |
| 48. | LRLYMRTA | VII.B | 98 | Sedang |
| 49. | ZBP | VII.B | 62 | Rendah |

Berdasarkan distribusi perolehan skor tersebut, bisa dilihat bahwa siswa sebagai subjek penelitian penulis yaitu siswa yang memiliki resiliensi yang rendah dan sangat rendah. Kondisi ini tentu sebagai tolok ukur penulis ketika melaksanakan penelitian. Sebagaimana telah penulis uraikan pada BAB II, maka dalam hal ini penulis mencoba melakukan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis islam sebagai upaya dalam meningkatkan resiliensi siswa.

1. Deskripsi Data Hasil *Pretest*

Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimen* dengan model *nonequivalent control group design*. Terkait hal ini penulis melakukan dua kali pengukuran resiliensi, yaitu sebelum dilaksanakan konseling kelompok (*pretest*) dan setelah dilaksanakan konseling kelompok (*Postest*). *Pretest* dilakukan dengan menginterpretasikan perolehan skor dengan kategori resiliensi adapun gambaran ini bisa dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2
Skor dan Klasifikasi Resiliensi Siswa Sebelum *Treatment*

| No | Kode Siswa | Kelas | Perolehan Skor | Kategori |
|----|------------|-------|----------------|----------|
| 1 | AZK | VII.A | 59 | Rendah |
| 2 | AIY | VII.A | 60 | Rendah |
| 3 | DAA | VII.A | 64 | Rendah |
| 4 | NM | VII.A | 70 | Rendah |
| 5 | NPM | VII.A | 73 | Rendah |
| 6 | AR | VII.A | 69 | Rendah |
| 7 | ZD | VII.B | 60 | Rendah |
| 8 | AZ | VII.B | 70 | Rendah |
| 9 | FHY | VII.B | 64 | Rendah |
| 10 | HNM | VII.B | 69 | Rendah |
| 11 | NBL | VII.B | 65 | Rendah |
| 12 | ZBP | VII.B | 62 | Rendah |

Perolehan skor di atas menjadi suatu acuan bagi penulis dalam pemberian *treatment*. Hanya saja dalam hal ini untuk peningkatan resiliensi lebih difokuskan kepada kelompok eksperimen. Maka dari itu penulis membagi siswa menjadi 2 kelompok, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pembagian anggota dalam kelompok berdasarkan kelas masing-masing siswa berikut jabaran pembagian anggota dalam kelompok pada penelitian ini.

Tabel 4.3
Klasifikasi Sampel Penelitian

| Kelompok Eksperimen | | | Kelompok Kontrol | | |
|---------------------|------------|-------|------------------|------------|-------|
| No | Kode Siswa | Kelas | No | Kode Siswa | Kelas |
| 1. | AZK | VII.A | 1. | ZD | VII.B |
| 2. | AIY | VII.A | 2. | AZ | VII.B |
| 3. | DAA | VII.A | 3. | FHY | VII.B |
| 4. | NM | VII.A | 4. | HNM | VII.B |
| 5. | NPM | VII.A | 5. | NBL | VII.B |
| 6. | AR | VII.A | 6. | ZBP | VII.B |

Dari tabel di atas, perolehan skor selanjutnya penulis fokuskan pada siswa dikelompokkan eksperimen saja. Interpretasi ini penulis sesuaikan dengan komponen resiliensi atau sub variabel dari penelitian ini, yaitu terkait bagaimana resiliensi siswa. Dalam hal ini kuesioner kembali penulis sebar pada kelompok eksperimen setelah pertemuan selesai, untuk melihat bagaimana hasil *treatment*. Berikut penulis jabarkan perolehan skor masing-masing anggota kelompok pada setiap sub variabel:

Tabel 4.4
Pretest Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen
Aspek Pengaturan Emosi

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 13 | Rendah |
| 2. | AIY | 15 | Rendah |
| 3. | DAA | 12 | Rendah |
| 4. | NM | 16 | Rendah |
| 5. | NPM | 13 | Rendah |
| 6. | AR | 19 | Sedang |
| Jumlah | | 88 | |
| Rata-rata | | 14,6 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria rendah sebanyak 6 orang. Jumlah skor keseluruhan 88 poin dengan rata-rata 14,6 berada pada kategori rendah. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pengaturan emosi (*emotion regulation*) pada kelompok eksperimen berada pada kategori rendah.

Tabel 4.5
Pretest Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen
Pengendalian Implus

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|------------|----------|
| 1. | AZK | 13 | Rendah |
| 2. | AIY | 15 | Rendah |
| 3. | DAA | 21 | Sedang |
| 4. | NM | 18 | Rendah |
| 5. | NPM | 23 | Sedang |
| 6. | AR | 18 | Rendah |
| Jumlah | | 108 | |
| Rata-rata | | 18 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria rendah sebanyak 6 orang. Jumlah skor keseluruhan 108 poin dengan rata-rata 18 berada pada kategori rendah. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pengendalian implus (*impluse control*) pada kelompok eksperimen berada pada kategori rendah.

Tabel 4.6
Pretest Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen
Optimisme

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 18 | Rendah |
| 2. | AIY | 16 | Rendah |
| 3. | DAA | 17 | Rendah |
| 4. | NM | 22 | Sedang |
| 5. | NPM | 22 | Sedang |
| 6. | AR | 16 | Rendah |
| Jumlah | | 111 | |
| Rata-rata | | 18,5 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria sedang sebanyak 2 orang dan kriteria rendah sebanyak 4 orang. Jumlah skor keseluruhan 111 poin dengan rata-rata 18,5 berada pada kategori rendah. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek optimisme (*optimism*) pada kelompok eksperimen berada pada kategori rendah.

Tabel 4.7
Pretest Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen
Kemampuan Analisis Masalah

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|------------|----------|
| 1. | AZK | 5 | Sedang |
| 2. | AIY | 5 | Sedang |
| 3. | DAA | 4 | Rendah |
| 4. | NM | 4 | Rendah |
| 5. | NPM | 4 | Rendah |
| 6. | AR | 6 | Sedang |
| Jumlah | | 28 | |
| Rata-rata | | 4,6 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria sedang sebanyak 4 orang dan rendah sebanyak 3 orang. Jumlah skor keseluruhan 28 poin dengan rata-rata 4,6 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek kemampuan analisis masalah (*causal analysis*) pada kelompok eksperimen berada pada kategori sedang.

Tabel 4.8
Pretest Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen
Aspek Pencapaian

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-----------|----------|
| 1. | AZK | 10 | Sedang |
| 2. | AIY | 9 | Rendah |
| 3. | DAA | 10 | Sedang |
| 4. | NM | 10 | Sedang |
| 5. | NPM | 11 | Sedang |
| 6. | AR | 10 | Sedang |
| Jumlah | | 60 | |
| Rata-rata | | 10 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria sedang sebanyak 5 dan rendah sebanyak 1 orang. Jumlah skor keseluruhan 60 poin dengan rata-rata 10 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pencapaian (*reaching out*) pada kelompok eksperimen berada pada kategori sedang.

Tabel 4.9
Pretest Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol
Pengaturan Emosi

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 13 | Rendah |
| 2. | AIY | 14 | Rendah |
| 3. | DAA | 12 | Rendah |
| 4. | NM | 18 | Sedang |
| 5. | NPM | 17 | Sedang |
| 6. | AR | 14 | Rendah |
| Jumlah | | 88 | |
| Rata-rata | | 14,6 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 2 orang dan kriteria rendah sebanyak 4 orang. Jumlah skor keseluruhan 88 poin dengan rata-rata 14,6 berada pada kategori rendah. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pengaturan emosi (emotion regulation) pada kelompok kontrol berada pada kategori rendah.

Tabel 4.10
Pretest Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol
Pengendalian Implus

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 17 | Rendah |
| 2. | AIY | 18 | Rendah |
| 3. | DAA | 21 | Sedang |
| 4. | NM | 19 | Sedang |
| 5. | NPM | 15 | Rendah |
| 6. | AR | 16 | Rendah |
| Jumlah | | 106 | |
| Rata-rata | | 17,6 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 2 orang dan kriteria rendah sebanyak 4 orang. Jumlah skor keseluruhan 106 poin dengan rata-rata 17,6 berada pada kategori rendah. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pengendalian implus (*impulse control*) pada kelompok kontrol berada pada kategori rendah.

Tabel 4.11
Pretest Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol
Optimisme

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 19 | Sedang |
| 2. | AIY | 18 | Rendah |
| 3. | DAA | 16 | Rendah |
| 4. | NM | 17 | Rendah |
| 5. | NPM | 19 | Sedang |
| 6. | AR | 15 | Rendah |
| Jumlah | | 104 | |
| Rata-rata | | 17,3 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 2 orang dan kriteria rendah 4 orang. Jumlah skor keseluruhan 104 poin dengan rata-rata 17,3 berada pada kategori rendah. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek optimisme (*optimism*) pada kelompok kontrol berada pada kategori rendah.

Tabel 4.12
Pretest Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol
Kemampuan Analisis Masalah

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|------------|----------|
| 1. | AZK | 4 | Rendah |
| 2. | AIY | 7 | Sedang |
| 3. | DAA | 5 | Sedang |
| 4. | NM | 7 | Sedang |
| 5. | NPM | 5 | Sedang |
| 6. | AR | 6 | Sedang |
| Jumlah | | 34 | |
| Rata-rata | | 5,6 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 5 orang dan rendah sebanyak 1 orang. Jumlah skor keseluruhan 34 poin dengan rata-rata 5,6 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek kemampuan analisis masalah (*causal analysis*) pada kelompok kontrol berada pada kategori sedang.

Tabel 4.13
Pretest Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol
Aspek Pencapaian

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|------------|----------|
| 1. | AZK | 7 | Rendah |
| 2. | AIY | 13 | Sedang |
| 3. | DAA | 10 | Sedang |
| 4. | NM | 8 | Rendah |
| 5. | NPM | 9 | Rendah |
| 6. | AR | 11 | Sedang |
| Jumlah | | 58 | |
| Rata-rata | | 9,6 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 3 orang dan kategori rendah sebanyak 3 orang. Jumlah skor keseluruhan 58 poin dengan rata-rata 9,6 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pencapaian (*reaching out*) pada kelompok kontrol berada pada kategori sedang.

1. Deskripsi pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam (*treatment*).

Kegiatan *treatment* pada penelitian ini penulis lakukan dengan menggunakan konseling kelompok. Pada kelompok eksperimen penulis menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam, dan pada kelompok kontrol pelaksanaan konseling kelompok secara umum, sebagaimana yang biasa dilakukan oleh guru BK di sekolah.

Pelaksanaan *treatment* pada penelitian ini dilakukan sebanyak tujuh kali pertemuan. Waktu pelaksanaan disepakati sebelumnya dengan setiap bagian pengumpulan. Sehubungan dengan jadwal pelaksanaan perawatan, pencipta dapat menggambarkan tabel berikut.

Tabel 4.14
Pelaksanaan *treatment*

| Kelompok | Pertemuan | Hari/ tanggal | Tempat Kegiatan |
|------------------------|------------------|----------------------|------------------------|
| Kelompok Eksperimen | Pertemuan I | Rabu, 1 Juni 2022 | Ruangan kelas |
| | Pertemuan II | Jum'at 3 juni 2022 | Ruangan kelas |
| | Pertemuan III | Senin 6 juni 2022 | Ruangan kelas |
| | Pertemuan IV | Kamis, 9 juni 2022 | Ruangan kelas |
| | Pertemuan V | Jum'at, 10 juni 2022 | Ruang kelas |
| | Pertemuan VI | Sabtu 11 juni 2022 | Ruangan kelas |
| | Pertemuan VII | Senin, 13 juni 2022 | Ruangan kelas |
| Kelompok kontrol | Pertemuan I | selasa, 7 juni 2022 | Depan kantin |
| | Pertemuan II | Kamis, 9 juni 2022 | Ruang kelas |
| | Pertemuan III | Rabu, 15 juni 2022 | Ruang kelas |
| | Pertemuan IV | Senin, 18 juni 2022 | Ruang kelas |
| | Pertemuan V | Rabu, 20 juni 2022 | Ruang kelas |
| | Pertemuan VI | Jum'at, 22 juni 2022 | Ruang kelas |
| | Pertemuan VII | Minggu, 24 juni 2022 | Ruang kelas |

a. Kelompok Eksperimen

Pada kegiatan ini penulis melakukan *treatment* yang akan dilaksanagn dengan menggunakan pendekatan SFBC berbasis Islam sebagaimana yang dijelaskan di BAB II.

1) Pertemuan I

Tabel 4.15
Pengisian Skala (*pre-test*)

| Prosedur | Kegiatan | Tujuan |
|-----------------|--|---|
| Tahap Awal | <ol style="list-style-type: none"> 1. Peneliti mengumpulkan responden yang menjadi responden dalam kelas. 2. Mengawasi kegiatan dengan membaca do'a. 3. Peneliti mengambil absen terlebih dahulu. 4. Peneliti menyampaikan tujuan dan manfaat dari kegiatan yang akan dilakukan. 5. Peneliti menjelaskan bagaimana cara pengerjaan tugas yang akan diberikan. 6. Dan peneliti juga menyampaikan berapa waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas tersebut. 7. Tak lupa pula peneliti menyampaikan terkait adanya asas kerahasiaan dalam kegiatan ini. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar peneliti dapat mengamati saat responden melakukan skala <i>pretest</i>. 2. Agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan lancar dari awal sampai akhir kegiatan. 3. Agar terjalinnya keakraban antara peneliti dengan responden. 4. Agar responden dapat menyelesaikan tugas dari kegiatan ini dengan baik. 5. Agar responden dapat memahami terkait bagaimana pengisiannya. 6. Agar kegiatan dapat terselesaikan sesuai dengan kontrak waktu yang sudah disepakati bersama. 7. Agar responden mengisi skala tersebut dengan penuh rasa percaya diri, jujur, sesuai dengan keadaan yang sedang dihadapi. |
| Tahap Transisi | <ol style="list-style-type: none"> 1. Peneliti menanyakan terkait bagaimana pemahaman responden tentang cara pengerjaan tugas kegiatan. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar kegiatan ini dapat berjalan sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai. 2. Untuk dapat mengetahui |

| | | |
|-------------------|--|--|
| | 2. Peneliti menanyakan kesiapan responden dalam melaksanakan kegiatan. | kemantapan responden dalam mengikuti kegiatan nantinya. |
| Tahap Inti | <ol style="list-style-type: none"> 1. Peneliti membagikan kepada responden skala resiliensi. 2. Responden diminta untuk mengisi identitas diri pada kolom bagian atas terlebih dahulu. 3. Peneliti mempersilakan responden untuk menjawab skala yang sudah dibagikan. 4. Setelah responden selesai mengisi skala resiliensi tersebut peneliti menjelaskan bagaimana kelanjutan dari hasil kegiatan ini yang akan dipergunakan pada kegiatan hari selanjutnya. 5. Peneliti kembali menegaskan bahwa kegiatan ini dijamin kerahasiaannya. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar kegiatan bisa dimulai. 2. Untuk dapat mempermudah peneliti dalam peng-administrasian. 3. Agar responden siap untuk mengikuti setiap sesi. 4. Agar responden dapat melakukan kegiatan dengan baik dan serius 5. Agar partisipan semakin yakin dan percaya peneliti atau konselor. |
| Tahap pengakhiran | <ol style="list-style-type: none"> 1. Peneliti mengumpulkan skala resiliensi yang sudah diisi oleh responde. 2. Peneliti menjelaskan terkait tindak lanjut dari hasil kegiatan hari ini. 3. Selanjutnya peneliti mengakhiri kegiatan dengan ucapan terimakasih. 4. Ditutup dengan membaca do'a penutup. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Telah selsesainya kegiatan pertemuan pertama pada kelompok eksperimen. 2. Dapat terumuskannya tujuan untuk kegiatan selanjutnya. 3. Terjalannya hubungan yang baik untuk tujuan selanjutnya. 4. Mengakhiri dengan rasa syukur. |

2) Pertemuan II

Tabel 4.16

Konseling SFBC Berbasis Islam

| Prosedur | kegiatan | Tujuan |
|----------------|---|---|
| Tahap Awal | <ol style="list-style-type: none"> 1. Sebelum memulai kegiatan diawali dengan membaca do'a terlebih dahulu. 2. Mengungkapkan tujuan kegiatan konseling kelompok. 3. Permainan pengakraban | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar kegiatan berjalan dengan lancar dari awal samapai akhir kegiatan. 2. Agar anggota kelompok dapat memahami tujuan dari kegiatan yang akan dilaksanakan. 3. Agar terciptanya kedekatan secara psikologis dan terwujudnya dinamika kelompok. |
| Tahap Transisi | <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap selanjutnya. 2. Menanyakan kesiapan Ak (anggota kelompok) untuk mengikuti kegiatan. 3. Membahas terkait apa yang sedang dirasakan oleh AK. 4. Meningkatkan kemampuan partisipasi anggota dalam kelompok | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar anggota sukarela untuk mengikuti tahapan selanjutnya. 2. Agar mengetahui kematapan AK untuk melaksanakan kegiatan selanjutnya. 3. AK menyampaikan secara bergiliran terkait apa yang sedang dirasakan. 4. Agar tewujudnya dinamika kelompok. |
| Tahap Inti | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengidentifikasi terkait problem dengan rendahnya resiliensi siswa. 2. PK (Pimpinan Kelompok) menjelaskan materi tentang resiliensi 3. Selanjutnya sesi tanya jawab antara AK dan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Untuk dapat mengetahui terkait bagaimana resiliensi dari AK. 2. Untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang resiliensi. 3. Untuk mengetahui sejauh mana pemahaman AK |

| | | |
|---------------------|--|---|
| | <p>PK tentang materi yang sedang dibahas</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. AK diminta untuk dapat menyimpulkan materi tentang resiliensi. 5. <i>Ice breaking</i> tentang gaja dan semut “misalnya ketika PK mengatakan gaja maka AK menjawab gajah itu besar dengan menggerakkan tangan menunjukkan gaja itu kecil, dan jika PK mengatakan Semut maka AK menjawab semut itu kecil dengan menggerakkan tangan menunjukkan semut itu besar”. | <p>terkait resiliensi dan menumbuhkan keberanian AK dalam mengeluarkan pendapat.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Agar AK paham dengan apa itu resiliensi. 5. Agar AK merasa enjoy dan lebih siap lagi untuk lanjut ke sesi selanjutnya. |
| Tahapan pengakhiran | <ol style="list-style-type: none"> 1. Membahas kegiatan lanjutan. 2. Kelompok mengakhiri kegiatan 3. Kegiatan ditutup dengan membaca doa syukur dan setelah itu menyanyikan lagu sayonara. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar dapat terumuskan kegiatan lanjutan 2. Agar terjalinnya hubungan kelompok dan kebersamaan. |

3) Pertemuan ke III

Tabel 4.17
Konseling SFBC Berbasis Islam

| Prosedur | Kegiatan | Tujuan |
|--------------|---|--|
| Tahapan Awal | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengawali kegiatan dengan membaca do'a terlebih dahulu yang dipimpin oleh PK. 2. Menanyakan kembali kegiatan pada pertemuan sebelumnya. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar kegiatan dapat berjalan lancar dari awal sampai akhir kegiatan 2. AK diajak untuk mengingat kembali kegiatan pada pertemuan |

| | | |
|------------------|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none"> Mejelaskan tahapan konseling kelompok SFBC berbasis Islam dan tujuannya. | <p>sebelumnya.</p> <ol style="list-style-type: none"> Agar AK dapat mengetahui manfaat dari kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya. |
| Tahapan Transisi | <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap selanjutnya. Menanyakan kesiapan Ak (anggota kelompok) untuk mengikuti kegiatan. Membahas terkait apa yang sedang dirasakan oleh AK. <i>Ice breaking</i> bos berkata “ pada <i>ice breaking</i> ini cara mainnya AK melakukan apa yang di sampaikan oleh PK jika ada kata bos berkata, jika tidak ada kata bos berkata maka anggota kelompok tidak boleh melakukan apa yng disampaikan oleh PK” | <ol style="list-style-type: none"> Agar anggota sukarela untuk mengikuti tahapan selanjutnya. Agar mengetahui kematapan AK untuk melaksanakan kegiatan selanjutnya. AK menyampaikan secara bergiliran terkait apa yang sedang dirasakan. Agar siswa enjoy dalam melaksanakan kegiatan konseling klompok. |
| Tahap Inti | <ol style="list-style-type: none"> Memfasilitasi identifikasi permasalahan AK. PK mengkomunikasikan optimisme dan harapan untuk berubah dan memberdayakan AK. PK menjelaskan kepada AK bahwa setiap masalah yang dialami oleh AK sebagai sesuatu yang normal dan dapat dirubah. PK juga | <ol style="list-style-type: none"> Agar PK dapat mengetahui inti masalah AK. Untuk dapat meyakini AK akan sebuah tujuan yang hendak dicapai dalam proses konseling Memotivasi AK untuk dapat membuka diri atas permasalahan yang dihadapinya. Agar PK dapat menggunakan teknik yang sesuai dalam |

| | | |
|---------------|---|--|
| | <p>menyampaikan setiap masalah yang dihadapi itu bentuk cintanya Allah kepada hambanya, Allah SWT tidak memberikan suatu masalah melainkan telah disiapkan jalan keluarnya.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. PK menetapkan kondisi dasar konseli. 5. Setiap sesi PK menanyakan skala pencapaian dari angka 0-10 yang mana angka 0 diartikan sebagai kondisi sangat terpuruk dan angka 10 diartikan sebagai kondisi yang penuh keajaiban. | <p>mengentasi permasalahan yang dihadapi AK.</p> |
| Tahapan Akhir | <ol style="list-style-type: none"> 1. PK mengajak AK untuk menyimpulkan kegiatan yang telah dilakukan. 2. PK mengingatkan bahwa akan ada pertemuan kembali untuk melakukan konseling selanjutnya. 3. PK mengakhiri kegiatan konseling kelompok dengan berdo'a. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar AK dapat menyimpulkan hasil dari kegiatan yang telah dilakukan diminta AK untuk dapat menyimpulkan dari hasil kegiatan yang dilaksanakan secara bergiliran. 2. Agar diketahui kapan kegiatan selanjutnya akan dilaksanakan. |

4) Pertemuan ke-IV

Tabel 4.18
Konseling SFBC Berbasis Islam

| Prosedur | Kegiatan | Tujuan |
|------------------|---|---|
| Tahapan Awal | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengawali kegiatan dengan membaca do'a terlebih dahulu yang dipimpin oleh PK. 2. Menanyakan kembali kegiatan pada pertemuan sebelumnya. 3. Menjelaskan tahapan konseling kelompok SFBC berbasis Islam dan tujuannya. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar kegiatan dapat berjalan lancar dari awal sampai akhir kegiatan 2. AK diajak untuk mengingat kembali kegiatan pada pertemuan sebelumnya. 3. Agar AK dapat mengetahui manfaat dari kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya. |
| Tahapan Transisi | <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap selanjutnya. 2. Menanyakan kesiapan Ak (anggota kelompok) untuk mengikuti kegiatan. 3. Membahas terkait apa yang sedang dirasakan oleh AK. 4. <i>Ice breaking</i> pesan berantai dengan menirukan gaya“ pada <i>ice breaking</i> ini cara mainnya AK mepragakan dengan gaya kata yang disebut oleh PK dan kemudian di lakukan terus secara bergiliran sampai pada kelompok terakhir akan menebak itu gaya apa”. | <ol style="list-style-type: none"> 5. Agar anggota sukarela untuk mengikuti tahapan selanjutnya. 6. Agar mengetahui kematapan AK untuk melaksanakan kegiatan selanjutnya. 7. AK menyampaikan secara bergiliran terkait apa yang sedang dirasakan. 8. Agar siswa enjoy dalam melaksanakan kegiatan konseling kelompok. |

| | | |
|---------------|--|---|
| Tahap Inti | <ol style="list-style-type: none"> 1. PK dan Ak kerjasama untuk menentukan suatu tujuan dalam proses konseling ini. 2. PK mengajak AK untuk merubah apa yang dilakukan dalam situasi yang bermasalah. 3. PK membantu AK merubah cara pandang atau kerangka berpikir tentang situasi masalah yang sedang dihadapi oleh AK. 4. PK membantu AK untuk dapat mengubah menilai suatu retak, solusi, dan kelebihan-kelebihan yang dimiliki oleh AK. 5. Setiap sesi PK menanyakan skala pencapaian dari angka 0-10 yang mana angka 0 diartikan sebagai kondisi sangat terpuruk dan angka 10 diartikan sebagai kondisi yang penuh keajaiban. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar tujuan dari konseling kelompok SFBC dapat tercapai dengan maksimal. 2. Agar dapat memberikan suatu pemahaman baru bagi AK. 3. Untuk dapat merubah cara pandang AK terhadap permasalahan dirubah ke arah positif. 4. Agar AK bisa mengenali sumber-sumber positif yang ada dalam dirinya yang akan menjadi suatu potensi untuk dapat berubah. |
| Tahapan Akhir | <ol style="list-style-type: none"> 1. PK mengajak AK untuk menyimpulkan kegiatan yang telah dilakukan. 2. PK mengingatkan bahwa akan ada pertemuan kembali untuk melakukan konseling selanjutnya 3. PK mengingatkan AK agar kegiatan yang dilakukan untuk dapat di praktekan dalam | <ol style="list-style-type: none"> 3. Agar AK dapat menyimpulkan hasil dari kegiatan yang telah dilakukan diminta AK untuk dapat menyimpulkan dari hasil kegiatan yang dilaksanakan secara bergiliran. 4. Agar AK bisa kuat dalam menghadapi setiap permasalahan. 5. Agar diketahui kapan |

| | | |
|--|--|---|
| | kehidupan sehari-hari. 4. PK mengakhiri kegiatan konseling kelompok dengan berdo'a. | kegiatan selanjutnya akan dilaksanakan. |
|--|--|---|

5) Pertemuan Ke-V

Tabel 4.19
Konseling SFBC Berbasis Islam

| Prosedur | Kegiatan | Tujuan |
|------------------|---|---|
| Tahapan Awal | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengawali kegiatan dengan membaca do'a terlebih dahulu yang dipimpin oleh PK. 2. Menanyakan kembali kegiatan pada pertemuan sebelumnya. 3. Menjelaskan tahapan konseling dan tujuannya. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar kegiatan dapat berjalan lancar dari awal sampai akhir kegiatan 2. AK diajak untuk mengingat kembali kegiatan pada pertemuan sebelumnya. 3. Agar AK dapat mengetahui manfaat dari kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya. |
| Tahapan Transisi | <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap selanjutnya. 2. Menanyakan kesiapan Ak (anggota kelompok) untuk mengikuti kegiatan. 3. Membahas terkait apa yang sedang dirasakan oleh AK. 4. <i>Ice breaking</i> tepuk pagi, siang dan malam “ pada <i>ice breaking</i> ini cara mainnya AK melakukan tepukan sesuai dari apa yang di sebut oleh PK jika | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar anggota sukarela untuk mengikuti tahapan selanjutnya. 2. Agar mengetahui kematapan AK untuk melaksanakan kegiatan selanjutnya. 3. AK menyampaikan secara bergiliran terkait apa yang sedang dirasakan. 4. Agar siswa enjoy dalam melaksanakan kegiatan konseling kelompok. |

| | | |
|------------|---|---|
| | <p>PK menyebut pagi maka AK bertemuk 1 kali dan ketika PK menyebut Siang maka AK akan tepuk 2 kali terakhir jika PK menyebut Malam maka AK bertepuk 3 kali”</p> | |
| Tahap Inti | <ol style="list-style-type: none"> 1. PK merancang intervensi untuk mencegah pola perilaku masalah dengan menunjukkan cara alternatif untuk bereaksi terhadap suatu permasalahan yang dihadapi oleh AK. 2. PK mengintergrasikan pemahaman dan keaktivitas dalam penggunaan strategi konseling agar dapat mendorong suatu perubahan. 3. PK menjelaskan tentang pendekatan dan teknik yang akan digunakan. 4. PK menjelaskan fungsi dari pendekatan dan teknik yang akan digunakan. 5. Setiap sesi PK menanyakan skala pencapaian dari angka 0-10 yang mana angka 0 diartikan sebagai kondisi sangat terpuruk dan angka 10 diartikan sebagai kondisi yang penuh keajaiban. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar AK dapat mengetahui alternatif solusi dalam menghadapi suatu permasalahan. 2. Agar tepat sasaran dalam penyelesaian masalah sehingga tujuan dari konseling dapat tercapai dengan baik. 3. Agar AK dapat mengetahui penjelasan terkait pendekatan dan teknik yang digunakan sebagai suatu intervensi. 4. Agar AK dapat memahami kegunaan pemilihan pendekatan dan teknik yang akan digunakan. |

| | | |
|---------------|---|--|
| Tahapan Akhir | <ol style="list-style-type: none"> 1. PK mengajak AK untuk menyimpulkan kegiatan yang telah dilakukan. 2. PK mengingatkan bahwa akan ada pertemuan kembali untuk melakukan konseling selanjutnya. 3. PK mengingatkan agar kegiatan hari ini dapat diterapkan oleh AK dalam kehidupan. 4. PK mengakhiri kegiatan konseling kelompok dengan berdoa. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar AK dapat menyimpulkan hasil dari kegiatan yang telah dilakukan diminta AK untuk dapat menyimpulkan dari hasil kegiatan yang dilaksanakan secara bergiliran. 2. Agar diketahui kapan kegiatan selanjutnya akan dilaksanakan. |
|---------------|---|--|

6) Pertemuan ke-VI

Tabel 4.20
Konseling SFBC Berbasis Islam

| Prosedur | Kegiatan | Tujuan |
|------------------|--|--|
| Tahapan Awal | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengawali kegiatan dengan membaca do'a terlebih dahulu yang dipimpin oleh PK. 2. Menanyakan kembali kegiatan pada pertemuan sebelumnya. 3. Menjelaskan tahapan konseling dan tujuannya. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar kegiatan dapat berjalan lancar dari awal sampai akhir kegiatan 2. AK diajak untuk mengingat kembali kegiatan pada pertemuan sebelumnya. 3. Agar AK dapat mengetahui manfaat dari kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya. |
| Tahapan Transisi | <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap selanjutnya. 2. Menanyakan kesiapan Ak (anggota | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar anggota sukarela untuk mengikuti tahapan selanjutnya. 2. Agar mengetahui kematapan AK untuk melaksanakan |

| | | |
|---------------|---|--|
| | <p>kelompok) untuk mengikuti kegiatan.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Membahas terkait apa yang sedang dirasakan oleh AK. 4. <i>Ice breaking</i> tepuk cikebuke “ pada <i>ice breaking</i> ini cara mainnya AK diminta untuk ikut bernyanyi dan memperagakan tepukan yang sudah dicontohkan oleh PK” | <p>kegiatan selanjutnya.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. AK menyampaikan secara bergiliran terkait apa yang sedang dirasakan. 4. Agar siswa enjoy dalam melaksanakan kegiatan konseling klompok. |
| Tahap Inti | <ol style="list-style-type: none"> 1. PK mendengarkan secara konstan suatu contoh ketika masalah AK membaik 2. PK mencari pengecualian dan memanfaatkannya secara efektif. 3. PK melontarkan sebuah pertanyaan-pertanyaan pengecualian. 4. PK mendengarkan dengan detail permasalahan AK. 5. PK mendengarkan beragam solusi yang potensial, sumber kekuatan dan sumber daya ptensial 6. Setiap sesi PK menanyakan skala pencapaian dari angka 0-10 yang mana angka 0 diartikan sebagai kondisi sangat terpuruk dan angka 10 diartikan sebagai kondisi yang penuh keajaiban. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar AK dapat menemukan pengecualian yang bisa memuat masalahnya menjadi bukan sebuah masalah yang sulit. 2. Agar tepat sasaran dalam penyelesaian masalah sehingga tujuan dari konseling dapat tercapai dengan baik. 3. Agar AK dapat menemukan suatu potesi dalam dirinya dalam menyelesaikan masalahnya. 4. Agar AK dapat lebih bebas mengeluarkan semua hal yang mengganggu pikirannya. 5. Agar AK mampu untuk menemukan solusi, potensial, sumber kekuatan dan sumber daya yang potensial dalam diri AK. |
| Tahapan Akhir | <ol style="list-style-type: none"> 1. PK mengajak AK untuk menyimpulkan kegiatan yang telah | <ol style="list-style-type: none"> 3. Agar AK dapat menyimpulkan hasil dari kegiatan yang |

| | | |
|--|---|--|
| | <p>dilakukan.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. PK mengingatkan bahwa akan ada pertemuan kembali untuk melakukan konseling selanjutnya. 3. PK mengingatkan agar kegiatan hari ini dapat diterapkan oleh AK dalam kehidupan. 4. PK mengakhiri kegiatan konseling kelompok dengan berdo'a. 5. Menyanikan lagu sayonara. | <p>telah dilakukan diminta AK untuk dapat menyimpulkan dari hasil kegiatan yang dilaksanakan secara bergiliran.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Agar diketahui kapan kegiatan selanjutnya akan dilaksanakan. 5. Mengakhiri kegiatan dn perpisahan dengan kegiatan yang berkesan. |
|--|---|--|

7) Pertemuan Ke-VII

Tabel 4.21
Konseling SFBC Berbasis Islam

| Prosedur | Kegiatan | Tujuan |
|------------------|--|--|
| Tahapan Awal | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengawali kegiatan dengan membaca do'a terlebih dahulu yang dipimpin oleh PK. 2. Menanyakan kembali kegiatan pada pertemuan sebelumnya. 3. Menjelaskan tahapan konseling dan tujuannya. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar kegiatan dapat berjalan lancar dari awal sampai akhir kegiatan 2. AK diajak untuk mengingat kembali kegiatan pada pertemuan sebelumnya. 3. Agar AK dapat mengetahui manfaat dari kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya. |
| Tahapan Transisi | <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap selanjutnya. 2. Menanyakan kesiapan Ak (anggota kelompok) untuk | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar anggota sukarela untuk mengikuti tahapan selanjutnya. 2. Agar mengetahui kematapan AK untuk melaksanakan kegiatan selanjutnya. |

| | | |
|---------------|---|--|
| | <p>mengikuti kegiatan.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Membahas terkait apa yang sedang dirasakan oleh AK. 4. <i>Ice breaking</i> tepuk pagi, siang dan malam “ pada <i>ice breaking</i> ini cara mainnya AK melakukan tepukan sesuai dari apa yang di sebut oleh PK jika PK menyebut pagi maka AK bertemuk 1 kali dan ketika PK menyebut Siang maka AK akan tepuk 2 kali terakhir jika PK menyebut Malam maka AK bertepuk 3 kali” | <ol style="list-style-type: none"> 3. AK menyampaikan secara bergiliran terkait apa yang sedang dirasakan. 4. Agar siswa enjoy dalam melaksanakan kegiatan konseling klompok. |
| Tahap Inti | <ol style="list-style-type: none"> 1. PK mendengarkan semua tentang yang disampaikan oleh AK 2. PK memahami terkait masalah yang sedang dihadapi oleh AK, kemudian membangun dari sudut pandang AK. 3. PK meneggakan jembatan sampai perubahan dalam cara berpikir berkembang. 4. Setiap sesi PK menanyakan skala pencapaian dari angka 0-10 yang mana angka 0 diartikan sebagai kondisi sangat terpuruk dan angka 10 diartikan sebagai kondisi yang penuh keajaiban. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar permasalahan AK bisa dipahami dengan lengkap. 2. Agar AK dapat menemukan solusi atau cara oikie baru untuk masalahnya 3. Agar AK dapat melihat masalah dengan cara yang baru. 4. Agar AK dapat memahami kegunaan pemilihan pendekatan dan teknik yang akan digunakan. |
| Tahapan Akhir | <ol style="list-style-type: none"> 1. PK mengajak AK untuk menyimpulkan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Agar AK dapat menyimpulkan hasil |

| | | |
|--|---|--|
| | <p>kegiatan yang telah dilakukan.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. PK menyampaikan bahwa kegiatan akan segera berakhir. 3. PK memberikan kesempatan pada AK untuk mengungkapkan kesan dan pesan selama mengikuti rangkaian kegiatan. 4. PK mengakhiri kegiatan konseling kelompok dengan berdo'a, setelahnya menyanyikan lagu sayonara. | <p>dari kegiatan yang telah dilakukan diminta AK untuk dapat menyimpulkan dari hasil kegiatan yang dilaksanakan secara bergiliran.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Agar diketahui kapan kegiatan selanjutnya akan dilaksanakan. 3. PK mengakhiri kegiatan dengan berkesan. |
|--|---|--|

b. Kelompok Kontrol

Pada kelompok ini, pertemuan kelompok yang dilakukan disesuaikan dengan pertemuan konseling kelompok yang dilaksanakan disesuaikan dengan pertemuan konseling kelompok secara umum. bahwa terdapat 4 tahapan dalam konseling kelompok, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran.

a) Tahap pembentukan

Pada tahapan ini dilakukannya perkenalan kepada masing-masing anggota kelompok dan juga diiringi dengan sebuah permainan untuk lebih menghidupkan suasana dalam kegiatan kelompok. dan pada tahapan ini PK juga menjelaskan pengertian konseling kelompok secara umum, tujuan konseling kelompok, serta azas dalam konseling kelompok.

b) Tahap peralihan

Pada tahapan ini, PK menanyakan kembali terkait hal-hal yang belum dipahami dalam pelaksanaan konseling kelompok

nantinya. Selanjutnya PK menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan pada tahap berikutnya.

c) Tahap kegiatan

Pada tahap ini masing-masing anggota kelompok diminta untuk mengungkapkan terkait problem atau hal menganjak yang dirasakan oleh AK masalah ini akan dibahas secara bergantian di setiap pertemuan. PK disini hanya mengarahkan AK dan mengajak AK untuk saling berkontribusi membantu hambatan yang sedang dirasakan oleh rekannya. PK juga yang mengatur kelancaran dalam proses konseling agar tetap terarah.

Setelah diskusi telah dilaksanakan maka PK memberikan ulasan dan saran terkait upaya dalam mengentaskan hambatan tersebut.

d) Tahap pengakhiran

Pada tahap ini masing-masing AK diminta memberikan pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok dan AK juga diarahkan untuk dapat mengungkapkan hasil atau kesimpulan yang didapatkan selama kegiatan kelompok dilaksanakan dan apa yang masih perlu dibahas dalam konseling kelompok. lebih rinci berikut hasil pertemuan kelompok kontrol pada tabel berikut:

Tabel 4.20
Alur kegiatan kelompok kontrol

| No | Hari/Tanggal | Tempat kegiatan | Deskripsi Kegiatan |
|----|---------------------|-----------------|---|
| | Selasa, 7 juni 2022 | Depann Kantin | Pada pertemuan ini dilaksanakannya pembentukan kelompok, tujuan dari dilaksanakannya konseling kelompok, deskripsi kegiatan konseling kelompok yang akan dilakukan, serta penetapan kontrak kegiatan. |

| | | | |
|--|----------------------|--------------|--|
| | Kamis, 9 juni 2022 | Kelas Mekkah | Pada pertemuan ini dimintak masing-masing AK mengngkapakan secara bergiliran mengungkapkan masalah yang sedang dihadapi sesuai dengan pengisian kuesioner yang telah dilakukan, diperoleh berapa masalah, 1. Susah untuk mengontrol apa yang ingin disampaikan kadang membuat teman menjadi sedih dengan apa yang saya katakan, 2. Susah untuk menyesuaikan dengan lingkungan yang baru 3. susah untuk fokus dalam belajar karena teman mengajak bercerita, 4. Sulit untuk mengatur waktu kapan harus belajar dan bermain. |
| | Rabu, 15 juni 2022 | Kelas Mekkah | Pembahasan masalah 1 |
| | Senin, 18 juni 2022 | Kelas Mekkah | Pembahasan masalah 2 |
| | Rabu, 20 juni 2022 | Kelas Mekkah | Pembahasan masalah 3 |
| | Jum'at, 22 juni 2022 | Kelas Mekkah | Pembahasan masalah 4 |
| | Minggu 24 juni 2022 | Kelas Mekkah | Pada akhir pertemuan, dilaksanakannya kilas balik kegiatan mulai dari pertemuan pertama hingga pertemuan keenam. AK juga menyampaikan komitmen yang sudah ditetapkan, serta penyampaian pesan dan kesan selama kegiatan kelompok oleh AK secara bergiliran. |

4. Deskripsi Data Hasil *Posttest*

Berdasarkan hasil instrumen untuk *posttest* yang diberikan kepada 6 responden kelompok kontrol dan eksperimen setelah dilakukan *treatment*.

a. Kelompok Eksperimen

Berikut peolehan skor *posttest* kelompok eksperimen.

Tabel 4.23
Skor *Posttest* Kelompok Eksperimen

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 98 | Tinggi |
| 2. | AIY | 100 | Tinggi |
| 3. | DAA | 95 | Sedang |
| 4. | NM | 99 | Tinggi |
| 5. | NPM | 98 | Tinggi |
| 6. | AR | 100 | Tinggi |
| Jumlah | | 590 | |
| Rata-rata | | 98,3 | |

Berdasarkan data *posttest* di atas dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria sedang 1 orang dan kriteria tinggi sebanyak 5 orang. Jumlah skor keseluruhan 590 poin dengan rata-rata 98,3 berada pada kategori tinggi. Artinya resiliensi siswa sudah meningkat pada kelompok eksperimen setelah dilakukan *treatment* berada pada kategori tinggi.

Selanjutnya peneliti mengklasifikasikan *posttest* tingkat resiliensi siswa kelompok eksperimen peraspek sebagai berikut:

Tabel 4.24
***Posttest* Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen**
Aspek Pengaturan Emosi

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 23 | Sedang |
| 2. | AIY | 24 | Sedang |
| 3. | DAA | 25 | Sedang |
| 4. | NM | 25 | Sedang |
| 5. | NPM | 26 | Tinggi |
| 6. | AR | 22 | Sedang |
| Jumlah | | 145 | |
| Rata-rata | | 24,1 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria sedang sebanyak 5 orang dan tinggi sebanyak 1 orang. Jumlah skor keseluruhan 145 poin dengan rata-rata 24,1 berada pada

kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pengaturan emosi (*emotion regulation*) pada kelompok eksperimen berada pada kategori sedang.

Tabel 4.25
Posttest Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen
Aspek Pengendalian Implus

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 27 | Sedang |
| 2. | AIY | 29 | Tinggi |
| 3. | DAA | 22 | Sedang |
| 4. | NM | 29 | Tinggi |
| 5. | NPM | 25 | Sedang |
| 6. | AR | 28 | Sedang |
| Jumlah | | 160 | |
| Rata-rata | | 26,7 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria sedang sebanyak 4 orang dan kriteria tinggi 2 orang. Jumlah skor keseluruhan 160 poin dengan rata-rata 26,7 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pengendalian implus (*impluse control*) pada kelompok eksperimen berada pada kategori sedang.

Tabel 4.26 Posttest Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen
Aspek Optimisme

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 26 | Sedang |
| 2. | AIY | 30 | Tinggi |
| 3. | DAA | 26 | Sedang |
| 4. | NM | 25 | Sedang |
| 5. | NPM | 26 | Sedang |
| 6. | AR | 31 | Tinggi |
| Jumlah | | 164 | |
| Rata-rata | | 27,3 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria sedang sebanyak 4 orang dan tinggi 2 orang. Jumlah skor keseluruhan 164 poin dengan rata-rata 27,3 berada pada kategori sedang.

Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek optimisme (*optimisme*) pada kelompok eksperimen berada pada kategori sedang.

Tabel 4.27
Posttest Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen
Aspek Kemampuan Analisis Masalah

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|------------|----------|
| 1. | AZK | 7 | Sedang |
| 2. | AIY | 7 | Sedang |
| 3. | DAA | 7 | Sedang |
| 4. | NM | 6 | Sedang |
| 5. | NPM | 6 | Sedang |
| 6. | AR | 7 | Sedang |
| Jumlah | | 40 | |
| Rata-rata | | 6,6 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria sedang sebanyak 6 orang. Jumlah skor keseluruhan 40 poin dengan rata-rata 6,6 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek kemampuan analisis masalah pada kelompok eksperimen berada pada kategori sedang.

Tabel 4.28
Posttest Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen
Aspek Pencapaian

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-----------|----------|
| 1. | AZK | 15 | Sedang |
| 2. | AIY | 11 | Sedang |
| 3. | DAA | 17 | Tinggi |
| 4. | NM | 15 | Sedang |
| 5. | NPM | 14 | Sedang |
| 6. | AR | 12 | Sedang |
| Jumlah | | 84 | |
| Rata-rata | | 14 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok eksperimen dengan kriteria sedang sebanyak 5 orang dan tinggi 1 orang. Jumlah skor keseluruhan 84 poin dengan rata-rata 14 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek kemampuan analisis masalah pada kelompok eksperimen berada pada kategori sedang.

b. Kelompok Kontrol

Berikut perolehan data *posttest* kelompok kontrol

Tabel 4.29
***Posttest* Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol**

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|------------|----------|
| 1. | AZK | 75 | Sedang |
| 2. | AIY | 83 | Sedang |
| 3. | DAA | 78 | Sedang |
| 4. | NM | 77 | Sedang |
| 5. | NPM | 80 | Sedang |
| 6. | AR | 77 | Sedang |
| Jumlah | | 470 | |
| Rata-rata | | 78 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 6 orang. Jumlah skor keseluruhan 470 poin dengan rata-rata 78 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada kelompok kontrol berada pada kategori sedang.

Selanjutnya peneliti mengklasifikasikan *posttest* skala resiliensi peraspek sebagai berikut:

Tabel 4.30
***Posttest* Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol**
Aspek Pengaturan Emosi

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 16 | Rendah |
| 2. | AIY | 20 | Sedang |
| 3. | DAA | 19 | Sedang |
| 4. | NM | 17 | Sedang |
| 5. | NPM | 21 | Sedang |
| 6. | AR | 17 | Sedang |
| Jumlah | | 110 | |
| Rata-rata | | 18,3 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 5 orang dan rendah 1 orang. Jumlah skor keseluruhan 110 poin dengan rata-rata 18,3 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pengaturan emosi pada kelompok kontrol berada pada kategori sedang.

Tabel 4.31
Posttest Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol
Aspek Pengendalian Implus

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 27 | Sedang |
| 2. | AIY | 22 | Sedang |
| 3. | DAA | 27 | Sedang |
| 4. | NM | 27 | Sedang |
| 5. | NPM | 22 | Sedang |
| 6. | AR | 26 | Sedang |
| Jumlah | | 151 | |
| Rata-rata | | 25,2 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 6 orang. Jumlah skor keseluruhan 151 poin dengan rata-rata 25,2 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pengendalian implus pada kelompok kontrol berada pada kategori sedang.

Tabel 4.32
Posttest Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol
Aspek Optimisme

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 24 | Sedang |
| 2. | AIY | 22 | Sedang |
| 3. | DAA | 19 | Sedang |
| 4. | NM | 20 | Sedang |
| 5. | NPM | 20 | Sedang |
| 6. | AR | 19 | Sedang |
| Jumlah | | 124 | |
| Rata-rata | | 20,6 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 6 orang. Jumlah skor keseluruhan 124 poin dengan rata-rata 20,6 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek optimisme pada kelompok kontrol berada pada kategori sedang.

Tabel 4.33
Posttest Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol
Aspek Kemampuan Analisis Masalah

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|------------|----------|
| 1. | AZK | 6 | Sedang |
| 2. | AIY | 4 | Rendah |
| 3. | DAA | 7 | Sedang |
| 4. | NM | 3 | Rendah |
| 5. | NPM | 4 | Rendah |
| 6. | AR | 5 | Sedang |
| Jumlah | | 29 | |
| Rata-rata | | 4,8 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 3 orang dan rendah 3 orang. Jumlah skor keseluruhan 29 poin dengan rata-rata 4,8 berada pada kategori tinggi. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek kemampuan analisis masalah pada kelompok kontrol berada pada kategori tinggi.

Tabel 4.34
Posttest Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol
Aspek Pencapaian

| No | Kode Siswa | Skor | Kategori |
|------------------|------------|-------------|----------|
| 1. | AZK | 11 | Sedang |
| 2. | AIY | 14 | Sedang |
| 3. | DAA | 7 | Rendah |
| 4. | NM | 11 | Sedang |
| 5. | NPM | 12 | Sedang |
| 6. | AR | 10 | Sedang |
| Jumlah | | 65 | |
| Rata-rata | | 10,8 | |

Berdasarkan data di atas, dari 6 anggota kelompok kontrol dengan kriteria sedang sebanyak 5 orang dan kriteria rendah 1 orang. Jumlah skor keseluruhan 65 poin dengan rata-rata 10,8 berada pada kategori sedang. Artinya tingkat resiliensi siswa pada aspek pencapaian pada kelompok kontrol berada pada kategori sedang.

5. Hasil Perbandingan Data Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Berdasarkan hasil instrumen untuk *pretest* dan *posttest* yang diberikan kepada 6 responden kelompok eksperimen dan kontrol setelah dilakukan *treatment*. Berikut hasil perbandingan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol:

Tabel 4.35
Perbandingan Skor Kelompok Eksperimen
Sebelum dan Sesudah

| No | Kode Siswa | Pretest | | posttest | | selisih |
|----|------------|---------|----------|----------|----------|---------|
| | | Skor | Kategori | Skor | Kategori | |
| 1 | AZK | 60 | Rendah | 110 | Tinggi | 39 |
| 2 | AIY | 74 | Rendah | 115 | Tinggi | 40 |
| 3 | DAA | 64 | Rendah | 117 | Sedang | 31 |
| 4 | NM | 70 | Rendah | 116 | Tinggi | 29 |
| 5 | NPM | 73 | Rendah | 118 | Tinggi | 25 |
| 6 | AR | 72 | Rendah | 121 | Tinggi | 31 |

$$g = \frac{\text{skor postte} - \text{skor Prettest}}{\text{skor maximum} - \text{skor prettest}}$$

$$g = \frac{697 - 413}{870 - 413}$$

$$g = \frac{284}{870}$$

$$= 0,62$$

$$= 62\%$$

Berdasarkan pada ketentuan N-gain pada tabel di atas, maka dapat dipahami bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam dapat meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun sebesar 62% dan berada pada kategori cukup efektif artinya layanan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam berada pada kategori tinggi.

Tabel 4.36
Perbandingan Skor Kelompok Kontrol
Sebelum dan Sesudah

| No | Kode Siswa | Pretest | | posttest | | selisih |
|----|------------|---------|----------|----------|----------|---------|
| | | Skor | Kategori | Skor | Kategori | |
| 1 | ZD | 60 | Rendah | 75 | Sedang | 15 |
| 2 | AZ | 70 | Rendah | 83 | Sedang | 13 |
| 3 | FHY | 64 | Rendah | 78 | Sedang | 14 |
| 4 | HNM | 69 | Rendah | 77 | Sedang | 8 |
| 5 | NBL | 65 | Rendah | 80 | Sedang | 15 |
| 6 | ZBP | 62 | Rendah | 77 | Sedang | 15 |

$$g = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor Pretest}}{\text{skor maximum} - \text{skor pretest}}$$

$$g = \frac{475 - 379}{870 - 475}$$

$$g = \frac{96}{395}$$

$$= 0,24$$

$$= 24\%$$

Berdasarkan pada ketentuan N-gain pada tabel kelompok kontrol di atas, maka dapat dipahami bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan secara umum diperoleh 24% dan berada pada kategori tidak efektif karena <40% artinya layanan konseling kelompok secara umum berada pada kategori sedang. Dan dari tabel di atas terlihat perbedaan skor yang diperoleh ketika dilakukannya *pretest* dan *posttest*. Angka yang ditunjukkan pada kolom selisih skor cukup signifikan, terutama pada kelompok eksperimen. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan hasil yang ditimbulkan pada *treatment* dengan konseling kelompok menggunakan pendekatan SFBC berbasis Islam dengan *treatment* yang dilakukan menggunakan prosedur konseling kelompok secara umum.

B. Pengujian prasyarat Analisis

Pengujian prasyarat analisis dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi data, karena uji statistik parametrik mensyaratkan data harus berdistribusi normal. Jika diperoleh data tidak berdistribusi normal maka disyaratkan untuk menguji statistik nonparametrik pada analisis data ini, penulis menggunakan aplikasi SPSS 20. Adapun hasil uji analisis yang diperoleh berdasarkan hasil penelitian dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk dapat melihat apakah data berdistribusi normal atau tidak. Data pengambilan keputusan dalam uji normalitas yakni: jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka data tersebut berdistribusi normal dan jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tersebut tidak berdistribusi normal.

Tabel 4.34 Hasil Uji Normalitas

| | Kelas | Kolmogorov-Smirnov ^a | | |
|-------|-----------------|---------------------------------|----|-------------------|
| | | Statistic | df | Sig. |
| Hasil | Pre_eksperimen | ,211 | 6 | ,200 [*] |
| | Post_eksperimen | ,262 | 6 | ,200 [*] |
| | Pre_kontrol | ,181 | 6 | ,200 [*] |
| | Post_kontrol | ,214 | 6 | ,200 [*] |

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh $> 0,05$. Ini menunjukkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Karena data penelitian berdistribusi normal maka penelitian dapat dilanjutkan dengan menggunakan uji parametrik yaitu uji homogenitas.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk melihat kesamaan antar variabel antara data *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen. Adapun sumber dari pengambilan keputusan dalam uji homogenitas adalah: jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa

varian dua atau lebih kelompok populasi data adalah tidak sama atau tidak homogen. Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah sama. Adapun homogenitas data pada penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 4.37
Uji Homogenitas

| Test of Homogeneity of Variance | | | | | |
|---------------------------------|--------------------------------------|------------------|-----|-------|------|
| | | Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
| Hasil | Based on Mean | ,942 | 1 | 10 | ,355 |
| | Based on Median | ,506 | 1 | 10 | ,493 |
| | Based on Median and with adjusted df | ,506 | 1 | 8,121 | ,497 |
| | Based on trimmed mean | ,852 | 1 | 10 | ,378 |

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh $> 0,05$, dapat dilihat *sig on mean* $0,355 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa varians data kelas *posttest* eksperimen dan *posttest* kontrol adalah sama atau homogen. dan analisis data dapat dilanjutkan dengan menggunakan statistik parametrik, yaitu uji *independen t-test*.

C. Pengujian Hipotesis

Kriteria pengujian hipotesis penelitian ini, adalah sebagai berikut:

- a) H_a diterima dan H_0 ditolak jika t hitung $> t$ tabel, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara karakteristik variabel independen terhadap variabel dependen. Ini menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam dalam meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar.
- b) H_a ditolak dan H_0 diterima jika t hitung $< t$ tabel, artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara karakteristik antara variabel indeoenden terhadap veriabel dependen. Ini menunjukkan bahawa pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis

Islam tidak efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar.

Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan *independent sample t-test*, dimana pengujian dimaksudkan untuk mengetahui adakah perbedaan mean antara dua kelompok dalam penelitian. Adapun hasil yang diperoleh berdasarkan *independent t-test* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.38
Data Statistik Kelompok

| Group Statistics | | | | | |
|------------------|-----------------|---|-------|----------------|-----------------|
| | Kelas | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean |
| Hasil | Post_eksperimen | 6 | 98,33 | 1,862 | ,760 |
| | Post_kontrol | 6 | 78,33 | 2,805 | 1,145 |

Tabel 4.39
Data T-Test

| Independent Samples Test | | | | | | | | |
|--------------------------|-----------------------------|---|------|------------------------------|-------|-----------------|-----------------|-----------------------|
| | | Levene's Test for Equality of Variances | | t-test for Equality of Means | | | | |
| | | F | Sig. | t | df | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference |
| Hasil | Equal variances assumed | ,942 | ,355 | 14,552 | 10 | ,000 | 20,000 | 1,374 |
| | Equal variances not assumed | | | 14,552 | 8,690 | ,000 | 20,000 | 1,374 |

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa kelas eksperimen memiliki mean 98,33 dan kelas kontrol memiliki 78,33. Kemudian dalam menentukan taraf signifikansi, perbedaan yang diperoleh harus dibandingkan dengan nilai t tabel. Berdasarkan hasil pengolahan data SPSS 20 ini, diperoleh nilai t hitung = 14,552 dan sig. (2-tailed) = 0,000 < 0,05 maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata resiliensi siswa untuk *posttest* kelas eksperimen (pendekatan SFBC berbasis Islam). dengan *posttest* kontrol (pendekatan secara umum). Jadi kesimpulannya terdapat perbedaan rata-rata *posttest* kelompok eksperimen (pendekatan

SFBC berbasis Islam dengan *posttest* kelompok kontrol (pendekatan secara umum).

D. Pembahasan

Berdasarkan analisis data yang diperoleh hasil SFBC berbasis Islam efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa. Berdasarkan hasil penelitian, terungkap bahwa terjadi perbedaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol setelah dilakukan *treatment* dengan menggunakan konseling kelompok pendekatan SFBC berbasis Islam. hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Lely Wahyu Diana dan Muwakidah mengenai Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMP Islam Al Amal Surabaya (2021). Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan rata-rata sikap resiliensi siswa SMP Islam Al Amal Surabaya dari nilai mean pre-test 59,40 menjadi nilai mean post-test 68,40. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pendekatan SFBC dalam konseling kelompok secara signifikan efektif untuk meningkatkan sikap resiliensi siswa SMP Islam Al Amal Surabaya. Selanjutnya hasil penelitian Frendi Fernando dan Imas Kania Rahman (2018) mengatakan bahwa Efektivitas SFBT (*Solution Focused Brief Therapy*) Islami untuk meningkatkan *self-regulation* diri mahasiswa prokrastinasi. Dan penelitian dari Nugroho (2018) mengatakan bahwa pendekatan SFBC suatu alternatif yang bisa dilaksanakan di lingkungan sekolah, karena dengan *setting* pendidikan efektif dengan adanya kerja sama antar pihak terkait.

Dari beberapa hasil penelitian tersebut artinya dengan menggunakan pendekatan SFBC ini efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa. Menurut Corey, 2009. SFBC adalah berdasarkan pemikiran optimis mengatakan bahwa individu yang tergolong kompeten dan sehat itu ialah yang mempunyai keahlian yang sangat baik dalam menemukan solusi untuk menjadi lebih baik dalam menjalani kehidupannya. Kemudian, Allah juga menegaskan bahwa “Allah tidaklah memberi beban kecuali sesuai dengan kesanggupannya” (QS: Al-Baqarah : 267). Ayat ini

menyampaikan bahwa apa yang terjadi pada manusia selalu selaras dengan kemampuan yang Allah berikan.

Hal ini menunjukkan bahwa terdapat efektifitas dari pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam. Dan berdasarkan hasil uji *independen t-test*, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa adanya peningkatan secara signifikan setelah dilaksanakannya konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam.

Namun hasil penelitian ini bertentangan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Roselin Putri Sofianti dan Elia Firda Mufidah (2021) tentang efektifitas pendekatan *solution-focused brief therapy* (SFBT) melalui teknik *miracle question* dalam konseling individu untuk meningkatkan konsep diri remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa $\text{Asymp.Sig. (2-tailed)} = 0,180$. Oleh karena itu nilai $\text{Asymp. Sig. (2-tailed)} = 0.05 < \alpha = 0,180$. Dari hasil penelitian ini ditemukan tidak adanya perubahan secara signifikan efektifitas pendekatan *solution-focused brief therapy* melalui teknik *miracle question* dalam konseling individu untuk meningkatkan konsep diri remaja.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian dan pembahasan penulis tentang efektivitas konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam untuk meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun. Dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya implikasi yang terjadi ketika konseling kelompok dilaksanakan kepada siswa, terutama mengenai resiliensi siswa. Ini dibuktikan dengan ujia independent *t-tes pretest-posstest* pada pembahasan sebelumnya, *output* pair 1 diperoleh nilai sig (2 tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata resiliensi siswa untuk *pretest* kelas eksperimen dengan *posttest* eksperimen (pendekatan SFBC berbasis Islam). Dan berdasarkan *output* pair 2 diperoleh nilai sig (2 tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil resiliensi siswa untuk *pretest* kelas kontrol dengan *Posttest* kontrol (pendekatan secara umum).

Artinya hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima, jadi hipotesis nihil (h_0) yang menyatakan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam tidak efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa ditolak, sedangkan hipotesis alternatif (h_a) yang menyatakan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berbasis Islam efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa diterima.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis lakukan, dapat ditemukan implikasi secara teori dan praktis sebagai berikut:

1. Implikasi Teoritis

- a. Pemilihan pendekatan SFBC berbasis Islam tepat dalam meningkatkan resiliensi siswa SMP IT Qurrata A'yun Batusangkar.

- b. Terdapat perbedaan hasil yang ditimbulkan dari pelaksanaan konseling kelompok secara umum dengan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan tertentu.
- c. Ada interaksi yang kooperatif ketika dilaksanakan konseling kelompok, siswa dalam konseling kelompok mampu saling bertukar pikiran dan pendapat terkait hal-hal tertentu.

2. Implikasi Praktis

Hasil penelitian ini digunakan sebagai suatu masukan oleh guru Bimbingan dan Konseling, bahwa hambatan yang dirasakan oleh siswa hendaknya disesuaikan pengentasannya dengan pendekatan-pendekatan dalam konseling.

C. Saran

Kesimpulan di atas, memotivasi penulis untuk mengemukakan saran kepada:

1. Kepala sekolah SMP IT Qurrata A'yun untuk bisa memfasilitasi penyelenggaraan layanan BK, terutama pada kegiatan konseling kelompok, baik dalam segi sarana maupun prasarana.
2. Guru-guru di SMP IT Qurrata A'yun untuk mampu bekerjasama dalam meningkatkan resiliensi siswa.
3. Seluruh siswa SMP IT Qurrata A'yun untuk dapat mengikuti dan memanfaatkan layanan konseling sebagai sarana dapat membantu menghadapi hambatan yang dirasakan.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Afifah, D. R., Bimbingan, D., Ikip, K., & Madiun, P. (N.D.). *Dian Ratnaningtyas Afifah Adalah Dosen Bimbingan Dan Konseling*. IKIP PGRI Madiun.
- Bastian, V. M. (2017). *Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja Perantauan Tingkat Smp*.
- Corey, Gerald. (2013). *Theory and Practice of Group Counseling*. USA:Brook/Cole.
- Corey, G. (2009). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Belmont, CA: Brooks/ Cole.
- Corey, G. (2005). *Theory And Practice Of Counseling And Psychotherapy Belmont*. Brooks/Cole.
- Detta, B., Abdullah, S. M., Detta, B., & Abdullah, S. M. (2017). *Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home Dynamics Of Adolescent Resilience With The Broken Home Family Keluarga Merupakan Kelompok Pembimbing Dalam Mengembangkan Usia Untuk Mendapatkan Teman Di Luar Berfungsinya Peran Sebuah Keluarga Sosial* . 19(2), 71–86.
- Diana, L. W., & Muwakhidah. (2021). *Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMP Islam Al Amal Surabaya*. 38(1), 26–34.
- Wahidah, E. Y. “Resiliensi Perspektif Alquran,” *Jurnal Islam Nusantara* 2, no. 1 (13 Januari 2020): 106.
- Fernando, F., & Rahman, I. K. (2018). Efektivitas Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Islami Guna Meningkatkan Regulasi Diri Mahasiswa Yang Mengalami Prokrastinasi. *Journal Of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 2(2), 16–31.
- Hendriani, W., & Mulawarman, M. (2020). *The Alignment Of Solution-Focused Brief Counseling In Helping To Achieve Resilience: A Comparative Analysis*. 3(2).
- Hepner, P., dkk (2008). *Research Design in Counseling*. USA: Thomson
- Ifdil, T. (2012). *Urgensi Peningkatan Dan Pengembangan Resiliensi Siswa Di Sumatera Barat*. *Pedagogi*, XII(2), 115–121.
- Latif, S. (2019). *Indonesian Journal Of Educational Counseling Model Hipotetik* :

Pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) Dalam Keluarga. 3(1), 11–20.

Masril, M., & Afiat, Y. (2020). Solution Focus Brief Counseling Dalam Perspektif Al-Qur'an Sebagai Manifestasi Pendidikan Masa Kini. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 17(1), 17–32. <https://doi.org/10.14421/Hisbah.2020.171-02>.

Mulawarman, M., Semarang, U. N., Use, P. I., & Skills, P. S. (2018). *Penerapan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) Untuk Meningkatkan Konsep Diri Akademik Siswa.* May.

Munawaroh Eem, S. A. (2019). *Keefektifan Biblioterapi Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Yatim Piatu Penghuni Panti Asuhan.* 3(2018), 154–161.

Myrick, R.D. (2003). *Developmental Of Guidance And Counseling.* Minneapolis : Educational Media Corporation

Nisa, M. K., & Tamsil Muis. (N.D.). *Studi Tentang Daya Tangguh (Resiliensi) Anak Di Panti Asuhan Sidoarjo A Study Of Children Resilience In Sidoarjo Orphanages Maulida Khoirun Nisa.*

Nugroho, A. H., Puspita, D. A., & Mulawarman. (2013). *Penerapan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) Untuk Meningkatkan Konsep Diri Akademik Siswa.* Jurnal Bikotetik, 2, 93–99.

Palmer, Stephen, 2016. *Konseling dan Psikoterapi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cet. II.

Putri, D. T. A., & Rusli, D. (N.D.). *Resiliensi Remaja Pesantren Modern.* 001.

Ramadhana, N. S., & Indrawati, E. (2019). *Sebaya Dengan Resiliensi Akademik.* 3(2), 39–45.

Rena Rostini, & Nurjannah. (2021). *Teori Dan Pendekatan Konseling SFBT (Solution Focused Brief Therapy) Berbasis Islam.* At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam, 4(1), 81–92.

Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor.* New York: Random House, Inc.

Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor. 7 Essential Skill for Overcoming Life's Inevitable Obstacle.* New York: Random House, Inc.

Rifai, Achmad, G. S. (2020). *Kekuatan Hukum Lembaga Jaminan Fidusia Sebagai Hak Kebendaan,* 21(2), 1–23.

- Ririn, N., Rachmat, M., & Children, F. V. (2018). *Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Resiliensi Anak Korban Banjir*. 6(September), 305–324.
- Sakdiyah, F., Febriana, B., & Setyowat, W. E. (2020). *Resiliensi Dan Kejadian Bullying Pada Remaja SMP Di Demak*. 1(2), 119–125.
- Sanyata, S. (2010). *Teknik Dan Strategi Konseling Kelompok*. 5(1907–297), 105–120.
- Satriah, L. (2016). *Bimbingan Dan Konseling Kelompok Seting Masyarakat*. 13.
- Siregar, Y.E., & Siregar, R.H., (2013). *Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games Pada Individu Yang Mengalami Games Addiction*. *Jurnal Psikologi*. 9(01): 17-24.
- Sudijono, A. (2009). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiono, S. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiono, S. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiono, S. (2014). *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung : Alfabeta.
- Setyawati, S. P., Arofah, L., Puspitarini, Ikke Yuliani Dhian Santy, A., & R.D, M. J. (2019). Sfbc (Solution Focused Brief Counseling): Alternatif Solusi Untuk Meningkatkan Empati Mahasiswa Bk. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper 2019: Psikologi Sosial Di Era Revolusi Industri 4.0 (Peluang Dan Tantangan)*, 129–135.
- Sumarwiyah, S., Zamroni, E., & Hidayati, R. (2015). Solution Focused Brief Counseling (Sfbc): Alternatif Pendekatan Dalam Konseling Keluarga. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(2).
- Tanzeh, A. (2009). *Pengantar Metode Penelitian*. Yogyakarta: Teras.
- Utami, C. T., & Helmi, A. F. (2017). *Self-Efficacy Dan Resiliensi*. 25(1), 54–65.
- Wijayanti, T. (2020). *Konseling Kelompok Untuk Peningkatan Motivasi Belajar Dengan Pendekatan Sfbc (Teknik Miracle Question)*. 7(2), 106–114.
- Wulandari, D., Wahyudi, A., Alhadi, S., & Bhakti, C. P. (2002). *Keefektifan*

Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Group Exercise Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Siswa Broken Home Kelas XI SMK Muhammadiyah Cangkringan.

Yuliani, Widianti, S. (2018). *Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Perilaku Bullying*. VI(1), 77–86.