EFEKTIVITAS PENDEKATAN EGO UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI DIRI SISWA DI SMAN 2 PADANG PANJANG

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Mencapai Gelar Sarjana (SI) pada Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

OLEH:

WILDA HAFIVA
NIM: 2615.153

Pembimbing I

Dr. Wedra Aprison, M.Ag
NIP. 197205242000031001

Pembimbing II

Fadhilla Yusri, M.Pd, Kons
NIP. 198510292011012013

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BUKITTINGGI

2020

ABSTRAK

Wilda Hafiva, 2615.153: Efektivitas Pendekatan Ego untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa di SMAN 2 Padang Panjang, Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi. 2020.

Penelitian ini beranjak dari fenomena terdapatnya peserta didik yang mengalami resiliensi diri rendah dimana siswa mudah marah dan terpancing ketika diolok-olokan teman-temannya, pesimis dengan kemampuan yang dimiliki, larut dengan kesedihan ketika bermasalah dengan teman dekatnya, ada siswa yang tidak mampu menolak ajakan yang berdampak negatif bagi dirinya, tidak PD (percaya diri), membolos saat akan diadakan pemeriksaan rutin kerapian dan kedisiplinan dalam berseragam, membolos (dengan alasan izin keruangan UKS), mengisi jam kosong dengan bermain di lokal, ada siswa yang terlambat datang ke sekolah, sulit diatur ketika akan mengadakan upacara, kultum dan acara-acara lain di lapangan. Peneliti mencoba melakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan ego. Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan ego untuk meningkatkan resiliensi diri siswa di SMAN 2 Padang Panjang.

Penelitian ini tergolong penelitian *pre eksperimen* model *One Group Pretest Posttest Design*. Populasi adalah siswa kelas XI MIPA yang berjumlah 180 orang, sedangkan sampel penelitian adalah siswa-siswa yang terindikasi memiliki resiliensi diri rendah berdasarkan teknik *non random sampling* dan hasil dari *pretest*. Instrumen pengumpulan data adalah skala *likert*. Teknik analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*, sedangkan persyaratan analisis data menggunakan uji normalitas, uji linearitas, uji hipotesis menggunakan SPSS versi 22.

Hasil penelitian yang telah dilakukan terdapat perbedaan antara nilai *pretest* dengan nilai *posttest. Dari* hasil *test statistic* diketahui bahwa hasil *asymp sig (2-tailed)* diperoleh nilai sebesar (0,005) yang berarti lebih kecil dari *alpha* (0,05). Maka dapat dikatakan Ha diterima hal ini juga dibuktikan dengan nilai Z_{hitung} 2.807 > dari z_{tabel} yaitu 1,833 pada taraf signifikansi 0,05, maka dapat dikatakan Ha diterima artinya terdapat peningkatan resiliensi diri untuk *pretest* dan *postest* melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan ego.

Kata Kunci: Konseling Kelompok Pendekatan Ego, Resiliensi

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT, atas segala limpahan karunia dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul "Efektivitas Pendekatan Ego untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa di SMAN 2 Padang Panjang". Shalawat dan salam penulis mohonkan kepada Allah agar dilimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah meletakkan pondasi ilmu pengetahuan bagi umat manusia.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat dan prosedur untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan strata satu dalam program studi bimbingan dan konseling. Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak memperoleh bantuan dari berbagai pihak, sehingga skripsi ini dapat selesai tepat pada waktunya. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tuaku yaitu **Bapak Oswal** dan **Ibu Ernawati** serta kakak dan abangku Mifta Hayati dan Abdul Hakim yang telah mencurahkan kasih sayang dan perjuangan yang tak kenal lelah untuk masa depan dan kehidupan penulis, selanjutnya penulis sampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Ridha Ahida, M.Hum selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi beserta Bapak Dr. Asyari, M.Si, Bapak Dr. Novi Hendri, M.Ag, dan Bapak Dr. Miswardi, M.Hum selaku Wakil Rektor IAIN Bukittinggi.

2. Ibu Dr. Zulfani Seismiarni selaku Dekan Fakultas Tarbiyah, Bapak Dr.Iswantir, M.Ag selaku wakil Dekan I, Bapak Charles, S.Ag., M.Pd.I selaku wakil Dekan II, Bapak Dr.Supratman Zakir, M.Pd, M.Kom selaku wakil Dekan III Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi yang telah memberi fasilitas kepada peneliti dalam menambah ilmu pengetahuan di IAIN Bukittinggi.
3. Bapak Wedra Aprison, M.Ag selaku Pembimbing Satu dan Ibu Fadhilla Yusri, M.Pd, Kons sebagai pembimbing skripsi penulis yang telah mengarahkan, membimbing dan mengoreksi, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai kaidah ilmiah yang berlaku.
4. Ibu Dr. Zulfani Seismiarni selaku Penasehat Akademik yang senantiasa sabar dalam memberikan nasehat dan arahan kepada penulis dalam proses perkuliahan.
5. Ibu Nurhasnah, M.A selaku Dosen validasi instrumen dalam penelitian ini beserta bapak Drs. Alimir, M.Pd dan bapak Dodi Pasila Putra, M.Pd.
6. Bapak dan Ibu Dosen serta karyawan dan karyawati Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi yang telah membekali penulis dengan berbagai pengetahuan.
7. Bapak Hendra Arinal, S.Pd., M.Si selaku Kepala Sekolah SMAN 2 Padang Panjang beserta Bapak Okama Hendra, S.PdI, Ibu Riza Umami, S.Pd, Ibu Aulia Rahmadian, S.Pd Bapak Rido Muhammad Ardi, S.Pd selaku Guru BK dan untuk seluruh bapak dan ibuk majelis guru di SMAN 2 Padang Panjang

yang telah memberikan bantuan begitu banyak baik meteril maupun non materil.

8. Bapak dan Ibu pimpinan serta karyawan dan karyawati perpustakaan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi yang telah menyediakan fasilitas kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Rekan-rekan seperjuangan terkhusus BK 2015 yang telah memberikan sumbangan pemikiran dan motivasi dalam penulisan skripsi ini sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Atas segala bantuan yang telah diberikan penulis ucapkan terimakasih, semoga apa yang telah diberikan itu dibalas oleh Allah SWT dengan balasan yang setimpal, akhirnya kepada Allah SWT penulis berserah diri dan mohon ampun dari dosa dan kekhilafan.

Bukittinggi, 2020

Wilda Hafiva
NIM. 2615.153

DAFTAR ISI

ABSTRAK..... **i**

KATA PENGANTAR..... **ii**

DAFTAR ISI..... **v**

DAFTAR TABEL..... **vii**

DAFTAR GRAFIK..... **viii**

DAFTAR SKEMA..... **ix**

DAFTAR LAMPIRAN..... **x**

BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah……..…… 1

B. Identifikasi Masalah……. 7

C. Batasan Masalah……...…….. 8

D. Rumusan Masalah ……... 8

E. Tujuan Penelitian……. 8

F. Manfaat Penelitian …….. 8

G. Penjelasan Judul…….. 9

H. Sistematika Penulisan…….. 11

BAB II : LANDASAN TEORI

A. Pendekatan Konseling Ego

1. Pengertian Ego dan Konseling Ego……..... 13
2. Asumsi Manusia menurut Konseling Ego……..... 14
3. Penyebab Perilaku Bermasalah menurut Teori Ego..... 15
4. Fungsi Ego..... 16
5. Tujuan Konseling Ego..... 19
6. Proses Konseling Ego..... 20

B. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok..... 25
2. Tujuan Konseling Kelompok..... 27
3. Fungsi Konseling Kelompok..... 30
4. Materi atau Isi dalam Konseling Kelompok..... 31
5. Struktur Konseling Kelompok..... 34

6. Tahapan Konseling Kelompok..... 37
C. Resiliensi
1.Pengertian Resiliensi…… 45
2. Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi…….. 8
3. Karakteristik Individu yang Memiliki Resiliensi…….. 51
4. Aspek-aspek Resiliensi……. 53
5. Urgensi Resiliensi bagi Kesuksesan di Masa Depan…… 57
D. Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa dengan Pendekatan Ego.....…… 58
E. Kerangka Konseptual…… 61
F. Penelitian Relevan……. 62
G. Hipotesis Penelitian…… 64

BAB III : METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian……..... 66
B. Lokasi Penelitian……... 67
C. Rancangan Penelitian…… 68
D. Populasi dan Sampel…… 70
E. Teknik Pengumpulan Data…… 72
F. Prosedur Penelitian ……..... 85
G. Teknik Pengolahan Data…… 88

BAB IV : HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data Penelitian..... 95
1. Gambaran Hasil Pretest dan Postest Resiliensi Diri..... 95
2. Perbedaan Hasil Pretest dan Postest Resiliensi Diri..... 98
B. Uji Hipotesis..... 98
C. Pembahasan..... 100

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan..... 105
B. Saran..... 106

DAFTAR KEPUSTAKAAN

DAFTAR TABEL

A. Tabel pada BAB III

1. Tabel 3.1 Rancangan penelitin *One Group Prestest-Postest Design*.. 69
2. Tabel 3.2 Populasi..... 70
3. Tabel 3.3 Sampel..... 72
4. Tabel 3.4 Pengukuran Angket..... 74
5. Tabel 3.5 Hasil Validasi Instrumen..... 81
6. Tabel 3.6 Hasil Uji Coba Instrumen..... 82
7. Tabel 3.7 Reliability Statistik..... 85
8. Tabel 3.8 Rincian Kegiatan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Ego..... 87
9. Tabel 3.9 Kategori Nilai Angket..... 89
10. Tabel 3.10 Uji Normalitas *Pretest*..... 91
11. Tabel 3.11 Uji Normalitas *Postest*..... 92
12. Tabel 3.12 Anova Table,..... 93

B. Tabel pada BAB IV

1. Tabel 4.1 Hasil *pretest* dan *postest* Resiliensi Diri..... 96
2. Tabel 4.3 Gambaran Hasil Rata-rata *pretest* dan *postest* Resiliensi Diri..... 97
3. Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Skor *pretest* dan *postest* Resiliensi Diri..... 98
4. Tabel 4.5 Uji Wilcoxon..... 99
5. Tabel 4.6 Test Statistic..... 100

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.2 Diagram Perbedaan Hasil *pretest* dan *postest*..... 97

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Konseptual..... 61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Bebas Plagiat.....

Lampiran 2 Surat Keterangan Bebas Tunggakan Uang Kuliah.....

Lampiran 3 Surat SK Pembimbing..... 107

Lampiran 4 Surat Izin Penelitian dari Kampus..... 108

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Cabang Dinas Wilayah I..... 109

Lampiran 6 Surat Keterangan Setelah Penelitian di SMAN 2 Padang Panjang..... 110

Lampiran 7 Kisi-kisi Angket Sebelum Uji Coba..... 111

Lampiran 8 Angket Sebelum Uji Coba..... 113

Lembaran 9 Validasi Instrumen..... 120

Lampiran 10 Aspek Penilaian..... 121

Lampiran 11 Tabulasi Uji Coba Angket Resiliensi Diri..... 127

Lampiran 12 Tabel Keterangan Valid dan Tidak Valid..... 128

Lampiran 13 Kisi-kisi Setelah Uji Coba..... 130

Lampiran 14 Angket Setelah Uji Coba..... 135

Lampiran 15 Tabulasi *Pretest*..... 144

Lampiran 16 Tabulasi *Postest*..... 145

Lampiran 17 Nilai r *Product Moment*..... 146

Lampiran 18 RPL Bimbingan dan Konseling..... 147

Lampiran 19 Lapelprog..... 151

Lampiran 20 Dokumentasi..... 155

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Siswa adalah manusia yang memiliki potensi yang dapat dikembangkan melalui pendidikan, baik pendidikan formal maupun non formal, melalui proses belajar siswa memperoleh ilmu dan wawasan baru yang berguna bagi kehidupan siswa. Salah satu lembaga formal tempat siswa belajar adalah lembaga pendidikan sekolah.

Belajar merupakan faktor penting dalam kehidupan remaja, apalagi pada usia sekolah. Melalui belajar siswa memperoleh wawasan dan pengetahuan yang tidak diketahui sebelumnya. Jadi melalui proses belajar individu memperoleh pemahaman dan wawasan baru. Tidak hanya memperoleh pemahaman dan wawasan baru, pada saat sekarang ini perubahan-perubahan yang terjadi sangat cepat dan tidak jarang menimbulkan dampak yang tidak menyenangkan bagi remaja. Dalam hal ini, resiliensi dianggap sebagai kemampuan yang mempunyai kekuatan besar untuk mengatasi berbagai kesulitan dan dampak yang tidak menyenangkan yang dihadapi siswa.

Istilah resiliensi diformulasikan pertama kali oleh Block dengan seperti yang dijelaskan oleh Klohnen dengan nama "*ego-resilience*", yang diartikan sebagai kemampuan umum yang melibatkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun

eksternal.[1] Resiliensi berasal dari bahasa latin "*resilire*" yang artinya melambung kembali. Menurut Desmita resiliensi adalah:

> Kemampuan atau kapasitas insan yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkannya untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, atau bahkan mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi.[2]

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu, kelompok atau masyarakat untuk menghadapi, mencegah, mengatasi, meminimalkan, bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan serta mengganggu yang menjadikan individu berada dalam keadaan tertekan baik itu tekanan dari luar maupun tekanan dari dalam, kemudian individu itu mampu menyesuaikan diri serta mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi dan bangkit kembali dari kemunduran.

Terdapat dua faktor yang selalu dikaitkan dalam kajian resiliensi, yaitu faktor protektif dan faktor resiko. Dyer & McGuinness mendefinisikan faktor protektif atau yang biasa disebut dengan faktor pelindung sebagai sifat atau situasi tertentu dimana situasi tersebut diperlukan dalam terbentuknya resiliensi. Faktor resiko dalam resiliensi merupakan kemungkinan terdapatnya keadaan yang tidak menyenangkan yang dirasakan oleh individu dapat berasal dari faktor biologis, psikologis, lingkungan dan sosial ekonomi yang

---

[1] Ros Mayasari, *Resiliensi*, www.rumahbelajarpsikologi.com/index2.php?option=com_content&do_pdf=1&id=139 (akses 06 April 2019)

[2] Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2006), Cet. 2, hal. 228.

mempengaruhi kemungkinan terdapatnya kerentanan terhadap stres.[3] Kedua faktor tersebut sangat mempengaruhi bagaimana terbentuknya resiliensi diri, hal ini tergantung oleh diri seseorang bagaimana tindakan atau sikap yang akan ditampilkan untuk mengatasi permasalahan yang terjadi. Bimbingan dan konseling berperan untuk membantu siswa dalam mengentaskan permasalahan yang berhubungan dengan resiliensi, salah satu layanan bimbingan dan konseling adalah layanan konseling kelompok yang berguna bagi pengembangan, pribadi dan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok.

Konseling kelompok (KKp) pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok. Di sana ada konselor (yang jumlahnya mungkin lebih dari seorang) dan ada klien, yaitu para anggota kelompok (yang jumlahnya paling kurang dua orang).[4] Pembahasan masalah dalam konseling kelompok ini bersifat mendalam, menyentuh hal penting tentang diri klien, bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut dengan permasalahan klien akan tetapi juga bersifat spesifik menuju ke arah pengentasan masalah.

Konseling kelompok yang dimaksud adalah sama seperti konseling perorangan, yaitu hangat, terbuka, permisif dan penuh keakraban. Di mana juga ada pengungkapan dan permasalahan klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut dalam konseling ego.

---

[3] Etheses.uin-malang.ac.id *www. Kajian Teori Resiliensi* (Diakses 14 Desember 2018).

[4] Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1999)hal 311.

Konseling ego dipopulerkan oleh Erikson. Konseling ego memiliki ciri khas yang lebih menekankan pada fungsi ego. Kegiatan konseling yang dilakukan pada umumnya bertujuan untuk memperkuat *ego strenght*, yang berarti melatih kekuatan ego klien. Seringkali orang yang bermasalah adalah orang yang memiliki ego yang lemah. Misalnya, orang yang rendah diri, dan tidak bisa mengambil keputusan secara tepat dikarenakan ia tidak mampu memfungsikan egonya secara penuh, baik untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, meraih keinginannya.[5]

Konseling ego sangat dibutuhkan oleh setiap individu yang ingin hidupnya menjadi sukses, agar individu tersebut mampu memaksimalkan anugerah yang telah Allah SWT berikan itu untuk menimbang dan memikirkan keputusan ataupun solusi dari permasalahan hidup yang mereka alami, sehingga hidup terasa nyaman dan berjalan dengan baik.

Istilah resiliensi pertama kali diformulasikan dengan nama *ego-resilience* yang berarti kemampuan umum yang melibatkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal, untuk itu pelayanan konseling yang diberikan dapat dengan menggunakan pendekatan konseling ego. Menurut Taufik, konseling-ego merupakan pendekatan konseling yang lebih menekankan pada fungsi ego.[6] Maksudnya adalah bagaimana siswa yang menjadi sasaran layanan nantinya dapat memperkuat ego resiliennya karena dalam konseling-ego dikenal sebuah istilah dengan sebutan "*ego strength*" yang artinya kekuatan ego.

---

[5] Novi Hendri, *Model-model Konseling,* (Medan: Perdana Mulya Sarana 2013), hal 169.
[6] Taufik, *Model-Model Konseling,* (Padang: FKIP UNP, 2009), hal. 65.

Ego dalam konseling-ego mempunyai tiga fungsi yaitunya:

1. *Impulse economic (imec)* yaitu kemampuan ego untuk tidak hanya mengontrol dorongan-dorongan, tetapi menyalurkannya ke arah tingkah laku yang lebih dapat diterima dan berguna.
2. *Cognitive function (cogfun)* yaitu kemampuan ego untuk menganalisis dan berfikir logis mengatasi perasaan (kemampuan ego yang bebas dari pengaruh id)
3. *Controlling function (confun)* yaitu kemampuan ego untuk memusatkan usaha penyelesaian tugas tanpa diganggu oleh perasaan.[7]

Berdasarkan kutipan di atas ego mempunyai tiga fungsi yaitunya fungsi dorongan ekonomis, fungsi kognitif dan fungsi pengawasan. Ketiga fungsi ego ini sangat menentukan kuat lemahnya ego seseorang. Konseling-ego memandang individu yang bermasalah adalah individu yang memiliki ego yang lemah. Menurut Prayitno, lemah atau kurang kuatnya ego seseorang disebabkan oleh:

1. Individu kurang mampu merespon dengan cara yang layak
2. Pola tingkah laku yang dimiliki tidak cocok lagi dengan tuntutan lingkungan (situasi)
3. Rusaknya fungsi ego.[8]

Jadi individu yang kurang kuat egonya adalah karena individu tersebut tidak dapat memfungsikan egonya secara penuh, baik untuk menggerakkan dirinya dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhannya maupun untuk meraih keinginan-keinginannya.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan pada tanggal 27 Agustus 2019, siswa kelas XI MIPA di SMAN 2 Padang Panjang terlihat ada siswa yang mudah marah dan terpancing ketika diolok-olokan teman-temannya,

[7] Prayitno, *Konseling Pancawaskita (Kerangka Konseling Eklektik)*, (Padang: FKIP UNP, 1998), hal. 46.

[8] Prayitno, *Konseling…,* hal. 47.

pesimis dengan kemampuan yang dimiliki, larut dengan kesedihan ketika bermasalah dengan teman dekatnya, ada siswa yang tidak mampu menolak ajakan yang berdampak negatif bagi dirinya, tidak PD (percaya diri), membolos saat akan diadakan pemeriksaan rutin kerapian dan kedisiplinan dalam berseragam, membolos (dengan alasan izin keruangan UKS), mengisi jam kosong dengan bermain di lokal, ada siswa yang terlambat datang ke sekolah, sulit diatur ketika akan mengadakan upacara, kultum dan acara-acara lain di lapangan.

Berdasarkan wawancara penulis dengan guru BK pada tanggal 03 September 2019, ada beberapa orang siswa yang kemampuan resiliensi mereka masih lemah atau rendah dan perlu untuk diperkuat. Terbukti dari tingkah laku yang mereka tampilkan seperti, "berfikir pesimis dengan keadaan ekonomi orang tua mereka, stress karena tidak mengerti pelajaran yang diberikan guru di kelas".[9]

Apabila keadaan tersebut tidak segera di atasi, maka tidak menutup kemungkinan akan berdampak yang lebih luas lagi, seperti siswa tidak memiliki keyakinan atas kemampuan dirinya serta siswa tidak mampu menjalin hubungan baik dengan orang-orang dan lingkungan sekitar.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk menyusun dan meneliti bagaimana penguatan resiliensi siswa, melalui sebuah penelitian dengan judul, "Efektivitas Pendekatan Ego untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa di SMAN 2 Padang Panjang".

---

[9] *Obsevasi* dan *Wawancara* dengan guru Bk, 27 Agustus 2018.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang penulis uraikan maka perlu di identifikasi masalahnya:

1. Terindikasi bahwa ada siswa yang mudah marah dan terpancing ketika diolok-olokan teman-temannya.
2. Terindikasi bahwa siswa pesimis dengan kemampuan yang dimiliki.
3. Terindikasi bahwa siswa larut dengan kesedihan ketika bermasalah dengan teman dekatnya.
4. Terindikasi bahwa ada siswa yang tidak mampu menolak ajakan yang berdampak negatif bagi dirinya.
5. Terindikasi bahwa ada siswa tidak PD.
6. Terindikasi ada siswa membolos saat akan diadakan pemeriksaan rutin kerapian dan kedisiplinan dalam berseragam.
7. Terindikasi siswa mengisi jam kosong dengan bermain di lokal.
8. Terindikasi masih siswa ada sulit diatur ketika akan mengadakan upacara, kultum dan acara-acara lain di lapangan.
9. Terindikasi ada siswa yang terlambat datang ke sekolah.
10. Terindikasi ada siswa berfikir pesimis dengan keadaan ekonomi orang tua mereka.
11. Terindikasi siswa stress karena tidak mengerti pelajaran yang diberikan guru di kelas.

C. Batasan Masalah

Dari banyaknya identifikasi masalah yang bisa diteliti berkenaan dengan resiliensi, maka penulis membatasi penulisan dengan, "Efektivitas Pendekatan Ego untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa Kelas XI MIPA di SMAN 2 Padang Panjang".

D. Rumusan Masalah

Dalam pembahasan ini yang menjadi rumusan masalahnya adalah "Apakah Pendekatan Ego Efektif untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa Kelas XI MIPA di SMAN 2 Padang Panjang?".

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui "Efektivitas Pendekatan Ego untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa Kelas XI MIPA di SMAN 2 Padang Panjang".

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini diharapkan memberi manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teori

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi agar menambah wawasan dan ilmu pengetahuan dalam perkembangan ilmu bimbingan dan konseling mengenai pendekatan psikososial dalam konseling perorangan untuk meningkatkan resiliensi diri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa SMAN 2 Padang Panjang

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan untuk memahami diri dan sosial.

b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam memperhatikan "Efektivitas Pendekatan Ego untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa Kelas XI MIPA di SMAN 2 Padang Panjang".

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan berfungsi sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian baru yang yang lebih relevan dalam bidang bimbingan dan konseling serta sosial.

G. Penjelasan Judul

Pada penelitian ini mempunyai beberapa kata kunci, yaitu:

Efektivitas : Suatu ukuran yang menyatakan seberapa besar jauh target (kuantitas, kualitas dan waktu) telah tercapai. Dimana makin besar persentase target yang dicapai, makin tinggi efektivitasnya.[10] Efektivitas yang penulis maksud adalah seberapa jauh keberhasilan layanan konseling perorangan

[10] http://dansite.wordpress.com/2009/03/28/pengertian-efektifitas, (Diakses 17 Desember 2018).

dengan menggunakan pendekatan psikososial bisa meningktakan resiliensi diri siswa.

Pendekatan Konego : Model konseling ego merupakan psikoanalisis baru dan biasa juga disebut psikologi dalam. Ciri baru dari model konseling ini adalah lebih menjangkau pada fungsi ego. Dalam konseling ini dikenal dengan istilah yang lebih menonjol yaitu *ego strength* yang artinya kekuatan ego mungkin ini pulalah alasan mengapa model yang dikemukakan oleh Erikson dinamakan konseling ego.[11]

Konseling kelompok : Layanan yang mengikutkan sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok. Dalam konseling kelompok dibahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Masalah pribadi dibahas melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pemimpin kelompok (pembimbing atau konselor). Berdasarkan deskripsi diatas, layanan konseling kelompok dapat dimaknai sebagai suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-

[11] Dewa Ketut Sukardi, *Proses Bimbingan dan Konselingdi Sekolah,* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008), h 36.

masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.[12]

Resiliensi : Kemampuan yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimakan dan bahkan menghilangkan dampak yang merugikan dari kondisi yang tidak menyenangkan.

Jadi secara keseluruhan yang dimaksud dengan judul penelitian ini adalah sejauh mana target yang akan tercapai menggunakan pendekatan dalam ego dalam konseling kelompok yang diarahkan untuk mampu beradaptasi terhadap masalah yang sedang dihadapi melalui proses konseling antara konselor dengan konseli yang bertujuan untuk meningkatkan resiliensi diri konseli.

H. Sistematika Penulisan

Penulisan karya ilmiah ini penulis bagi dalam lima bagian terdiri berdasarkan bab-bab yang berbeda. Masing-masing menjadi kesatuan yang saling berkaitan.

BAB I : Pendahuluan

Berisi latar belakang masalah, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penjelasan judul dan sistematika penulisan.

[12] Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*...hlm.171.

BAB II : Landasan Teoritis

Berisikan teori-teori yang mendukung penelitian ini. Meliputi materi tentang konseling ego, materi tentang meningkatkan resiliensi diri dengan pendekatan konseling ego.

BAB III: Metodologi Penelitian

Merupakan penjelasan mengenai metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini yang meliputi jenis penelitian, lokasi penelitian, rancangan penelitian, populasi dan sampel, prosedur penelitian, teknik pengumpulan data dan teknik pengolahan data.

BAB IV: Hasil Penelitian

Berisi Hasil Penelitian, Deskripsi Data Penelitian, Uji Hipotesis, Pembahasan.

BAB V: Penutup

Berisi kesimpulan dan saran.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pendekatan Konseling-Ego

1. Pengertian Ego dan Konseling-Ego

Untuk membantu klien dengan berbagai permasalahannya maka di dalam konseling terdapat bermacam-macam pendekatan konseling, seperti: psikoanalisis, behavioristik, konseling-ego, analisis transaksional, rational emotive behavior therapy dan lain-lain. Pendekatan tersebut digunakan sesuai dengan permasalahan yang dialami klien. Salah satu pendekatan konseling yang digunakan adalah konseling-ego. Konseling-ego merupakan adaptasi dari aliran Psikoanalisis Modern yang memfokuskan atau menekankan pada fungsi ego yang dikembangkan oleh Erik Erikson.

Salah satu pendekatan konseling yang menggunakan prinsip ego adalah konseling-ego. Konseling-ego dapat diaplikasikan melalui layanan konseling individu, layanan konseling kelompok dan layanan mediasi. Melalui konseling-ego tingkah laku salah suai dapat diubah dengan memperkuat ego yang dimiliki klien. Menurut Taufik konseling-ego merupakan "pendekatan konseling yang lebih menekankan pada fungsi ego, yang di dalam konseling-ego dikenal sebuah istilah yang menonjol yaitu *ego-strength* yang artinya kekuatan ego".[13]

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat dipahami konseling-ego merupakan suatu pendekatan konseling yang merupakan adaptasi dari

[13] Taufik, *Model…,* hal. 64.

aliran psikoanalisis modern yang menekankan pada fungsi ego, maksudnya pendekatan konseling yang berusaha membantu klien yang mempunyai ego yang lemah agar ego klien menjadi kuat kembali. Karena dalam pendekatan konseling-ego ini dikenal sebuah istilah kekuatan ego.

2. Asumsi Manusia Menurut Konseling-Ego

Pendekatan konseling-ego memandang manusia tidaklah sesederhana binatang yang hanya bertingkah laku berdasarkan pada instink atau semata-mata memenuhi kebutuhannya. Selain itu menurut Erikson manusia tidaklah didorong oleh id, tetapi manusia dilahirkan ke dunia untuk merespon perangsang-perangsang yang berbeda-beda, misalnya individu dalam menyesuaikan diri dan keadaan lingkunganya, perlu melakukan sesuatu untuk keperluan orang lain disekitarnya dan lain sebagainya.[14]

Terlihat jelas bahwa konseling-ego lebih menekankan pada peranan ego dalam kehidupan seseorang. Egolah yang mengembangkan segala sesuatunya, misalkan kemampuan individu, keadaan dirinya, penyaluran minatnya, hubungan sosialnya dan sebagainya.

Menurut Hansen dalam Taufik bahwa "seorang individu haruslah mempunyai ego yang sehat dan ego yang kuat."[15] Manusia lahir ke dunia dilengkapi kemampuan untuk menampung berbagai perangsang dari luar, kemampuan untuk merangsang tersebut terletak pada fungsi ego seseorang.

---

[14] Taufik, *Model*…, hal. 65.
[15] Taufik, *Model*…, hal. 66.

3. Penyebab Perilaku Bermasalah Menurut Teori Ego

Kajian tentang muncul dan berkembangnya tingkah laku salah suai adalah menjadi sangat penting diketahui oleh konselor dalam memberikan pelayanan konseling. Hal ini terutama akan menjadi padoman dan titik tolak bagi penemuan jalan pemecahan masalah klien. Erikson dalam Taufik merumuskan tingkah laku salah suai pada diri seseorang disebabkan oleh tiga faktor yaitu:

a. Individu dulu-dulunya kehilangan kemampuan atau tidak diperkenankan merespon rangsangan dari luar secara tepat sehingga pada saat sekarang menjadi salah tingkah.
b. Apabila pola-pola *coping behavior* yang sudah terbina pada dirinya sekarang tidak sesuai lagi dengan situasi setempat di mana dia itu berada.
c. Fungsi ego yang tidak berjalan dengan baik.[16]

Sedangkan menurut Prayitno, tingkah laku salah suai pada diri seseorang disebabkan oleh:

a. Individu kurang mampu merespon dengan cara yang layak.
b. Pola tingkah laku tidak cocok lagi dengan tuntutan lingkungan (situasi).
c. Rusaknya fungsi ego.[17]

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa tingkah laku salah suai dalam pendekatan konseling-ego disebabkan oleh salah satu atau semua fungsi ego yang dimiliki klien tidak berfungsi dengan baik. Misalkan ketika fungsi ekonomis yaitu dorongan yang menguntungkan disalurkan dengan cara yang baik dan normatif berjalan dengan baik tetapi pada kenyataannya fungsi ekonomis ini tidak seperti yang diharapkan.

---

[16] Taufik, *Model*…, hal. 81-82.

[17] Prayitno, *Konseling Pancawaskita (Kerangka Konseling Eklektik)*, (Padang: FKIP UNP, 1998), hal. 47.

Malahan klien ketika bertingkah laku tidak mempertimbangkan untung rugi dari tingkah laku yang ditampilkan itu sehingga hanya memikirkan untung untuk diri pribadi sedangkan orang lain di rugikan. Maka terjadilah masalah. Atau ketika fungsi kognitif tidak berfungsi maka klien akan bertingkah laku tidak dengan mempergunakan aspek pikiran dan tingkah laku klien akan terlihat agak sembarangan. Bisa juga ketika fungsi pengawasan yang tidak berjalan dengan baik maka tingkah laku klien itu akan bersifat acak dan tidak sesuai dengan aturan yang berlaku sehingga menjadi sorotan masyarakat sekitat dan tentu saja menimbulkan rasa tidak enak bagi klien.

4. Fungsi Ego

Di dalam diri individu ego mempunyai fungsi yang sangat penting, karena fungsi ego inilah yang akan menentukan individu dalam bertingkah laku. Taufik mengemukakan bahwa ego yang ada di dalam diri individu mempunyai tiga fungsi yaitu:

a. Fungsi dorongan ekonomis
   Maksudnya adalah dorongan-dorongan yang menguntungkan disalurkan dengan cara yang baik dan normatif.
b. Fungsi kognitif
   Maksudnya adalah berfungsinya ego pada diri individu untuk menerima rangsangan dari luar, kemudian menyimpannya dan setelah itu dapat mempergunakannya untuk sesuatu keperluan coping behavior (pola tingkah laku).
c. Fungsi pengawasan
   Maksudnya ego tidak membiarkan tingkah laku seseorang itu sembarangan atau acak tetapi tingkah laku yang dilahirkan itu hendaknya tingkah laku yang berpola dan menurut aturan tertentu.[18]

[18] Taufik, *Model*…, hal. 79-80.

Kemudian Prayitno berpendapat bahwa ego juga mempunyai tiga fungsi yaitu:

a. *Impulse economics (imec)*
   Kemampuan ego untuk tidak hanya mengontrol dorongan-dorongan, tetapi menyalurkannya ke arah tingkah laku yang lebih dapat diterima dan berguna
b. *Cognitive function (cogfun)*
   Kemampuan ego untuk menganalisis dan berfikir logis mengatasi perasaan
c. *Controlling function (confun)*
   Kemampuan ego untuk memusatkan usaha penyelesaian tugas tanpa diganggu oleh perasaan.[19]

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa ego mempunyai tiga fungsi dan fungsi-fungsi tersebut mempunyai peranan masing-masing. *Pertama,* fungsi ekonomis atau *impulse economics,* merupakan kemampuan ego yang tidak hanya mengontrol dorongan-dorongan, tetapi menyalurkannya ke arah tingkah laku dengan cara yang baik dan normatif agar dapat diterima di lingkungan individu tersebut berada. Tingkah laku yang disalurkan tersebut selain dapat diterima di lingkungan juga memberikan keuntungan bagi individu tersebut. Fungsi ekonomis terlihat ketika siswa dalam bergaul dengan teman-temannya tidak hanya mencari kesenangan dirinya sendiri, tetapi juga menjadikan teman-teman disekitar menjadi senang. Jika fungsi ini berjalan dengan baik maka siswa ini akan mudah menysesuaikan diri di mana ia berada. Sebaliknya jika siswa hanya memikirkan kesenangan untuk dirinya sendiri tanpa mempertimbangkan tingkah laku yang dimunculkan, maka keadaan

[19] Prayitno, *Konseling*…, hal. 46.

seperti ini akan menjadikan dirinya sulit untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman serta di lingkungan siswa itu berada.

Kedua, Fungsi kognitif atau *cognitive function* yaitu fungsi ego yang ada pada diri individu untuk menerima rangsangan dari luar, kemudian menyimpannya setelah itu menganalisis rangsangan tersebut dengan menggunakan cara berfikir yang logis, kemudian mempergunakannya untuk sesuatu keperluan *coping behavior* atau bertingkah laku. Fungsi kognitif ini terlihat ketika siswa menerima ajakan dari teman-temannya, kemudian siswa mempertimbangkan ajakan dari temannya ini apakah menguntungkan bagi dirinya jika diterima atau akan merugikan dirinya sendiri. Disinilah siswa tersebut mempergunakan kemampuan kognitifnnya yang disertai pertimbangan-pertimbangan akal dan nalar, kemudian siswa dapat memutuskan yang terbaik untuk dirinya.

Ketiga, Fungsi pengawasan atau *controlling function* yaitu kemampuan ego untuk memusatkan usaha penyelesaian tugas tanpa diganggu oleh perasaan, ego tidak membiarkan tingkah laku seseorang itu sembarangan atau acak tetapi tingkah laku yang dilahirkan itu hendaknya tingkah laku yang berpola dan menurut aturan tertentu. Fungsi pengawasan ini juga termasuk di dalamnya mengontrol perasaan dan emosi terhadap tingkah laku yang dimunculkan. Misalkan saja apabila seorang siswa yang ketika diejek oleh teman-temanya langsung marah, berarti fungsi pengawasan siswa ini lemah. Karena tingkah laku marah

yang ditampilkan itu telah dimasuki oleh emosi. Makin cepat seseorang emosional, semakin terlihat bahwa fungsi pengawasannya menjadi lemah.

5. Tujuan Konseling-Ego

Setiap proses konseling yang dilaksanakan memiliki tujuan tertentu yang ingin dicapai. Begitu juga dengan konseling-ego mempunyai tujuan tertentu yang ingin dicapai, di mana konseling-ego mempunyai tujuan memperkuat ego klien yang pada awalnya ego klien itu lemah. Tujuan konseling berdasarkan pandangan teori Erikson ialah memfungsikan ego klien yang sebelumya tidak berfungsi dengan penuh.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa tujuan konseling-ego adalah membantu klien melihat dan memahami tingkah laku salah suai yang terjadi dan selanjutnya konselor membantu membangun fungsi ego yang baru untuk keperluan pola tingkah laku tertentu karena ego yang baik adalah ego yang luwes, yaitu yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan di mana dia berada.

Menurut Taufik tujuan konseling-ego adalah "terintegrasinya ego seseorang yang dapat dilihat dari ciri-ciri yang ada pada tahap perkembangan yang sukses di lalui individu dan berjalan atau tidaknya fungsi egonya".[20]

Sedangkan menurut Prayitno adapun tujuan dari konseling-ego ini adalah:

[20] Taufik, *Model*…, hal. 82.

a. Keseluruhan pribadi harus diarahkan untuk berubah.
b. Konselor membantu klien memperbaiki satu-dua fungsi ego yang rusak sehingga menimbulkan kesulitan bagi klien.
c. Dengan demikian tujuan utama konseling adalah membantu klien membangun identitas ego, memperluas dam memperkuat berfungsinya sistem ego pada diri klien. [21]

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa tujuan dari konseling-ego adalah melakukan perubahan-perubahan pada diri klien sehingga terbentuk *coping behavior* yang dikehendaki kemudian diharapkan berfungsinya kembali ego seseorang yang dahulunya lemah dengan cara membangun identitas ego yang ada serta memperluas dan memperkuat berfungsinya sistem ego pada diri klien.

6. Proses Konseling-Ego

a. Konselor dalam Konseling-Ego

Konselor dalam konseling-ego memiliki peran yang sangat penting. Menurut Prayitno konselor hendaklah:

1) Hangat dan spontan
2) Profesional terlatih
3) Bekerja dengan individu normal yang mengalami masalah khusus, dalam waktu yang relatif singkat (sekitar 5-6 sesi).[22]

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa konselor dalam konseling-ego hendaklah, *yang pertama* menjadi seseorang yang hangat dan spontan. Maksudnya adalah adanya suasana yang menjadikan hubungan antara konselor dan klien itu penuh dengan keakraban dan bersahabat serta konselor hendaklah spontan, mengatakan

[21] Prayitno, *Konseling*…, hal. 47.

[22] Prayitno, *Konseling*…, hal. 48

apa adanya kepada klien. Mengungkapkan kebenaran kepada klien apabila klien salah dengan bahasa yang sopan.

Kedua yaitu professional terlatih maksudnya kegiatan konseling merupakan suatu profesi yang dilakukan oleh seseorang yang profesional pula. Profesi adalah "suatu jabatan atau pekerjaan yang menuntut keahlian dari para petugasnya".[23] Sedangkan profesional menurut UU No. 14/2005 Pasal 1 butur 4 dalam Prayitno adalah "pekerjaan atau kegiatan yang dilakukan oleh seseorang yang menjadi sumber penghasilan kehidupan yang memerlukan keahlian, kemahiran, atau kecakapan yang memenuhi standar mutu atau norma tertentu serta memerlukan pendidikan profesi".[24] Jadi yang dimaksudkan professional dan terlatih itu adalah konselor yang memiliki suatu pekerjaan dan pekerjaan itu menuntut suatu keahlian, kemahiran dan kecakapan serta membutuhkan pendidikan profesi dalam melakukan kegiatan konseling.

Ketiga, konselor bekerja dengan individu normal yang mengalami masalah khusus, dalam waktu yang relatif singkat (sekitar 5-6 sesi), maksudnya konselor hanya menangani klien yang normal yang mengalami masalah dan masalah itu menjadikan kehidupan efektif sehari-harinya terganggu dan itu dapat dilakukan paling cepat 5-6 kali proses konseling.

---

[23] Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling..,* hal. 338.
[24] Prayitno, *Wawasan Profesional Konseling,* (Padang: FKIP UNP, 2009), hal. 18.

b. Langkah-langkah Konseling-Ego

Setiap proses konseling mempunyai langkah-langkah tertentu yang harus dilalui agar tujuan yang telah ditetapkan di awal konseling dapat tercapai. Begitu juga dengan konseling-ego, ada beberapa langkah yang akan dilalui agar tujuan yang telah ditetapkan bersama klien dapat tercapai. Sebagaimana yang dirumuskan oleh Hummel yang dikutip oleh Hansen dalam Taufik adalah:

a. Pertama-tama membantu klien mengkaji perasaan-perasaan berkenaan dengan kehidupan, juga feeling terhadap peran-perannya dan hal-hal lain yang bersangkut paut dengan tugas-tugas kehidupannya.
b. Klien kita proyeksikan dirinya terhadap masa depan. Dengan keadaannya sekarang apa yang dapat ia capai di masa depan. Kemudian konselor membawa klien agar mampu melihat hubungan masa depan dan tujuan-tujuan hidup klien dengan keadaannya di masa sekarang.
c. Konselor berusaha mendiskusikan dengan klien hambatan-hambatan yang dijumpainya untuk mencapai yang dibicarakan pada butir nomor 2 di atas. Juga dibahas bagaimana menyingkirkan hambatan-hambatan tersebut.
d. Kalau pendiskusian tentang hambatan-hambatan itu sudah berlangsung cukup jauh, konselor melalui proses interpretasi dan refleksi, mengajak klien untuk mengkaji lagi diri sendiri dan lingkungannya. Selanjutnnya konselor berusaha agar klien dapat melihat hubungan antara perasaan itu dengan tingkah lakunya.
e. Terakhir membantu klien menumbuhkan seperangkat hasrat kemauan dan semangat yang lebih baik dan mantap dalam kaitannya dengan pelajaran. Kalau mungkin selanjutnya merubah serta melatih tingkah laku baru.[25]

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa konseling-ego terdiri dari beberapa langkah yaitu pertama, konselor membantu klien mengkaji perasaan-perasaan berkenaan dengan kehidupan, juga feeling terhadap peran-perannya dan hal-hal lain yang bersangkut paut

[25] Taufik, *Model*…, hal. 86-87.

dengan tugas-tugas kehidupannya konselor membangun hubungan dengan klien, konselor melihat perasaan klien.

Langkah kedua yaitu konselor memproyeksikan diri klien terhadap masa depan. Pada tahap ini klien diajak melihat kemungkinan yang dapat ia capai di masa depan dengan kondisi dan keadaannya sekarang. Kemudian konselor membawa klien agar mampu melihat hubungan masa depan dan tujuan-tujuan hidup klien dengan keadaannya di masa sekarang.

Langkah ketiga adalah konselor berusaha mendiskusikan dengan klien hambatan-hambatan yang dijumpainya untuk mencapai tujuan. Setelah tau apa hambatan yang dijumpai kemudian bersama dengan klien mendiskusikan dan mencari solusi yang tepat untuk mengatasi hambatan-hambatan tersebut.

Langkah keempat adalah konselor melakukan interpretasi dan refleksi. Pada langkah ini konselor mengajak klien mengkaji bagaimana sebenarnya dirinya sendiri dan bagaimana keadaan lingkungan sekitar ia berada. Setelah dikaji kemudian membantu klien untuk melihat apakah ada hubungan antara perasaan klien tentang dirinya dengan tingkah laku yang ditampilkannya ketika ia berada di lingkungan.

Langkah terakhir adalah membantu klien menumbuhkan seperangkat kemauan dan semangat yang lebih baik dan mantap dalam kaitannya dengan pelajaran. Maksudnya adalah bagaimana konselor membantu klien yang awalnya keinginan atau kemauanya untuk belajar

kearah yang lebih maju itu tidak ada menjadi tumbuh dengan semangat yang baik dan mantap. Kalau mungkin selanjutnya merubah serta melatih tingkah laku baru.

c. Teknik-teknik Konseling-Ego

Dalam konseling banyak teknik yang dapat dipergunakan untuk membantu klien memecahkan masalah yang dialaminya. Teknik yang digunakan tentu sesuai dengan permasalahan yang dialami klien.

Menurut Prayitno teknik yang dipakai yaitunya luwes sesuai dengan hak klien untuk menjadi dirinya sendiri. Adapun teknik-teknik itu adalah:

1) Pengawalan, membina hubungan antara klien dan konselor
2) Pengontrolan proses
   a) Memusatkan kegiatan pada tugas membangun *ego-strengh* klien.
   b) Mengontrol keseimbangan antara ekspresi klien yang bersifat kognitif maupun konatif (emosi), tetapi proses konseling tetap menekankan dimensi kognitif.
   c) Mengontrol ambiguitas dalam proses konseling untuk mengkontraskan perasaan, menampilkan keunikan pribadi klien, membangun transferensi melalui proyeksi
3) Transferensi (trans) tidak seperti pada psikoanalisis klasik, dalam ego-konseling transferensi dimaksudkan sebagai perasaan klien yang timbul terhadap konselor.
4) Counter transference (kontrans) yaitu upaya konselor untuk mencegah perasaannya terhadap klien muncul dan mempengaruhi proses konseling.
5) Diagnosis dan interpretasi yaitu konselor bertanggung jawab merumuskan dan mendiagnosis masalah, serta memberikan kesempatan kepada klien untuk memahami masalah-masalahnya itu.
6) Apabila klien sudah mulai menyadari masalahnya, proses konseling diarahkan kepada pembentukan tingkah laku baru:
   a) Konselor mengajarkan cara-cara baru
   b) Klien dilatih
   c) Mempergunakan tugas rumah yang harus dikerjakan klien.[26]

[26] Prayitno, *Konseling…*, hal. 48-49.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa teknik-teknik dalam konseling-ego adalah membina hubungan yang hangat dengan klien, pemusatan terhadap masalah yang dialami oleh klien, pemusatan terhadap aspek kognitif dan perasaan, mengembangkan situasi ambiguitas, transfesrensi, kontra transferensi, mendiagnosis dan interpretasi, dan membangun fungsi ego yang baru.

B. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Menurut Achmad Juntika Nurikhsan konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok bersifat pencegahan dalam arti, bahwa individu yang bersangkutan mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar dalam masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain.[27]

Menurut Prayitno konseling kelompok merupakan layanan dalam bimbingan dan konseling yang dilaksanakan secara kelompok yang dimana di dalamnya mengikutkan sejumlah peserta dan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok serta membahas masalah pribadi yang dialami oleh

[27] Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar kehidupan*, (Bandung : PT.Refika Aditama, 2006) , hlm. 24.

masing-masing anggota kelompok dan dibahas melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif.[28]

Menurut Winkel (dalam Namora Lumongga Lubis) konseling kelompok merupakan pelaksanaan proses konseling yang dilakukan antara seorang konselor profesional dan beberapa klien sekaligus dalam kelompok kecil.[29]

Menurut Pauline Harrison (dalam Edi Kurnanto) konseling kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor, dalam prosesnya konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan keterampilan-keterampilan dalam mengatasi masalah.[30]

Menurut Elida Prayitno konseling kelompok dimana layanan yang merupakan bentuk layanan kelompok untuk membantu anggota kelompok mengentaskan masalah pribadinya dengan memanfaatkan dinamika kelompok.[31]

Jadi dari beberapa pendapat di atas, dapat dikatakan bahwa konseling kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling dimana yang memanfaatkan suasana kelompok dan di dalamnya membahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok

---

[28] Prayitno, *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling, (*Padang : FIP UNP, 2012), hlm. 149-150.

[29] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik,* (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2011), hlm.198.

[30] Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok,* (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm.7.

[31] Elida Prayitno, *Konseling Kelompok,...*, hlm.5.

dengan tujuan untuk pengentasan masalah dari masing-masing anggota kelompok tersebut.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Menurut Tohirin tujuan umum layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasinya. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai strategi, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa berkembang secara optimal. [32]

Tujuan khusus layanan konseling kelompok menurut Prayitno, fokus layanan konseling kelompok adalah masalah pribadi individu peserta layanan, maka layanan konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut, para peserta memperoleh dua tujuan yaitu: *pertama*, terkembangnya perasaan, pikiran, presepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya, bersosialisasi dan berkomunikasi. *Kedua*, terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu yang lain menjadi peserta layanan.[33]

---

[32] Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah, (Berbasis Integrasi)*. (Jakarta: Rajawali Pers,2013) hal. 173-174.

[33] Prayitno, *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung*, (Padang: FIP UNP, 2012), hlm.151-152.

Menurut Namora Lumongga Lubis adapun tujuan dari konseling kelompok yaitu:

a. Membantu individu mencapai perkembangan yang optimal
b. Berperan mendorong munculnya motivasi kepada klien untuk merubah perilakunya dengan memanfaatkan potensi yang dimilikinya
c. Klien dapat mengatasi masalahnya lebih cepat dan tidak menimbulkan gangguan emosi
d. Menciptakan dinamika sosial yang berkembang intensif
e. Mengembangkan keterampilan komunikasi dan interaksi sosial yang baik dan sehat

Menurut Winkel (dalam Edi Kurnanto) konseling kelompok dilakukan dengan beberapa tujuan yaitu:[34]

a. Masing-masing anggota kelompok memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya
b. Para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka
c. Para anggota kelompok memperoleh kemampuan pengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontra

[34] Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*,..., hlm.10.

antar pribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari di luar kehidupan kelompoknya

d. Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan lebih membuat mereka lebih sensitif juga terhadap kebutuhan-kebutuhan dan perasaan-perasaan sendiri
e. Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif
f. Para anggota lebih berani melangkah maju dan menerima resiko yang wajar dalam bertindak, daripada tinggal diam dan tidak berbuat apa-apa
g. Para anggota lebih menyadari dan menghayati makna dan kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima orang lain
h. Masing-masing anggota kelompok semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya sendiri kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain, dengan demikian dia tidak merasa terisolir atau seolah-olah hanya dialah yang mengalami ini dan itu
i. Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota-anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi demikian

dimungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang-orang yang dekat di kemudian hari.

Tujuan dari pelaksanaan konseling kelompok sendiri dapat diimplementasikan kedalam 7 ciri yaitu, cinta diri dengan gaya hidup dan perilaku untuk memelihara diri, sadar akan potensi dan kekurangan yang dimiliki, memiliki tujuan hidup yang jelas, berfikir positif dengan apa yang dikerjakan dan bagaimana hasilnya, dapat berkomunikasi dengan orang lain, memiliki ketegasan, penampilan diri yang baik dan memiliki pengendalian perasaan.

3. Fungsi Konseling Kelompok

Menurut Prayitno fungsi utama bimbingan yang didukung oleh layanan konseling kelompok ialah fungsi pengentasan.[35]

Menurut Edi kurnanto ada dua fungsi dalam konseling kelompok yaitu:

a. Fungsi kuratif

Fungsi yang menjalankan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu dalam artian membantu individu dapat keluar dari persoalan yang dialaminya dengan cara memberikan kesempatan, dorongan juga pengarahan kepada individu untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungannya.

[35]Prayitno, *Buku II Pelayanan Bimbingan dan Konseling (SLTP),* (Jakarta: PT.Ikrar Abadi Mandiri,), hlm. 108.

b. Fungsi preventif

Fungsi yang mengarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu. Menurut Juntika nurihsan (dalam Edi kurnanto) konseling kelompok bersifat pencegahan dalam arti bahwa individu yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat, tetapi memiliki kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain.[36] Jadi dapat dikatakan bahwa fungsi dari konseling kelompok ada dua yaitu: fungsi pencegahan dan fungsi mengatasi/mengobati.

4. Materi atau Isi dalam Konseling Kelompok

Menurut Prayitno konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi dalam kelompok itu. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul dalam kelompok itu, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (yaitu bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karir).[37]

a. Layanan konseling kelompok dalam bimbingan pribadi
   1) Kebiasaan dan sikap dalam beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa
   2) Pengenalan dan penerimaan perubahan, pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikis yang terjadi pada diri

[36] Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*,..., hlm.9.
[37] Prayitno, *Buku II Pelayanan Bimbingan dan Konseling (SLTP)*,..., hlm. 108.

3) Pengenalan tentang kekuatan diri sendiri, bakat dan minat serta penyaluran dan pengembangannya
4) Pengenalan tentang kelemahan diri sendiri dan upaya penanggulangannya
5) Kemampuan mengambil keputusan dan pengarahan diri
6) Perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat

b. Layanan konseling kelompok dalam bimbingan sosial
1) Kemampuan berkomunikasi, serta menerima dan menyampaikan pendapat secara logis, efektif dan produktif
2) Kemampuan bertingkah laku dan berhubungan sosial (di rumah, di sekolah dan masyarakat) menjunjung tinggi tata krama, norma, nilai-nilai agama, adat istiadat dan kebiasaan yang berlaku
3) Hubungan dengan teman sebaya (di sekolah dan dimasyarakat)
4) Pemahaman dan pelaksanaan disiplin dan peraturan sekolah
5) Pengenalan dan pengamalan pola hidup sederhana yang sehat dan bergotong royong

c. Layanan konseling kelompok dalam bimbingan belajar
1) Motivasi dan tujuan belajar dan latihan
2) Sikap dan kebiasaan belajar
3) Kegiatan dan disiplin belajar serta berlatih secara efektif, efisien dan produktif
4) Penguasaan materi pelajaran dan latihan/keterampilan
5) Keterampilan teknis belajar

6) Pengenalan dan pemanfaatan kondisi fisik, sosial dan budaya di sekolah dan lingkungan sekitar
7) Orientasi belajar di sekolah yang lebih tinggi

d. Layanan konseling kelompok dalam bimbingan karir
1) Pilihan dan latihan keterampilan
2) Orientasi dan informasi pekerjaan/karir, dunia kerja dan upaya memperoleh penghasilan
3) Orientasi dan informasi lembaga-lembaga keterampilan (lembaga kerja/industri) sesuai dengan pilihan pekerjaan dan arah pengembangan karir
4) Pilihan orientasi dan informasi perguruan/sekolah yang lebih tinggi sesuai dengan arah pengembangan karir.

Sementara itu isi layanan konseling kelompok membahas masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Secara bergiliran anggota kelompok mengemukakan masalah pribadinya secara bebas, selanjutnya dipilih mana yang akan dibahas dan diselesaikan terlebih dahulu.[38]

Jadi, topik, isi dan materi dalam konseling kelompok digunakan merupakan masalah pribadi siswa yang diselesaikan secara kelompok dengan memamfaatkan dinamika kelompok sehingga masalah-masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok dapat diselesaikan secara bersama.

[38] Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. (Jakarta: Rajawali Pers,2013) hlm. 174.

5. Struktur Konseling Kelompok

Menurut Latipun (dalam Namora lumongga lubis) struktur konseling kelompok mencakup di dalamnya yaitu:

a. Jumlah anggota kelompok

Jumlah keanggotaan pada konseling kelompok terdiri dari 4-12 orang klien, karena hasil penelitian menunjukkan bahwa apabila jumlah anggota kelompok kurang dari 4 orang dinamika kelompok menjadi kurang hidup, sebaliknya bila anggota kelompok lebih dari 12 orang, maka konselor akan kewalahan mengelola kelompok karena jumlah anggota kelompok terlalu besar.

Dalam menentukan jumlah anggota kelompok, konselor dapat pula menetapkannya berdasarkan kemampuan dan pertimbangan keefektifan proses konseling. Konselor yang terbiasa menangani klien dengan format konseling individual dapat saja mengalami kesulitan ketika harus menangani klien dalam konseling kelompok dengan jumlah klien di atas 5 orang. Oleh karena itu penetapan jumlah anggota kelompok ini bersifat sangat fleksibel dan dapat disesuaikan dengan kondisi yang ingin diciptakan klien dan konselor.

b. Homogenitas kelompok

Permasalahan homogenitas atau heterogenitas dalam konseling kelompok tentu saja sangat relatif artinya tidak ada ketentuan yang baku dalam menentukan karakteristik kliennya dapat disebut homogen atau heterogen. Beberapa konseling kelompok memandang bahwa

homogenitas kelompok dilihat berdasarkan jenis kelamin klien yang sama, jenis masalah yang sama dan kelompok usia yang sama. Serta adanya juga tujuan-tujuan tertentu yang mungkin diperlukan dalam pembentukan kelompok yang seimbang, dan pada intinya pertimbangan terkait tentang keragaman atau keseragaman anggota kelompok umumnya didasarkan pada tujuan-tujuan tertentu yang akan dicapai dalam kelompok tersebut serta kemampuan konselor dalam mengelola konseling kelompok.[39]

c. Sifat kelompok waktu pelaksanaan

Ada dua macam sifat kelompok yang terdapat dalam konseling kelompok yaitu:

1) Sifat terbuka

Dikatakan sebagai sifat terbuka karena pada kelompok ini dapat menerima kehadiran anggota baru setiap saat sampai batas yang telah ditetapkan. Contoh: sebuah kelompok telah terdiri dari 5 orang anggota, kemudian minggu berikutnya ada dua orang klien yang akhirnya dimasukkan konselor ke dalam anggota kelompok, karena dianggap memiliki homogenitas dengan kelompok yang telah terbentuk. Walaupun bersifat terbuka, akan tetapi perlu diingat adalah bahwa jumlah maksimal anggota telah ditetapkan oleh konselor sebelumnya, misalnya 12 orang. Maka setelah anggota kelompok berjumlah 12 orang, konselor tidak akan menambah

[39] Prayitno. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), hlm. 30-31.

anggota lagi, efek samping dari sifat terbuka adalah anggota kelompok akan kesulitan membentuk kohesivitas dengan sesama anggota.

2) Sifat tertutup

Bersifat tertutup maksudnya adalah konselor tidak memungkinkan masuknya klien baru untuk tergabung dalam kelompok yang telah terbentuk. Contoh: sebuah kelompok terdiri dari 4 orang maka sampai proses konseling kelompok berakhir, jumlah ini tidak akan bertambah. Keuntungan dari sifat tertutup ini adalah memudahkan anggota kelompok untuk membentuk dan memelihara kohesivita. Akan tetapi efek sampingnya adalah apabila ada anggota kelompok yang keluar karena alasan pribadi, sistem keanggotaan tidak dapat menerima masuknya anggota baru sehingga harus melanjutkan konseling dengan sisa anggota yang ada.[40]

d. Suasana Kelompok

Ciri-ciri suasana konseling kelompok yang dapat meningkatkan kemampuan memecahkan masalah dan mengembangkan kepribadian anggota-anggota kelompok adalah suasana interaksi yang dinamis, keterikatan emosional, penerimaan di antara anggota kelompok, perasaan altruistik, intelektual, katarsis, dan empati. [41]

Jadi peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa dalam melaksanakan konseling kelompok suasana, homogenitas kelompok,

---

[40] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*,..., hlm.210.

[41] Elida Prayitno, *Konseling Kelompok*,..., hlm.7

sifat kelompok serta jumlah anggota dalam kelompok yang digunakan juga diperlukan, agar dapat memperlancar proses konseling kelompok dan terciptanya dinamika dalam dalam suatu kelompok tersebut.

6. Tahapan Konseling Kelompok

Menurut Namora lumongga lubis tahapan konseling kelompok terbagi menjadi 6 tahapan yaitu:

a. Pra konseling

Tahap ini dianggap sebagai tahap persiapan pembentukan kelompok. Adapun hal-hal mendasar yang dibahas pada tahap ini adalah para klien yang telah diseleksi akan dimasukkan dalam keanggotaan yang sama menurut pertimbangan homogenitas. Setelah itu konselor akan menawarkan program yang dapat dijalankan untuk mencapai tujuan. Penting sekali bahwa pada tahap inilah konselor menanamkan harapan pada anggota kelompok agar bahu membahu mewujudkan tujuan bersama sehingga proses konseling akan berjalan efektif. Konselor juga perlu menekankan bahwa pada konseling kelompok hal yang paling utama adalah keterlibatan klien untuk klien berpartisipasi dalam keanggotaannya dan tidak sekedar hadir dalam pertemuan kelompok. Selain itu, konselor juga perlu memperhatikan kesamaan masalah sehingga semua masalah anggota dapat difokuskan kepada inti permasalahan yang sebenarnya.

b. Tahap permulaan

Tahap ini ditandai dengan dibentuknya struktur kelompok. Adapun manfaat dari dibentuknya struktur kelompok ini adalah agar anggota kelompok dapat memahami aturan yang ada dalam kelompok. Aturan-aturan ini akan menuntut anggota kelompok untuk bertanggung jawab pada tujuan dan proses kelompok. Konselor dapat kembali menegaskan tujuan yang harus dicapai dalam konseling. Hal ini dimaksudkan untuk menyadarkan klien pada makna kehadirannya terlibat dalam kelompok. Selain itu klien diarahkan untuk memperkenalkan diri mereka masing-masing yang dipimpin oleh ketua kelompok (konselor). Pada saat inilah klien menjelaskan tentang dirinya dan tujuan yang ingin dicapai dalam proses konseling serta menguraikan secara sistematis langkah yang dijalani pada tahap permulaan adalah perkenalan, pengungkapan tujuan yang ingin dicapai, penjelasan aturan dan penggalian ide dan perasaan.

c. Tahap transisi

Tahap ini sebagai tahap peralihan, hal umum yang sering muncul pada tahap ini adalah terjadinya suasana ketidakseimbangan dalam diri masing-masing anggota kelompok. Konselor diharapkan dapat membuka permasalahan masing-masing anggota sehingga masalah tersebut dapat bersama-sama dirumuskan dan diketahui penyebabnya. Walaupun anggota kelompok mulai terbuka satu sama lain, tetapi dapat pula terjadi kecemasan, *resistensi*, konflik dan keengganan anggota kelompok membuka diri. Oleh karena itu, konselor selaku pimpinan

kelompok harus dapat mengontrol dan mengarahkan anggotanya untuk merasa nyaman dan menjadikan anggota kelompok sebagai keluarganya sendiri.

d. Tahap kerja

Tahap ini sebagai tahap kegiatan, tahap ini dilakukan setelah permasalahan anggota kelompok diketahui penyebabnya sehingga konselor dapat melakukan langkah selanjutnya yaitu menyusun rencana tindakan. Pada tahap ini anggota kelompok diharapkan telah dapat membuka dirinya lebih jauh dan menghilangkan *defensif*nya, adanya perilaku modelling yang diperoleh dari mempelajari tingkah laku baru serta belajar untuk bertanggung jawab pada tindakan dan tingkah lakunya. Akan tetapi pada tahap ini juga dapat saja terjadi konfrontasi antar-anggota dan transferensi. Dan peran konselor dalam hal ini adalah berupaya menjaga keterlibatan dan kebersamaan anggota kelompok secara aktif. Kegiatan pada tahap ini dipengaruhi pada tahap sebelumnya, jika pada tahap sebelumnya berlangsung dengan efektif maka pada tahap ini juga akan dilalui dengan baik begitupun sebaliknya.

e. Tahap akhir

Tahap ini adalah dimana anggota kelompok mulai mencoba perilaku yang telah mereka pelajari dan dapatkan dari kelompok. Umpan balik adalah hal yang penting yang sebaiknya dilakukan oleh masing-masing anggota kelompok. Hal ini untuk menilai dan

memperbaiki perilaku kelompok apabila belum sesuai. Oleh karena itu, tahap akhir sebagai tahap melatih diri klien untuk melakukan perubahan. Sehubungan dengan tahap pengakhiran, menurut Prayitno bahwa kegiatan kelompok harus ditujukan pada pencapaian tujuan yang ingin dicapai dalam kelompok. Kegiatan ini biasanya diperoleh dari pengalaman sesama anggota, pada tahap ini apabila terdapat anggota yang memiliki masalah belum dapat terselesaikan pada fase sebelumnya maka pada tahap ini masalah tersebut harus diselesaikan.

Konselor dapat memastikan juga waktu ynag tepat untuk mengakhiri proses konseling. Apabila anggota kelompok merasakan bahwa tujuan telah tercapai dan telah terjadi perubahan maka proses konseling dapat segera diakhiri.

f. Tahap pasca konseling

Tahap ini yaitu menyelenggarakan evaluasi dan tindak lanjut dari pelaksanaan konseling kelompok. Dalam hal ini sejauh mana anggota kelompok memahami dari awal kegiatan sampai berakhirnya kegiatan.[42]

Menurut Elida Prayitno ada 4 tahap dalam konseling kelompok yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.[43]

Menurut Prayitno ada 5 tahap dalam konseling kelompok, berikut adalah tahap-tahapnya:

---

[42] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik,...*, hlm.213.

[43] Elida Prayitno, *Konseling Kelompok,...*, hal.10-11

a. Tahap Pembentukan

Suatu tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama. Tema dari tahap ini yaitu pengenalan, pelibatan dan pemasukan diri. Kegiatan dalam tahap pembentukan ini dilakukan untuk mengungkapkan pengertian dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok, menjelaskan cara-cara dan azas-azas dalam kegiatn bimbingan kelompok, saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri, teknik khusus, permainan (penghangatan dan pengakraban).

Tujuan dari adanya tahap pembentukan ini yaitu anggota kelompok memahami pengertian, tujuan, cara pelaksanaan,dan azas dalam bimbingan kelompok, tumbuhnya suasana kelompok, tumbuhnya minat anggota kelompok mengikuti kegiatan ini, tumbuhnya saling mengenal, percaya, menerima dan membantu diantara anggota kelompok, tumbuhnya suasana bebas dan terbuka, serta dimulainya pembahasan tentang tingkah laku dan perasaan dalam kelompok. Peranan pemimpin kelompok dalam tahap pembentukan ini yaitu menampilkan doa untuk mengawali kegiatan, menampilkan diri secara utuh dan terbuka, menampilkan penghormatan kepada orang lain, hangat, tulus, bersedia membantu dan penuh empati serta sebagai contoh.

b. Tahap Peralihan

Tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok kekegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok. Tema dari tahap peralihan ini yaitu pembangunan jembatan antara tahap pertama dan tahap ketiga. Kegiatan dalam tahap peralihan ini yaitu menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya, menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap ketiga), membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota kalau perlu kembali kebeberapa aspek tahap pertama.

Tujuan dari tahap peralihan ini yaitu terbebaskannya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya, makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan, makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok. Peranan dari pemimpin kelompok dalam tahap ini yaitu menerima suasana yang ada secara sabar dan terbuka, tidak mempergunakan cara-cara yang bersifat langsung, mengambil alih kekuasaan atau permasalahan, mendorong dibahasnya suasana perasaan, membuka diri sebagai contoh dan penuh empati.

c. Tahap Kegiatan

Tahapan ini disebut kegiatan inti dimana dalam kegiatan konseling kelompok akan membahas masalah klien. Kegiatan dalam tahap ini yaitu setiap anggota kelompok mengemukakan masalah pribadi yang perlu mendapat bantuan kelompok untuk pengentasannya, kelompok memilih masalah mana yang hendak dibahas dan dientaskan pertama, kedua, ketiga, klien (anggota kelompok yang masalahnya dibahas memberikan gambaran yang lebih rinci dari masalah yang dihadapinya), seluruh anggota kelompok ikut serta membahas masalah klien melalui berbagai cara seperti bertanya, menjelaskan, mengkritisi, memberi contoh, mengemukakan pengalaman pribadi, menyarankan, klien setiap kali diberi kesempatan untuk merespon apa-apa yang ditampilkan oleh rekan-rekan kelompok, kegiatan selingan.

Tujuan dari tahap kegiatan ini yaitu terbahasnya topik secara mendalam dan tuntas, ikut sertanya seluruh anggota kelompok secara aktif dan dinamis dalam pembahasan, baik yang menyangkut unsur-unsur tingkah laku, pemikiran atau perasaan (kelompok bebas). Dalam (kelompok tugas) yaitu terbahasnya topik-topik yang ditugaskan secara mendalam dan tuntas, dan ikut sertanya seluruh anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan, baik yang menyangkut tingkah laku dan perasaan. Peranan pemimpin kelompok pada tahap ini Sebagai pengatur lalu lintas yang sabar dan

terbuka, aktif tetapi tidak banyak bicara, memberikan dorongan dan penguatan serta penuh empati (kelompok bebas). Pada (kelompok tugas) yaitu sebagai pengatur lalu lintas yang sabar dan terbuka serta aktif tetapi tidak banyak bicara.

d. Tahap Penyimpulan

Tahapan kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan untuk dicapai oleh kelompok, peserta kelompok diminta melakukan refleksi berkenaan dengan kegiatan pembahasan yang baru saja mereka ikuti, tema dari tahap ini yaitu penilaian (*Laiseg)*. Kegiatan dalam tahap ini yaitu pemimpin kelompok meminta anggota mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, mengemukakan pesan dan harapan.

Tujuan dari adanya tahap ini yaitu terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan, serta terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah dicapai. Peranan dari pemimpin kelompok yaitu tetap mengusahakan terciptanya suasana hangat, bebas dan terbuka, memberikan semangat untuk refleksi BMB3 serta penuh rasa persahabatan, empati dan penguatan.

e. Tahap Pengakhiran

Tahapan akhir dari seluruh kegiatan kelompok disini kelompok merencanakan kegiataan lanjutan dan salam hangat perpisahan. Kegiatan dalam tahap penutupan ini yaitu membahas

kegiatan lanjutan, kelompok mengakhiri kegiatan serta membahas hal-hal yang mungkin akan dipertanyakan untuk kedepannya.

Tujuan dari tahap ini yaitu terbahasnya dan terentaskannya masalah klien (yang menjadi anggota kelompok), ikutsertanya seluruh anggota kelompok dalam menganalisis masalah klien serta mencari jalan keluar dari pengentasannya.[44]

C. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Masa remaja merupakan masa yang sangat singkat dan sangat menentukan perkembangan masa selanjutnya. Namun pada masa remaja yang sangat labil ini dibutuhkan suatu kekuatan yang akan membantu remaja mengatasi persoalan dalam hidupnya sekalipun persoalan itu membuat remaja berada pada kondisi yang tertekan sehingga dengan kekuatan itu akhirnya remaja mampu mengubah dan mengatasi kondisi yang membuatnya tertekan itu, kekuatan yang dimaksud adalah resiliensi.

Resiliensi (daya lentur) merupakan sebuah istilah yang relatif baru dalam khasanah psikologi, terutama psikologi perkembangan. Paradigma resiliensi didasari oleh pandangan kontemporer yang muncul dari lapangan psikiatri, psikologi dan sosiologi tentang bagaimana anak, remaja dan orang dewasa sembuh dari kondisi stres, trauma dan resiko dalam kehidupan mereka. Sejumlah besar ahli psikologi menyadari betapa individu (anak-anak, remaja dan bahkan orang dewasa) yang hidup pada

[44] Prayitno, *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung,...*, hlm.171.

era modern sekarang ini semakin membutuhkan kemampuan resiliensi untuk menghadapi kondisi-kondisi kehidupan abad 21 yang penuh dengan perubahan-perubahan yang sangat cepat.[45]

Menghadapi kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan tersebut, sejumlah ahli psikologi memandang perlu untuk membangun kekuatan individu. Hal ini, resiliensi dianggap sebagai kekuatan dasar yang menjadi pondasi dari semua karakter positif dalam membangun kekuatan emosional dan psikologikal seseorang.

Tanpa adanya resiliensi, tidak akan ada keberanian, kekuatan, tidak ada rasionalitas, tidak ada *insight*. Sejumlah riset yang telah dilakukan meyakinkan bahwa gaya berfikir seseorang sangat ditentukan oleh resiliensinya dan resiliensi juga menentukan keberhasilan seseorang dalam hidupnya.

Menurut Nan Henderson dan Mike M. Milstenin, "*Resilience is a characteristic that varies from person to person and can grow or decline over time, protective factors are characteristics within the person or within the environment that mitigate the negative impact of stressful situasions and conditions"*.[46] Maksudnya adalah resiliensi merupakan karakteristik yang bervariasi pada setiap orang dan dapat tumbuh atau menurun dari waktu ke waktu, faktor protektif adalah karakteristik yang ada dalam diri individu atau dalam lingkungan yang mengurangi dampak negatif dari situasi dan kondisi yang penuh stress.

---

[45] Desmita, *Psikologi Perkembangan...*, hal. 226.

[46] Nan Henderson dan Mike M. Milstein, *Resiliency in Schools: Making It Happen for Students and Educators*, (California: Corwin Press, Inc, 2003), hal. 8.

Menurut Seibert dalam Dewindra Ayu Kartika, resiliensi adalah "kemampuan untuk mengatasi dengan baik perubahan terbesar yang mengganggu dan berkelanjutan dengan mempertahankan kesehatan dan energi yang baik ketika berada dalam tekanan yang konsisten sehingga mampu bangkit kembali dari kemunduran."[47]

Seseorang diharapkan mampu untuk bertahan *(survive)* terhadap kondisi apapun yang mengganggu stabilitas kehidupannya. Hal ini dimaksudkan agar seseorang tidak berlarut-larut dalam sebuah kesedihan dan kekecewaan yang akan berdampak pada kesehatannya dan hilangnya energi untuk bangkit dari kesedihan dan kekecewaan tersebut. serta mengganggu aktivitas-aktivitas yang harus dilakukan juga.

Senada dengan Gortberg, Nan Henderson, Mike M. Milstenin dan Seibert, Desmita mengartikan resiliensi sebagai: Kemampuan atau kapasitas insan yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkannya untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan atau bahkan mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi.[48]

Tidak hanya individu, tetapi juga telah masuk ke ranah kelompok atau masyarakat, individu. Kelompok atau masyarakat harus memiliki

---

[47] Dewindra Ayu Kartika, *Resiliensi Pada Single Mother Pasca Perceraian,* (PDF), (Universitas Gunadarma: Fakultas Psikologi), www.google.co.id/url?resiliensi_pada_single mother_pasca_perceraian_Frepository.gunadarma.ac.id, (06 April 2019)

[48] Desmita, *Psikologi Perkembangan...*, hal. 228.

resiliensi yang cukup untuk bisa hidup dengan aman dan tentram tanpa harus menyengsarakan hidup akibat dari hal-hal negatif yang terjadi pada dirinya. Untuk itu, perlu dibiasakan berprasangka baik (husnudzan) terhadap sesuatu yang menimpa diri ataupun kelompok masyarakat, karena semuanya telah diatur oleh Allah SWT. Seseorang harus yakin bahwa itulah yang terbaik untuk dirinya dan masyarakat. Tinggal lagi seseorang bisa mengambil hikmah dari kejadian tersebut. Apabila itu sudah tumbuh subur di dalam diri individu atau masyarakat, maka resiliensi akan spontan berfungsi dalam dirinya.

Jadi, disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu, kelompok atau masyarakat untuk menghadapi, mencegah, mengatasi, meminimalkan, bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan serta mengganggu yang menjadikan individu berada dalam keadaan tertekan kemudian individu itu mampu mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi dan bangkit kembali dari kemunduran.

2. Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Upaya mengatasi kondisi dan mengembangkan resilinesi remaja, sangat tergantung pada pemberdayaan tiga faktor dalam diri remaja, yang oleh Grotberg disebut tiga sumber dari resiliensi *(three sources of resilience),* yaitu *I have* (aku punya), *I am* (aku ini), *I can* (aku dapat).[49]

[49] Desmita, *Psikologi*…, hal. 229-230.

a. *I have* (Aku punya) merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan pemaknaan remaja terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya.

   Sumber *I have* ini memiliki beberapa kualitas yang memberikan sumbangan bagi pembentukan resiliensi, yaitu:

   1) Hubungan yang dilandasi oleh kepercayaan penuh.
   2) Struktur dan peraturan rumah.
   3) Model-model peran.
   4) Dorongan untuk mandiri (otonomi).
   5) Akses terhadap layanan kesehatan, pendidikan, keamanan dan kesejahteraan.

b. *I am* (Aku ini) merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi yang dimiliki oleh remaja yang terdiri dari perasaan, sikap dan keyakinan pribadi.

   Beberapa kualitas pribadi yang mempengaruhi *I am* adalah:

   1) Disayang dan disukai oleh banyak orang.
   2) Mencinta, empati dan kepedulian pada orang lain.
   3) Bangga dengan dirinya sendiri.
   4) Bertanggung jawab terhadap perilaku sendiri dan menerima konsekuensinya.
   5) Percaya diri, optimistik dan penuh harap.

c. *I can* (Aku dapat) merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan oleh remaja sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial interpersonal.

   Keterampilan-keterampilan ini meliputi:

   1) Berkomunikasi.
   2) Memecahkan masalah.
   3) Mengelola perasaan dan impuls-impuls.
   4) Mengukur tempramen sendiri dan orang lain.
   5) Menjalin hubungan-hubungan yang saling mempercayai.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi mempunyai tiga sumber. *Pertama, I have* yang artinya sumber resiliensi yang berhubungan dengan seberapa besar remaja mampu untuk memaknai dukungan serta motivasi yang diberikan oleh lingkungan sosial seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat terhadap dirinya. *Kedua, I am* merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan diri pribadi, seperti perasaan, tingkah laku dan kepercayaan yang terdapat dalam remaja. Yang terwujud dalam bentuk bangga pada diri sendiri, perasaan dicintai dan sikap yang menarik, individu dipenuhi harapan, iman dan kepercayaan, mencintai, empati dan *altruistic* yang terakhir adalah mandiri dan bertanggung jawab. *Ketiga, I can* artinya sumber resiliensi yang berkaitan dengan keterampilan sosial dan interpersonal remaja. Seperti mengatur berbagai perasaan dan rangsangan di mana remaja dapat mengenali perasaan mereka, mengenali

berbagai jenis emosi, dan mengekspresikannya dalam kata-kata dan tingkah laku namun tidak menggunakan kekerasan terhadap perasaan dan hak orang lain maupun diri sendsiri. Individu juga dapat mengatur rangsangan untuk memukul, 'kabur', merusak barang atau melakukan berbagai tindakan yang tidak menyenangkan.

3. Karakteristik Individu yang Memiliki Resiliensi

Resiliensi pada individu dapat dilihat dari bagaimana individu menyikapi dan menanggapi sesuatu. Menurut Grotberg untuk mengenal individu yang memiliki jiwa yang resilien ada beberapa karakteristik atau ciri-ciri yang memperlihatkan jiwa resilien tersebut, yaitu:[50]

a. Kepercayaan (*trust)*

Berhubungan dengan bagaimana lingkungan mengembangkan rasa pecaya diri remaja. Perasaan percaya ini akan sangat menentukan seberapa jauh remaja memiliki kepercayaan terhadap orang lain mengenai hidupnya, kebutuhan-kebutuhan dan perasaannya, serta kepercayaan terhadap diri sendiri, terhadap kemampuan, tindakan dan masa depannya.

b. Otonomi *(autonomy)*

Berkaitan dengan seberapa jauh remaja menyadari bahwa dirinya terpisah dan berbeda dari lingkungan sekitar sebagai kesatuan diri pribadi. Pemahaman bahwa dirinya juga merupakan sosok mandiri yang terpisah dan berbeda dari lingkungan sekitar,

[50] Desmita, *Psikologi Perkembangan...*, hal 230-232.

akan membentuk kekuatan-kekuatan tertentu pada remaja. Kekuatan tersebut akan menentukan tindakan remaja ketika mengahadapi masalah.

c. Inisiatif *(initiative)*

Pembentukan resiliensi yang berperan dalam penumbuhan minat remaja melakukan sesuatu yang baru. Inisiatif juga berperan dalam mempengaruhi remaja mengikuti berbagai macam aktivitas atau menjadi bagian dari suatu kelompok. Dengan inisiatif, remaja menghadapi kenyataan bahwa dunia adalah lingkungan dari berbagai macam aktivitas, dimana ia dapat mengambil bagian untuk berperan aktif dari setiap aktivitas yang ada.

d. Industri *(industry)*

Resiliensi yang berhubungan dengan pengembangan keterampilan-keterampilan berkaitan dengan aktivitas rumah, sekolah dan sosialisasi. Melalui penguasaan keterampilan tersebut, remaja akan mampu mencapai prestasi, baik di rumah, sekolah maupun di lingkungan sosial. Dengan prestasi tersebut, akan menentukan penerimaan remaja di lingkungannya.

e. Identitas *(identity)*

Resiliensi yang berkaitan dengan pengembangan pemahaman remaja akan dirinya sendiri, baik kondisi fisik maupun psikologisnya. Identitas membantu remaja mendefinisikan dirinya dan mempegaruhi *self image* nya.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa sifat umum seseorang yang resilien terdiri dari lima bagian, yang *pertama* adanya sikap keyakinan yang ditunjukkan saat kita merasa cukup tahu dan menyimpulkan bahwa kita telah mencapai suatu kebenaran. *Kedua,* memiliki sikap kemandirian dan kekuasaan atas dirinya sendiri untuk melakukan sesuatuyang diinginkan sepanjang tidak melanggar kepentingan orang lain dengan kata lain manusia tidak berada di bawah tekanan dan tindakan yang merendahkan martabat sebagai manusia. *Ketiga,* bersikap inisiatif dengan mampu memutuskan dan melakukan sesuatu yang benar tanpa harus diberi tahu, mampu menemukan apa yang seahrusnya dikerjakan terhadap sesuatu yang ada di sekitar. *Keempat*, memiliki konten tertentu yang bisa dikembangkan dan mampu mencetak prestas terhadap konten yang dimiliki dan yang *kelima* memiliki identitas diri, yang mana adanya kesadaran kita untuk menempatkan diri dan memberi arti pada dirinya sebagai seseorang pribadi yang unik. Identitas diri berupa fisik, keyakinan, tujuan, harapan, prinsip yang setiap individu itu berbeda.

4. Aspek-aspek Resiliensi

a. Regulasi emosi (*Emotional regulation)* merupakan kemampuan untuk tetap tenang dalam kondisi penuh tekanan, individu yang resilien menggunakan serangkaian keterampilan yang telah dikembangkan untuk membantu mengontrol emosi, atensi dan perilakunya. Terdapat dua hal penting terkait dengan pengaturan emosi, yaitu ketenangan

(calming) dan fokus *(focusing)*. Individu yang mampu mengelola kedua keterampilan ini, dapat membantu mereka dalam meredakan emosi dan memfokuskan pikiran yang positif.

b. Kontrol implus (*Impulse control)* kontrol terhadap impuls merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan impuls atau dorongan-dorongan , keinginan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dalam dirinya, kemudian akan membawanya kepada kemampuan berpikir jernih dan akurat. Kontrol terhadap impuls ini bukan hanya berhubungan erat dengan pengaturan emosi, tetapi jug keinginan tertentu dari individu yang dapat mengganggu serta menghambat perkembangannya.

c. Optimisme (*Optimism*) individu yang resilien adalah individu yang optimis. Optimis berarti memiliki kepercayaan bahwa segala sesuatu akan menjadi lebih baik. Individu memiliki kontrol dan harapan atas kehidupannya. Mereka percaya bahwa situasi yang sulit dapat berubah menjadi situasi yang lebih baik. Mereka percaya bahwa dapat memegang kendali dan arah hidupnya.

d. Analisis kausal (*Causal analysis*) merupakan istilah yang digunakan untuk merujuk pada kemampuan individu untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab-penyabab dari permasalahan-permasalahan mereka. Jika seorang mampu mengidentifikasi penyebab masalah secara akurat, maka ia tidak akan melakukan kesalahan yang sama

secara terus menerus. Kemampuan menganalisis masalah dilakukan individu untuk mencari penjelasan dari suatu kejadian.

e. Empati (*Empathy*) menggambarkan sebaik apa seseorang dapat membaca petunjuk dari orang lain berkaitan dengan kondisi psikologis dan emosional orang tersebut. Sehingga individu mampu membaca sinyal-sinyal mengenai kondisi emosional dan psikologis mereka melalui syarat non verbal dan kemudian menentukan apa yang dirasakan dan dipikirkan oleh orang lain.
f. *Self efficacy* menggambarkan keyakinan seseorang bahwa ia dapat memecahkan masalah yang dialaminya dan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mencapai kesuksesan. Mereka yang tidak yakin tentang kemampuannya akan mudah tersesat.
g. *Reaching out* pencapaian menggambarkan kemampuan individu untuk meningkatkan aspek-aspek positif dalam kehidupannya yang mencakup keberanian individu dalam mengatasi ketakutan-ketakutan yang mengancam dalam kehidupannya.[51]

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa ada tujuh aspek yang harus diperhatikan siswa yang dapat dijadikan oleh siswa sebagai tolak ukur apakah siswa tersebut sudah dapat dikatakan resilien atau belum. *Pertama*, regulasi emosi (*emotional regulation)* merupakan kemampuan siswa untuk tetap tenang dan tetap stabil dalam kondisi penuh tekanan yang dilakukannya dengan cara mengontrol emosi, atensi, dan

[51] Ifdil, Taufik, *Urgensi Peningkatan dan Pengembangan Resiliensi Siswa di Sumatera Barat*, (UNP: Padang) di akses pada tanggal 21 Februari 2019.

perilakunya. *Kedua,* kontrol impuls (*impulse control)* berkaitan erat dengan regulasi emosi. Siswa yang kuat mengontrol impulsnya cenderung mampu mengendalikan emosinya. Kemudian, perasaan yang menantang yang ada dalam diri siswa dapat meningkatkan kemampuan untuk mengontrol impuls dan menjadikan pemikirannya lebih baik, kemudian pemikiran itu mengarahkan siswa tersebut kepada pengendalian emosi yang lebih baik, dan menghasilkan perilaku yang lebih resilien.

Ketiga, optimisme (*optimism*), siswa dikatakan optimis ketika siswa yakin suatu hal dapat berubah menjadi lebih baik. Mereka memiliki harapan tentang masa depan dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol arah kehidupannya. *Keempat,* analisis kausal (*causal analysis*) merupakan kemampuan siswa untuk dapat mengidentifikasi penyebab-penyabab dari permasalahan mereka bukan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang telah mereka perbuat. *Kelima,* empati (*empathy*) yaitu bagaimana siswa mampu untuk memperkirakan apa yang dirasakan orang, dan kemudian apa yang mungkin dilakukan untuk menghadapi orang tersebut. *Keenam, self efficacy* yaitu keyakinan siswa bahwa ia dapat memecahkan masalah yang dialaminya dan keyakinan siswa terhadap kemampuannya untuk mencapai kesuksesan. *Ketujuh, reaching out* yaitu kemampuan siswa untuk mencapai keberhasilan dengan menghadapi berbagai tantangan yang muncul dalam proses pencapaian keberhasilan itu.

5. Urgensi Resiliensi bagi Kesuksesan di Masa Depan

Resiliensi merupakan salah satu aspek potensi yang perlu untuk dikembangkan dalam diri siswa. Karena resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu, kelompok atau masyarakat untuk menghadapi, mencegah, mengatasi, meminimalkan, bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan serta mengganggu yang menjadikan individu berada dalam keadaan tertekan kemudian individu itu mampu mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi dan bangkit kembali dari kemunduran.

Siswa yang resiliensi akan membuat hidupnya menjadi lebih kuat, karena resiliensi akan membuat seseorang berhasil menyesuaikan diri dalam berhadapan dengan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan. Ditambah lagi untuk mencapai kesuksesan di masa depan tidak tertutup kemungkinan siswa akan dihadapkan dengan berbagai kondisi-kondisi atau hambatan-hambatan yang tidak jarang akan menimbukan dampak-dampak yang tidak menyenangkan bagi siswa.

Untuk menghadapi kondisi-kondisi tersebut maka diperlukan sekali subuah kekuatan yaitunya resiliensi. Tanpa resiliensi tidak akan ada keberanian, *insight*, hubungan yang baik, pikiran yang optimis, jiwa yang kreatif, humor dan moral yang baik. Dengan resiliensi siswa tahu bagaimana ia menghadapi berbagai masalah dan menemukan cara penyelesaiannya. Tetap bertahan meskipun lingkungan berubah terus

menerus, karena siswa yang resilien mampu beradaptasi dan mau belajar dari pengalaman.

Jadi untuk mencapai kesuksesan di masa depan sangat diperlukan sekali resiliensi ini karena jika seseorang tidak mempunyai kekuatan resiliensi maka ia akan sulit untuk mencapai kesuksesan di masa depan, sebab untuk mencapai sebuah kesuksesan tentu banyak rintangan dan hambatan yang menghadang dan kerap kali membuat orang putus asa dan menyerah. Untuk menghadapi rintangan dan hadangan tersebut maka siswa harus mempunyai kekuatan resiliensi dalam dirinya.

D. Meningkatakan Resiliensi Diri Siswa dengan Pendekatan Ego

Menurut Prayitno konseling kelompok merupakan layanan dalam bimbingan dan konseling yang dilaksanakan secara kelompok yang dimana di dalamnya mengikutkan sejumlah peserta dan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok serta membahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok dan dibahas melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif.[52]

Konselor memberikan kebebasan yang luas, yaitu melakukan sesuatu yang dilarang orang lain, dengan cara ini konselor akan dapat melihat ego *state* yang mana dominan pada diri klien, posisi mana yang dipilihnya, bagaimana perjalanan hidupnya dan pola permainan mana yang akan dipilihnya dalam

[52] Prayitno, *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling, (*Padang : FIP UNP, 2012), hlm. 149-150.

memperoleh sentuhan, dalam hal ini klien merasa aman berada bersama konselor.

Proses konseling diciptakan rasa aman, konselor benar-benar menampilkan kemampuan dirinya untuk membantu klien. Dalam hal ini konselor dituntut untuk memperlihatkan bahwa dirinya adalah orang yang pintar, berpengalaman, kaya dalam berbagai hal yang dibutuhkan oleh klien.

Pendekatan ego merupakan pendekatan konseling yang menekankan pada kekuatan ego dan konseling-ego lebih memusatkan perhatian pada aspek individu klien dengan melihat berfungsi atau tidaknya ego klien. Setelah diketahui tidak berfungsinya ego klien, konselor dapat menjadikan itu sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan layanan konseling yang tujuannya adalah agar ego klien berfungsi kembali dan jika ego klien lemah menjadi kuat kembali.

Salah satu aspek kepribadian yang dapat diperkuat melalui pendekatan ego itu adalah resiliensi. Konselor dapat menggunakan teknik-teknik konseling yang ada pada konseling-ego. *Pertama-tama* konselor membina hubungan yang akrab dengan klien, sehingga dapat muncul kepercayaan dari diri klien terhadap konselor. *Kedua*, konselor memusatkan perhatian terhadap keluhan klien yang resiliensinya lemah, selain itu konselor juga memperhatiakan aspek kognitif serta perasaan. *Ketiga*, konselor mengembangkan situasi ambiguitas seperti konselor memberikan kesempatan kepada klien bagi munculnya

perasaan-parasaan dari dalam diri klien yang membuat resiliensi klien itu melemah.

Keempat, konselor menyediakan fasilitas yang memungkinkan terjadinya transference melalui proyeksi. Kemudian jika klien melakukan transferensi maka konselor melakukan kontra-transferensi. Selanjutnya, konselor hendaknya melakukan diagnosis dengan dimensi-dimensinya yaitu konselor mulai merincikan masalah yang dialami klien saat proses konseling berlangsung.[53]

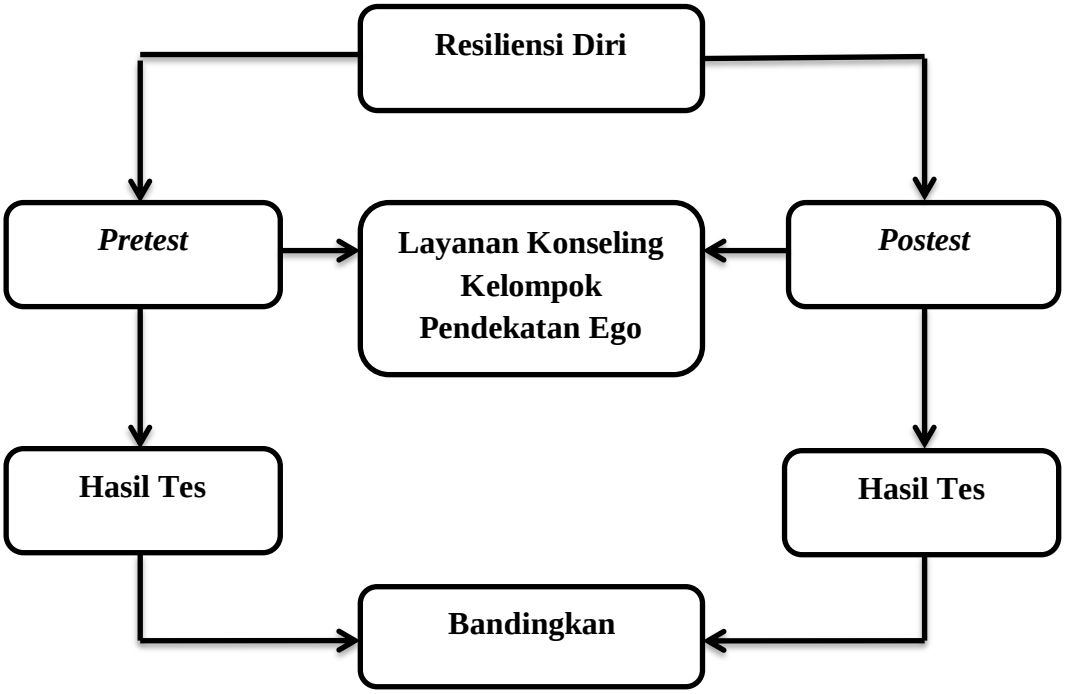
Setelah konselor menemukan hal yang membuat klien kurang resilien, kemudian tahap selanjutnya adalah bagaimana konselor membantu klien membangun fungsi ego yang baru. Dapat dilakukan dengan mengemukakan berbagai gagasan-gagasan baru dalam rangka perubahan tingkah laku klien yang akhirnya ego-resilien klien menjadi kuat kembali. Dan sebelum konseling diakhiri hal terpenting adalah pembuatan kontrak dengan klien agar melaksanakan kegiatan-kegiatan yang telah diputuskan dalam konseling.

[53] Novi Hendri, *Model-model Konseling*, (Medan: Perdana Publishing, 2013), h 187.

E. Kerangka Konseptual

Skema 2.1

Kerangka Konseptual



Skema dari penelitian eksperimen ini adalah menunjukkan bahwa penelitian eksperimen ini merupakan kegiatan yang terencana secara sistematis. Dari populasi yang telah di tetapkan, di tentukan siswa yang menjadi kelompok eksperimen melihat kolom *pretest*. Kemudian dilakukan perlakuan terhadap kelompok eksperimen tersebut, setelah itu dilaksanakan pendekatan ego dalam konseling kelompok pada kelompok eksperimen dan dilihat pengaruh dari perlakuan yang diberikan untuk meningkatkan resiliensi diri yang dilakukan dan dilihat hasil perbandingan *pretest* dan *postest* bagi kelompok eksperimen setelah pelaksanaan konseling kelompok oleh siswa di SMAN 2 Padang Panjang.

F. Penelitian Relevan

Penelitian yang peneliti lakukan adalah efektivitas pendekatan konseling ego untuk meningkatakan resiliensi diri siswa, maka di lihat kerelevanan penelitian yang penulis lakukan dengan melihat penelitian yang telah berlalu yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi Suprihatin, Nandang Rusmana, Nandang Budiman mengenai efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *group excercises* untuk mengembangkan resiliensi siswa. Jenis penelitian ini adalah eksperimen dan rancangannya adalah quasi eksperimen, objek dalam penelitian ini adalah resiliensi siswa sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah SMAN 1 Kota Bekasi yang berjumlah 22 orang.

   Profil resiliensi siswa SMAN 1 Kota Bekasi bila dilihat dari klasifikasi tingkat resiliensi siswanya memiliki 3 kategori yaitu siswa dengan resiliensi tinggi sebanyak 18,4%, siswa dengan resiliensi tingkat sedang sebanyak 68,4%, dan siswa dengan tingkat resiliensi rendah sebanyak 13,2%.

   Hasil dari perlakuan yang diberikan pada kelas eksperimen dengan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* dapat dilihat pada kelompok eksperimen yang secara penghitungan statistik mengalami peningkatakan yang signifikan. Hasil uji regresi sederhana menunjukkan bahwa korelasi antara bimbingan kelompok dengan teknik *gorup exercises*

sebagai variabel independen dan resiliensi siswa sebagai variabel dependen cukup kuat dilihat dari R = 0,819, arti positifnya adalah hubungan variabel independen dan dependen searah maksudnya semakin lama bimbingan kelompok dengan teknik *gorup exercises* diberikan maka semakin meningkat resiliensi siswa.[54]

2. Penelitian yang dilakukan oleh Mesda Aminova mengenai aplikasi konseling ego bagi penguatan resiliensi siswa di SMKN 1 Padang Panjang (Studi Kasus Terhadap Siswa yang Kurang Resilien). Jenis penelitian ini adalah eksperimen, objek dalam penelitian ini adalah resiliensi siswa sedangkan subjek dalam penelitian ini adalah SMKN 1 Padang Panjang yang berjumlah 5 orang.

   Tingkat resiliensi siswa sebelum pelaksanaan *treatment* diperoleh dari angket resiliensi yang diberikan sebelum *treatment* dilaksanakan. Angket resiliensi pada tahap ini berfungsi untuk mengungkap data pra *treatment.* Data ini kemudian akan menjadi dasar utama untuk melihat seberapa besar peningkatan resiliensi siswa antara sebelum dan sesudah diberi bimbingan kelompok teknik *home room program.*

   Treatment yang diberikan berupa pendekatan konseling-ego dalam konseling individual, yang mana pendekatan konseling-ego ini bertujuan memperkuat ego siswa, berkaitan dengan kemampuan resiliensi. Maka

[54] Suprihatin, Dewi, dkk, (Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Group Excercises* untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa) Jurnal Penelitian Pendidikan, (UPI Bandung: Jwa Barat Indonesia).

siswa yang resiliensinya lemah melalui konseling-ego dapat diperkuat menjadi seorang yang kuat resiliensinya.

Pendekatan konseling-ego ternyata mampu meningkatkan atau memperkuat kemampuan resiliensi. Hal itu terlihat dari hasil pengukuran resiliensi masing-masing siswa sebelum diaplikasikan konseling-ego yang berada pada skala 2 dengan kategori rendah mengalami peningkatan pada skala 3 dengan kategori sedang dan ada juga yang berada pada kategori tinggi.[55]

Adanya peningkatan perkembangan yang terjadi pada penelitian tersebut. Peneliti bermaksud menggunakan metode yang sama yaitu menggunakan pendekatan ego untuk meningkatkan resiliensi diri siswa di SMAN 2 Padang Panjang. Tindakan yang diberikan dalam penelitian ini adalah melakukan konseling kelompok dengan pendekatan ego untuk meningkatkan resiliensi diri siswa. Adanyan tindakan yang diberikan kepada siswa tersebut agar siswa dapat memfungsikan ego secara baik dan resiliensi diri yang mereka miliki dapat meningkat.

G. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan dugaan sementara yang masih perlu dibuktikan kebenarannya melalui suatu penelitian, oleh karena itu rumusan masalah penelitian biasanya disusun dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang

[55] Mesda Aminova, (Aplikasi Konseling Ego bagi Penguatan Resiliensi Siswa di SMKN 1 Padang Panjang) Skripsi Pendidikan Bimbingan dan Konseling di STAIN Batusangkar.

relevan, belum didasarkan pada fakta-fakra empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.[56]

Berdasarkan kerangka konseptual diatas, maka dapat diajukan hipotesis dalam penelitian ini yaitu: Layanan konseling kelompok pendekatan ego efektif untuk meningkatkan resiliensi diri siswa di SMAN 2 Padang Panjang.

[56] Sugiyono, *Metode Peneitian Bisnis,* (Alfabeta, 2014: Bandung), hal. 93

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian yang telah dirumuskan pada bagian sebelumnya, jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *Pre-Experimental Designs.* Jenis penelitian ini pada prinsipnya tidak dapat mengontrol validitas internal dan eksternal secara utuh, karena satu kelompok hanya dipelajari satu kali, atau kalau menggunakan dua kelompok diantara kedua kelompok itu tidak disamakan terlebih dahulu.[57]

Berdasarkan permasalahan yang diteliti, maka penelitian ini menggunakan model *One Group Pretes Posttest Design* yaitu eksperimen yang dirancang hanya melibatkan satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. Model ini lebih sempurna jika dibandingkan dengan model *One Shot Case Study* karena adanya informasi tentang sampel atau subjek penelitian yang berkaitan dengan hasil *pretest*.[58]

---

[57] A Muri Yusuf, *Metode Penelitian : Dasar-dasar Penyelidikan Ilmiah,* (Universitas Negeri Padang (UNP), 1997), h. 235

[58] Punanji Setyosari, *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*, (Jakarta : Kencana, 2012) h. 174.

Menurut A. Muri Yusuf rancangan penelitian ini terdiri dari satu kelompok (tidak ada kelompok kontrol) dengan melihat perbedaan *pretest* dan *posttest* sebagai hasil dari perlakuan.[59]

Penelitian *one group pretest-posttest design* dilaksanakan dalam tiga tahap yaitu :

1. Melaksanakan *pretest* (T1) untuk mengukur kondisi awal responden sebelum diberikan perlakuan.
2. Memberikan perlakuan (X).
3. Melakukan *postest* (T2) untuk mengetahui keadaan variabel terikat sesudah diberikan perlakuan. Perbedaan *pretest* dan *postest* merupakan hasil perlakuan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur pengaruh perlakuan yang diberikan terhadap variabel dependen (terikat). Dari membentuk kelompok eksperimen, selanjutnya kelompok tersebut diberikan perlakuan berupa pendekatan konseling ego dalam konseling perorangan. Setelah itu pada tahap akhir akan dilakukan pengukuran untuk mengetahui seberapa jauh perubahan resiliensi diri yang dimiliki siswa-siswi yang berada pada kelompok eksperimen.

B. Lokasi Penelitian

Adapun yang menjadi lokasi penelitian yang peneliti lakukan ini adalah di SMAN 2 PADANG PANJANG, alasan peneliti memilih lokasi

[59]A.Muri Yusuf, *Metodologi Penelitian*, (Padang: UNP Press, 2005), h.228.

penelitian ini karena pada lokasi inilah peneliti menemukan permasalahan yang perlu untuk dibahas dan perlu penyelesaian secara ilmiah, permasalahan yang peneliti temukan dilapangan terdapat ada siswa yang mudah marah dan terpancing ketika diolok-olokan teman-temannya, pesimis dengan kemampuan yang dimiliki, larut dengan kesedihan ketika bermasalah dengan teman dekatnya, ada siswa yang tidak mampu menolak ajakan yang berdampak negatif bagi dirinya, tidak PD (percaya diri), membolos saat akan diadakan pemeriksaan rutin kerapian dan kedisiplinan dalam berseragam, membolos (dengan alasan izin keruangan UKS), mengisi jam kosong dengan bermain di lokal, ada siswa yang terlambat datang ke sekolah, sulit diatur ketika akan mengadakan upacara, kultum dan acara-acara lain di lapangan, berfikir pesimis dengan keadaan ekonomi orang tua mereka, stress karena tidak mengerti pelajaran yang diberikan guru di kelas.

Apabila dilihat dari segi pengentasan permasalahan siswa melalui konseling perorangan, diketahui belum dilaksanakannya pendekatan konseling ego dalam konseling perorangan. Oleh sebab itu peneliti ingin mengangkat judul tentang "Efektivitas Pendekatan Koneling Ego untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa di SMAN 2 Padang Panjang".

C. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang dilakukan adalah *One Group Pretest-Postest Design.* Dalam rancangan ini digunakan satu kelompok subjek. Pertama dilakukan pengukuran, lalu dikenakan perlakuan untuk jangka waktu

tertentu, setelah itu dilakukan pengukuran untuk kedua kalinya. Rancangan ini dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel. 3.1
Rancangan penelitin *One Group Prestest-Postest Design.*[60]

Pretest	Treatment	Postest
T_1	X	T_2

Keterangan:

X= Perlakuan yang diberikan kepada kelompok eksperimen, yaitu layanan konseling perorangan dengan menggunakan pendekatan psikososial.

T_1= Tes awal yang diberikan kepada subjek penelitian.

T_2= Tes khir yang diberikan kepada subjek penelitian.

Tujuan penelitian ini adalah membandingkan dua buah nilai dengan mengajukan pertanyaan apakah ada pernedaan nilai hanya dilakukan terhadap rerata kedua nilai saja dan untuk keperluan itu digunakan teknik yang disebut dengan uji-t *(t-test).*[61] Jadi, dalam penelitian ini jelas sekali bahwa tidak ada menggunakan kelompok pembanding sama sekali. Dalam penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok saja dengan cara memberikan tes sebelum diberi perlakuan, kemudian setelah itu dilakukan tes sekali lagi yaitu tes terakhir.

[60] Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian,* (Jakarta: PT Raja Grfindo Persada, 2004), h 101.

[61] Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian,* (Jakarta: Rineka Cipta, 2000), h 508.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.[62]

Jadi populasi bukan hanya orang, akan tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh obyek itu.

Secara garis besar yang menjadi populasi adalah siswa SMAN 2 Padang Panjang kelas XI MIPA dengan alasan bahwa siswa kelas XI MIPA yang mana populasi berjumlah 180 orang, populasi akan diberi angket dan dari hasil skor angket akan dijadikan sampel yang memiliki skor rendah.

Tabel 3.2
Populasi

No	Kelas	Jumlah
1	XI MIPA 1	36
2	XI MIPA 2	36
3	XI MIPA 3	36
4	XI MIPA 4	36

[62] Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif,Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h 117.

5	XI MIPA 5	36
Jumlah		**180**

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa yang menjadi populasi penelitian berjumlah 180 orang.

Dalam kerangka penelitian (terutama sekali penelitian kuantitatif), populasi merupakan salah satu hal yang esensial dan perlu mendapat perhatian dengan seksama apabila peneliti ingin menyimpulkan suatu hasil yang dapat dipercaya dan tepat guna unutk daerah (*area)* atau objek penelitiannya.[63]

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi, segala karakteristik populasi tercermin dalam sampel yang dialami.[64] Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, karena keterbatasan data, tenaga dan waktu, maka peneliti menggunakan sampel yang di ambil dari populasi.

Agar mewakili dan mengambarkan sifat serta karakteristik dari populasi, maka perlu dilakukan teknik sampel yang tepat. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah *Non Random Sampling* yaitu *Purposive Sampling*, artinya cara pengambilan sampel berdasarkan

[63] Ahmad Muri Yusuf, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Eksperimen,* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2015), hal. 145

[64] Sudjara, *Metode statistik*, (Bandung, Trisno: 2005), hal 161

pertimbangan-pertimbangan dan tujuan tertentu.[65] Siswa yang dipilih menjadi subjek penelitian adalah siswa yang memiliki resiliensi diri rendah berdasarkan hasil dari *pretest*. Untuk lebih jelasnya sampel dari penelitian ini dapat dilihat pada tabel.

Tabel 3.3
Sampel

No	Identitas	Kelas
1.	FG	XI MIPA 2
2.	AA	XI MIPA 4
3.	SA	XI MIPA 5
4.	AFI	XI MIPA 3
5.	DF	XI MIPA 5
6.	TH	XI MIPA 5
7	BBC	XI MIPA 2
8	KF	XI MIPA 3
9	PP	XI MIPA 3
10	KDA	XI MIPA 4
Jumlah		**10**

Keterangan:

10 orang siswa yang dijadikan sampel dalam penelitian ini berdasarkan hasil dari *pretest* yang diberikan, karena dinilai kurang memiliki resiliensi seperti yang sudah dijelaskan pada latar belakang masalah.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian yang digunakan penulis adalah skala, dimana skala sendiri diartikan sebagai suatu ukuran berjenjang yang digunakan untuk kesetujuan dan ketidaksetujuan seseorang terhadap suatu

[65] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung Alfabeta: 2009), cet ke-8, hal 176

objek yang dimana jenjangnya tersusun ke atas. Skala yang digunakan yaitu skala *likert,* yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap suatu penelitian, yang dimaksud dengan itu adalah: pengaruh atau penolakan, penilaian, suka atau tidak suka, kepositifan atau kenegatifan terhadap suatu objek. Biasanya sikap dalam skala *likert* diekspresikan mulai dari yang paling negatif, netral sampai yang paling positif.[66]

Untuk mendapatkan data yang akan diteliti terlebih dahulu peneliti harus menempuh langkah-langkah dalam penyusunan instrumen. Menurut Wayan Nurkancana langkah-langkahnya yaitu:

a. Menetapkan jenis atau pola instrumen.
b. Menetapkan isi instrumen.
c. Menyusun kisi-kisi.
d. Menulis item-item.
e. Uji coba instrumen.[67]

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami, *pertama,* instrumen yang peneliti gunakan untuk mendapatkan data yang akurat sebagai alat ungkap dalam penelitian yaitu angket. Angket adalah "suatu metode pengumpulan data dengan jalan mengajukan suatu daftar pertanyaan tertulis kepada sejumlah individu dan individu-individu yang diberikan daftar pertanyaan tersebut diminta untuk memberikan jawaban secara tertulis juga".[68]

---

[66] Suharsimi A rikunto, *Metodologi Penelitian Pendidikan* , (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2014), Cet.14, hlm. 145-146

[67] Wayan Nurkancana, *Pemahaman Individu...*, hal. 219-224.

[68] Wayan Nurkancana, *Pemahaman…*, hal. 45.

Peneliti menggunakan skala Likert yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam skala Likert, sampel penelitian diminta untuk menjawab beberapa pernyataan dengan alternatif pilihan jawaban yang telah ditentukan. Pernyataan yang dibuat berbentuk pernyataan positif dengan pernyataan biasa dan pernyataan negatif menggunakan kata tidak dan bukan. Masing-masing jawaban dikaitkan dengan skor atau nilai.[69]

Dengan skala Likert, variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala Likert mempunyai gradasi dari sangat poitif sampai sangat negatif.

Skala ini mencantumkan lima alternatif jawaban yaitu selalu (SL), sering (SR), kadang-kadang (KD), jarang (J) dan tidak pernah (TP).[70]

Tabel. 3.4
Pengukuran Angket

Alternatif Jawaban	Item Positif	Item Negatif
Selalu	5	1
Sering	4	2
Kadang-kadang	3	3

[69] Muryawati & Faridah Ainur Rohmah, *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, Vol. 2, No. 2, Agustus 2016

[70] Syofian Siregar, *Statistik Parametrik untuk Peneliti Kuantitatif,* (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), h 50.

Jarang	2	4
Tidak pernah	1	5

Kedua, menetapkan isi instrumen. Isi angket harus relevan dengan data yang hendak dikumpulkan dan dapat didasarkan pada satu teori atau mengkombinasikan beberapa teori. Isi angket dalam penelitian ini yaitu tentang resiliensi. Data yang akan penulis kumpulkan tentang resiliensi yaitu data tentang:

a. Kemampuan individu untuk bertahan menghadapi masalah berupa tekanan ataupun konflik yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dengan menggunakan sumber yang ada dalam dirinya, tanpa merasa terbebani dan bersikap positif terhadap tekanan atau konflik yang ada.
b. Kemampuan individu untuk mengatasi masalah dengan menganalisa dan mengubah cara pandang menjadi lebih positif dan meningkatkan kemampuan untuk mengontrol kehidupan.
c. Kemampuan individu untuk dapat menyesuaikan diri, mengembangkan kompetensi sosial, akademis meskipun berada dalam kondisi penuh tekanan atau konflik.
d. Kemampuan individu untuk mengubah kondisi yang merugikan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi dengan belajar dari pengalaman dan mengejar pengalaman baru.

Ketiga, menyusun kisi-kisi. Dalam kisi-kisi angket dicantumkan hal-hal sebagai berikut:

a. Variabel atau aspek yang hendak diukur.

b. Sub variabel atau perincian terhadap aspek yang hendak diukur.

c. Deskriptor.

d. Indikator yaitu sesuatu yang dapat memberikan petunjuk atau keterangan dari sub variabel.

e. Jumlah item yang akan digunakan untuk mengukur masing-masing indikator.

Keempat, menulis item-item. Dalam menulis item-item dianjurkan untuk menulis lebih banyak dari yang diperlukan untuk memberikan kemungkinan bagi penulis dalam memilih item yang lebih baik. *Kelima*, uji coba instrumen. Untuk memastikan valid dan reliabelnya angket yang telah disusun, perlu dilakukan uji coba terhadap angket tersebut.

2. Analisis Deskriptif

Untuk mendeskripsikan tingkat resiliensi diri siswa maka digunakan rumus *mean hipotetik* sebagai berikut:

I= (St-Sr) : 5

St= Jumlah Item x 5

Sr= Jumlah Item x 1

Keterangan: I = Interval

St = Skor Tertinggi

Sr = Skor Terendah

I = (46 x 5) – (46 x 1) : 5

= (230 – 46) : 5

= 37

3. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

a. Validitas instrumen

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunkan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.[71] Jadi angket yang peneliti buat untuk mengukur resiliensi siswa dikatakan valid jika benar-benar dapat mengukur resiliensi siswa tersebut.

Pendapat lain mengatakan validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevaliditan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas yang tinggi. Sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah.[72] Suatu instrumen dapat dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat.

Tujuan melakukan validitas isi dalam suatu instrumen agar peneliti mengetahui sejauhmana isi suatu instrumen dapat mencerminkan seluruh kandungan isi yang diukur.

---

[71] Sugiyonon, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2014), hal 168

[72] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Bina Aksara, 1989), hal. 136

Instrumen yang valid harus mempunyai:

1) Validitas internal

Instrumen yang mempunyai validitas internal atau rasional bila kriteria yang ada dalam instrumen secara rasional atau teoritis telah mencerminkan apa yang diukur.[73] Ada macam-macam validitas internal atau rasional, yaitu:

a) Validitas konstruk

Validitas konstruk menunjukkan suatu tes mengukur sebuah konstruk sementara.[74] Konstruk secara definitif merupakan suatu sifat yang tidak dapat diobservasi, tetapi kita dapat merasakan pengaruhnya melalui satu atau dua indra. Jadi angket kemampuan resiliensi dalam penelitian ini dikatakan mempunyai validitas konstruk apabila seorang yang kemampuan resiliensinya tinggi mampu menghadapi serta mengatasi masalah yang muncul. Untuk menguji validitas konstruk dapat digunakan pendapat dari ahli setelah angket tersebut dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu.

b) Validitas isi

Validitas isi ialah derajat di mana sebuah tes mengukur cakupan substansi yang ingin diukur. Validitas isi mencakup hal-

[73] Sukardi, *Metodologi…,* hal.174.
[74] Sukardi, *Metodologi…,* hal. 123.

hal yang berkaitan dengan apakah item-item itu menggambarkan pengukuran dalam cakupan yang ingin diukur.[75]

Berdasarkan kutipan di atas, angket dalam penelitian ini dikatakan mempunyai validitas isi apabila item-item angket untuk mengukur kemampuan resiliensi benar-benar berkaitan dengan kemampuan resiliensi tersebut. Untuk menguji isi angket memiliki validitas isi atau tidak dapat dilakukan dengan jalan membandingkan isi angket dengan komponen-komponen dari resiliensi.

2) Uji Validitas

Validitas berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas dalam penelitian ini tergolong pada validasi isi. Suatu tes dikatakan valid apabila tes tersebut secara tepat, benar dan shahih dapat mengukur apa yang seharusnya diukur.[76]

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu instrumen dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukur secara tepat atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Artinya hasil ukur dari pengukuran

[75] Sukardi, *Metodologi…,* hal. 123.
[76] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D...*, h 74-78.

tersebut merupakan besaran yang mencerminkan secara tepat fakta atau keadaan sesungguhnya dari apa yang diukur.

Makin tinggi validitas suatu instrumen, makin baik instrumen itu untuk digunakan. Tetapi perlu diingat bahwa validitas alat ukur itu tidaklah dapat dilepaskan dari kelompok yang dikenai instrumen itu karena berlakunya validitas tersebut hanya terbatas pada kelompok itu atau kelompok lain yang kondisinya hampir sama dengan kelompok tersebut. Oleh karena itu suatu alat ukur yang valid untuk kelompok belum tentu valid untuk kelompok lain.[77]

Pengujian validitas yang dipakai dalam penelitian ini adalah validitas konstruk (*Construk Validity*), dimana konstruk merupakan konsep atau rekaan yang disusun menurut pandangan seseorang, seperti ketelitian, *intelegensi*, kreativitas, dan sebagainya.

Instrumen mempunyai validitas yang tinggi dalam kreatifitas kalau instrumen itu dapat membedakan orang yang rendah atau dapat membedakan individu yang satu dan yang lain dalam beraktifitas. Dengan kata lain sebagai validitas yang berkaitan dengan tingkatan dimana skala mencerminkan dan berperan sebagai konsep yang sedang diukur, dan dua aspek pokok dalam validitas konstruk ialah secara alamiah bersifat teoritis dan statistik.

Validitas konstruk lebih menekankan pada seberapa jauh instrumen yang disusun itu terkait secara teoritis mengukur konsep

[77] A. Muri Yusuf, *Metode Penelitian*, ..., hal. 234

yang telah disusun oleh peneliti atau seberapa jauhkah (*degree*) konstruk atau *trait* psikologis itu diwakili secara nyata dalam instrumen. Untuk mengetahui *validity* konstruk suatu instrumen penelitian dapat dilakukan dengan mencari korelasi instrumen dengan instrumen lain yang telah diketahui validitasnya atau meminta penimbang ahli (*expert judgement*) untuk menimbang instrumen yang disusun peneliti. Jika koefisien korelasinya besar dari nilai r_{tabel} pada taraf signifikan 0,05 (5%) maka pernyataan atau item tersebut dapat dikatakan valid dan jika korelasinya kecil dari nilai r_{tabel} pada taraf signifikan 0,05 (5%) pernyataan/item tersebut dapat dikatakan tidak valid.

Validitas penelitian dilakukan kepada ibu Nurhasnah, MA selaku dosen bidang bahasa, bapak Drs. Alimir, M.Pd selaku dosen pendidikan, bapak Dodi Pasila Putra,M,Pd selaku dosen bidang bimbingan dan konseling. Berdasarkan hasil validasi terjadi perubahan, kalimat yang perlu diperbaiki dibeberapa item, dan disarankan bahasa yang diguanakan dalam penyusunan angket merupakan kata-kata baku sesuai dengan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI).

Tabel 3.5
Hasil Validasi Instrumen

No	Aspek Penilaian	Validator			Keterangan
		V1	V2	V3	
1.	Aspek petunjuk				
	a. Petunjuk dinyatakan dengan jelas	4	3	3	
	b. Indikator yang diamati pengamat mudah dipahami	4	4	4	

	c. Masing-masing indikator dapat dibedakan dengan jelas	4	3	3	
2.	Aspek isi				
	a. Indikator yang diamati sudah mencakup semua aspek teman sebaya dan sikap sosial	4	3	4	
	b. Kebenaran isi angket	4	3	4	
3.	Aspek bahasa				
	a. Kalimat yang digunakan menggunakan kaidah bahasa Indonesia yang benar	3	2	3	
	b. Menggunakan kalimat yang mudah dipahami	4	3	3	

Tabel 3.6
Hasil uji coba instrumen

Variabel	Keterangan	Nomor Item	Jumlah
Resiliensi	Valid	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 32, 33, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 42, 44, 45, 47, 49, 50, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 61, 62, 64, 65	52
	Tidak valid	5, 11, 14, 29, 31, 37, 41, 43, 46, 48, 51, 60, 63	13

Setelah data terkumpul maka dilakukan perhitungan dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* yaitu:[78]

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N\sum_X 2 - (\sum x)^2\}\{N\sum_y 2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

N = Jumlah responden

r_{xy} = Koefesien korelasi antara x dan y

x = Skor mentah variabel x

[78] A. Muri Yusuf, *Metodologi Penelitian...*, h 239.

y = Skor mentah variabel y

$\sum xy$ = Jumlah hasil penelitian tiap skor asli dari variabel x dan y

$\sum x$ = Jumlah variabel x

$\sum y$ = Jumlah variabe y

Setelah diperoleh harga r_{xy} selanjutnya dikonsultasikan dengan nilai r_{tabel}. Apabila $r_{xy} \geq r_{tabel}$ maka angket dikatakan valid.

b. Reliabilitas

Setelah dilakukan uji validitas, tahap selanjutnya peneliti melakukan uji reliabilitas untuk melihat apakah angket yang digunakan layak dan dapat dipercaya untuk mengukur konsep diri siswa. Reliabilitas dapat diartikan bahwa sesuatu instrumen dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik.[79]

Jadi angket dikatakan reliabel apabila angket yang peneliti gunakan dapat dengan baik dan konsisten dalam mengumpulkan data tentang kemampuan resiliensi. Baik dalam artian berapa kalipun diambil data tentang kemampuan resiliensi maka hasilnya akan tetap sama.

Setelah diperoleh harga r_{xy} selanjutnya di konsultasikan dengan nilai r_{tabel}. Apabila $r_{xy} \geq r_{tabel}$ maka angket dikatakan valid. Adapun hasil validitas instrumen penelitian yaitu:

$$r = \left[\frac{k}{k-1}\right]\left[1-\frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2}\right]$$

[79] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rhineka Cipta, 2006), hal. 178.

Keterangan:

r = Reliabelitas instrumen

k = Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varian butir

σ_1^2 = Varian total

Suatu instrumen penelitian dikatakan reliabel jika pengukurannya konsisten, cermat dan akurat. Jadi uji reliabilitas instrument dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui konsistensi dari instrument sebagai alat ukur, sehingga instrument dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang homogen diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan SPSS versi 22.[80]

Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendahnya reliabilitas.[81]

---

[80] Sambas Ali Muhidin dan Maman Abdurrahman, *Analisis Korelasi, Regresi dan Jalur dalam Penelitian,* Bandung : Pustaka Setia,2007) h: 37

[81]Saifuddin Azwar, 2010, *Reliabilitas dan Validitas,*Yogyakarta: Pustaka Pelajar, hal. 10

Tabel 3.7

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,951	65

Dari tabel reliabelitas diatas dijelaskan bahwa *Cronbach Alpha* sebesar 0,951 merupakan nilai dari reliabilitas angket . N of item sebesar 65 merupakan banyaknya item pernyataan. Secara umum koefisien yang bisa digunakan dalam penelitian adalah sebesar 0,60, semakin besar dari 0,60 dan mendekati 1 semakin baik dan dapat diandalkan.

Dari analisis reliabelitas menggunakan SPSS 22 diatas terlihat bahwa koefisien reliabelitas sebesar 0,951. Nilai tersebut lebih besar dari 0,60 (0,951>0,60), ini berarti bahwa data instrumen penelitian mempunyai tingkat reliabel yang tinggi, data hasil instrumen penelitian dapat diandalkan dan dipercaya.

F. Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan
    a. Menetapkan tempat penelitian. Penelitian ini dilakukan di SMAN 2 Padang Panjang.
    b. Menentukan jadwal penelitian.
    c. Mengurus surat izin penelitian kepada pihak kampus.
    d. Mengurus surat izin ke Kantor Dinas Pendidikan Cabang Dinas Wilayah I Bukittinggi.

e. Memperiapkan instrumen angket yang akan digunakan untuk penelitian berupa angket resiliensi diri.
f. Melakukan validasi isi terhadap angket resiliensi diri kepada ibu Nurhasnah, M.A selaku dosen bahasa, bapak Drs. Alimir, M.Pd selaku dosen pendidikan, bapak Dodi Pasila Putra, M.Pd selaku dosen bimbingan dan konseling.
g. Melakukan uji coba angket yang telah di validasi kepada siswa yang memiliki permasalahan yang sama dengan populasi penelitian. Uji coba diberikan kepada 36 orang siswa kelas XI MIPA 1 di SMAN 2 Padang Panjang.
h. Mengolah hasil uji coba angket penelitian dengan menggunakan program komputer SPSS versi 22 utntuk mengetahui item yang valida dan tidak valid, sehingga di dapat 46 item pernyataan yang valid dan 19 item pernyataan yang tidak valid.
i. Mengkonsultasikan kepada dosen pembimbing mengenai hasil uji coba angket tersebut.

2. Tahap Pelaksanaan
   a. Memberikan angket setelah uji coba kepada siswa yang teridentifikasi mempunyai masalah resiliensi diri .
   b. Menganalisis hasil angket dan menentukan sampel.
   c. Melaksanakan eksperimen pada subjek penelitian, peneliti melaksanakan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan ego.

Tabel 3.8
Rincian Kegiatan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Ego

Pertemuan	Waktu Pelaksanaan	Tempat Pelaksanaan	Topik Bahasan
1.	Kamis, 05 Desember 2019	Ruang Kelas	a. Data siswa (perkenalan dan pengumpulan data pribadi anggota kelompok terkait masalah resiliensi dirinya). b. Menceritakan kondisi diri (SA), kemudian membahasnya bersama-sama anggota kelompok. c. Menjelaskan konsep
2.	Sabtu, 07 Desember 2019	Ruang Kelas	a. Menceritakan kondisi terkait resiliensi (pengungkapan FG), membahas bersama-sama anggota kelompok. b. Mengetahui ciri-ciri atau karakteristik orang yang memiliki resiliensi diri rendah.
3.	Kamis, 12 Desember 2019	Ruang Kelas	a. Menceritakan kondisi terkait resiliensi (pengungkapan TH), membahas bersama-sama anggota kelompok . b. Mengetahui proses terjadinya resiliensi diri rendah pada saat menceritakan permasalahan yang terjadi.
4.	Kamis, 19 September 2019	Ruang Kelas	a. Menceritakan kondisi terkait resiliensi (pengungkapan PP), membahas bersama-sama anggota kelompok. b. Mengetahui tingkatan dari resiliensi rendah.
5.	Jumat, 26 Desember 2019	Ruang Kelas	a. Menceritakan kondisi terkait resiliensi (pengungkapan CY), membahas bersama-sama anggota kelompok. b. Mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan dari resiliensi rendah.
6.	Selasa, 02 Januari 2020	Ruang Kelas	a. Menceritakan kondisi terkait resiliensi (pengungkapan MAB), membahas bersama-sama anggota kelompok. b. Membahas bersama-sama solusi akhir dari mengatasi resiliensi rendah.

3. Tahap Penyelesaian

   a. Peneliti melakukan (*postest)* pada subjek penelitian. Pada tahap ini peneliti memberikan tes akhir (*postest)* untuk melihat hasil dari konseling kelompok dengan pendekatan ego. Setelah memperoleh data dari tes akhir, kemudian data di olah dengan menggunakan uji statistik yang cocok.

   b. Terakhir membandingkan hasil (*pretest)* dan (*postest)* yang bertujuan untuk apakah dari perlakuan yang diberikan pada siswa yang memiliki masalah resiliensi diri tersebut membawa perubahan atau tidak, semua itu dapat dilihat dari hasil perbandingan (*pretest)* dan (*postest)* siswa yang mendapatkan perlakuan dengan menggunakan SPSS versi 22.

G. Teknik Pengolahan Data

Langkah-langkah yang dilakukan dalam pengolahan data:

1. Seleksi data, mengelompokkan data yang terkait dengan masalah yang di teliti.
2. Coding yaitu mengklasifikasikan jawaban dari responden.
3. Mentabulasikan data, memasukkan data yang diperoleh ke dalam tabel-tabel .
4. Mencari perbedaan yang signifikan antara pengukuran *pretest* dan pengukuran *postest* dari kelompok eksperimen. Mencari rata-rata dengan rumus.[82]

[82] A. Muri Yusuf, *Metode Penelitian*, (Padang: UNP,2015), hal. 231

$$Me=\frac{\Sigma x_i}{\Sigma n_i}$$

Keterangan:

X= *Mean* (Rata-rata)

Σx_i= Jumlah Keseluruhan Skor

Σn_i= Jumlah Anggota Sampel

Tabel. 3.9
Kategori Nilai Angket[83]

Kategori	Interprestasi
Tinggi sekali	Jika presentase penerapan pendekatan konseling ego dalam konseling perorangan antara 80-100%
Tinggi	Jika presentase penerapan pendekatan konseling ego dalam konseling perorangan antara 60-80%
Sedang	Jika presentase penerapan pendekatan konseling ego dalam konseling perorangan antara 40-60%
Rendah	Jika presentase penerapan pendekatan konseling ego dalam konseling perorangan antara 20-40%
Rendah sekai	Jika presentase penerapan pendekatan konseling ego dalam konseling perorangan antara 00-20%

Setelah memperoleh data tes akhir, kemudian data diolah dengan menggunakan SPSS Versi 22.00. Data yang sudah diolah kemudian ditarik kesimpulan dari hasil *pretest, postest* dan perbandingan *pretest* dan *postest.*

[83] Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian,* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002), cet. Ke 3, h 178.

a. Uji Persyaratan Analisis

Sebelum data diolah dan dianalisis maka harus dipenuhi persyaratan analisis terlebih dahulu dengan persyaratan yaitu:

1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilaksanakan untuk melihat sampel berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau tidak digunakan uji normalitas data dengan SPSS 22. Pada pengujian normalitas ini, uji yang digunakan adalah *Shapiro Wilk* karena sampel yang digunakan kurang dari 50 orang.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *Shapiro Wilk*, jika nilai *significance* > 0.05 maka data berdistribusi normal dan jika nilai *significance* < 0,05 maka data berdistribusi tidak normal. Kenormalitasan data juga dapat dilihat dari normal Q-Q Plot. Uji normalitas dengan normal Q-Q Plot pada dasarnya melihat sebaran titik-titik pada diagram, semakin titik-titik mendekati garis diagonal maka dapat disimpulkan data terdistribusi normal, sebaliknya jika titik-titik menjauhi garis diagonal maka dapat disimpulkan data terdistribusi tidak normal.

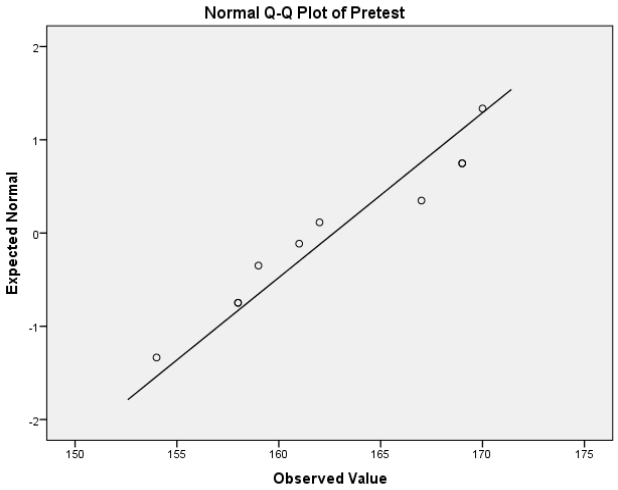
Tabel 3.10
Uji Normalitas *Pretest*

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pretest	,176	10	,200*	,909	10	,271
Postest	,170	10	,200*	,922	10	,372

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction



Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa *significance pretest* menggunakan *Shapiro Wilk* memiliki nilai (0,271) yang berarti lebih besar dari *alpha* (0,05). Dari *Normal Q-Q Plot of Pretest* juga terlihat bahwa titik-titik menyebar menjauhi garis diagonal. Dari tabel dan diagram di atas dapat dikatakan bahwa data dari nilai *pretest* berdistribusi normal, karena semakin dekat titik-titik tersebut pada garis diagonal, maka datanya dinyatakan normal. Sama halnya dengan hasil *pretest*, data hasil *postest* juga dilakukan uji normalitas dengan menggunakan analisis SPSS 22 untuk melihat data tersebut terdistribusi normal atau tidaknya.

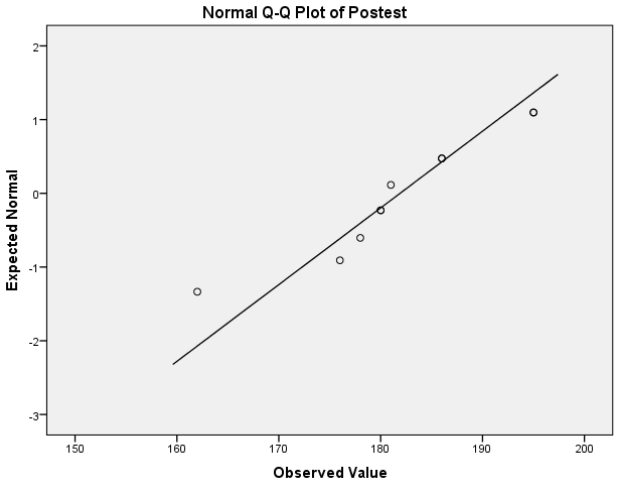
Tabel 3.11
Uji Normalitas *Postest*

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pretest	,176	10	,200*	,909	10	,271
Postest	,170	10	,200*	,922	10	,372

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction



Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa *significance posttest* menggunakan *Shapiro Wilk* memiliki nilai (0,372) yang berarti lebih besar dari *alpha* (0,05) sedangkan *significance posttest* menggunakan *Lilliefors* memiliki nilai (0,200) yang berarti lebih besar dari *alpha* (0,05). Dari *Normal Q-Q Plot of posttest* juga terlihat bahwa titik-titik menyebar menjauhi garis diagonal. Dari tabel dan diagram di atas dapat dikatakan bahwa data *posttest* menunjukkan pola berdistribusi normal.

2) Uji Linearitas

Pengujian kelinearan regresi dilakukan dalam menguji model persamaan regresi suatu variabel Y terhadap suatu variabel X. Perhitungan linearitas ini menggunakan bantuan SPSS 22.00.

Uji lineritas dalam penelitian ini membandingkan nilai F_{hitung} dengan nilai F_{tabel} dengan nilai $\propto = 0.05$. Data dapat dikatakan linear atau searah jika nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$. Namun sebaliknya jika nilai $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka data adalah tidak linear.[84]

Tabel 3.12

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Postest * Pretest	Between Groups	(Combined)	782,400	7	111,771	4,609	,190
		Linearity	361,455	1	361,455	14,905	,061
		Deviation from Linearity	420,945	6	70,157	2,893	,279
	Within Groups		48,500	2	24,250		
	Total		830,900	9			

Berdasarkan nilai sig pada tabel *anova* pada baris ketiga yang ditunjukkan oleh *deviation from linearity* adalah 0,279. Karena nilai sig 0,279 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *pretest* dan *postest.*

[84] Sugiono, *Statistika Untuk Pendidikan,* (Bandung : CV Alfabeta, 2008), h. 261

3) Uji Hipotesis

Uji *Wilcoxon*, analisa ini menjelaskan tentang ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* setelah diberi perlakuan, hal ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan untuk meningkatkan resiliensi diri siswa dengan menggunakan SPSS 22. Teknik analisa ini juga bertujuan untuk mencari dan mengetahui keefektifan pendekatan ego untuk meningkatkan resiliensi diri siswa di SMA N 2 Padang Panjang.

Memberikan interpretasi terhadap z dengan rumus sebagai berikut:

df=(N-1)

Keterangan:

df= keterangan nilai dengan melihat tabel z

N= number of cases

Maka dapat dihitung harga z tabel pada α=0,05, jika z hitung sama besar atau lebih besar dari z tabel maka Ho ditolak. Berarti ada perbedaan yang signifikan terhadap peningkatan resiliensi diri siswa sebelum atau sesudah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan ego. Jika z hitung lebih kecil dari z tabel maka Ho diterima berarti tidak ada perbedaan yang signifikan terhadap peningkatan resiliensi diri siswa sebelum atau sesudah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan ego.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA N 2 Padang Panjang, pelaksanaan kegiatan penelitian ini berupa meningkatkan penyesuaian diri ketika dihadapkan dalam kondisi sulit (permasalahan) menggunakanan layanan konseling kelompok dengan pendekatan ego. Peneliti menggunakan skala instrumen yaitu angket. Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan November 2019.

1. Gambaran Hasil *Pretest* dan *Postest* Resiliensi Diri

Pretest dilaksanakan pada tanggal 07 Desember 2019 12:30 WIB. Pemberian *pretest* pada 10 orang siswa sebagai sampel penelitian yang digunakan untuk mengetahui skor resiliensi diri siswa sebelum diberikan perlakuan (*treatment). Pretest* yang diberikan yaitu berupa instrumen resiliensi diri.

Sedangkan pemberian *posttest* dilaksanakan pada tanggal 02 Januari 2020 pukul 12.30 WIB. Pemberian *posttest* itu diberikan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan skor resiliensi diri sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) dengan skor resiliensi diri setelah diberikan perlakuan (*treatment*). Hasil *posttest* ini sangat berguna untuk mengetahui efektif atau tidaknya konseling kelompok dengan pendekatan ego. Berikut adalah gambaran hasil pretest dan postest:

Tabel 4.1

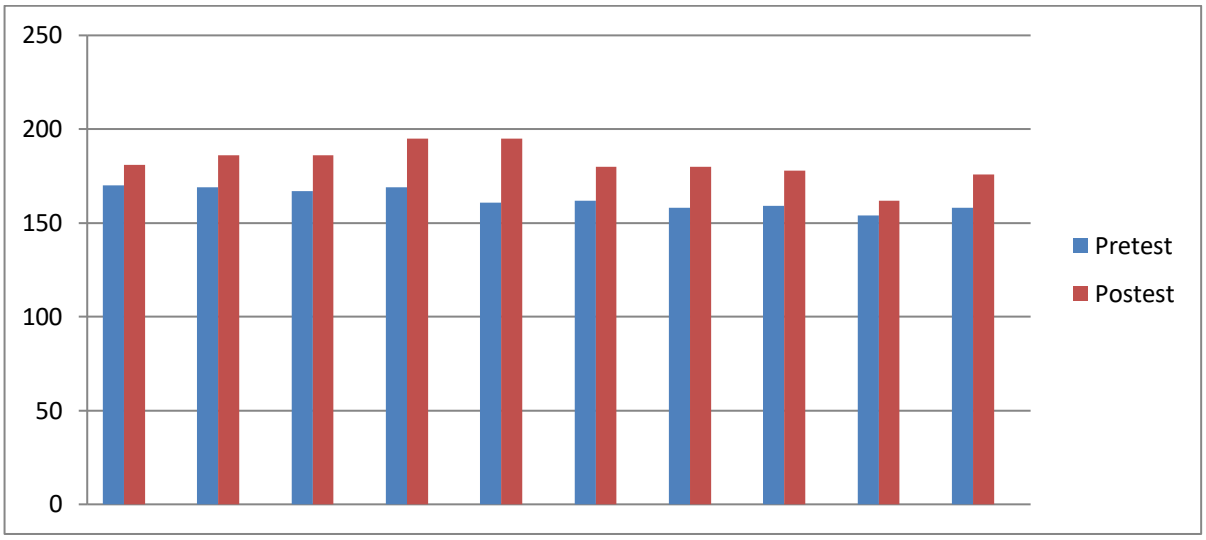
Hasil *Pretest dan Postest* Resiliensi Diri

No	Identitas	Pretest		Postest	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	FG	170	Sedang	181	Tinggi
2	AA	169	Sedang	186	Tinggi
3	SA	167	Sedang	186	Tinggi
4	AFI	169	Sedang	195	Tinggi
5	DF	161	Sedang	195	Tinggi
6	TH	162	Sedang	180	Tinggi
7	BBC	158	Sedang	180	Tinggi
8	KF	159	Sedang	178	Sedang
9	PP	154	Sedang	162	Sedang
10	KDA	158	Sedang	176	Sedang
	Skor keseuruhan	1.627		1.819	
	Rata-rata skor	163	Sedang	182	Tinggi

Berdasarkan tabel hasil *pretest* dan *posttest* diatas, terlihat jelas terdapat penurunan skor resiiensi diri siswa yang memiliki rata-rata skor sedang menjadi tinggi, hal ini terjadi setelah diberikan perlakuan *(treatment).* Secara umum semua objek penelitian mengalami peningkatan skor. Untuk lebih jelasnya dapat juga dilihat dari diagram dibawah ini:

Grafik 4.2

Diagram Perbedaan Hasil *Pretest* dan *Posttest*



Maka dapat disimpulkan dari diagram diatas, bahwa rata-rata skor *postest* mengalami penurunan terhadap resiiensi diri setelah diberikan pendekatan ego. Perbedaan *pretest* dan *posttest* dari hasil rata-rata dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.3

Gambaran Hasil Rata-rata *Pretest* dan *Postest*

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Pretest	10	30	125	155	135,30	7,903	62,456
Postest	10	30	125	155	136,10	10,567	111,656
Valid N (listwise)	10						

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil *pretest* dan *postest* berdasarkan dari analisis statistik meggunakan SPSS.

2. Perbedaan Hasil *Pretest* dan *Postest* Resiliensi Diri Siswa

Perbedaan frekuensi tingkat resiliensi diri siswa untuk masing-masing kategori dari hasil *pretest* dan *postest* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.4
Distribusi frekuensi Skor *Pretest* dan *Postest* Resiliensi Diri Siswa

Skor	Kategori	*Pretest*		*Postest*	
		F	%	F	%
>204	Sangat Tinggi	0	0	0	0
165-203	Tinggi	0	0	7	70
126-164	Sedang	10	100	3	30
87-125	Rendah	0	0	10	0
<86	Sangat Rendah	0	0	0	0
Jumlah		10	100	10	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa pada hasil *pretest* terdapat 10 frekuensi dalam kategori sangat sedang. Sedangkan dalam hasil *postest* terdapat 7 frekuensi dalam kategori tinggi dan 3 frekuensi dalam kategori sedang. Secara keseluruhan hasil *pretest* dan *postest* dalam distribusi frekuensi menunjukkan 100%.

B. Uji Hipotesis

Data yang telah terkumpul dianalisa dengan menggunakan Uji Wilcoxon, analisa ini menjelaskan tentang ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* setelah diberi perlakuan, hal ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan untuk meningkatkan resiliensi diri siswa. Hasilnya dicari dengan menggunakan program SPSS versi 22, yaitu dengan Uji Wilcoxon .

Hasil dari suatu hipotesis dikatakan berhasil jika nilai Sig. (2-*tailed*) < 0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *postest* serta ha diterima dan ho ditolak, dan sebaliknya apabila nilai *Asymp*. Sig.(2-*tailed*) > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *postest* serta ho diterima dan ha ditolak. Pengolahan data ini memakai program SPSS versi 22.

Tabel 4.5

Uji Wilcoxon

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Postest - Pretest	Negative Ranks	0[a]	,00	,00
	Positive Ranks	10[b]	5,50	55,00
	Ties	0[c]		
	Total	10		

a. Postest < Pretest

b. Postest > Pretest

c. Postest = Pretest

Tabel di atas menunjukkan bahwa *negative rank* atau selisih negatif antara hasil peningkatan resiliensi *pretest* dan *posttest* adalah 0 data negatif artinya terdapat 0 orang siswa yang mengalami peningkatan resiliensi *pretest* dan *posttest.* Disini terdapat 10 data positif (N) artinya terdapat peningkatan resiliensi, *mean of rank* sebesar 5,50 sedangakan *Sum of Rank* sebesar 55,00. *Ties* adalah kesamaan nilai *pretest* dan nilai *posttest,* disini ties adalah 0 sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat nilai yang sama antara *pretest* dan *posttest*. Dari penjelasan di atas dapat dikatakan bahwa terdapat peningkatan resiliensi.

Tabel 4.6

Test Statistics[a]

	Postest – Pretest
Z	2,807[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	,005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan antara nilai *pretest* dengan nilai *posttest,* hal ini dibuktikan dengan nilai z_{hitung} sebesar 2,807 sementara z_{tabel} sebesar 1,833 yang berarti lebih kecil dari z_{hitung} pada taraf signifikan 0,05. Maka dapat diketahui $z_{hitung} > z_{tabel}$ yaitu 2,807 > 1,833 sehingga ada perbedaan rata-rata nilai tes antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan kepada siswa yang memiliki resiliensi yang rendah sehingga H_a diterima dan H_o ditolak. Sedangkan berdasar dari hasil *asymp sig (2-tailed)* diperoleh nilai sebesar (0,005) yang berarti lebih kecil dari *alpha* (0,05). Maka dapat dikatakan Ha diterima artinya terdapat peningkatan resiliensi diri untuk *pretest* dan *posttest,* sehingga dapat dikatakan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan ego efektif untuk meningkatkan resiliensi diri siswa di SMAN 2 Padang Panjang.

C. Pembahasan

Hasil pengolahan data pada 10 orang sampel diketahui bahwa hasil *pretest* meanya adalah 135,30, mediannya adalah 164, variannya adalah 62,456 yaitu varian data yang di dapat dari kelipatan standar deviasi, sedangkan nilai

maximum dalam kelompok ini adalah 155 dan nilai minimum adalah 125, standar deviasinya 7,903 adalah ukuran penyebaran data dari rata-ratanya.

Maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor kelompok *pretest* tergolong pada kategori sedang untuk resiliensi diri. Artinya masih terdapat beberapa hal terkait resiliensi diri yang belum dimiliki oleh siswa di SMAN 2 Padang Panjang.

Hasil pengolahan data diketahui bahawa *postest* dengan jumlah sampel 10 orang, meanya adalah 136,10, mediannya adalah 134, variannya adalah 111,656 yaitu varian data yang di dapat dari kelipatan standar deviasi, sedangkan nilai maximum dalam kelompok ini adalah 155 dan nilai minimum adalah 125, standar deviasinya 10,567 adalah ukuran penyebaran data dari rata-ratanya.

Maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor kelompok *postest* tergolong pada kategori tinggi untuk resiliensi diri. Artinya terdapat peningkatan dari beberapa hal terkait resiliensi diri yang dimiliki oleh siswa di SMAN 2 Padang Panjang.

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa *negative rank* atau selisih negatif anatara hasil resiliensi diri untuk *pretest* dan *postest* adalah 0 pada nilai N, ,00 pada *mean rank* dan ,00 pada *sum of ranks.* Nilai ini menunjukkan tidak adanya baik penigkatan atau penurunan dari nilai *pretest* dan *postest*. Sedangkan *Positif Rank* atau selisih positif antara resiliensi diri *pretest* dan *postest.* Terdapat 10 data positif (N) yang artinya ada 10 orang siswa yang mengalami peningkatan pada resiliensi diri dari nilai *pretest* ke nilai *postest*.

Mean rank atau rata-rata peningkatan tersebut adalah 5,50. Sedangkan *sum of ranks* adalah sebesar 55,00. *Ties* adalah kesamaan nilai *pretest* dan nilai *postest,* di sini *ties* adalah 0 sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara *pretest* dan nilai *postest.* Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa trdapat peningkatan resiliensi diri siswa di SMAN 2 Padang Panjang.

Konsep resiliensi disadari oleh kapasitas kemampuan individu untuk menerima, mengahadapi dan mentransformasikan masalah-masalah yang telah, sedang dan akan dihadapi sepanjang kehidupan individu. Upaya untuk membantu siswa yang memilki resiliensi diri rendah diperlukan dengan layanan konseling kelompok. Menurut Prayitno layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok, yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Pelaksanaan konseling kelompok dapat membantu siswa yang tengah mengalami kesulitan mengatasi kondisi stres yang ditimbulkan karena adanya tantangan kehidupan.[85]

Menurut Dewa Ketut Sukardi tujuan konseling kelompok adalah:[86]

1. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak.

[85] Qurrotul Ainiah, *Jurnal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling* Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Resiliensi Diri (Self Resilience) Siswa, diakses pada tanggal 02 Januari 2020.

[86] Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah,* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002), hal 49-50.

2. Melatih anggota kelompok dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya.
3. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok.
4. Mengentaskan permasalahan-permasalahan anggota kelompok.

Menurut Hansen dalam Taufik bahwa "seorang individu haruslah mempunyai ego yang sehat dan ego yang kuat."[87] Manusia lahir ke dunia dilengkapi kemampuan untuk menampung berbagai perangsang dari luar, kemampuan untuk merangsang tersebut terletak pada fungsi ego seseorang.

Untuk itu dalam mengatasi resiliensi diri rendah menggunakan pendekatan ego dalam konseling kelompok yang harus diketahui yaitu *pertama* adanya sikap keyakinan yang ditunjukkan saat kita merasa cukup tahu dan menyimpulkan bahwa kita telah mencapai suatu kebenaran. *Kedua,* memiliki sikap kemandirian dan kekuasaan atas dirinya sendiri untuk melakukan sesuatuyang diinginkan sepanjang tidak melanggar kepentingan orang lain dengan kata lain manusia tidak berada di bawah tekanan dan tindakan yang merendahkan martabat sebagai manusia. *Ketiga,* bersikap inisiatif dengan mampu memutuskan dan melakukan sesuatu yang benar tanpa harus diberi tahu, mampu menemukan apa yang seahrusnya dikerjakan terhadap sesuatu yang ada di sekitar. *Keempat*, memiliki konten tertentu yang bisa dikembangkan dan mampu mencetak prestas terhadap konten yang dimiliki dan yang *kelima* memiliki identitas diri, yang mana adanya kesadaran kita

[87] Taufik, *Model*…, hal. 66.

untuk menempatkan diri dan memberi arti pada dirinya sebagai seseorang pribadi yang unik. Identitas diri berupa fisik, keyakinan, tujuan, harapan, prinsip yang setiap individu itu berbeda.[88]

Jadi dapat disimpulkan bahwa pendekatan ego dapat menjadi alternatif bagi guru BK untuk meningkatkan resiliensi diri siswa yang rendah, karena proses yang dilakukan dalam pendekatan ego sangat membantu bagi siswa. Disini ego yang mucul sebagai pola untuk mengambil keputusan ketika dihadapkan dengan masalah apakah *ego* yang muncul akan berpengaruh terhadap resiliensi diri tersebut. Resiliensi diri yang rendah muncul diakibatkan oleh ego yang tidak berfungsi dengan baik, baik untuk menggerakkan dirinya dalam memenuhi kebutuhannya maupun meraih keinginannya.

[88] Desmita, *Psikologi Perkembangan...*, hal 230-232.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dapat ditarik kesimpulan bahwa:

Hasil *pretest* dengan jumlah sampel 10 orang sebelum diberikan perlakuan konseling kelompok dengan pendekatan ego, meannya adalah 135,30 yang mana ini adalah rata-rata resiliensi diri siswa sebelum diberikan perlakuan dan rata-rata nilai ini tergolong rendah. Hasil *postest* dengan jumlah sampel 10 orang setelah diberikan perlakuan konseling kelompok dengan pemdekatan ego, meannya adalah 136,10 yang mana ini adalah rata-rata resiliensi diri siswa setelah diberikan perlakuan dan nilai ini tergolong tinggi. Terdapat perbedaan antara nilai *pretest* dengan nilai *posttest*, pernyataan ini didukung dengan dibuktikan dari hasil *asymp sig (2-tailed)* diperoleh nilai sebesar (0,005) yang berarti lebih kecil dari *alpha* (0,05). Maka dapat dikatakan Ha diterima z_{hitung} 2,807 > dari z_{tabel} 1,833 yaitu pada taraf signifikansi 0,05, maka dapat dikatakan Ha diterima dan H_0 ditolak, artinya terdapat peningkatan resiliensi diri siswa untuk *pretest* dan *postest* melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan ego.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di SMA N 2 Padang Panjang, maka dapat diajukan beberapa saran yang dapat bermanfaat bagi penguatan resiliensi diri siswa melalui konseling kelompok dengan pendekatan ego, sebagai berikut:

1. Guru BK

   Guru BK lebih meningkatkan lagi pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan ego secara baik dan berkesinambungan, agar resiliensi diri siswa dapat berfungsi dengan baik. Khususnya siswa di SMA N 2 Padang Panjang.

2. Siswa

   Agar senantiasa bersikap proaktif dalam mengikuti kegiatan layanan untuk mengentaskan permasalahan yang dialami, sehingga Guru BK dapat memanfaatkan layanan konseling kelompok dengan pendekatan ego untuk meningkatkan resiliensi diri.

3. Wali Kelas

   Hendaknya juga bekerja sama dengan guru BK dan personil sekolah dalam membantu siswa untuk meningkatkan resiliensi diri, karena fokus dari ego sendiri kepada transaksi, interaksi dan komunikasi.

4. Kepada peneliti lain

   Agar lebih memperkaya penelitian terkait resliensi diri, untuk itu ke depannya bagi peneliti selanjutnya untuk dapat melakukannya dengan pendekatan-pendekatan lainnya.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

Achmad, Juntika Nurihsan. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan.* Bandung : PT. Refika Aditama.

Arikunto, Suharsimi. (2002). *Manajemen Penelitian.* Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Azwar, Saifuddin. (2012). *Reliabilitas dan Validitas Edisi IV*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Candra, Silvia. *Resiliensi.*www.rumahbelajarpsikologi.com/index2.php?option=com contentdopdf=1id=139. (diakses 06 April 2019).

Corey, Gerald. (2019). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi,* Terj. E. Koswara, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Desmita, (2006). *Psikologi Perkembangan.* Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.

Dewi, Ayunda Mayasari. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Peningkatan Resiliensi Siswa*. Skripsi Pendidikan Bimbingan dan Konseling di IKIP Veteran Semarang.

Edi, Kurnanto. 2014. *Konseling Kelompok.* Bandung: Alfabeta.

Elida, Prayitno. 2007. *Konseling Kelompok*. Padang: FIP UNP.

Etheses.uin-malang.ac.id *www. Kajian Teori Resiliensi* (Diakses 14 Desember 2018).

Harlock , B. Elizabeth, (1991). *Psikologi Perkembangan,* Jakarta: Erlangga.

http://dansite.wordpress.com/2009/03/28/pengertian-efektifitas, (Diakses 17 Desember 2018).

Nurkancana, Wayan. (1993). *Pemahaman Individu.* Surabaya: Usaha Nasional.

Obsevasi dan *Wawancara* dengan guru Bk, 27 Agustus 2018.

Prayitno dkk. (1999). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling.* Jakarta: Rineka Cipta.

Prayitno. (2004). *Seri Kegiatan Pendukung Konseling L1-L9.* Padang: UNP.

Prayitno & Erman Amti. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling.* Jakarta: Rineka Cipta.

Sudaryono. (2007). *Resiliensi dan Locus of Control Guru dan Staff Sekolah Pasca Gempa*, (PDF), Fakultas Psikologi Airlangga Surabaya. www.google.co.id/ url_jurnal_ resiliensi_dan_locus_control_guru_dan_staff_sekolah_ pasca_gempa&staff.uny.ac.id, (diakses 12 Januari 2019).

Sukardi. (2010). *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kompetensi dan Praktiknya)*. Jakarta: Bumi Aksara.

Sukardi, Dewa Ketut. (2008). *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Suryabrata, Sumadi. (2004). *Metodologi Penelitian.* Jakarta: PT Raja Grafindo.

Taufik. (2009). *Model-model Konseling.* Padang: FKIP UNP.

Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Willis, S. Sofyan, (2007). *Konseling Individual Teori dan Praktek.* Bandung: CV Alfabeta.

Yusuf, A. Muri. (2005). *Metodologi Penelitian.* Padang: UNP.