

- ✦ **PENGARUH FAKTOR PSIKOLOGIS SISWA TERHADAP HASIL BELAJAR MATA PELAJARAN EKONOMI KELAS XIS₁ SMA KRISTEN YPKPM AMBON**

Oleh Aminah Rehalat

- ✦ **PENGARUH METODE LEMPAR LEMBING TERHADAP KECAKAPAN HIDUP MAHASISWA PENJASKESREK FKIP UNPATTI**

Siti Divinubun

- ✦ **PANDANGAN JEAN PIAGET DAN JEROME BRUNER TENTANG PENDIDIKAN (Kajian Pustaka) *Views Jean Piaget and Jerome Bruner about Education***

Oleh Victry Erlitha Picauly

- ✦ **DIMENSI SPASIAL KARAKTERISTIK SEBARAN DAN DEVIASI POLA PEGUNUNGAN LAHAN TERHADAP EKOSISTEM PESISIR DI KOTA AMBON**

Making, J.K*
Lasaiba, M.A**

- ✦ **PEMBERIAN STIMULASI DALAM MERANGSANG KECERDASAN JAMAK ANAK USIA DINI PADA PAUD MAWAR UNPATTI AMBON**

Oleh Hermelina Abarua

- ✦ **KEMAMPUAN MENULIS KREATIF PUISI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 3 SALAHUTU**

Oleh Dzul Kifli Rettob

- ✦ **TANJONG MARTHAFONS ANTARA MITOS DAN SEJARAH SEBAGAI MEDIA PENDIDIKAN KARAKTER**

Oleh Efilina Kissiya

- ✦ **LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN TINGKAT RESILIENSI MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP UNIVERSITAS PATTIMURA**

Oleh Rusnawati Ellis



literasi



29/06/2010

LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN TINGKAT RESILIENSI MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP UNIVERSITAS PATTIMURA

Oleh Rusnawati Ellis

Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pattimura

Abstrak: Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keefektifan layanan konseling kelompok dalam mengembangkan tingkat resiliensi mahasiswa pada Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Pattimura. Menggunakan Jenis penelitian Quasi-Eksperimentals: Nonequivalent Control Group Designs. Data di dapat dari 75 mahasiswa pada program studi Bimbingan dan Konseling semester ganjil Tahun Akademik 2014/2015. Adapun data di kumpul dengan menggunakan Instrumen resiliensi mahasiswa dari program studi Bimbingan dan Konseling UNPATTI. Analisis menggunakan Uji t (t tes) dan di bantu SPSS 16.0 for Windows. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai pre tes pada kedua kelompok tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan, ditunjukkan dari nilai t 0.204 dan nilai signifikansi >0.05 yaitu 0.840 dan Sedangkan nilai postes kedua kelompok menunjukkan perbedaan yang signifikan, ditunjukkan dari nilai t sebesar 6.172 dan nilai signifikansi <0.05 yaitu 0.000. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pada saat pre tes tidak menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Sebaliknya, pada saat pos tes menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok.

Kata-Kata Kunci: Resiliensi Mahasiswa, Konseling Kelompok

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar dalam perguruan tinggi, mahasiswa dalam perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu 18—21 dan 22—24 tahun (Monks, dkk., 2002).

Usia 17—22 tahun merupakan tahapan pertama dari era dewasa muda yang ditandai dengan adanya transisi dari remaja (masa pra dewasa) ke kehidupan dewasa. Pada usia ini juga seseorang memasuki bangku kuliah sebagai jalur penting menuju kedewasaan (Montgomery & Cote dalam Papalia, Fieldman, & Olds, 2007)

Greenberg (1999) secara khusus merangkum stressors yang pada mahasiswa (yang memasuki perkuliahan setelah lulus dari SMA), yaitu: perubahan gaya hidup (masa transisi dari SMA ke Universitas), nilai jumlah mata kuliah yang diambil, masalah pertemanan, cinta, rasa malu, dan kecemburuan. Murphy dan Archer (dalam Duffy & Atwater, 2005) menambahkan bahwa persaingan antar mahasiswa yang tinggi merupakan salah satu pemicu stres bagi mahasiswa.

Adanya hambatan-hambatan tersebut dapat menimbulkan beban dalam diri mahasiswa, sehingga apabila beban itu dirasakan terlalu berat maka dapat menimbulkan stres. Untuk meminimalisasi atau bahkan menghilangkan stress yang timbul tersebut maka dibutuhkan ketangguhan dalam diri mahasiswa. Dalam ilmu psikologi, sikap tangguh yang seharusnya dimiliki oleh mahasiswa dikenal dengan istilah *Resiliensi*

Resiliensi secara umum didefinisikan sebagai kemampuan beradaptasi terhadap situasi-situasi yang sulit dalam kehidupan (Reivich & Shatte, 2002). Individu dianggap sebagai seseorang yang memiliki resiliensi jika mereka mampu untuk secara cepat kembali kepada kondisi sebelum trauma dan terlihat kebal dari berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan yang negatif (Reivich & Shatte, 2002).

Berdasarkan hasil observasi awal di program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Pattimura tingkat resiliensi mahasiswa ada beberapa yang masih rendah cenderung melakukan perilaku maladaptif seperti tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan di kelas, proses belajar mengajar (misalnya, tidak kumpul tugas, alpha, tidak suka sama dosen), sehingga selalu gagal dalam beberapa mata kuliah dengan nilai D dan E.

Konseling kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling untuk mengembangkan resiliensi mahasiswa yang berhadapan dengan berbagai permasalahan pribadi, sosial dan akademik di kampus.

Menurut Ohlsen (1977) konseling kelompok adalah suatu hubungan khas antara konselor dan

beberapa klien untuk mendiskusikan kesulitan-kesulitan dan gangguan-gangguan mereka, untuk mempraktikkan keterampilan interpersonal, dan untuk mempraktikkan tingkah laku baru. (dalam Saam, 2009:71). Menurut Saam (2009:72) konseling kelompok adalah proses hubungan interpersonal antara anggota dengan pemimpin kelompok dan antar anggota dengan anggota untuk membahas persoalan-persoalan yang mereka hadapi, belajar keterampilan personal sosial dan mewujudkan tingkah laku baru sehingga mereka dapat mencapai perkembangan pribadi yang optimal.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana profil resiliensi mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Unpatti Ambon dan Apakah konseling kelompok efektif untuk mengembangkan tingkat resiliensi mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Unpatti Ambon. T.A 2014/2015.

KAJIAN TEORETIS

Grotberg (2001:76) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas individu untuk menangani, menghilangkan, bahkan mengubah pengalaman tidak menyenangkan termasuk bencana alam maupun buatan manusia. Resiliensi membantu individu yang hidup dalam kondisi atau pengalaman buruk dengan meningkatkan harapan dan keyakinan yang memadai untuk fungsi sosial dan pribadi yang lebih efektif.

Resiliensi dipandang oleh para ahli sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi atau peristiwa yang traumatis. Siebert (2005) dalam bukunya *The Resiliency Advantage* memaparkan bahwa yang dimaksud

dengan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kesehatan di bawah kondisi penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kemalangan, merubah cara hidup ketika cara yang lama dirasa tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada, dan menghadapi permasalahan tanpa melakukan kekerasan.

Reivich dan Shatte (2002), memaparkan tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu sebagai berikut: (1) *Emotion Regulation* adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan; (2) *Impulse Control* adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri; (3) *Optimisme* adalah ketika kita melihat bahwa masa depan kita cemerlang, individu yang resilien adalah individu yang optimis (Reivich dan Shatte, 2002: 40); (4) *Causal Analysis* merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi; (5) *Empathy*. Seseorang yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif (Reivich dan Shatte, 2002: 44). (6) *Self-efficacy* adalah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. *Self-efficacy* merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa kita mampu memecahkan masalah yang kita alami dan mencapai kesuksesan; (7) *Reaching out* adalah kemampuan individu meraih aspek positif atau mengambil hikmah dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa.

Grotberg (dalam Desmita, 2009) menyebutkan upaya mengatasi kondisi-kondisi *adversity* dan mengembangkan

resiliensi pada remaja, sangat tergantung pada pemberdayaan tiga faktor dalam diri remaja, disebut sebagai tiga sumber dari resiliensi, yaitu (1) *I have* (aku punya) merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan pemaknaan remaja terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya; (2) *I am* (aku ini) merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi yang dimiliki oleh remaja, yang terdiri dari perasaan, sikap dan keyakinan pribadi; (3) *I can* (aku dapat) adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan oleh remaja sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial dan interpersonal.

Konseling Kelompok

Konseling kelompok (*group counseling*) merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feedback*) dan pengalaman belajar.

Tujuan konseling kelompok menurut Prayitno (2004:2) ada 2 tujuan dalam layanan konseling kelompok, yaitu: (1) tujuan umum adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Melalui layanan konseling kelompok hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan dapat diungkapkan, dilonggarkan, diringankan melalui berbagai cara. Dan juga bermaksud mengentaskan masalah klien dengan memanfaatkan dinamika kelompok; (2) tujuan khusus menurut, yaitu konseling kelompok terfokus pada pembahasan masalah pribadi individu kegiatan layanan. Melalui kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah para

peserta memperoleh dua tujuan sekaligus: terkembangkannya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dalam bersosialisasi/komunikasi, dan terpecahkannya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu lain peserta layanan konseling kelompok.

Fungsi konseling kelompok menurut Prayitno (1997:25) pelayanan bimbingan dan konseling mengemban sejumlah fungsi yang hendak dipenuhi melalui pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling. Fungsi-fungsi tersebut adalah: fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, dan fungsi pemeliharaan dan pengembangan.

Menurut Prayitno (2004:13) azas yang digunakan dalam konseling kelompok ini adalah: asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas kegiatan, asas keterbukaan, asas kekinian dan asas kenormatifan. Menurut Prayitno (2004:18) pelaksanaan konseling kelompok, melalui 4 tahap kegiatan, yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Sementara itu untuk melihat efektivitas program bimbingan melalui layanan konseling digunakan metode *Quasi-Experiments: Nonequivalent Control Group Designs* Desain ini hampir sama dengan *pretest-posttest control group design*, hanya pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok control tidak dipilih secara random (Sugiyono, 2010: 79). Skema

disain penelitiannya dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel 1
Desain Penelitian

O1	X	O2
O3	-	O4

Lokasi penelitian akan dilakukan di Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, FKIP Universitas Pattimura Ambon. Populasi penelitian adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2012 yang berjumlah 76 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2012 yang teridentifikasi memiliki resiliensi rendah dan sedang sebanyak 30 orang (15 kelompok eksperimen dan 15 kelompok kontrol).

Analisis data untuk melihat profil resiliensi mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling Semester 3 Tahun Ajaran 2012/2013 akan di jawab melalui patokan skor ideal sehingga menghasilkan 3 kategori yaitu: rendah, sedang, dan tinggi (Saifudin, 2000)

Rentang penilaian skala resiliensi mahasiswa dalam penelitian menggunakan rentang skor dari 1—4 dengan banyaknya item 35, sehingga interval kriteria tersebut dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut.

Skor maksimum : $4 \times 35 = 140$
 Skor minimum : $1 \times 35 = 35$
 Rentang : $140 - 35 = 105$
 Panjang Kelas interval : $105 : 3 = 35$

Dengan menggunakan rumus di atas, dapat dikelompokkan dalam kategori tinggi, sedang, dan rendah.

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, pengelompokan data untuk profil resiliensi mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP

Universitas Pattimura Ambon sebagai berikut:

Tabel 2.
Kategori Resiliensi Mahasiswa

Rentang Skor	Kategori
106—140	Tinggi
70—105	Sedang
35—69	Rendah

Kemudian untuk melihat keefektifan konseling kelompok untuk mengembangkan resiliensi mahasiswa, maka analisis yang di gunakan adalah dengan menggunakan uji t (t-test) yaitu melihat perbedaan hasil *pre* dan *post* test dengan bantuan program *SPSS versi 16.0 for Windows*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa profil resiliensi mahasiswa prodi bimbingan dan konseling FKIP Universitas Pattimura Ambon secara umum sebagian besar berada kategori sedang dengan perhitungan rata-rata sebesar 104.04 dan nilai tertinggi berada pada 135, nilai terendah pada skor 67. Kemudian pada tabel 4.1. hasil profil umum resiliensi mahasiswa berikut.

Tabel 3. Profil Umum Resiliensi Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Pattimura Ambon

Kategori	Interval	f	Persentase (%)
Tinggi	106 – 140	39	52
Sedang	70 – 105	35	47.7
Rendah	35 – 69	1	1.3
Jumlah		75	100

Memperhatikan tabel 3 terlihat bahwa tingkat resiliensi mahasiswa dari 75 terdapat 39 mahasiswa (52%) berada pada kategori tinggi, 35

mahasiswa (46.7%) berada pada kategori sedang dan 1 mahasiswa (1.3 %) kategori rendah.

Selanjutnya untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok untuk mengembangkan resiliensi mahasiswa, maka dilakukan perhitungan uji komperasi antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan t-test.

Tabel 4, Hasil Uji t Pada Kelompok Eksperimen

	N	F	T	Mean Diffrence	Sig	Keimpulan
Pre tes	30	1.731	0.204	0.667	0.840	Tidak ada perbedaan yang signifikan
Pos tes	30	3.429	6.172	17.467	0.000	Ada perbedaan yang signifikan

Dari analisa uji tes tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa nilai pre tes pada kedua kelompok tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan, ditunjukkan dari nilai t 0.204 dan nilai signifikansi >0.05 yaitu 0.840. Artinya pada saat pre tes nilai kedua kelompok cenderung sama. Sedangkan nilai postes kedua kelompok menunjukkan perbedaan yang signifikan, nilai pos tes pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan nilai postes kelompok kontrol, ditunjukkan dari nilai t sebesar 6.172 dan nilai signifikansi <0.05 yaitu 0.000. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pada saat pre tes tidak menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Sebaliknya, pada saat pos tes ditunjukkan perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok.

Kesimpulan hasil penelitian untuk menguji keefektifan konseling kelompok untuk mengembangkan tingkat resiliensi mahasiswa prodi bimbingan dan konseling FKIP Universitas Pattimura Ambon T. A

2014/2015 di paparkan sebagai berikut: (1) profil umum tingkat resiliensi mahasiswa dari 75 terdapat 39 mahasiswa (52%) berada pada kategori tinggi, 35 mahasiswa (46.7%) berada pada kategori sedang dan 1 mahasiswa (1.3%) kategori rendah; (2) Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh Asymp. Sig 0.000. Oleh karena nilai Asymp. Sig = 0.000 < = 0.05. Artinya, terdapat perbedaan yang efektif tingkat resiliensi mahasiswa sebelum dan sesudah mengikuti sesi konseling kelompok

Peneliti merekomendasikan beberapa saran yang berkaitan dengan hasil penelitian: (1) Program Studi Bimbingan dan Konseling, bahwa profil tingkat resiliensi mahasiswa yang baik dan tinggi program studi bimbingan dan konseling FKIP Universitas Pattimura perlu ditingkatkan dengan menggunakan program-program bimbingan dan konseling untuk mengembangkan lebih lanjut; (2) peneliti selanjutnya, keterbatasan proses dan hasil penelitian ini tidak dapat dipisahkan dari keterbatasan peneliti dalam mengelola kegiatan peneliti. Oleh karena itu, kepada peneliti selanjutnya di rekomendasikan untuk: (a) mengadakan penelitian mengenai sampel penelitian tidak hanya terbatas pada suatu program studi, akan tetapi lebih luas membandingkan dengan program studi yang lain, dan (b) jika akan melakukan penelitian menggunakan variabel yang sama, maka dapat menggunakan instrumen penelitian ini disesuaikan dengan kebutuhan sampel.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan maka menunjukkan bahwa profil resiliensi mahasiswa prodi. Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas

Pattimura Ambon didominasi oleh mahasiswa dengan kategori tinggi sebesar 52%, sedangkan kategori sedang sebesar 47.7%, dan kategori rendah sebesar 1.3%. Dengan demikian disimpulkan bahwa secara umum pelaksanaan resiliensi di prodi. Bimbingan dan Konseling FKIP Unpatti tahun ajaran 2014/2015 berhasil.

SUMBER RUJUKAN

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Asdi Mahasatya.
- Corey, G. 2007. *Teori dan Praktik konseling dan psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Grotberg, E.H. 2001. Resilience Programs for Children in Disaster. *Ambulatory Child Health*. 7: 75—83.
- Hurlock, E. B. 2009. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Edisi Kelima). Jakarta: Erlangga.
- Jackson, R dan Watkin, C. 2004. The Resilience inventory: Seven essential skills for overcoming life's obstacles and determining happiness. *Selection and Development Review*. 20/6: 13—17.
- Monks, F.J., Knoers, Haditono, S.R. 2006. *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Pers.
- Peters, R.D., Leadbeater, B., Mc Mahon, J. 2005. *Resilience in Children Families, and Communities*. New York: Kluwer Academic/ Plenum Publisher.

- Reivich, K. dan Shatte, A. 2002. *The Resiliency Factor : 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. New York: Three Rivers Press.
- Rutter, M. 2006. Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding. *New York Academy of Sciences*. 1094: 1—12. Sameroff, A.J, Rosenblum, K.L. 2006. Psychosocial Constraints on the Development of Resilience. *New York Academy of Sciences*. 1094: 116-124.
- Scherer, M., Worthington Jr, E.L. 2004. Forgiveness is an Emotion-focused Coping Strategy That Can Reduce Health Risks and Promote Health Resilience: Theory, Review, and Hypotheses. *Psychology & Health*. 19/3: 385-405. Online
<http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/0887044042000196674#.Ued3i2dWJhg>
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Wibowo, Mungin Edi. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UNNES Press.