

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PROBLEM SOLVING* TERHADAP RESILIENSI PESERTA DIDIK DI SMPIT PERMATA
BUNDA ISLAMIC BOARDING SCHOOL**



Disusun Oleh:

Faizah Hayati Maulana

1106618012

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Prasyarat dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Judul : Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik
Problem Solving terhadap Resiliensi Peserta Didik di
SMPIT Permata Bunda *Islamic Boarding School*

Nama Mahasiswa : Faizah Hayati Maulana

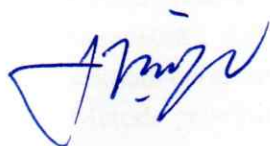
Nomor Registrasi : 1106618012

Program Studi : (S1) Bimbingan dan Konseling

Tanggal Ujian : 19 Desember 2024

Dosen Pembimbing I

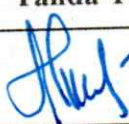
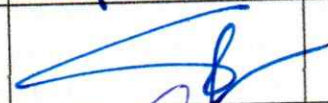
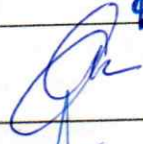
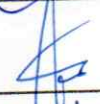
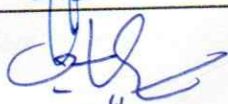
Dosen Pembimbing II



Dr. Herdi, M.Pd
NIP. 198408052009121004

Hilma Fitriyani, M.Pd
NIP. 198307082023212031

Panitia Ujian / Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. (Penanggung Jawab)*		
Karta Sasmita, M.Si., Ph.D (Wakil Penanggung Jawab)**		
Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Si., Ph.D. (Ketua Penguji)***		9 Januari 2024
Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons. (Anggota Penguji)***		9 Januari 2024
Dr. Karsih, M.Pd. (Anggota Penguji)***		10 Januari 2025

Catatan: *Dekan FIP
**Wakil Dekan
***Dosen Penguji

ABSTRAK

PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PROBLEM SOLVING* TERHADAP RESILIENSI PESERTA DIDIK DI SMPIT PERMATA
BUNDA ISLAMIC BOARDING SCHOOL
(2024)

Faizah Hayati Maulana

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh bimbingan kelompok menggunakan teknik *problem solving* terhadap resiliensi peserta didik kelas VIII di SMPIT Permata Bunda Islamic Boarding School. Resiliensi, yaitu kemampuan individu untuk beradaptasi dan mengatasi tantangan hidup, sangat penting bagi peserta didik di sekolah berasrama yang menghadapi tuntutan akademik serta tantangan hidup mandiri. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi-experimental* dengan desain *pretest-posttest nonequivalent group*, melibatkan kelompok eksperimen ($n=10$) yang menerima intervensi berupa bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*, dan kelompok kontrol ($n=10$) yang tidak mendapatkan intervensi. Pengumpulan data dilakukan melalui skala resiliensi yang diadaptasi dari Reivich & Shatte (2002), yang mengukur tujuh aspek utama, yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, kemampuan analisis masalah, empati, efikasi diri, dan kemampuan mencapai tujuan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan pada skor resiliensi kelompok eksperimen, dari rata-rata 60.9 pada pretest menjadi 71.1 pada posttest, dengan uji Wilcoxon Signed Rank Test menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0.030 ($p < 0.05$). Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan yang berarti, dengan rata-rata skor pretest sebesar 64.6 dan posttest sebesar 64.2 serta nilai signifikansi sebesar 0.566 ($p > 0.05$). Temuan ini mendukung efektivitas bimbingan kelompok berbasis *problem solving* dalam meningkatkan resiliensi peserta didik, dan dapat menjadi strategi penting bagi konselor sekolah dalam mendukung ketahanan dan kesejahteraan siswa di sekolah berasrama.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Problem Solving, Resiliensi

ABSTRACT

THE EFFECT OF GROUP GUIDANCE WITH PROBLEM-SOLVING TECHNIQUE ON THE RESILIENCE OF JUNIOR HIGH SCHOOL AT SMPIT PERMATA BUNDA ISLAMIC BOARDING SCHOOL

(2024)

Faizah Hayati Maulana

This study aims to examine the effect of group guidance using a problem-solving technique on the resilience of eighth-grade students at SMPIT Permata Bunda Islamic Boarding School. Resilience, defined as the ability to adapt and overcome life's challenges, is crucial for boarding school students who face both academic demands and the challenges of independent living. This research employs a quasi-experimental method with a pretest-posttest nonequivalent group design, involving an experimental group (n=10) that received group guidance with a problem-solving technique and a control group (n=10) that did not receive the intervention. Data were collected using a resilience scale adapted from Reivich & Shatte (2002), which measures seven key aspects: emotional regulation, impulse control, optimism, problem analysis, empathy, self-efficacy, and goal-setting ability. The results indicate a significant increase in resilience scores in the experimental group, with an average score rising from 60.9 on the pretest to 71.1 on the posttest. The Wilcoxon Signed Rank Test shows a significance value of 0.030 ($p < 0.05$). In contrast, the control group showed no significant change, with pretest and posttest average scores of 64.6 and 64.2, respectively, and a significance value of 0.566 ($p > 0.05$). These findings support the effectiveness of problem-solving-based group guidance in enhancing student resilience and suggest it may be a valuable strategy for school counselors to foster student resilience and well-being in boarding school settings.

Keywords: Group Guidance, Problem Solving, Resilience

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Faizah Hayati Maulana

NIM : 1106618012

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving* terhadap Resiliensi Peserta Didik di SMPIT Permata Bunda *Islamic Boarding School*” adalah sebagai berikut:

1. Disusun dan diselesaikan sepenuhnya oleh saya sendiri, dengan perbaikan berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan pada periode Mei 2023 hingga November 2024.
2. Tidak melakukan penyalinan skripsi karya orang lain atau melakukan plagiasi, serta bukan merupakan terjemahan dari karya orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan saya **bersedia** menerima sanksi apabila saya **terbukti** melakukan pelanggaran etika akademik.

Jakarta, 18 November 2024

Yang membuat pernyataan



Faizah Hayati Maulana



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Fairah Hayati Maulana
NIM : 1106618012
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan
Alamat email : fairahhayati89@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving terhadap Resiliensi
Peserta Didik di SMPIT Permata Bunda Islamic Boarding School

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 25 Juni 2025

Penulis

(Fairah Hayati Maulana)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

dan aku belum pernah kecewa dalam berdoa kepada-Mu, ya Tuhanku.

(QS. Maryam: 4)

Siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan membukakan jalan keluar baginya.

(QS. Ath-Thalaq: 2)

Allah telah menciptakanmu sebagai orang mereka, maka jadilah sebagaimana Dia telah menciptakanmu.

(Imam Syafi'i)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim...

Dengan penuh rasa syukur, kuawali lembar persembahan ini dengan mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT, Sang Pemilik Ilmu. Hanya dengan rahmat dan hidayah-Nya, langkah ini dapat terwujud. Allah berfirman bahwa Dia akan mengangkat derajat orang-orang yang beriman dan berilmu.

Universitas Negeri Jakarta, sebagai salah satu universitas terbaik di Indonesia, telah menjadi tempat yang membentuk banyak tokoh hebat. Aku bangga menjadi bagian dari perjalanan luar biasa di kampus ini, di mana aku belajar, bertumbuh, dan menempa diri untuk menjadi insan yang lebih baik.

Kepada kedua orang tuaku tercinta, Abi dan Ummi, terima kasih atas cinta, doa, dan dukungan tanpa henti. Kepada *almarhum* Abi, yang tetap mendidikku bahkan dalam ketidakhadiranmu. Semoga aku dapat menjadi penerus kebaikan-kebaikan kalian.

Skripsi ini kupersembahkan kepada semua orang yang telah berjasa dalam hidupku. Terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah sabar membimbing, kepada kedua orang tuaku, kepada Ahmad dan Affan adik-adikku tersayang, kepada teman-teman kampus dan organisasi yang menjadi keluarga selama masa studi ini.

Akhirnya, lembar ini juga kutujukan kepada seseorang yang akan mendampingi kelak. Semoga perjalanan ini menjadi awal dari langkah-langkah besar yang akan kita tempuh bersama di masa depan.

Hadza min fadhli rabbi, iyabluwanī a asykuru am akfur...

Ini termasuk karunia Tuhanku untuk mencoba aku apakah aku bersyukur atau mengingkari (akan nikmat-Nya).

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji kepada Allah swt atas segala rahmat dan hidayahNya, skripsi berjudul “Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving terhadap Resiliensi Peserta Didik di SMPIT Permata Bunda *Islamic Boarding School*” dapat diselesaikan. Tak lupa atas bantuan dan kerjasama dengan pihak lain, saya selaku penulis sekaligus peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

- 1) Prof. Dr. Komarudin, M.Si selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta
- 2) Dr. Aip Badrujaman, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta
- 3) Dr. Karsih, M.Pd selaku Ketua Prodi S1 Bimbingan Dan Konseling FIP UNJ
- 4) Dr. Herdi, M.Pd selaku dosen pembimbing
- 5) Hilma Fitriyani, M.Pd selaku dosen pembimbing serta dosen penasihat akademik
- 6) Kepala sekolah, guru, dan staff SMPIT Permata Bunda *Islamic Boarding School* yang telah memberikan izin penelitian
- 7) Keluarga yaitu Abi *rahimahullah*, Ummi, Ahmad dan Affan yang telah memberikan dukungan serta menemani perjalanan selama ini
- 8) Rekan dan staf kerja di BPTD Kelas II Lampung yang telah memberi dukungan dalam melaksanakan penelitian
- 9) Seluruh teman yang bersedia membantu dan menemani perjalanan peneliti.

Jakarta, 10 Januari 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Umum Penelitian	7
F. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	8
A. Kajian Teoritik	8
1. Resiliensi	8
2. Bimbingan Kelompok.....	12
3. Teknik <i>Problem Solving</i>	19
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	23
C. Kerangka Berpikir	24
D. Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	27
A. Tujuan Penelitian.....	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian	27
C. Metode Penelitian dan Desain Penelitian	28
D. Populasi dan Sampel	35
E. Teknik Pengumpulan Data	36
1. Definisi Konseptual Variabel	36
2. Definisi Operasional Variabel	36

3. Kisi-kisi Instrumen	37
4. Langkah-langkah Adaptasi Instrumen.....	38
5. Pedoman Penskoran dan Penafsiran	39
6. Hasil Uji Coba Instrumen	40
7. Instrumen Final.....	42
F. Teknik Analisis Data	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	44
A. Deskripsi Data	44
1. Deskripsi Data Variabel terikat kelas eksperimen.....	45
2. Deskripsi Data Variabel terikat kelas kontrol.....	45
B. Pengujian Hipotesis.....	46
C. Pembahasan.....	48
1. Kondisi Resiliensi peserta didik SMPIT Permata Bunda Islamic <i>Boarding School</i>	48
2. Program Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving.....	50
3. Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik <i>Problem Solving</i> untuk Meningkatkan Resiliensi peserta didik.....	53
D. Keterbatasan Penelitian	56
BAB V PENUTUP	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Implikasi.....	58
C. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	65
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	100

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Waktu Penelitian	27
Tabel 2. Rancangan Pelaksanaan Penelitian	30
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Resiliensi	37
Tabel 4. Kriteria Jawaban Skala Likert	39
Tabel 5. Butir Pernyataan Valid dan Tidak Valid	41
Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas	41
Tabel 7. Kisi-kisi Instrumen Final.....	42
Tabel 8. Klasifikasi Kelompok Penelitian.....	44
Tabel 9. Data Statistik	46
Tabel 10. Hasil Uji Mann Whitney	47
Tabel 11. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test	47
Tabel 12. Hasil Pre-Test Instrumen Resiliensi	49
Tabel 13. Hasil Post-Test Instrumen Resiliensi	50
Tabel 14. Persentasi Kategori Penilaian Aspek Regulasi Emosi	50
Tabel 15. Persentasi Kategori Penilaian Aspek Kontrol Impuls	51
Tabel 16. Persentasi Kategori Penilaian Aspek Optimisme	51
Tabel 17. Persentasi Kategori Penilaian Kemampuan Menganalisis Masalah.....	51
Tabel 18. Persentasi Kategori Penilaian Aspek Empati	52
Tabel 19. Persentasi Kategori Penilaian Aspek Efikasi Diri.....	52
Tabel 20. Persentasi Kategori Penilaian Aspek Kemampuan untuk Meraih Apa yang Diinginkan	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir Penelitian	25
Gambar 2. <i>Ice Breaking</i> (Tebak Gambar)	70



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Video Bimbingan Kelompok	65
Lampiran 2. Dokumentasi Kelompok Eksperimen	66
Lampiran 3. RPL Bimbingan Kelompok	67
Lampiran 4. Hasil Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Instrumen Resiliensi Peserta Didik Kelas VII SMPIT Permata Bunda Islamic Boarding School	81
Lampiran 5. Hasil Pretest Pada Instrumen Resiliensi	84
Lampiran 6. Perhitungan Hipotesis	86
Lampiran 7. Hasil Alih Bahasa dari Inggris ke Indonesia Instrumen Resiliensi	87
Lampiran 8. Hasil Alih Bahasa dari Indonesia ke Inggris Instrumen Resiliensi	92
Lampiran 9. Kuesioner Resiliensi	96

