



**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAI
DENGAN TEKNIK *BIBLIOTHERAPY* TERHADAP
KEMAMPUAN RESILIENSI SISWA
DI SMP N 4 BATUSANGKAR**

SKRIPSI

*Ditulis Sebagai Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S-1)
Jurusan Bimbingan dan Konseling*

Oleh:

RAFIKA MUSLIM
NIM: 14 108 086

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI BATUSANGKAR
2019**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rafika Muslim

Nim : 14 108 086

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa SKRIPSI yang berjudul: **"EFEKTIFITAS LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN TEKNIK BIBLIOTHERAPY TERHADAP KEMAMPUAN RESILIENSI SISWA DI SMP N 4 BATUSANGKAR"**. adalah hasil karya sendiri, bukan plagiat. Apabila di kemudian hari terbukti sebagai plagiat, maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Batusangkar, 27 Februari 2019

Yang membuat pernyataan,



RAFIKA MUSLIM
NIM 14 108 086

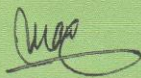
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing skripsi atas nama RAFIKA MUSLIM, NIM: 14 108 1086 dengan judul: "EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN TEKNIK *BIBLOTHERAPHY* TERHADAP KEMAMPUAN RESILENSI SISWA DI SMP N 4 BATUSANGKAR.", memandang bahwa SKRIPSI yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan untuk dilanjutkan ke sidang *munaqasyah*.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan semestinya.

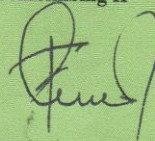
Batusangkar, 22 Januari 2019

Pembimbing I



Dr. Masril, M.Pd., Kons
NIP. 19620610 199303 1 002

Pembimbing II

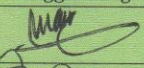
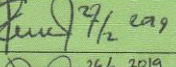
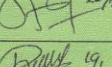
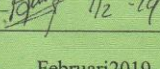


Dra. Fadhilah Svafwar, M. Pd
NIP. 19670810 199303 2 002

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi atas nama Rafika Muslim, NIM 14 108 086, dengan judul: **EFEKTIFITAS LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN TEKNIK BIBLIOTHERAPY TERHADAP KEMAMPUAN RESILIENSI SISWA DI SMP N 4 BATUSANGKAR** telah diuji dalam Ujian *Munaqasyah* Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Batusangkar yang dilaksanakan pada tanggal 6 Februari 2019.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

No	Nama/NIP Penguji	Jabatan dalam Tim	Tanda Tangan dan Tanggal Pengesahan
1	Dr. Masril, M.Pd., Kons/ NIP. 19620610 199303 1002	Ketua Sidang/ Pembimbing I	
2	Dra. Fadhilah Syafwar, M.Pd/ NIP. 19670810 199303 2 002	Sekretaris Sidang/ Pembimbing II	 27/2 2019
3	Dra. Hadiarni, M.Pd., Kons/ NIP. 19680319 199603 2 001	Penguji 1	 26/2 2019
4	Dra. Rafsel Tas'adi, M.Pd/ NIP. 19640210 200312 2 001	Penguji II	 19/2 -19

Batusangkar, Februari 2019
Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu
Keguruan



Dr. Sirajul Munir, M.Pd
NIP. 19740725 199903 1 003

ABSTRAK

Rafika Muslim, NIM. BK 14 108 086. (2019) Judul Skripsi: Efektifitas Layanan Bimbingan Klasikal dengan Teknik *Bibliotherapy* terhadap kemampuan Resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Batusangkar.

Pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya Kemampuan resiliensi kelas IX di SMP N 4 Batusangkar. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah layanan bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* efektif secara signifikan terhadap kemampuan resiliensi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Layanan Bimbingan Klasikal dengan Teknik *Bibliotherapy* terhadap kemampuan Resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar.

Jenis penelitian ini adalah menggunakan metode eksperimen dengan tipe *one group pretest posttest design*. Populasi sebanyak 87 orang dan sampel sebanyak 29 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan Skala *Likert* dengan Analisis data menggunakan uji-t dan *n-gain*.

Hasil dari penelitian ini yaitu H_a diterima dan H_o ditolak. Berdasarkan hasil analisis data statistik secara keseluruhan dapat diketahui bahwa harga "t" hitung sebanyak 9,99 dengan df atau db 28. Maka apabila dilihat pada Tabel Nilai "t", taraf 1% diperoleh harga kritik "t" sebesar 2,76. selain itu juga dilihat dari hasil uji pengaruh atau *n-gain*. Hal ini terlihat dari hasil *n-gain* yang secara keseluruhan dari data ialah sebanyak 22%. Artinya bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar.

Kata kunci: Bimbingan Klasikal teknik *bibliotherapy*, kemampuan resiliensi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	
HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI	
BIODATA	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Batasan Masalah	11
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Penulisan	11
F. Manfaat dan Luaran Penelitian	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	13
1. Resiliensi	13
a. Pengertian Resiliensi	13
b. Aspek-Aspek Resiliensi	14
c. Ciri-ciri Orang yang Resiliensi	16
d. Karakteristik Kemampuan Resiliensi	17
e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Resiliensi	19
f. Perkembangan Resiliensi pada Individu	20
g. Akibat Siswa tidak Memiliki Resiliensi	21
h. Pengaruh Resiliensi terhadap Keberhasilan Belajar	21
2. Bimbingan Klasikal	23
a. Pengertian Bimbingan Klasikal	23
b. Tujuan Bimbingan Klasikal	25
c. Pelaksanaan Bimbingan Klasikal	26
d. Media Layanan Bimbingan Klasikal	27
3. Teknik <i>Bibliotherapy</i>	28
a. Pengertian <i>Bibliotherapy</i>	28

b. Tujuan Teknik <i>Bibliotherapy</i>	29
c. Jenis- Jenis Teknik <i>Bibliotherapy</i>	31
d. Kelebihan dan Kelemahan <i>Bibliotherapy</i>	32
e. Cara Pelaksanaan Teknik <i>Bibliotherapy</i>	33
B. Kajian Penelitian yang <i>Relevan</i>	35
C. Kerangka Berpikir	37
D. Hipotesis	38

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	39
B. Waktu dan Tempat Penelitian	40
C. Populasi dan Sampel	40
1. Populasi	40
2. Sampel	40
D. Definisi Operasional	41
E. Teknik Pengumpulan Data	43
F. Pengembangan Instrumen	45
1. Validitas	47
2. Reliabilitas	48
G. Desain Penelitian	49
H. Analisis Data	53

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	55
B. Pembahasan	106

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	111
B. Saran	111

DAFTAR KEPUSTAKAAN

LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Siswa SMP yang masih pada tahap remaja yang mana masa remaja sangat menentukan perkembangan masa selanjutnya. Pada masa remaja kondisi emosionalnya sangat labil. Menurut Hurlock (dalam Silvita, 2015:34) “masa remaja dikenal sebagai periode storm dan stress, yaitu suatu periode yang penuh dengan gejolak emosi yang disebabkan karena pada masa remaja sering terjadi ketidakstabilan emosional sebagai akibat dari perubahan fisik dan sosial”. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa masa remaja merupakan masa yang penuh dengan gejolak emosional dan sering terjadi ketidakstabilan emosi.

Untuk itu dibutuhkan kekuatan yang akan membantu remaja mengatasi persoalan dalam kehidupannya. Menurut Tugade dan Fredrickson (dalam Munawarah, 2014:3)

Terdapat individu yang mampu bertahan dan pulih dari situasi negatif secara efektif sedangkan ada individu lain yang gagal karena mereka tidak berhasil keluar dari situasi yang tidak menguntungkan, kemampuan untuk melanjutkan hidup setelah ditimpa kemalangan atau setelah mengalami tekanan yang berat dikenal dengan istilah resiliensi.

Berdasarkan pendapat di atas, resiliensi dianggap sebagai kemampuan yang mempunyai kekuatan besar untuk mengatasi berbagai kesulitan dan dampak yang tidak menyenangkan yang dihadapi remaja. Istilah resiliensi diformulasikan pertama kali oleh Block dengan sebutan “*ego-resilience*”, yang diartikan sebagai kemampuan umum yang melibatkan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal. Resiliensi berasal dari bahasa latin “*resilire*” yang artinya melambung kembali. Menurut Desmita (2006:228) resiliensi adalah:

Kemampuan atau kapasitas insani 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.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami 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. Individu itu mampu menyesuaikan diri serta mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi dan bangkit kembali dari kondisi itu. Kualitas resiliensi tidak sama pada setiap individu, karena kualitas resiliensi itu tergantung pada faktor-faktor yang ada pada di individu. Menurut Grotberg (dalam Desmita, 2009:229-230)

Faktor-faktor resiliensi diidentifikasi berdasarkan sumber-sumber yang berbeda yang disebut dengan tiga sumber dari resiliensi yaitu: “untuk kekuatan individu dalam diri pribadi digunakan istilah *I am*, untuk dukungan eksternal dan sumber-sumbernya digunakan istilah *I have*, sedangkan untuk kemampuan interpersonal digunakan istilah *I can*”.

Berdasarkan pendapat di atas ketiga hal tersebut saling berinteraksi, jika ketiga hal itu dapat berinteraksi dengan baik, maka resiliensi siswa akan baik dan bisa mencapai kesuksesan. Disamping itu resiliensi juga berdasarkan tingkat usia, taraf perkembangan, intensitas seseorang dalam menghadapi masalah dan beradaptasi terhadap situasi-situasi yang tidak menyenangkan, serta kemampuan seseorang dapat bertahan terhadap masalah. Perubahan lingkungan yang menuntut remaja untuk dewasa seperti yang diharapkan lingkungan dapat membuat remaja mengalami kebingungan yang pada awalnya hanyalah

permasalahan pribadi namun akhirnya dapat berkembang menjadi masalah sosial. Santrock dalam Martiastuti (2012:13) menyebutkan:

Sebuah istilah abnormal behavior atau tingkah laku abnormal yang berarti sebuah tingkah laku yang mal adaptif serta berbahaya dan bukan sekedar tingkah laku yang berbeda dengan orang lain pada umumnya tingkah laku seperti ini tidak mampu mendukung kesejahteraan, perkembangan dan pemenuhan masa remaja.

Berdasarkan pendapat di atas tingkah laku abnormal merupakan tingkah laku yang berbahaya. Mal adaptif bisa diakibatkan dari resiliensi yang rendah yang dimiliki seorang remaja. Adapun tingkah laku abnormal atau mal adaptif antara lain seperti bunuh diri, mengalami depresi, memiliki keyakinan yang aneh dan tidak rasional, menyerang orang lain (berkelahi/tawuran) mengalami ketergantungan pada obat terlarang. Tingkah laku abnormal seperti ini mempengaruhi kemampuan remaja untuk dapat berfungsi secara efektif dan juga dapat membahayakan orang lain.

Namun untuk mengatasi masalah yang dihadapi individu dibutuhkan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling merupakan bantuan yang diberikan kepada siswa, dalam petunjuk pelaksanaan bimbingan dan konseling. Menurut Prayitno dan Erman (1999: 99) Bimbingan dan konseling adalah:

Proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional 2007 (dalam Mastur dan Triyono, 2014:1) menjelaskan layanan bimbingan klasikal adalah “salah satu pelayanan dasar bimbingan yang dirancang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan para siswa didik di kelas secara terjadwal”.

Dapat dipahami bahwa layanan bimbingan klasikal adalah salah satu pelayanan dasar bimbingan yang dilakukan konselor kepada peserta didik melalui kontak langsung dan dilakukan secara terjadwal. Layanan bimbingan klasikal ini dilakukan dalam kelas dan bimbingan ini dapat berupa diskusi. Mastur dan Triyono (2014:1) mengemukakan bahwa bimbingan klasikal adalah “Bimbingan yang diberikan kepada sejumlah siswa yang tergabung dalam suatu satuan kegiatan pengajaran”. Permendikbud RI No. 111 tahun 2014 menjelaskan layanan bimbingan dan konseling di dalam kelas:

1) Layanan bimbingan dan konseling di dalam kelas (bimbingan klasikal) merupakan layanan yang dilaksanakan dalam seting kelas, diberikan kepada semua peserta didik, dalam bentuk tatap muka terjadwal dan rutin setiap kelas/perminggu. **2)** Volume kegiatan tatap muka secara klasikal (bimbingan klasikal) adalah 2 (dua) jam per kelas (rombongan belajar) perminggu dan dilaksanakan secara terjadwal di kelas. **3)** Materi layanan bimbingan klasikal meliputi empat bidang layanan Bimbingan dan Konseling diberikan secara proporsional sesuai kebutuhan peserta didik/konseli yang meliputi aspek perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir dalam kerangka pencapaian perkembangan optimal peserta didik dan tujuan pendidikan nasional.

Berdasarkan penjelasan Permendikbud RI No. 111 tahun 2014 di atas dapat dipahami bahwa bimbingan klasikal diberikan secara terjadwal dan rutin. Dengan ditentukan waktu pelaksanaannya tentu diharapkan bimbingan yang diberikan akan lebih afektif. Materi dari layanan bimbingan klasikal adalah mengenai aspek perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir. Berdasarkan keempat aspek perkembangan tersebut kemampuan resiliensi siswa masuk kepada aspek perkembangan bidang pribadi. Di mana konselor memberikan bimbingan secara langsung kepada peserta didik dan diharapkan nanti peserta didik melakukan penyesuaian diri dengan baik dan bisa menempatkan dirinya dengan baik. Gazda (dalam Mastur dan Triyono, 2014:2) menyatakan bimbingan klasikal merupakan:

Suatu bimbingan yang digunakan untuk mencegah masalah-masalah perkembangan, meliputi: informasi pendidikan, pekerjaan, personal, dan sosial dilaksanakan dalam bentuk pengajaran yang sistematis dalam suatu ruang kelas yang berisi antara 20-25 siswa dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman diri dan orang lain serta perubahan sikap dengan menggunakan berbagai media dan dinamika kelompok.

Dapat dipahami bahwa layanan bimbingan klasikal adalah suatu bimbingan yang diberikan kepada peserta didik untuk mencegah masalah-masalah perkembangan yang meliputi: informasi pendidikan, pekerjaan, personal dan sosial yang dilaksanakan dalam bentuk pengajaran dalam suatu kelas yang berisi 20-25 siswa yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman diri dan perubahan sikap dengan menggunakan berbagai media dan memanfaatkan dinamika kelompok.

Media pembelajaran dalam bimbingan klasikal menurut Belawati (dalam Sariningsih, 2013:2) dikelompokkan menjadi tiga yaitu :

- a) Media cetak
- b) Media non cetak
- c) Media display

Di dalam pelaksanaan bimbingan klasikal memakai teknik Media non cetak, adapun maksud dari media non cetak adalah sejumlah media yang disiapkan tidak pada kertas, yang berfungsi untuk keperluan pembelajaran dan penyampaian informasi, contoh media non cetak antara lain: oht *overhead transparencies*, audio bersifat suara atau bunyi, misalnya : radio, tape, video gambar dan bunyi, misalnya : film, slide dan komputer.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwasanya bimbingan klasikal dapat dilaksanakan dengan berbagai media diantaranya: media cetak, media non cetak dan media display. Di dalam media non cetak seperti OHT (*overhead transparencies*), audio bersifat suara atau bunyi, misalnya: radio, tape, video gambar dan bunyi, misalnya: film, slide dan komputer. Dalam penelitian ini penulis memakai media non cetak dalam memberikan layanan bimbingan klasikal karena sesuai dengan judul yang sedang penulis teliti yaitu *bibliotherapy* dengan menggunakan teknik menonton video atau film

agar resiliensi siswa dapat meningkat. Yani (2014:2) mengemukakan “sebagai media konseling dengan strategi *bibliotherapy* dapat dilakukan dalam setting individual, kelompok maupun klasikal.” Berdasarkan pendapat tersebut terlihat jelas bahwasanya bimbingan klasikal dapat digunakan untuk teknik *bibliotherapy*.

Istilah *bibliotherapy* terbentuk dari dua kata, *biblio* berasal dari bahasa Yunani, *biblus* (buku), dan *therapy*, menunjuk pada bantuan psikologis. Secara sederhana *bibliotherapy* didefinisikan sebagai penggunaan buku untuk membantu orang untuk mengatasi masalahnya. Menurut Jackson dalam Bradley menjelaskan *bibliotherapy* adalah istilah yang pertama kali dikemukakan oleh Samuel Crothers (dalam Bradley, 2010:178) pada tahun 1916 yang mendeskripsikan penggunaan buku sebagai salah satu dari proses konseling. Penggunaan buku pada proses konseling dapat dilakukan untuk membantu berbagai permasalahan klien melalui penggunaan buku bacaan yang disesuaikan dengan bentuk permasalahan klien.

Abdullah (dalam Bradley, 2010:178) mengemukakan “*the popularity of bibliotherapy was advanced during the 1930 by who put together lists of book that aided in altering the readers thoughts, feeling or behavior*”. *Bibliotherapy* menjadi populer pada tahun 1930 di prakarsai oleh seorang pustakawan dan konselor profesional yang memasang daftar buku yang membantu mengubah pemikiran pembaca, perasaan atau perilaku pembaca.

Pada uraian di atas telah dijelaskan bahwa dengan membaca dapat mengubah pikiran, yaitu cara pandang seseorang tentang suatu hal. Membaca juga dapat mengubah perasaan pembaca, dengan membaca buku ketika ada masalah dapat membantu menenangkan pikiran. Membaca berpengaruh juga terhadap perilaku seseorang, bahan bacaan yang baik akan menuntun seseorang pada sesuatu yang baik juga. Menurut Roselina dan Shukry dalam Noviana Dewi dan Nanik Prihar Tanti (2014:48) :

Metode *bibliotherapy* dapat digunakan untuk membentuk konsep diri positif, memahami tingkah laku dan motivasi remaja, melegakan tekanan emosi, serta mendiskusikan masalah penyimpangan moral secara terbuka untuk melihat berbagai pilihan dalam penyelesaian masalah.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa metode *bibliotherapy* bermanfaat untuk meningkatkan konsep diri yang positif pada siswa. Metode *bibliotherapy* dapat bermanfaat untuk memahami tingkah laku dan melegakan tekanan emosi serta membentuk resiliensi dan dengan membaca akan membentuk kemampuan resiliensi pada diri siswa tersebut. *Bibliotherapy* juga dapat menjadi tempat mendiskusikan masalah dengan mencari penyelesaian yang tepat sesuai dengan masalah yang dihadapi klien.

Bibliotherapy menurut Sclabassi (dalam Eliasa, 2007: 4-5) merupakan:

Salah satu jenis terapi yang menggunakan aktivitas membaca suatu literatur untuk mengatasi masalah yang dihadapi seseorang. Terapi pustaka ini mencakup tugas membaca terhadap bahan bacaan yang terseleksi, terencana, dan terarah sebagai suatu prosedur treatment atau tindakan dengan tujuan terapeutik karena diyakini bahwa pembaca dapat mempengaruhi sikap, perasaan, dan perilaku individu sesuai dengan yang diharapkan.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami Sclabassi mengemukakan *bibliotherapy* merupakan salah satu aktifitas membaca yang bertujuan untuk membantu mengatasi permasalahan seseorang. Bahan bacaan yang dibaca merupakan bacaan yang telah disesuaikan dengan permasalahan klien. Bacaan tersebut merupakan bacaan yang telah dipilih dan diarahkan sebagai tindakan untuk membantu permasalahan klien. *bibliotherapy* efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa di dalam jurnal meningkatkan resiliensi remaja melalui *bibliocounseling* dengan hasil penelitian menjelaskan, penelitian ini menguji tiga sesi *bibliocounseling* dalam meningkatkan resiliensi remaja. Sesi *bibliocounseling* dalam meningkatkan resiliensi remaja

terdiri dari tiga aspek *I have, I am, I can* tujuan dari penelitian ini adalah menguji *bibliocounseling* mampu meningkatkan ketiga aspek resiliensi secara signifikan.

Seligman (dalam Bradley T. Erford, 2011:79) menyatakan bahwa “*bibliotherapy is a technigue that is freguently used by profesional counselor today whose client need to modify their wais of thinking*”. Seligman menyatakan bahwa teknik *bibliotherapy* adalah teknik yang digunakan oleh konselor profesional untuk dapat merubah cara berfikir klien. Dengan menggunakan teknik *bibliotherapy* konselor dapat mengubah pola pikir atau cara pandang klien terhadap suatu permasalahan yang dihadapi oleh klien.

Alex (1993) dalam Olsen (2006) dalam Masril (2011) memfokuskan pada lima prosedur dasar dalam *bibliotherapy*, yang dapat digunakan secara individual atau kelompok:

- a. Awali dengan motivasi. Konselor dapat memberika kegiatan pendahuluan, memberkan kata-kata motivasi kepada siswa agar suasana menjadi semakin hangat
- b. Berikan waktu yang cukup. Konselor mengajak peserta menonton video-video yang telah disiapkan dengan waktu yang cukup.
- c. Lakukan inkubasi. Konselor memberikan waktu pada peserta menonton dan merenungkan makna yang disampaikan dalam video.
- d. Tindak lanjut. Sebaiknya tindak lanjut dilakukan dengan metode diskusi. Lewat diskusi peserta mendapatkan ruang untuk saling bertukar pandangan sehingga memunculkan gagasan baru. Lalu, terapis membantu peserta untuk merealisasikan pengetahuan itu dalam hidupnya.
- e. Evaluasi. Sebaiknya evaluasi dilakukan secara mandiri oleh peserta. Hal ini memancing peserta untuk memperoleh kesimpulan yang tuntas dan memahami arti pengalaman yang dialami.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa cara menerapkan teknik *bibliotherapy* ini yaitu dimulai dari motivasi, artinya konselor dapat memberikan kegiatan pendahuluan, seperti permainan dan mempertontonkan video yang telah disiapkan. Selanjutnya

melakukan inkubasi, maksudnya konselor memberikan waktu pada peserta untuk merenungkan video yang baru saja mereka lihat. Kemudian tindak lanjut.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan selama praktek lapangan di SMP N 4 Batusangkar yang berlangsung selama 1 bulan lebih, ditemukan siswa apabila mendapat suatu permasalahan, baik masalah di keluarga, teman dan pada pembelajaran, misalnya suatu pembelajaran tersebut tidak menarik, membosankan dan terlalu sulit maka mereka pun menampakkan gejala-gejala tidak semangat belajar, mengantuk pada saat belajar bahkan ada yang tertidur di dalam kelas. Hal ini juga berimbas kepada kehadiran siswa seperti bolos belajar dan tidak datang ke sekolah walau telah berangkat dari rumah pakai seragam.

Adapun usaha yang telah dilakukan pihak sekolah terkait permasalahan tersebut ialah berupa merumahkan siswa tersebut hal ini berguna agar siswa merenungkan apa yang telah ia perbuat dan nanti apabila kesadarannya telah ada untuk bersekolah lagi dan merubah kelakuannya maka mereka akan diantarkan oleh orang tuanya ke sekolah dengan perjanjian yang telah disepakati.

Berdasarkan fenomena yang dikemukakan penulis tertarik tentang rendahnya resiliensi siswa sehingga menghambat proses belajar di sekolah dan juga pada keseharian siswa tersebut. Melalui sebuah penelitian dengan judul “Efektivitas Bimbingan Klasikal dengan Teknik *Bibliotherapy* terhadap kemampuan Resiliensi Siswa”. Pada penelitian yang ingin penulis lakukan ini penulis telah menemukan juga hasil-hasil penelitian yang menyatakan bahwa penelitian *bibliotherapy* efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa di dalam jurnal meningkatkan resiliensi remaja melalui *bibliocounseling* dengan hasil penelitian menjelaskan, penelitian ini menguji tiga sesi *bibliocounseling* dalam meningkatkan resiliensi remaja. Sesi *bibliocounseling* dalam meningkatkan resiliensi remaja terdiri dari tiga aspek *I have, I am, I can*

tujuan dari penelitian ini adalah menguji *bibliocounseling* mampu meningkatkan ketiga aspek resiliensi secara signifikan.

Hasil penelitian menunjukkan keseluruhan sesi intervensi *bibliocounseling* efektif dalam meningkatkan resiliensi remaja. *Bibliocounseling* dengan teknik membaca buku efektif untuk meningkatkan ketiga aspek resiliensi remaja. *Bibliocounseling* dengan teknik mendengarkan cerita efektif untuk meningkatkan ketiga aspek resiliensi remaja. *Bibliocounseling* dengan teknik menonton film efektif untuk meningkatkan ketiga aspek resiliensi remaja tersebut.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dipaparkan di atas, banyak masalah yang bisa diteliti. Penulis dapat mengidentifikasi masalahnya sebagai berikut:

1. Efektivitas layanan bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* terhadap kemampuan resiliensi siswa
2. Program meningkatkan kemampuan resiliensi siswa
3. Upaya konselor untuk meningkatkan kemampuan resiliensi siswa
4. Pengaruh pola asuh terhadap resiliensi siswa

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang bisa diteliti berkaitan dengan kemampuan resiliensi, maka penulis membatasi penelitian pada “efektivitas layanan bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* terhadap kemampuan resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar”.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah layanan bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* efektif secara signifikan terhadap kemampuan resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dalam meningkatkan kemampuan resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar.

F. Manfaat dan Luaran penelitian

Adapun Manfaat dan Luaran penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Penelitian
 - a. Sebagai pembinaan dan pengembangan ilmu bimbingan dan konseling.
 - b. Sebagai informasi ilmiah tentang efektivitas layanan bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* terhadap kemampuan resiliensi siswa
- A. Luaran Penelitian
 - a. Agar dapat diseminarkan di IAIN Batusangkar
 - b. Agar dapat diterbitkan pada jurnal ilmiah

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Resiliensi

a. Pengertian Resiliensi

Masa remaja merupakan masa yang sangat singkat dan sangat menentukan perkembangan masa selanjutnya. Pada masa remaja kondisi emosional remaja sangat labil, dibutuhkan kekuatan yang akan membantu remaja mengatasi persoalan dalam hidupnya. Persoalan itu membuat remaja tertekan. Remaja mengubah dan mengatasi kondisi yang membuatnya tertekan tersebut dengan kekuatan yang dinamakan resiliensi.

Resiliensi menurut Gortberg (dalam Silvita 2015:24) secara sederhana mengartikan resiliensi sebagai “*the human capacity to face, overcome, be strengthened by, and even be transformed by experiences of adversity*”. Maksudnya adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, diperkuat oleh, dan bahkan mengubah kondisi yang merugikan. Selanjutnya menurut Desmita (2006:228) resiliensi adalah:

Kemampuan atau kapasitas insani 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.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan diri seseorang atau sekelompok orang yang mana individu mampu 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. Individu mampu menyesuaikan diri serta mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi dan bangkit kembali dari kondisi itu.

Resiliensi dipandang oleh para ahli sebagai kemampuan untuk bangkit Joseph (dalam Munawaroh, 2014:2).

resiliensi adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dan beradaptasi terhadap perubahan, tuntutan, dan kekecewaan yang muncul dalam kehidupan. Asumsi mendasar dalam studi mengenai resiliensi adalah bahwa beberapa individu tetap baik-baik saja meskipun telah mengalami situasi yang sarat adversitas dan beresiko, sementara beberapa individu lainnya gagal beradaptasi dan terperosok dalam adversitas atau resiko yang lebih berat lagi.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa siswa tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap perubahan, tuntutan dan kekecewaan yang muncul dari kehidupannya dan mereka pun memilih cara yang salah dalam menghadapi permasalahannya sehingga resiliensi mereka rendah sedangkan resiliensi yang baik akan menunjang seseorang untuk berhasil dalam kehidupan.

b. Aspek-aspek Resiliensi

Ada beberapa aspek yang perlu diperhatikan untuk memperkuat resiliensi yang dimiliki seseorang. Berdasarkan Reivich dan Shatte (dalam Munawaroh, 2014:5) ada tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu :

1) Pengendalian emosi

Pengendalian emosi adalah suatu kemampuan untuk tetap tenang meskipun berada di bawah tekanan. Individu yang mempunyai resiliensi yang baik, menggunakan kemampuan positif untuk membantu mengontrol emosi, memusatkan perhatian dan perilaku. Mengekspresikan emosi dengan tepat adalah bagian dari resiliensi. Individu yang tidak resilien cenderung lebih mengalami kecemasan, kesedihan, dan kurang efektif dalam menyelesaikan masalah.

2) Kemampuan untuk mengontrol impuls

Kemampuan untuk mengontrol impuls berhubungan dengan pengendalian emosi. Individu yang kuat mengontrol impulsnya cenderung mampu mengendalikan emosinya. Perasaan yang menantang dapat meningkatkan kemampuan untuk mengontrol impuls dan menjadikan pemikiran lebih akurat, yang mengarahkan kepada pengendalian emosi yang lebih baik, dan menghasilkan perilaku yang lebih resilien.

3) Optimis

Individu dengan resiliensi yang baik adalah individu yang optimis, yang percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik. Individu mempunyai harapan akan masa depan dan dapat mengontrol arah kehidupannya. Optimis membuat fisik menjadi lebih sehat dan tidak mudah mengalami depresi.

4) Kemampuan untuk menganalisis penyebab dari masalah

Hal itu adalah kebiasaan individu dalam menjelaskan sesuatu yang baik maupun yang buruk yang terjadi pada individu. Individu dengan resiliensi yang baik sebagian besar memiliki kemampuan menyesuaikan diri secara kognitif dan dapat mengenali semua penyebab yang cukup berarti dalam kesulitan yang dihadapi, tanpa terjebak di dalam gaya menjelaskan tertentu.

5) Kemampuan untuk berempati

Beberapa individu mahir dalam menginterpretasikan apa yang para ahli psikologi katakan sebagai bahasa non verbal dari orang lain, seperti ekspresi wajah, nada suara, bahasa tubuh dan menentukan apa yang orang lain pikirkan dan rasakan.

6) *Self efficacy*

Self efikasi adalah keyakinan bahwa individu dapat menyelesaikan masalah, mungkin melalui pengalaman dan keyakinan akan kemampuan untuk berhasil dalam kehidupan. Self efikasi membuat individu lebih efektif dalam kehidupan.

7) Kemampuan untuk meraih apa yang diinginkan

Resiliensi membuat individu mampu meningkatkan aspek-aspek positif dalam kehidupan. Resiliensi adalah sumber dari kemampuan untuk meraih.

c. **Ciri-ciri Resiliensi**

Orang yang memiliki kemampuan resiliensi memiliki ciri tertentu diantaranya menurut Bernard (dalam Desmita, 2009:3-4) seseorang yang resilien biasanya memiliki empat sifat umum, yaitu:

- 1) *Social competence* (kompetensi sosial) yaitu kemampuan untuk memunculkan respon yang positif dari orang lain, dalam artian mengadakan hubungan-hubungan yang positif dengan orang dewasa dan teman sebaya
- 2) *Problem solving skill/ metacognition* (keterampilan pemecahan/ metakognitif) yaitu perencanaan yang memudahkan untuk mengendalikan diri sendiri dan memanfaatkan akal sehatnya untuk mencari bantuan dari orang lain.
- 3) *Autonomy* (otonomi) yaitu suatu kesadaran tentang identitas diri sendiri dan kemampuan untuk bertindak secara independen serta melakukan pengontrolan terhadap lingkungan.
- 4) *A sense of purpose and future* (kesadaran akan tujuan dan masa depan) yaitu kesadaran akan tujuan-tujuan. Aspirasi pendidikan, ketekunan, pengharapan dan kesadaran akan suatu masa depan yang cemerlang.

Orang yang resilien adalah orang yang mampu untuk bersosialisasi dengan baik, di manapun ia berada, maka ia akan mampu menyesuaikan diri. Mereka akan bisa mencari solusi dari setiap permasalahannya yang dialaminya, setiap pekerjaan yang mereka lakukan akan mereka pertimbangkan baik dan buruknya, sehingga mereka menyadari dan memahami arah dan tujuan dari kehidupannya.

d. Karakteristik Kemampuan Resiliensi

Menurut Wolin dan Wolin (1999), ada tujuh karakteristik utama yang dimiliki oleh individu yang resilien. Karakteristik-karakteristik inilah yang membuat individu mampu beradaptasi dengan baik saat menghadapi masalah, mengatasi berbagai hambatan, serta mengembangkan potensi yang dimilikinya secara maksimal, yaitu:

a. *Insight*

Insight adalah kemampuan mental untuk bertanya pada diri sendiri dan menjawab dengan jujur. Hal ini untuk membantu individu untuk dapat memahami diri sendiri dan orang lain serta dapat menyesuaikan diri dalam berbagai situasi.

b. Kemandirian

Kemandirian adalah kemampuan untuk mengambil jarak secara emosional maupun fisik dari sumber masalah dalam hidup seseorang. Kemandirian melibatkan kemampuan untuk menjaga keseimbangan antara jujur pada diri sendiri dengan peduli pada orang lain.

c. Hubungan

Seseorang yang resilien dapat mengembangkan hubungan yang jujur, saling mendukung dan berkualitas bagi kehidupan atau memiliki *role model* yang sehat.

d. Inisiatif

Inisiatif melibatkan keinginan yang kuat untuk bertanggung jawab atas kehidupan sendiri atau masalah yang dihadapi.

Individu yang resilien bersikap proaktif bukan reaktif bertanggung jawab dalam pemecahan masalah selalu berusaha memperbaiki diri ataupun situasi yang dapat diubahserta meningkatkan kemampuan untuk menghadapi hal-hal tidak dapat diubah.

e. Kreativitas

Kreativitas melibatkan kemampuan memikirkan berbagai pilihan, konsekuensi dan alternative dalam menghadapi tantangan hidup. Individu yang resilien tidak terlibat dalam perilaku negatif sebab ia mampu mempertimbangkan konsekuensi dari setiap perilaku dan membuat keputusan yang benar. Kreativitas juga melibatkan daya imajinasi yang digunakan untuk mengekspresikan diri dalam seni, serta membuat seseorang mampu menghibur dirinya sendiri saat menghadapi kesulitan.

f. Humor

Humor adalah kemampuan untuk melihat sisi terang dari kehidupan, menertawakan diri sendiri dan menemukan kebahagiaan dalam situasi apapun. Individu yang resilien menggunakan rasa humornya untuk memandang tantangan hidup dengan cara yang baru dan lebih ringan.

g. Moralitas

Moralitas atau orientasi pada nilai-nilai ditandai dengan keinginan untuk hidup secara baik dan produktif. Individu yang resilien dapat mengevaluasi berbagai hal dan membuat keputusan yang tepat tanpa rasa takut akan pendapat orang lain. Mereka juga dapat mengatasi kepentingan diri sendiri dalam membantu orang lain yang membutuhkan.

e. Faktor- faktor yang mempengaruhi Resiliensi

Uraian di atas telah menggambarkan karakteristik Resiliensi juga memiliki faktor yang mempengaruhinya menurut Gortberg (dalam Desmita, 2009:229-230) terdapat tiga sumber dari resiliensi yaitu:

- 1) *I have* (Aku punya) merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan pemaknaan individu 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 individu, yang terdiri dari perasaan, sikap dan keyakinan pribadi.
- 3) *I can* (Aku dapat) merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan oleh individu sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial interpersonal.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa resiliensi mempunyai tiga sumber. *Pertama, I have* yang artinya sumber resiliensi yang berhubungan dengan seberapa besar remaja mampu memaknai dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial seperti keluarga, sekolah, masyarakat dan dirinya sendiri. *Kedua, I am* yang merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan diri pribadi individu yang terdiri dari perasaan, sikap dan kepercayaan yang terdapat dalam diri remaja. *Ketiga, I can* artinya sumber resiliensi yang berkaitan dengan keterampilan sosial dan interpersonal remaja. Seperti mengatur berbagai perasaan remaja dan rangsangan dimana remaja dapat mengenali berbagai jenis emosi, dan mengekspresikannya dalam kata-kata dan tingkah laku. Individu juga dapat mengatur rangsangan untuk memukul, kabur, merusak barang, atau melakukan berbagai tindakan yang tidak menyenangkan. Adapun menurut Mashudi (dalam Silvita,

2015:36) faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi ada dua faktor, yaitu:

- 1) Faktor resiko yaitu mencakup hal-hal yang dapat menyebabkan individu beresiko untuk mengalami gangguan perkembangan atau gangguan psikologis.
- 2) Faktor protektif merupakan faktor yang bersifat menunda dan meminimalkan hasil akhir yang negatif. Faktor protektif terdiri dari dua bagian yaitu:
 - a) Faktor protektif internal merupakan hal-hal yang dapat menyebabkan individu beresiko untuk mengalami gangguan perkembangan atau gangguan psikologis.
 - b) Faktor protektif eksternal merupakan faktor keluarga, masyarakat dan lingkungan sosial budaya lain.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa untuk menumbuhkan resiliensi siswa maka, semua faktor di atas harus berinteraksi. Interaksinya juga sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial. Termasuk rumah, sekolah, masyarakat dan dimana siswa itu hidup. Agar seseorang siswa menjadi resilien, maka dukungan dari orang tua dan teman-teman sangat penting, karena jika salah satu saja dari elemen ini tidak mendukung, maka siswa tersebut akan sulit menjadi orang yang resilien.

f. **Perkembangan Resiliensi pada individu**

Perkembangan seorang remaja merupakan hasil dari proses biologis (fisik), kognitif dan sosial yang saling terjalin secara erat. Sesungguhnya tidak ada alasan sederhana yang menjelaskan mengapa seseorang begitu ulet dan tangguh (resilien) sementara yang lain tidak demikian padahal mereka hidup dan dibesarkan pada lingkungan yang sama.

Menurut Martiastuti (2012:22) faktor resiko dan faktor perlindungan ini tidak terbentuk di ruang hampa ataupun bersifat independen satu sama lain resiliensi ini terbentuk dari hubungan saling mempengaruhi antara karakter individu dan karakter keluarga dimana individu ini hidup didalamnya serta karakteristik

lingkungan baik fisik maupun sosial. Contohnya, tinggal dengan orang tua yang utuh merupakan faktor perindung bagi anak atau remaja jika salah satu orang tua bertindak kasar maka tinggal bersama orang tua menjadi faktor resiko dan sebaliknya tidak tinggal dengan orang tua akan menjadi faktor perindung.

g. Akibat siswa tidak memiliki resiliensi

Perubahan lingkungan yang menuntut remaja untuk dewasa seperti yang diharapkan lingkungan dapat membuat remaja mengalami kebingungan yang pada awalnya hanyalah permasalahan pribadi namun akhirnya dapat berkembang menjadi masalah sosial. Santrock dalam Martiastuti (2012:13) menyebutkan:

Sebuah istilah abnormal behavior atau tingkah laku abnormal yang berarti sebuah tingkah laku yang mal adaptif serta berbahaya dan bukan sekedar tingkah laku yang berbeda dengan orang lain pada umumnya tingkah laku seperti ini tidak mampu mendukung kesejahteraan, perkembangan dan pemenuhan masa remaja.

Berdasarkan pendapat di atas tingkah laku abnormal merupakan tingkah laku yang berbahaya. Mal adaptif bisa diakibatkan dari resiliensi yang rendah yang dimiliki seorang remaja. Adapun tingkah laku abnormal atau mal adaptif antara lain seperti bunuh diri, mengalami depresi, memiliki keyakinan yang aneh dan tidak rasional, menyerang orang lain (berkelahi/tawuran) mengalami ketergantungan pada obat terlarang. Tingkah laku abnormal seperti ini mempengaruhi kemampuan remaja untuk dapat berfungsi secara efektif dan juga dapat membahayakan orang lain.

h. Pengaruh Resilensi terhadap keberhasilan Belajar

Resiliensi dan prestasi belajar memiliki keterkaitan satu sama lain hal ini berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh

Gutman Samerof dan Cole (dalam Masdianah 2010:41) ditemukan bahwa:

Anak-anak yang mengalami kondisi sulit dengan tingkat resiliensi yang tinggi mampu untuk mencapai tingkat yang tinggi dalam motivasi dan performansi akademik. Sedangkan individu dengan resiliensi rendah cenderung mempersepsi masalah sebagai suatu beban dalam hidupnya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat di pahami bahwa anak yang tinggi kemampuan resiliensinya dapat mencapai tingkat yang tinggi dalam performansi akademiknya. Namun sebaliknya anak yang memiliki kemampuan resiliensi rendah memandang masalah itu sebagai suatu beban dalam hidupnya. Menurut Martin dan Marsh (dalam Masdianah, 2010:41) menyatakan bahwa:

Resiliensi meningkatkan kemungkinan anak untuk sukses di sekolah dan berbagai aspek lain dalam hidupnya mereka meskipun terdapat rintangan/ kejadian yang tidak menyenangkan terjadi. Siswa yang resilien adalah mereka yang mampu menunjukkan performa tinggi dan tetap termotivasi dalam belajar meskipun terdapat hal yang menekan dan menurunkan resiko akan menurunnya performa mereka.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa resiliensi meningkatkan kemungkinan seseorang anak untuk sukses di dalam kehidupannya meskipun terdapat rintangan namun siswa yang memiliki kemampuan resiliensi yang tinggi akan mampu menekan dan menurunkan resiko performanya. Resiliensi berpengaruh terhadap keberhasilan dan kesuksesan seseorang karena seseorang yang memiliki kemampuan resiliensi yang baik akan tetap memiliki motivasi yang tinggi dalam belajar meskipun di dalam tekanan serta tidak menjadikan hal itu menjadi beban yang menghalanginya mencapai kesuksesan.

2. Layanan Bimbingan Klasikal

a. Pengertian Bimbingan Klasikal

Di dalam bimbingan dan konseling terdapat layanan bimbingan klasikal dan penulis ingin melihat seberapa efektif layanan bimbingan klasikal terhadap kemampuan resiliensi siswa adapun bimbingan klasikal dapat dilihat dari uraian berikut. Menurut Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional 2007 menjelaskan, layanan bimbingan klasikal adalah “salah satu pelayanan dasar bimbingan yang dirancang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan para siswa didik di kelas secara terjadwal”.

Berdasarkan Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional 2007 dipahami bahwa layanan bimbingan klasikal adalah salah satu pelayanan dasar bimbingan yang dilakukan konselor kepada peserta didik melalui kontak langsung dan dilakukan secara terjadwal. Layanan bimbingan klasikal ini dilakukan dalam kelas dan bimbingan ini dapat berupa diskusi. Mastur dan Triyono (2014:1) mengemukakan bimbingan klasikal adalah “bimbingan yang diberikan kepada sejumlah siswa yang tergabung dalam suatu satuan kegiatan pengajaran”.

Permendikbud RI No. 111 tahun 2014 menjelaskan, layanan bimbingan dan konseling di dalam kelas:

- 1)** Layanan bimbingan dan konseling di dalam kelas (bimbingan klasikal) merupakan layanan yang dilaksanakan dalam setting kelas, diberikan kepada semua peserta didik, dalam bentuk tatap muka terjadwal dan rutin setiap kelas/perminggu.
- 2)** Volume kegiatan tatap muka secara klasikal (bimbingan klasikal) adalah 2 (dua) jam per kelas (rombongan belajar) perminggu dan dilaksanakan secara terjadwal di kelas.
- 3)** Materi layanan bimbingan klasikal meliputi empat bidang layanan Bimbingan dan Konseling diberikan secara proporsional sesuai kebutuhan peserta

didik/konseli yang meliputi aspek perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir dalam kerangka pencapaian perkembangan optimal peserta didik dan tujuan pendidikan nasional.

Berdasarkan penjelasan Permendikbud RI No. 111 tahun 2014 di atas dapat dipahami bahwa bimbingan klasikal itu diberikan secara terjadwal dan rutin. Dengan ditentukan waktu pelaksanaannya tentu diharapkan bimbingan yang diberikan akan lebih afektif. Materi dari layanan bimbingan klasikal adalah mengenai aspek perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir. Berdasarkan keempat aspek perkembangan tersebut kemampuan resiliensi siswa masuk kepada aspek perkembangan bidang pribadi. Dimana konselor memberikan bimbingan secara langsung kepada peserta didik dan diharapkan nanti peserta didik mempunyai kemampuan resiliensi dengan baik dan bisa menempatkan dirinya dengan baik. Gazda (dalam Mastur dan Triyono, 2014:2) menyatakan bimbingan klasikal merupakan:

Suatu bimbingan yang digunakan untuk mencegah masalah-masalah perkembangan, meliputi: informasi pendidikan, pekerjaan, personal, dan sosial dilaksanakan dalam bentuk pengajaran yang sistematis dalam suatu ruang kelas yang berisi antara 20-25 siswa dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman diri dan orang lain serta perubahan sikap dengan menggunakan berbagai media dan dinamika kelompok.

Dapat dipahami bahwa layanan bimbingan klasikal adalah suatu bimbingan yang diberikan kepada peserta didik untuk mencegah masalah-masalah perkembangan yang meliputi: informasi pendidikan, pekerjaan, personal dan sosial yang dilaksanakan dalam bentuk pengajaran dalam suatu kelas yang berisi 20-25 siswa yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman diri dan perubahan sikap dengan menggunakan berbagai media dan memanfaatkan dinamika kelompok.

b. Tujuan Bimbingan Klasikal

Bimbingan klasikal digunakan untuk mencegah permasalahan yang berkaitan dengan perkembangan diri siswa termasuk permasalahan resiliensi adapun tujuan dari layanan bimbingan dan klasikal yaitu menurut Mastur dan Triyono (2014:2-3) tujuan bimbingan klasikal adalah “Membantu konseli agar mampu menyesuaikan diri, mampu mengambil keputusan untuk hidupnya sendiri mampu beradaptasi dalam kelompok, mampu menerima support atau dapat memberikan support pada teman-temannya”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa tujuan bimbingan klasikal sebenarnya adalah membantu konseli agar mampu menyesuaikan diri mampu mengambil keputusan untuk dirinya serta mampu beradaptasi dalam kelompok. Sugandi (dalam Mastur dan Triyono 2014:3) mengemukakan tujuan bimbingan klasikal adalah “Membantu siswa agar dapat memenuhi tugas-tugas perkembangan yang meliputi aspek pribadi, sosial, pendidikan, dan karir”. Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa tujuan dari layanan bimbingan klasikal yaitu membantu individu dalam memenuhi berbagai tugas perkembangannya. Yusuf dan Nurihsan (dalam Mastur dan Triyono,2014:3) menjelaskan bahwa tujuan bimbingan klasikal adalah:

- (a) Agar individu dapat merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir serta kehidupannya di masa yang akan datang
- (b) mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya secara optimal mungkin
- (c) dan menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan dan lingkungan masyarakat.

Berdasarkan tujuan di atas dapat diketahui secara jelas bahwa salah satu tujuan dari layanan bimbingan klasikal ini adalah mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimiliki secara optimal. Sesuai dengan permasalahan yaitu

bagaimana mengembangkan potensi yang dimiliki agar kemampuan resiliensi dapat meningkat hal ini dapat diatasi dengan menggunakan layanan bimbingan klasikal.

c. Pelaksanaan Bimbingan Klasikal

Di dalam pelaksanaan suatu bimbingan terdapat langkah-langkah yang akan dilakukan oleh seorang guru bimbingan dan konseling diantaranya menurut Tohirin (dalam Febrita, 2014:30-31) mengemukakan langkah-langkah pelaksanaan bimbingan klasikal yaitu:

- 1) Pendahuluan. Sebelum melakukan bimbingan klasikal guru pembimbing harus bisa mengenali suasana terlebih dahulu. Agar nantinya bimbingan klasikal dapat berjalan dengan baik, maka peneliti bisa mencairkan suasana dengan menyapa siswa terlebih dahulu, mengadakan apresiasi dan pre-test.
- 2) Inti. Dalam kegiatan bimbingan klasikal guru pembimbing menjelaskan materi yang diberikan kepada siswa secara rinci, guru pembimbing dituntut untuk memahami dan menguasai keterampilan-keterampilan dalam pemberian layanan klasikal, diantaranya keterampilan bertanya, memberikan penguatan, keterampilan memberikan variasi, keterampilan menjelaskan dan keterampilan mengelola kelas.
- 3) Penutup. Sebelum kegiatan bimbingan klasikal diakhiri, peneliti mengadakan tanya jawab kepada siswa untuk mengetahui sejauh mana siswa memperhatikan materi yang disampaikan, siswa. Setelah itu evaluasi kegiatan lanjutan, dan terakhir menutup bimbingan dengan salam.

Berdasarkan beberapa uraian di atas Layanan bimbingan klasikal dilakukan dalam kelas dan ada tiga langkah yang harus diperhatikan. Pertama, pendahuluan yaitu harus mengenali suasana terlebih dahulu. Kedua, inti yaitu menjelaskan materi yang diberikan secara rinci. Ketiga, penutup yaitu mengetahui sejauh mana pemahaman siswa tentang materi yang diberikan,

mengevaluasi kegiatan lanjutan dan menutup kegiatan dengan salam.

d. Media layanan bimbingan klasikal

Media pembelajaran dalam bimbingan klasikal menurut Belawati (dalam Sariningsih, 2013:2) dikelompokkan menjadi tiga yaitu :

- a) Media cetak
- b) Media non cetak
- c) Media display

Di dalam pelaksanaan bimbingan klasikal memakai teknik Media non cetak, adapun maksud dari media non cetak adalah sejumlah media yang disiapkan tidak pada kertas, yang berfungsi untuk keperluan pembelajaran dan penyampaian informasi, contoh media non cetak antara lain: oht overhead transparencies, audio bersifat suara atau bunyi, misalnya : radio, tape, video gambar dan bunyi, misalnya : film, slide dan komputer.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwasanya bimbingan klasikal dapat dilaksanakan dengan berbagai media diantaranya: media cetak, media non cetak dan media display. Di dalam media non cetak seperti OHT (*overhead transparencies*), audio bersifat suara atau bunyi, misalnya: radio, tape, video gambar dan bunyi, misalnya: film, slide dan komputer. Dalam penelitian ini penulis memakai media non cetak dalam memberikan layanan bimbingan klasikal karena sesuai dengan judul yang sedang penulis teliti yaitu *bibliotherapy* dengan menggunakan teknik menonton video atau film agar resiliensi siswa dapat meningkat. Yani (2014:2) mengemukakan “sebagai media konseling dengan strategi *bibliotherapy* dapat dilakukan dalam setting individual, kelompok maupun klasikal.” Berdasarkan pendapat tersebut terlihat jelas bahwasanya bimbingan klasikal dapat digunakan untuk teknik *bibliotherapy*.

3. *Bibliotherapy*

a. Pengertian *Bibliotherapy*

Konseling merupakan bidang keilmuan yang kaya akan teknik dan pendekatan. Pemberian bantuan yang diberikan kepada klien yang memiliki masalah beraneka ragam dapat dengan memanfaatkan teknik atau pendekatan yang terdapat dalam konseling. Pendekatan atau teknik yang diberikan tentunya disesuaikan dengan jenis dan masalah yang ada, Salah satu teknik yang ada dalam konseling adalah *bibliotherapy*.

Bibliotherapy sebagai sebuah teknik dalam kegiatan layanan bimbingan dan konseling pada saat ini sedang menjadi sebuah kebutuhan di mana dunia informasi berbasis bacaan baik yang berbentuk print out maupun digital telah begitu akrab dengan masyarakat yang juga mengalami permasalahan perkembangan individual dalam kehidupan mereka.

Bibliotherapy sering disebut juga terapi membaca, yang didalam prosesnya seseorang yang mengalami masalah diminta membaca buku-buku yang bersifat membantu dirinya dan memotivasi agar mempercepat penyembuhan. Membaca mengenai kesulitan orang lain yang sama dengan mereka, dapat memberikan kesadaran dan pemahaman terhadap masalah yang dihadapinya.

Istilah *bibliotherapy* berasal dari bahasa Yunani, yaitu *biblus* berarti buku dan *therapy* yaitu upaya bantuan psikologis, oleh karena itu *bibliotherapy* dapat didefinisikan sebagai penggunaan buku-buku untuk membantu memecahkan masalah.

Selanjutnya Shechtman (dalam Eliasa, 2007:4) menyatakan bahwa:

Bibliotherapy entails the use of literature for therapeutic purposes and it includes listening to stories and poems, watching films, and looking at pictures. It is a playful, engaging, and fun process. Maksudnya *bibliotherapy*

meliputi penggunaan bacaan dengan tujuan sebagai terapi dan termasuk juga mendengarkan cerita, sair, menonton film dan melihat gambar sehingga proses berjalan menarik dan menyenangkan.

Berdasarkan pengertian di atas, dapat dipahami bahwa untuk menunjang pelaksanaan *bibliotherapy* agar terlihat lebih menarik, yaitu dengan menggunakan media seperti cerita, sair, film, puisi serta melihat gambar agar proses tersebut dapat membantu siswa mengungkapkan secara lisan tentang masalah yang terkait dengan hal tersebut, sehingga masalah yang sedang dihadapi klien dengan mudah dapat terentaskan. Dalam Eliasa (2007) dijelaskan bahwa:

Metode *bibliotherapy* sebenarnya merupakan sebuah konsep tua dalam ilmu perpustakaan. Di Amerika sudah lebih dari 100 tahun yang lalu didokumentasikan, dan pada dasarnya *bibliotherapy* merupakan penyeleksian bahan bacaan untuk seorang klien yang sangat relevan dengan situasi lingkungan hidupnya. *Bibliotherapy* dapat digunakan pada berbagai setting dengan berbagai problem spesifik. Dalam penerapannya, terapi pustaka ini dapat dimanfaatkan untuk anak-anak, remaja, dan orang dewasa serta dapat dilakukan dalam tindakan jangka panjang maupun jangka pendek, serta untuk berbagai variasi masalah psikis.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa *bibliotherapy* sangat relevan digunakan dalam situasi lingkungan hidup seseorang. *Bibliotherapy* juga dapat digunakan dalam berbagai masalah emosional atau problematika kehidupan. Dalam penerapannya teknik ini dimanfaatkan oleh konselor sekolah untuk anak-anak, remaja bahkan orang dewasa untuk membantu menyelesaikan masalah yang sedang mereka hadapi.

b. Tujuan *Bibliotherapy*

Bibliotherapy dapat digunakan untuk berbagai alasan, di antaranya untuk membantu anak-anak mengatasi masalah atau

situasi yang mereka hadapi. Adapun tujuan dari teknik *bibliotherapy* (dalam Hadi 2011:3) yaitu:

Untuk mengembangkan rasa yang lebih positif pada diri mereka sendiri, belajar tentang dunia, mengatasi stres, memberikan wawasan terhadap suatu masalah, menegaskan pikiran dan perasaan, merangsang diskusi tentang masalah, menciptakan kesadaran bahwa ada orang lain yang memiliki masalah yang sama, memberikan solusi untuk masalah, mengkomunikasikan nilai-nilai dan sikap baru, dan menemukan makna dalam kehidupan.

Berdasarkan uraian teori di atas, dapat dipahami bahwa *Bibliotherapy* dapat membantu klien mengatasi dan mengubah masalah yang sedang dihadapinya manakala ia menonton video tentang orang lain yang berhasil mengatasi masalah seperti yang ia hadapi. *Bibliotherapy* bertujuan untuk membantu seseorang dalam mengembangkan rasa positif dari dirinya, membantu seseorang dalam belajar tentang dunia, mengatasi stres, memberikan seseorang wawasan tentang suatu masalah yang dihadapi, mampu mengkomunikasikan nilai-nilai yang dianut sehingga seseorang bisa menemukan makna dari kehidupan yang dijalannya dan dengan tujuan *bibliotherapy* dapat membantu seseorang dalam memperkuat resiliensinya dengan menonton video-video yang berkaitan dengan resiliensi.

Selanjutnya menurut Hadi (2011:5) tujuan dari *bibliotherapy* yaitu:

Mendampingi seseorang yang tengah mengalami emosional yang berkecamuk karena permasalahan yang dihadapi dengan menyediakan bahan-bahan bacaan dengan topik yang tepat dan mengandung nilai-nilai karakter yang ingin dibangun pada diri individu yang bersangkutan. *Bibliokonseling* juga dapat dijadikan sebagai stimulasi pikiran yang memungkinkan para anggota dapat menyilangkan gagasan-gagasan sehingga kesadarannya menjadi meningkat.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa tujuan *bibliotherapy* adalah untuk membantu seseorang yang tengah mengalami kekacauan emosional karena permasalahan yang dihadapinya, dengan menggunakan bahan-bahan bacaan dengan topik yang tepat dan sesuai permasalahan yang dialaminya. Selain itu bahan bacaan tersebut hendaknya mengandung nilai-nilai karakter yang ingin dibangun pada diri individu yang bersangkutan dan dapat dijadikan sebagai stimulasi pikiran yang mengakibatkan meningkatnya kesadaran individu yang bermasalah tersebut.

c. Jenis *Bibliotherapy*

Ada banyak variasi atau jenis dari *bibliotherapy* ini. Kramer dan Smith (1998) dalam Oslen (2006) dalam (Masril:2011) mengemukakan ada dua jenis *bibliotherapy* yaitu *bibliotherapy* klinis dan perkembangan.

- 1) *Bibliotherapy* klinis. *Bibliotherapy* klinis berlangsung dalam setting klinis di hadapan seorang konselor profesional atau terapis terlatih untuk menangani masalah-masalah emosional dan perilaku.
- 2) *Bibliotherapy* perkembangan *Bibliotherapy* perkembangan berlangsung di kelas dan diimplementasikan oleh guru, konselor, dan psikolog sekolah untuk membantu anak-anak untuk pencegahan masalah atau untuk pengembangan aspek kepribadian tertentu.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa *bibliotherapy* klinis menuntut konselor untuk bisa menangani masalah kliennya dalam konteks klinis dimana konselor atau terapi membantu untuk menyelesaikan masalah klien yang berhubungan dengan emosional atau perilaku kliennya yang akan diubah melalui teknik yang akan dilakukan oleh konselor. Sedangkan *bibliotherapy* perkembangan dilakukan oleh konselor ataupun bisa dilakukan oleh guru yang bekerjasama dengan konselor untuk mencegah timbulnya masalah atau membantu perkembangan aspek kepribadian anak.

d. Kelebihan dan Kelemahan *Bibliotherapy*

Sama dengan teknik konseling pada umumnya teknik *bibliotherapy* juga memiliki kelebihan dan kekurangan dalam Sulistyani (2014:10) yaitu:

Kelebihan *bibliotherapy* adalah lewat membaca seseorang bisa mengenali dirinya. Informasi dan pengetahuan yang diperoleh dari kegiatan membaca menjadi masukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi seseorang. Saat membaca pembaca akan menginterpretasikan jalan pikiran penulis, menerjemahkan symbol dan huruf ke dalam kata dan kalimat yang memiliki makna tertentu, seperti rasa haru dan simpati. Perasaan ini dapat membersihkan diri dan mendorong dan mendorong seseorang untuk berperilaku lebih positif.

Kelemahan *bibliotherapy* adalah meskipun *bibliotherapy* mendorong perubahan secara individual, hal ini hanya digunakan terbatas pada saat dimana krisis hadir. Bagaimanapun itu bukan obat yang menghilangkan semua masalah psikologis yang telah mengakar secara mendalam. Masalah mendalam yang terbaik dilayani melalui intervensi terapi intensif. Konseli usia anak-anak mungkin belum bisa melihat diri lewat cermin sastra dan literature pun bisa sebatas untuk tujuan melarikan diri saja. Lainnya mungkin cenderung untuk merasionalisasi masalah mereka dari pada yang mereka hadapi.

Berdasarkan pendapat di atas dapat di pahami bawasanya teknik *bibliotherapy* memiliki kelebihan dan juga kelemahan adapun ialah kelebihannya lewat membaca seseorang bisa mengenali dirinya. Informasi dan pengetahuan yang diperoleh dari kegiatan membaca menjadi masukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi seseorang sedangkan kelemahannya *bibliotherapy* hanya digunakan terbatas pada saat dimana krisis hadir dan Konseli usia anak-anak mungkin belum bisa melihat diri lewat cermin sastra dan literature pun bisa sebatas untuk tujuan melarikan diri saja.

e. Cara Pelaksanaan/Tahapan *Bibliotherapy*

Cara kerja *bibliotherapy* ini adalah menjelaskan kepada konseli, lalu menayangkan video atau film tepat baginya. Dalam penerapannya, *bibliotherapy* memiliki beberapa tahapan yang didahului dengan mengidentifikasi masalah dari siswa, mencari bahan bacaan yang terkait dengan permasalahannya, memberikan waktu untuk memahami bahan bacaan dan diakhiri dengan tindak lanjut. Sesuai dengan pendapat Bredley (2010:178) yaitu:

There are four “stages” involved in implementing bibliotherapy: identification, selection, presentation, and follow-up (Abdullah, 2002). In the first stage, it is necessary for the professional counselor to identify the client’s needs. Next, the professional counselor needs to select books that will be appropriate for the client’s situation. Books need to be written at a level that the client will be able to understand and the characters in the story need to be believable (Jackson, 2001). The professional counselor should recommend only books that she has read and that are in line with the client’s values and goals (Young, 1998). In the presentation stage, the client reads the book, usually on his own outside of session time, and, during counseling sessions, discusses important aspects of the book with the counselor. The professional counselor can request that the client underline key points in the book or keep a journal if she feels that it would help the client. In the final stage of bibliotherapy, follow-up, the professional counselor and the client discuss what the client has learned about himself as well as what he has gained from being able to identify with the character.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa tahapan *bibliotherapy* ada 4 yaitu:

- a. Pada tahapan pertama, konselor perlu untuk mengidentifikasi kebutuhan klien.
- b. Berikutnya, konselor perlu memilih buku-buku yang sesuai dengan situasi klien. Konselor harus merekomendasikan buku-buku yang telah klien baca dan harus sejalan dengan nilai-nilai dan permasalahan klien.
- c. Pada tahap persentasi, klien membaca buku, biasanya diluar waktu sesi sendiri, dan selama sesi konseling,

membahas aspek penting dari buku dengan konselor. Konselor dapat meminta klien untuk menggarisbawahi poin kunci dalam buku atau membuat jurnal jika dia merasa bahwa hal itu akan membantunya.

- d. Pada tahap akhir dari *bibliotherapy* yaitu tindak lanjut. Sebaiknya tindak lanjut dilakukan dengan metode diskusi. Lewat diskusi klien mendapatkan ruang untuk saling bertukar pandangan sehingga memunculkan gagasan baru. Lalu, terapis membantu peserta untuk merealisasikan pengetahuan itu dalam hidupnya. Klien dapat mengungkapkan pengalamannya melalui bermacam hal seperti diskusi, bermain peran, atau berbagai cara kreatif lainnya. Sepanjang pelaksanaan teknik ini, penting bahwa konselor menjaga realitas klien dalam pikiran.

Alex (1993) dalam Olsen (2006) dalam Masril (2011) memfokuskan pada lima prosedur dasar dalam *bibliotherapy*, yang dapat digunakan secara individual atau kelompok:

- c. Awali dengan motivasi. Konselor dapat memberikan kegiatan pendahuluan, memberikan kata-kata motivasi kepada siswa agar suasana menjadi semakin hangat
- d. Berikan waktu yang cukup. Konselor mengajak peserta menonton video-video yang telah disiapkan dengan waktu yang cukup.
- c. Lakukan inkubasi. Konselor memberikan waktu pada peserta menonton dan merenungkan makna yang disampaikan dalam video.
- d. Tindak lanjut. Sebaiknya tindak lanjut dilakukan dengan metode diskusi. Lewat diskusi peserta mendapatkan ruang untuk saling bertukar pandangan sehingga memunculkan gagasan baru. Lalu, terapis membantu peserta untuk merealisasikan pengetahuan itu dalam hidupnya.
- e. Evaluasi. Sebaiknya evaluasi dilakukan secara mandiri oleh peserta. Hal ini memancing peserta untuk memperoleh kesimpulan yang tuntas dan memahami arti pengalaman yang dialami.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa cara menerapkan teknik *bibliotherapy* ini yaitu dimulai dari motivasi, artinya konselor dapat memberikan kegiatan pendahuluan, seperti permainan dan mempertontonkan video yang telah

disiapkan. Selanjutnya melakukan inkubasi, maksudnya konselor memberikan waktu pada peserta untuk merenungkan video yang baru saja mereka lihat. Kemudian tindak lanjut, tindak lanjut sebaiknya dilakukan dengan metode diskusi, lewat diskusi peserta mendapatkan ruang untuk saling bertukar pandangan sehingga memunculkan gagasan baru, lalu terapis membantu peserta untuk merealisasikan pengetahuan itu dalam hidupnya. Terakhir evaluasi, evaluasi sebaiknya dilakukan secara mandiri oleh peserta, begitu juga konselor atau guru dapat meminta peserta mengemukakan pandangan dan penilaian mereka setelah melihat video yang mereka tonton. Konselor dan guru dapat meminta komitmen peserta, apa yang harus dilakukan atau tindakan yang perlu cepat diwujudkan dan hal apa saja yang harus ditinggalkan, agar terjadi perubahan kemampuan resiliensi dari rendah ke tinggi serta terentaskannya masalah mereka.

B. Penelitian yang Relevan

Adapun Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

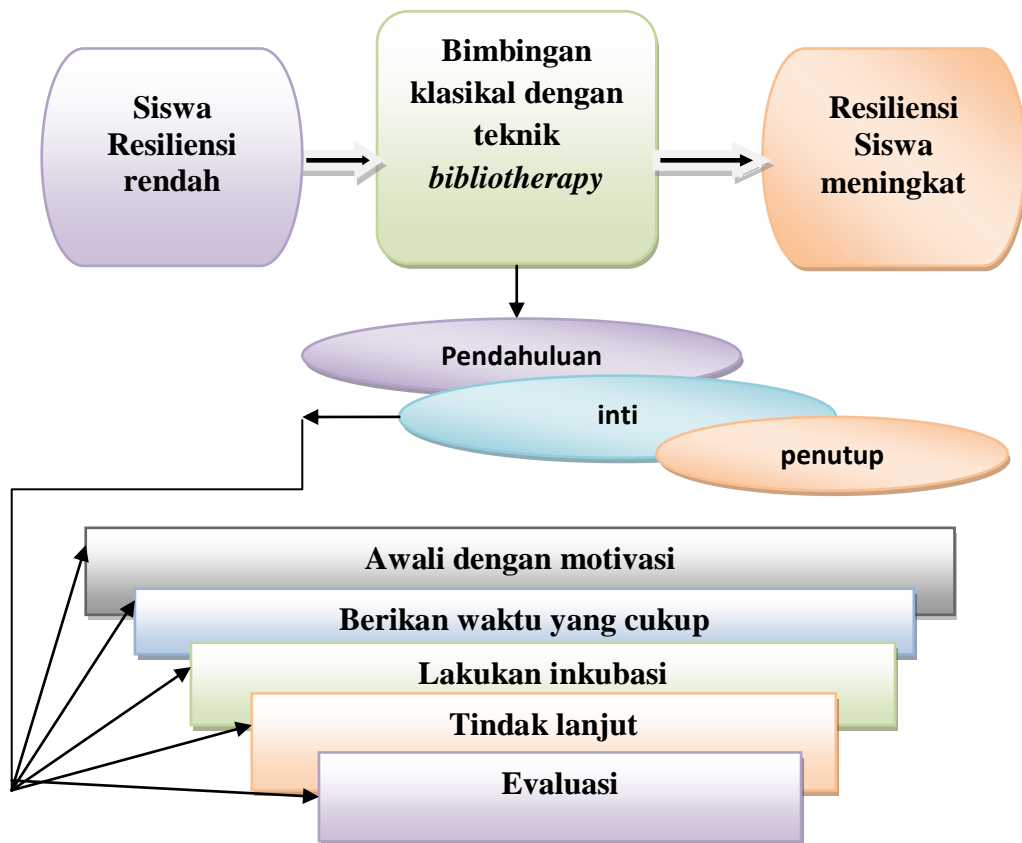
1. Efektivitas *Bibliotherapy* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas XI di SMA N 2 Pariangan oleh Tika (09 103 080). Persamaan penelitian penulis dengan peneliti sebelumnya adalah sama-sama berkaitan dengan penerapan teknik *bibliotherapy*. Perbedaannya adalah peneliti sebelumnya untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa sedangkan penelitian ini untuk meningkatkan Kemampuan resiliensi diri siswa dengan bimbingan klasikal.
2. Peningkatan *self efikasi* siswa melalui teknik *bibliotherapy* SMA N 1 Pariangan Persamaan penelitian penulis dengan peneliti sebelumnya adalah sama-sama berkaitan dengan *bibliotherapy*. Perbedaannya adalah penelitian sebelumnya. Peningkatan *self efikasi* siswa melalui teknik *bibliotherapy* sementara penulis Efektivitas Bimbingan Klasikal

dengan teknik *bibliotherapy terhadap* Resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar

3. Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal Menggunakan Media Audio-Visual terhadap Hubungan Sosial Teman Sebaya Siswa di Kelas VII di SMP N 4 Kota Bengkulu oleh Febrita Persamaan penelitian penulis dengan peneliti sebelumnya adalah sama-sama berkaitan dengan bimbingan klasikal. Perbedaannya adalah penelitian sebelumnya Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal Menggunakan Media Audio-Visual terhadap Hubungan Sosial Teman Sebaya Siswa sementara penulis Efektivitas Bimbingan Klasikal dengan teknik *bibliotherapy terhadap* Resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar.
4. Meningkatkan resiliensi remaja melalui *bibliocounseling*. Persamaan penelitian penulis dengan peneliti sebelumnya yaitu sama-sama meneliti peningkatan resiliensi melalui *bibliotherapy*. perbedaannya adalah peneliti tidak menggunakan layanan klasikal sementara penulis menggunakan layanan bimbingan klasikal melalui teknik *bibliotherapy* untuk meningkatkan kemampuan resiliensi diri siswa di SMP N 4 Batusangkar

C. Kerangka berfikir

Agar kerangka berfikir penulis dapat dipahami maka penulis petakan kerangka berfikir penulis sebagai berikut:



Keterangan:

Kerangka berfikir di atas menjelaskan bahwa penelitian ini diberikan kepada siswa yang memiliki resiliensi rendah di SMP N 4 Batusangkar melalui pelaksanaan bimbingan klasikal dengan tiga tahapan yaitu pendahuluan, inti dan penutup dan pada bagian inti teknik *bibliotherapy* di laksanakan dengan lima tahapan yaitu: motivasi, berikan waktu yang cukup, lakukan inkubasi, tindak lanjut dan evaluasi agar kemampuan resiliensi yang rendah ditingkatkan lagi.

D. Hipotesis

Hipotesis (jawaban sementara) dalam penelitian ini adalah tentang pemberian teknik *bibliotherapy* terhadap kemampuan resiliensi siswa dengan bimbingan klasikal. Hipotesisnya sebagai berikut:

1. H_0 : bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* tidak efektif terhadap kemampuan resiliensi siswa. ($t_0 \leq t_t$)
2. H_a : bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* efektif terhadap kemampuan resiliensi siswa. ($t_0 > t_t$)

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Berdasarkan permasalahan dan tujuan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya, maka jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *eksperiment*. Menurut Sugiyono (2011:14) penelitian kuantitatif dapat digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan termasuk penelitian kuantitatif. Tujuan penelitian ini untuk memprediksi, mengontrol, mengkonfirmasi dan menguji hipotesis. Penelitian *eksperiment* menggunakan statistik dalam mengolah dan menganalisis data.

Jadi dapat dipahami bahwa penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi dan sampel yang telah ditentukan yang mana teknik pengambilan populasi dan sampelnya dipilih secara acak, penelitian kuantitatif analisis datanya bersifat statistik yang tujuannya adalah menguji hipotesis yang ditetapkan.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Pre-Exsperimental design* dengan tipe *one group pretest-posttest design* (Abdul Halim, 2011:173) dalam arti hanya kelompok eksperimen saja yang akan diukur berdasarkan dari *treatment* yang diberikan. Kasiram (2010:211) mengatakan penelitian *eksperimen* adalah “model penelitian dimana peneliti memanipulasi suatu stimuli atau kondisi, kemudian mengobservasi efektivitas atau akibat dari perubahan stimuli atau kondisi tersebut pada objek yang dikenai stimuli atau kondisi tersebut”. Berdasarkan pendapat tersebut penelitian *eksperimen* dimaksudkan untuk mengetahui kemurnian pengaruh X (bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy*) terhadap Y (kemampuan resiliensi siswa). Apakah benar bimbingan klasikal dengan

Teknik *bibliotherapy* efektif terhadap kemampuan resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Adapun Penelitian ini dimulai dari pengambilan data melalui observasi pada bulan Februari sampai Mei 2018 selama penulis PPL yang mana penulis menemukan adanya permasalahan siswa yang berkaitan dengan resiliensi, untuk itu penulis tertarik melakukan penelitian ini. Kemudian dilaksanakan penelitian pada bulan November 2018 sampai Desember 2018 di SMP N 4 Batusangkar kecamatan Lima Kaum Kabupaten Tanah Datar.

C. Populasi dan Sampel

a. Populasi penelitian

Menurut Sugiyono (2007:80), populasi merupakan “Wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya”. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP N 4 Batusangkar .

Tabel. 3.1
Populasi

No	Kelas	Jumlah siswa
1	Kelas VII	29 Orang
2	Kelas VIII	29 Orang
3	Kelas 1X	29 Orang
	Jumlah	87 Orang

Sumber: Dokumentasi SMP N 4 Batusangkar

b. Sampel penelitian

Menurut Sugiyono, (2010:81) sampel merupakan, “bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”.

Berdasarkan pendapat di atas yang mengatakan bahwa sampel adalah wakil dari populasi yang akan diteliti oleh peneliti, dengan kata lain sampel adalah bagian dari populasi yang diambil sebagai sumber data dan dapat mewakili keseluruhan populasi yang ada yang berjumlah 29 orang. Adapun sampel penelitian yang dilakukan yaitu menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik sampling yang digunakan oleh peneliti jika peneliti memiliki pertimbangan – pertimbangan tertentu dalam pengambilan sampel dari penelitian yang di lakukan.

D. Definisi Operasional

Agar lebih memudahkan dalam memahami istilah dan tidak terjadi kesalahfahaman dalam menafsirkan penelitian ini, maka berikut dijelaskan mengenai beberapa istilah terkait topik penelitian yang dibahas sebagai berikut:

Efektivitas adalah “ menunjukkan tercapainya suatu tujuan, suatu usaha akan efektif jika usaha tersebut tercapai tujuannya”. Efektivitas yang dimaksud dalam penulisan ini terdapatnya pengaruh bimbingan klasikal menggunakan teknik *bibliotherapy* terhadap kemampuan resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar.

Resiliensi menurut Desmita (2006:228) adalah: Kemampuan atau kapasitas insani 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. Resiliensi yang penulis maksud dalam penelitian ini adalah kemampuan diri seseorang atau sekelompok orang yang mana individu mampu untuk menghadapi, mencegah, mengatasi, menimalkan masalah.

Bimbingan Klasikal menurut Gazda (dalam Mastur dan Triyono 2014:2) menyatakan merupakan: suatu bimbingan yang digunakan untuk mencegah masalah-masalah perkembangan, meliputi: informasi

pendidikan, pekerjaan, personal, dan sosial dilaksanakan dalam bentuk pengajaran yang sistematis dalam suatu ruang kelas yang berisi antara 20-25 siswa dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman diri dan orang lain serta perubahan sikap dengan menggunakan berbagai media dan dinamika kelompok. Bimbingan klasikal yang penulis maksud adalah suatu bimbingan yang diberikan kepada peserta didik untuk mencegah masalah-masalah perkembangan yang meliputi: informasi pendidikan, pekerjaan, personal dan sosial yang dilaksanakan dalam bentuk pengajaran dalam suatu..

Bibliotherapy merupakan “*bibliotherapy is a term coined by Samuel Crothers in 1916 to describe the use of books a part of the counseling process. Film, videos, and movies can also be used during bibliotherapy; it is not limited to books*” (Bredley, 2010:178). *bibliotherapy* yang penulis maksud adalah suatu teknik konseling dengan menggunakan buku, film atau video sebagai proses konseling.

Alex (1993) dalam Olsen (2006) dalam Masril (2011) memfokuskan pada lima prosedur dasar dalam *bibliotherapy*, yang dapat digunakan secara individual atau kelompok:

- a. Awali dengan motivasi. Konselor dapat memberika kegiatan pendahuluan, memberkan kata-kata motivasi kepada siswa agar suasana menjadi semakin hangat
- b. Berikan waktu yang cukup. Konselor mengajak peserta menonton video-video yang telah disiapkan dengan waktu yang cukup.
- c. Lakukan inkubasi. Konselor memberikan waktu pada peserta menonton dan merenungkan makna yang disampaikan dialam video.
- d. Tindak lanjut. Sebaiknya tindak lanjut dilakukan dengan metode diskusi. Lewat diskusi peserta mendapatkan ruang untuk saling bertukar pandangan sehingga memunculkan gagasan baru.Lalu, terapis membantu peserta untuk merealisasikan pengetahuan itu dalam hidupnya.
- e. Evaluasi. Sebaiknya evaluasi dilakukan secara mandiri oleh peserta. Hal ini memancing peserta untuk memperoleh kesimpulan yang tuntas dan memahami arti pengalaman yang dialami.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa cara menerapkan teknik *bibliotherapy* ini yaitu dimulai dari motivasi, artinya konselor dapat memberikan kegiatan pendahuluan, seperti permainan dan mempertontonkan video yang telah disiapkan. Selanjutnya melakukan inkubasi, maksudnya konselor memberikan waktu pada peserta untuk merenungkan video yang baru saja mereka lihat. Kemudian tindak lanjut.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian terdapat beberapa cara yang bisa digunakan untuk mengumpulkan data. Sugiyono (2009:137) menyatakan bahwa “teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan kuesioner (angket)”. Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah instrumen non tes, pernyataan dalam bentuk skala. Pernyataan instrumen tersebut disusun berdasarkan beberapa indikasi yang diduga berhubungan dengan resiliensi siswa. Penilaian skor untuk resiliensi siswa diukur dengan menggunakan skala resiliensi bentuk Likert. Widoyoko, (2014:104) menyatakan bahwa Jawaban pada setiap item instrumen yang menggunakan skala Likert mempunyai gadasi yaitu bentuk positif dan bentuk negative.

Penulis menggunakan skala resiliensi ini untuk mengukur bagaimana keadaan resiliensi siswa, jawaban dari skala Likert, (Noor, 2011:129) ini memiliki alternatif jawaban berupa “Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Jarang (JR), dan Tidak pernah (TP)”. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut dibawah ini.

Tabel. 3.2
Skor Skala Likert dengan Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Item Positif	Item Negatif
Selalu (SL)	5	1
Sering (SR)	4	2
Kadang-kadang (KD)	3	3
Jarang (JR)	2	4
Tidak pernah (TP)	1	5

Data yang telah diolah kemudian dilanjutkan dengan interpretasi data atau proses menafsirkan data, interpretasi data mengacu pada interval yang disusun dengan rentang skor yaitu skor terbesar dikurang skor terkecil. Penelitian ini memiliki rentang skor 1-5 dengan kategori siswa yaitu selalu, sering, kadang-kadang, jarang, tidak pernah. Jumlah item instrumen resiliensi siswa sebanyak 30 item, sehingga kriteria tersebut dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

1. Skor Maksimum $5 \times 30 = 150$

Keterangannya yaitu skor maksimum nilai tertinggi adalah 5, jadi 5 dikalikan dengan jumlah skala secara keseluruhan yang berjumlah sebanyak 30 item sehingga memperoleh hasil 150.

2. Skor minimum $1 \times 30 = 30$

Keterangannya yaitu skor minimum nilai terendah adalah 1, sehingga 1 dikalikan dengan jumlah skala secara keseluruhan yang berjumlah 30 item sehingga memperoleh hasil 30.

3. Rentang $150 - 30 = 120$

Keterangan yaitu rentang diperoleh dari hasil skor maksimum lalu dikurangi dengan jumlah item skala secara keseluruhan sehingga diperoleh hasil 120.

4. Banyak kriteria

Adalah tingkatan sangat tinggi dengan jawabannya selalu, tinggi dengan jawaban pada umumnya, sedangkan jawaban sering, rendah

jawabannya kadang-kadang dan sangat rendah jawabannya tidak pernah.

5. Panjang kelas interval $150 : 5 = 30$

Panjang kelas interval diperoleh dari hasil rentang lalu dibagi dengan banyaknya kriteria.

F. Pengembangan instrumen

Sebelum melakukan pengembangan instrumen hal yang terlebih dahulu dilakukan ialah penyusunan instrumen dengan langkah-langkah sebagai berikut dalam Nurkencana (1993:219)

1. Menetapkan jenis/ pola instrumen
Langkah pertama dalam penyusunan instrumen adalah menetapkan pola/jenis instrumen yang akan digunakan. Dalam penelitian ini pola instrumen yang digunakan adalah pola likert.
2. Menetapkan isi instrumen
Isi instrumen harus relevan dengan data yang hendak di kumpulkan. Dan untuk mendapatkan isi instrumen yang relevan, dapat didasarkan atas suatu teori yang kita anut, atau mengkombinasikan teori-teori yang telah kita pelajari. Dalam instrumen ini isi dari instrumen berkaitan dengan resiliensi.
3. Menyusun kisi-kisi
Berdasarkan atas pola instrumen yang akan digunakan serta isi instrumen yang akan digunakan, maka dibuatlah suatu rancangan instrumen dalam kisi-kisi instrumen tersebut dicantumkan hal- hal variabel, sub variabel, indikator, pola instrumen, jumlah item dan nomor-nomor item. Berikut kisi-kisi instrumen resiliensi penulis.

**KISI-KISI PENGEMBANGAN INSTRUMEN
RESILIENSI SISWA**

Variabel	Sub variabel	Indikator	Jumlah item	Nomor item	
				+	-
Resiliensi	Menghadapi masalah	1. Bersikap tenang	4	1,2	3,4
		2. Berfikir positif	4	5,6	7,8
		3. Mengambil tindakan	4	9,10	11,12
	Mencegah Masalah	1. Upaya yang dilakukan	4	13,14	15,16
	Meminimalkan masalah	1. Optimis	4	17,18	19,20
		2. Kesabaran	4	21,22	23,24
	Menghilangkan masalah	1. Berfikir alternatif	4	25,26	27,28
		2. Berani mencoba akan keputusan	4	29,30	31,32
Jumlah			32		

Setelah kisi-kisi tersusun, langkah selanjutnya adalah menulis item instrumen sebagaimana yang telah dirancang dalam kisi-kisi resiliensi Nurkencana (1993:219). Item-item instrumen terlampir.

Berdasarkan pendapat di atas dapat di pahami sebelum kita melakukan pengembangan terlebih dahulu dilakukan penyusunan dengan 4 langkah yaitu pertama menetapkan jenis/pola instrumen, kedua menetapkan instrumen, ketiga menyusun kisi-kisi dan keempat menulis item-item. Setelah langkah penyusunan dilakukan barulah dilakukan pengembangan dengan hal sebagai berikut:

1. Validitas Instrumen

Noor (2011:132) mengatakan validitas adalah “Suatu indeks yang menunjukkan alat ukur tersebut benar-benar mengukur apa yang diukur”. Ada dua tipe validitas pengukuran yang harus diketahui yaitu validitas isi dan validitas konstruk lebih lanjut akan diuraikan dibawah ini:

1. Validitas isi

Validitas isi memastikan bahwa skala item-item telah cukup memasukkan sejumlah item yang *representative* dalam mencerminkan dominan konsep, dengan kata lain validitas isi adalah sebuah fungsi yang menunjukkan seberapa baik dimensi dan elemen sebuah konsep digambarkan.

Nurkencana (1993:233) mengatakan cara mengetahui apakah suatu instrumen memiliki validitas isi atau tidak dapat dilakukan dengan membandingkan isi instrumen dengan komponen-komponen yang harus diukur secara *representative*, artinya instrumen telah memiliki validitas isi atau tidak dapat dilakukan dengan menggunakan isi instrumen dengan komponen-komponen yang harus diukur secara *representative*, artinya instrumen telah memiliki validitas isi dan begitu sebaliknya.

2. Validitas konstruk

Widiyoko (2012:145) mengemukakan validitas konstruk adalah “analisis bukti kuesioner untuk membuktikan seberapa bagus hasil yang diperoleh dari penggunaan ukuran sesuai dengan teori yang diakui atau sejauh mana suatu instrumen mengukur konsep dari suatu teori, yaitu yang menjadi dasar penyusunan instrumen”.

Noor (2011:133) mengemukakan validitas konstruk berkaitan dengan tingkatan di mana skala mencerminkan

dan berperan sebagai konsep yang sedang diukur. Dengan kata lain validitas ini merupakan analisis butir kuesioner untuk membuktikan seberapa bagus hasil yang diperoleh dari penggunaan ukuran sesuai dengan teori yang hendak diukur.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat diketahui bahwa validitas konstruk merupakan suatu validitas yang membuktikan seberapa bagus hasil yang diperoleh sesuai dengan teori yang diukur. Jadi instrumen yang peneliti buat untuk mengukur resiliensi siswa berupa skala Likert.

2. Realibilitas instrumen

Setelah dilakukan uji validitas, tahap selanjutnya peneliti melakukan uji reliabilitas untuk melihat apakah skala yang digunakan layak dan dapat percaya untuk mengukur kemampuan resiliensi. Reliabel dapat diartikan bahwa “sesuatu instrumen dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik”.

Menurut Sugiyono (2007:173) reliabilitas adalah instrumen yang baik digunakan beberapa kali mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Hanafi (2011:118) juga mengungkapkan suatu instrument cukup dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument itu sudah Reabilitas menunjukkan pada tingkat dapat dipercaya. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa dalam penelitian sebuah instrument dapat dikatakan reliabel apabila instrumen tersebut konsisten dalam mengumpulkan data.

Dalam Tika (2015:42) Banyak teknik yang dapat digunakan dalam menentukan reabilitas instrument seperti

dengan rumus Sperm-Brown, dengan rumus Flanagan, dengan rumus Rulon, dengan rumus K-R.20. dengan rumus K-R.21. dengan rumus Hoyt dan dengan rumus Alpha. Dalam penelitian ini teknik yang peneliti gunakan untuk menguji reliabilitas skala adalah dengan menggunakan program SPSS 16 dengan teknik *alpha cronbach*.

G. Desain Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Pre-Exsperimental design* dengan tipe *one group pretest-posttest design* (Hanafi, 2011:173) dalam arti hanya kelompok eksperimen saja yang akan diukur berdasarkan dari *treatment* yang diberikan, pelaksanaannya dengan cara memberikan *pretest* terlebih dahulu sebelum diberi tindakan, sehingga dapat melihat pengaruh tindakan (*treatment*) yang diberikan terhadap siswa setelah itu baru diberikan *posttest* untuk mengukur seberapa besar pengaruh yang muncul setelah diberikan *treatment*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 3.3
Model Desain Pre-Eksperimen

Group (Kelompok)	Pretest	Treatment	posttest
Eksperimen	O ₁	X	O ₂

Pada penelitian ini peneliti akan melakukan penelitian kepada sekelompok sampel, di mana sampel tersebut hanya satu kelompok tanpa ada kelompok pembanding (kelompok kontrol). Sebelum kelompok eksperimen diberi *treatment* (X), maka terlebih dahulu diberi tes (O1) untuk melihat kondisi kelompok, setelah itu baru diberikan *treatment* (X) kepada kelompok *eksperimen* dan kemudian diberikan tes kembali (O2) dan hasilnya dibedakan dengan hasil tes pertama Penelitian akan diberikan sebanyak 6 kali *treatment*.

Penelitian eksperimen ini akan dapat dilihat dengan cara seberapa besar variabel bebas memberikan pengaruh terhadap variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* sedangkan variabel terikatnya adalah kemampuan resiliensi siswa setelah diberikan layanan atau *treatment* penelitian yang penulis lakukan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa ada tiga tahap dalam penelitian *eksperimen*, yaitu:

- a. Melakukan *pretest*, yaitu pemberian skala kepada sampel penelitian sebelum melaksanakan *treatment* pada kelompok eksperimen.
- b. Memberikan perlakuan (*treatment*), yaitu mengaplikasikan layanan bimbingan klasikal pada kelompok *eksperimen*. Robert D. Myrick (2003:122-123) mengatakan “untuk penelitian *eksperimen*, seorang peneliti memberikan *treatment* minimal 6 kali pertemuan dengan durasi waktu 45-50 menit”. Berdasarkan kutipan di atas, dilaksanakan sebanyak 6 kali pertemuan. *Treatment* yang peneliti berikan ada 6 kali pertemuan dengan alokasi waktu 1x 40 menit atau satu jam pelajaran.

Tabel. 3.4
Rencana treatment

No	Hari/ tanggal	Topik	Materi	Media	Waktu/ tempat
1.	Senin /19 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Ketangguhan seorang difable dalam menjalani kehidupan	Video	1x 40 menit Ruang kelas
2.	kamis, 22 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Kisah anak- anak yang bekerja sambil sekolah agar dapat mewujudkan cita-citanya	Video	1x 40 menit Ruang kelas
3.	Sabtu, 24 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi	Kisah seorang perempuan yang sukses	Video	1x 40 menit Ruang

		siswa	mengejar mimpinya dengan berbagai tekanan yang di alaminya		kelas
4.	Senin, 26 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Kisah perjalanan hidup orang-orang yang berjuang keras untuk mewujudkan mimpinya	Video	1x 40 menit Ruang kelas
5.	Rabu , 28 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Kisah perjalanan hidup seorang wanita yang tidak mempunyai lengan namun bisa menjadi musisi dan seorang atlet renang	Video	1x 40 Ruang kelas
6.	Senin,03 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Merupakan video yang menceritakan agar tidak pasrah dengan keadaan karena orang yang memiliki segudang permasalahan mampu bangkit dan sukses kenapa kita harus mengeluh dan pasrah dengan sedikit tekanan	Video	1x 40 menit Ruang kelas

Langkah yang dilakukan dalam penerapan *bibliotherapy* adalah:

- a. Awali dengan motivasi. Konselor dapat memberikan kegiatan pendahuluan, memberikan kata-kata motivasi kepada siswa agar suasana menjadi semakin hangat
- b. Berikan waktu yang cukup. Konselor mengajak peserta menonton video-video yang telah disiapkan dengan waktu yang cukup.
- c. Lakukan inkubasi. Konselor memberikan waktu pada peserta menonton dan merenungkan makna yang disampaikan dalam video.
- d. Tindak lanjut. Sebaiknya tindak lanjut dilakukan dengan metode diskusi. Lewat diskusi peserta mendapatkan ruang untuk saling bertukar pandangan sehingga memunculkan gagasan baru. Lalu, terapis membantu peserta untuk merealisasikan pengetahuan itu dalam hidupnya.
- e. Evaluasi. Sebaiknya evaluasi dilakukan secara mandiri oleh peserta. Hal ini memancing peserta untuk memperoleh kesimpulan yang tuntas dan memahami arti pengalaman yang dialami.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa cara menerapkan teknik *bibliotherapy* ini yaitu dimulai dari motivasi, artinya konselor dapat memberikan kegiatan pendahuluan, seperti permainan mempertontonkan video yang telah di siapkan. Selanjutnya melakukan inkubasi, maksudnya konselor memberikan waktu pada peserta untuk merenungkan video yang baru saja mereka lihat. Kemudian tindak lanjut, tindak lanjut sebaiknya dilakukan dengan metode diskusi, lewat diskusi peserta mendapatkan ruang untuk saling bertukar pandangan sehingga memunculkan gagasan baru, lalu terapis membantu peserta untuk merealisasikan pengetahuan itu dalam hidupnya.

Terakhir evaluasi, evaluasi sebaiknya dilakukan secara mandiri oleh peserta, begitu juga konselor atau guru dapat meminta peserta mengemukakan pandangan dan penilaian mereka setelah melihat video yang mereka tonton. Konselor dan guru dapat meminta komitmen peserta, apa yang harus dilakukan atau tindakan yang perlu cepat diwujudkan dan hal apa saja yang harus ditinggalkan,

agar terjadi perubahan kemampuan resiliensi dari rendah ke tinggi serta terentaskannya masalah mereka.

- c. Melakukan *posttest*, yaitu memberikan skala yang sama dengan skala awal kepada kelompok eksperimen. Tujuannya untuk membandingkan skala pertama dengan skala kedua, apakah ada peningkatan skor atau tidak.

H. Analisis Data

Bentuk pengolahan data yang dipakai pada penelitian ini adalah dengan memakai metode pengolahan statistik. Analisis data dalam penelitian eksperimen pada umumnya memakai metode statistik, hanya saja penggunaan statistik tergantung kepada jenis penelitian eksperimen yang dipakai. Pada penelitian ini peneliti memakai model eksperimen *Pre-Exsperimantal*, dimana peneliti melakukan pengukuran sebanyak dua kali yakni sebelum dan sesudah perlakuan.

Data yang terkumpul berupa nilai tes pertama dan nilai tes kedua. Tujuan peneliti adalah membandingkan dua nilai dengan mengajukan pertanyaan apakah ada perbedaan kedua nilai tersebut secara signifikan. Pengujian perbedaan nilai hanya dilakukan terhadap rata-rata kedua nilai saja, dan untuk melakukan ini digunakan teknik yang disebut uji-t (t-tes). Setelah diperoleh persentase jawaban, dilakukan pengklasifikasian jawaban berdasarkan kategori resiliensi peserta didik. Menurut Sudijono (2005:144) mencari rentang interval skor yaitu, “Jarak penyebaran antara skor yang terendah sampai skor nilai tertinggi”.

Adapun teknik analisis data dilakukan dengan cara membandingkan hasil rerata *pretest* dan *posttest* kelompok *eksperimen* dengan memakai metode statistik uji-t, seperti berikut:

- a. Mencari rerata nilai tes awal (01)/ *pretest*
- b. Mencari rerata nilai tes akhir (02)/ *posttest*
- c. Menghitung perbedaan rerata dengan uji-t dengan rumus sebagai berikut:

$$1) t = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

2) Mencari *Mean* dari *Difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

3) Mencari *deviasi standar* dari *Difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

4) Mencari standard Error dari *Mean of Difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

5) $df = N - 1$

Ket:

M_D : *Mean of Difference* nilai rata-rata hitung dari beda/selisih antara skor variabel I dan skor variabel II

$\sum D$: Jumlah beda / selisih antara skor variabel I (variabel X) dan skor Variabel II (Variabel Y)

N : *Number of cases* = jumlah subjek yang di teliti

SE_{MD} : Standar Error (standar kesesatan) dari *Mean of difference*

SD_D : Deviasi standar dari perbedaan antara skor variabel dan skor Variabel II

Selanjutnya, harga t hitung dibandingkan dengan harga kritik t pada tabel taraf signifikansi. Apabila t hitung (t_0) besar nilainya dari t tabel (t_t), maka hipotesis nihil (h_0) ditolak dan hipotesis alternatif (h_a) diterima, artinya bimbingan klasikal dengan teknik *biblioteraphy* diterima tetapi apabila harga t hitung (t_0) kecil dari harga t tabel (t_t), maka hipotesis nihil (h_0) diterima dan hipotesis alternatif (h_a) ditolak.

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

1. Hasil *Pretest* Skala Resiliensi

Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bertujuan untuk melihat pengaruh suatu variabel terhadap variabel yang lain, penelitian yang penulis lakukan adalah untuk melihat efektif atau tidaknya Bimbingan klasikal dengan Teknik *Bibliotherapy* terhadap kemampuan resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar

Bab ini penulis akan mengemukakan hasil penelitian tentang kondisi kemampuan resiliensi dan efektivitas Bimbingan klasikal dengan Teknik *Bibliotherapy* terhadap kemampuan resiliensi Kegiatan diawali dengan memberikan skala tentang kemampuan resiliensi kepada sampel penelitian dengan tujuan untuk mengungkap bagaimana kemampuan resiliensi siswa di sekolah.

Berikut gambaran hasil pengukuran skala kemampuan resiliensi siswa kelas IX secara umum:

Tabel. 4.1
Hasil Pengolahan Data *Pretest* kemampuan Resiliensi siswa di
SMP N 4 Batusangkar
N=29

No	Responden	Total	Kategori
1	01	90	Sedang
2	02	110	Tinggi
3	03	104	Tinggi
4	04	115	Tinggi
5	05	87	Sedang
6	06	88	Sedang
7	07	106	Tinggi
8	08	56	Rendah
9	09	129	Sangat tinggi
10	10	92	Sedang

No	Responden	Total	Kategori
11	11	72	Sedang
12	12	143	Sangat Tinggi
13	13	88	Sedang
14	14	139	Sangat Tinggi
15	15	88	Sedang
16	16	135	Sangat Tinggi
17	17	119	Tinggi
18	18	59	Rendah
19	19	122	Sangat Tinggi
20	20	113	Tinggi
21	21	77	Sedang
22	22	121	Sangat Tinggi
23	23	81	Sedang
24	24	90	Sedang
25	25	102	Tinggi
26	26	108	Tinggi
27	27	90	Sedang
28	28	122	Sangat Tinggi
29	29	106	Tinggi
Jumlah		2952	Sedang
Rata-rata		101.8	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa hasil *pretest* kemampuan resiliensi di SMPN 4 Batusangkar yang menjadi sampel penelitian yaitu, siswa kelas IX Karena di antara 3 kelas, di kelas IX lah yang memiliki kategori rendah sebanyak 2 orang dan yang sedang sebanyak 11 orang. Hal ini dapat dipahami bahwa kemampuan resiliensi siswa sebagian besar berada pada kategori sedang.

Tabel. 4.2
Rentang Skor Resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar
(Hasil Pretest)
N=29

No	Kelas Interval	Kategori	f	%
1.	151-180	Sangat Tinggi	7	24.1%
2.	121-150	Tinggi	9	31.0%
3.	91-120	Sedang	11	37.9%
4.	61-90	Rendah	2	6.9%
5.	30-60	Sangat Rendah	-	0%
Jumlah			29	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa hasil *pretest* kemampuan resiliensi dari 29 orang siswa kelas IX SMP N 4 Batusangkar yaitu, 7 orang siswa (24.1%) berada pada kategori Sangat Tinggi, 9 orang siswa (31.0%) berada pada kategori Tinggi, 11 orang siswa (37.9%) berada pada kategori Sedang, 2 orang siswa (6.9%) berada pada kategori Rendah. Dan tidak ada siswa (0%) pada kategori Sangat Rendah Artinya kemampuan resiliensi siswa kelas IX sebagian besar berada pada kategori sedang.

2. Rencana Pelaksanaan Teknik Layanan Bimbingan Klasikal

Setelah peneliti menetapkan kelompok eksperimen maka langkah selanjutnya adalah merencanakan layanan atau *treatment* yang akan diberikan. Rencana *treatment* atau bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* guna untuk meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar adalah sebanyak 6 kali pertemuan dengan uraian sebagai berikut:

Tabel. 4.3
Rencana treatment

No	Hari/ tanggal	Topik	Materi	Media	Waktu/ tempat
1.	Senin /19 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Ketangguhan seorang difable dalam menjalani kehidupan	Video	1x 40 menit Ruang kelas
2.	kamis, 22 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Kisah anak- anak yang bekerja sambil sekolah agar dapat mewujudkan cita-citanya	Video	1x 40 menit Ruang kelas
3.	Sabtu, 24 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Kisah seorang perempuan yang sukses mengejar mimpinya dengan berbagai	Video	1x 40 menit Ruang kelas

			tekanan yang di alaminya		
4.	Senin, 26 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Kisah perjalanan hidup orang-orang yang berjuang keras untuk mewujudkan mimpinya	Video	1x 40 menit Ruang kelas
5.	Rabu , 28 November 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Kisah perjalanan hidup seorang wanita yang tidak mempunyai lengan namun bisa menjadi musisi dan seorang atlet renang	Video	1x 40 Ruang kelas
6.	Senin,03 Desember 2018	Meningkatkan kemampuan resiliensi siswa	Merupakan video yang menceritakan agar tidak pasrah dengan keadaan karena orang yang memiliki segudang permasalahan mampu bangkit dan sukses kenapa kita harus mengeluh dan pasrah dengan sedikit tekanan	Video	1x 40 menit Ruang kelas

Adapun tujuan pengambilan materi di atas untuk meningkatkan kemampuan resiliensi siswa yaitu sesuai dengan hasil dari *pretest* yang diperoleh, selain itu juga terkait dengan aspek-aspek kemampuan resiliensi pemilihan film dan video ini karena lebih menarik bagi siswa sehingga tidak menimbulkan kebosanan.

1. Setelah semua kegiatan dilaksanakan, siswa diminta kembali untuk mengisi *instrument* skala kemampuan untuk resiliensi melihat tingkat kemampuan resiliensi siswa setelah diberikan *treatment*, data *pretest* dan *posttest* tersebut akan dijadikan pembandingan antara sebelum dan sesudah pemberian (*treatment*) *bibliotherapy*.
2. Membandingkan nilai rata-rata mutu kemampuan resiliensi siswa sebelum dan setelah diberikan *bibliotherapy* dengan analisis statistik uji-t. Uji-t ini dilakukan untuk melihat signifikan peningkatan kemampuan resiliensi siswa.

3. Pelaksanaan *Treatment (Bibliotherapy)*

Adapun temuan penulis berkenaan dengan kemampuan resiliensi siswa dengan menggunakan tahap-tahap *bibliotherapy* sebagai berikut:

a. *Treatment Sesi I* (19 November 2018)

Treatment pertama ini penulis laksanakan pada hari Senin, 19 November 2018 yang bertempat di Lokal IX, pada pukul 09.30-10.50 WIB, dengan jumlah peserta layanan sebanyak 29 orang siswa, 11 orang siswa laki-laki dan 18 orang siswa perempuan. Adapun tujuan utama dari pemberian *treatment* ini adalah kemampuan resiliensi meningkat. Materi pada *treatment* pertama ini adalah “ketangguhan seorang difable dalam menjalani kehidupan”. Aktivitas yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Pendahuluan

Sebelum melakukan kegiatan layanan bimbingan klasikal penulis mengenali suasana kelas terlebih dahulu\ penulis mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa. Setelah itu, penulis mengambil absen siswa agar lebih mengenali mereka. Sebelum memberikan materi layanan, penulis melakukan perkenalan dan keakraban.

2) Inti

Peneliti menyampaikan materi layanan bimbingan klasikal pada pertemuan pertama dengan tahapan *bibliotherapy* yaitu:

pertama **motivasi** Sebagai seorang peneliti, memulai mempertontonkan treatment yang akan peneliti tampilkan terlebih dahulu peneliti memberikan motivasi-motivasi terkait bagaimana seseorang mampu resiliensi dalam menjalani kehidupan .

Tahap kedua **Pemberian Waktu Yang Cukup** Tahap selanjutnya adalah tahap dimana peneliti akan memberikan sebuah tontonan berupa video kepada peserta layanan melalui *infocus*. Pada pertemuan pertama ini peneliti telah menyiapkan tayangan yang akan ditonton yaitu: **“Ketangguhan seorang difable dalam menjalani kehidupan”**. Video ini dipilih karena sangat bermanfaat bagi siswa terutama dalam menumbuhkan sikap resiliensinya dalam menjalani kehidupan, mulai dari bagaimana kuatnya seorang *nick* yang tidak memiliki kaki dan tangan menjalani kehidupan, layaknya orang normal dengan segala keterbatasan yang ia miliki namun ia mampu untuk tetap resilien dan menganggap keterbatasan yang ia miliki tidak menghalanginya menuju kesuksesan.

Tahap ketiga **Lakukan Inkubasi** Pada tahap ini peneliti memberikan waktu kepada seluruh peserta untuk memikirkan dan merenungkan isi dari video yang telah ditampilkan, setelah itu akan disampaikan kepada seluruh anggota kelompok, kemudian akan ditanggapi bersama untuk meningkatkan kemampuan resiliensi mereka. Video yang ditayangkan tersebut berisikan tentang bentuk perwujudan dari sikap resiliensi, diantaranya: Mampu menerima kondisi diri, Tidak menyerah dengan segala keterbatasan yang dimiliki, Keterbatasan tidak menghalangi menuju kesuksesan, Optimis dalam menghadapi hidup. \

Selanjutnya penulis melakukan **tindak lanjut** dengan mengadakan tanya jawab dengan siswa untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah diberikan melalui video adapun Pemahaman peserta ialah bahwasanya di

dalam menghadapi masalah harus lebih kuat (resilien) karena seseorang yang tidak memiliki tangan dan kaki saja mampu kuat dan bangkit dari keterpurukan dengan kekurangan yang dimiliki. Menanyakan bagaimana perasaan mereka setelah melihat video yang telah ditampilkan. Perasaan peserta ialah terharu dan sedih serta merasa kalah kuat dari orang yang memiliki kaki dan tangan seperti di video. Menanyakan bagaimana komitmen mereka selanjutnya terkait dengan video yang telah ditampilkan untuk meningkatkan kemampuan resiliensi mereka. Komitmen peserta akan belajar untuk kuat dan akan tetap resilien ketika ada masalah.

Setelah dilakukan tindak lanjut maka peneliti melakukan evaluasi sesuai dengan tahapan terakhir *bibliotherapy* yaitu **Evaluasi** Pada tahap ini peneliti mengamati langsung reaksi yang ditampilkan peserta layanan pada saat menonton video, kemudian peneliti meminta setiap peserta untuk memberikan pendapat terkait dengan video yang telah ditonton, dan satu persatu para peserta telah mengungkapkan kesimpulannya.

Hasil *treatment* menunjukkan bahwa: Peserta layanan memahami terkait dengan video yang ditampilkan. Peserta memahami betapa harus kuatnya seseorang dalam menghadapi masalah. Setelah melihat video yang ditampilkan peserta layanan merasa terharu, termotivasi dan senang karena mendapat pengalaman baru. Mereka berkeinginan untuk mencontoh dan mengaplikasikan seperti yang telah ditayangkan dalam video.

Berdasarkan video yang mereka saksikan, peserta layanan bisa mengambil hikmah dan pelajaran dari tampilan video tersebut. Pelajaran yang banyak mereka ambil yaitu betapa pentingnya resiliensi dan kepedulian dalam kehidupan sehari-hari. Peserta layanan merasa terkesan dengan video yang telah ditampilkan, karena selama belajar pelajaran BK di sekolah mereka belum

pernah belajar dan memahami pelajaran dengan menggunakan video.

3) Penutup

Sebelum kegiatan layanan bimbingan klasikal diakhiri, penulis mengadakan tanya jawab dengan siswa untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah diberikan. Lalu meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan. Setelah itu penulis membahas kegiatan lanjutan dengan siswa, dan terakhir menutup layanan bimbingan klasikal dengan salam.

b. *Treatment Sesi II* (22November 2018)

Treatment kedua ini peneliti laksanakan pada tanggal di Labor, pada pukul 13.15- 14.30 WIB. Teknis pelaksanaan kegiatan pada tahap kedua ini tidak jauh berbeda dengan yang sebelumnya. adapun tujuan utama dari pemberian *treatment* ini adalah kemampuan resiliensi meningkat. Materi pada *treatment* kedua ini adalah “kisah anak-anak yang bekerja sambil sekolah agar dapat mewujudkan cita-citanya”. Aktivitas yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Pendahuluan

Sebelum melakukan kegiatan layanan bimbingan klasikal penulis mengenali suasana kelas terlebih dahulu. penulis mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa. Setelah itu, penulis mengambil absen siswa melakukan game kepada peserta bimbingan yaitu game menebak kata agar peserta hal ini berguna agar siswa tidak bosan mengikuti *treatment*.

2) Inti

Peneliti menyampaikan materi layanan bimbingan klasikal pada pertemuan kedua dengan tahapan *bibliotherapy* yaitu: dengan memakai teknik *bibliotherapy* pertama **motivasi** Sebagai seorang peneliti, memulai mempertontonkan *treatment* yang akan

peneliti tampilkan terlebih dahulu peneliti memberikan motivasi-motivasi terkait bagaimana seseorang mampu resiliensi dalam menjalani kehidupan.

Tahap kedua **Pemberian Waktu Yang Cukup** Tahap selanjutnya adalah tahap dimana peneliti akan memberikan sebuah tontonan berupa video kepada peserta layanan melalui *infocus*. Pada pertemuan kedua ini peneliti telah menyiapkan tayangan yang akan ditonton yaitu: **“kisah anak-anak yang bekerja sambil sekolah agar dapat mewujudkan cita-citanya”**. Video ini dipilih karena sangat bermanfaat bagi siswa terutama dalam menumbuhkan sikap resiliensinya dalam menjalani kehidupan.

Tahap ketiga **Lakukan Inkubasi** Pada tahap ini peneliti memberikan waktu kepada seluruh peserta untuk merenungkan dan mengambil hikmah dari video tersebut, dan nantinya akan di diskusikan bersama seluruh peserta layanan, kemudian akan ditanggapi bersama untuk menumbuhkan rasa resiliensi siswa.

Selanjutnya penulis lakukan **tindak lanjut** Setelah *treatment* kedua diberikan dan dilaksanakan, tahap selanjutnya peneliti melakukan tindak lanjut terhadap peserta layanan. Pada tahap ini peneliti melakukan diskusi langsung dengan peserta layanan, diantara gambaran yang dilakukan yaitu: Menanyakan langsung pemahaman baru yang didapat siswa atau peserta layanan setelah menonton video. Pemahaman peserta yaitu dalam mencapai mimpi yang kita inginkan haruslah dengan tekad yang kuat dan harus mampu bertahan dengan segala cobaan yang datang. Menanyakan bagaimana perasaan mereka setelah menonton video yang diberikan. Perasaan peserta ialah termotivasi lebih semangat lagi mewujudkan mimpi. Menanyakan bagaimana komitmen mereka selanjutnya terkait dengan video yang telah mereka tonton. Komitmen peserta yaitu akan semangat lagi mewujudkan

mimpinya. Diskusi tentang hikmah atau pelajaran yang dapat diambil dari video.

Setelah tindak lanjut peneliti melakukan evaluasi sesuai dengan tahapan terakhir *bibliotherapy* yaitu **Evaluasi** Pada tahap ini peneliti mengamati secara langsung tentang reaksi peserta saat menonton video, kemudian meminta setiap peserta layanan untuk mengemukakan pendapat atau pandangan mereka terkait dengan video yang telah ditayangkan.

Hasil *treatment* menunjukkan bahwa: Pada *treatment* kedua ini peserta layanan memahami terkait dengan video yang ditampilkan, mereka juga sangat antusias mengikutinya sampai video berakhir. Peserta memahami untuk mewujudkan cita-cita haruslah dengan usaha yang maksimal dan bersungguh-sungguh walau banyak cobaan. Setelah melihat video yang ditampilkan, peserta layanan merasa sedih bercampur haru. Peserta layanan berkeinginan untuk berubah dan tidak putus asa dengan keadaan.

Berdasarkan video yang mereka tonton, peserta layanan bisa mengambil hikmah dan pelajaran dari video tersebut. Pelajaran yang dapat mereka ambil yaitu tidak putus asa dengan keadaan yang dialami dan memiliki tekad yang kuat untuk mengatasi kesengsaraan dalam kehidupannya. Peserta layanan merasa terkesan dengan video yang telah ditampilkan, karena selama belajar pelajaran BK di sekolah mereka belum pernah belajar menggunakan. Mereka berharap pada pelajaran lain juga menggunakan film atau video, karena menurut mereka cara belajar seperti ini lebih menarik dan menyenangkan serta mudah dipahami

3) Penutup

Sebelum kegiatan layanan bimbingan klasikal diakhiri, penulis mengadakan tanya jawab dengan siswa untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah diberikan. Lalu meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari

materi yang diberikan. Setelah itu penulis membahas kegiatan lanjutan dengan siswa, dan terakhir menutup layanan bimbingan klasikal dengan salam.

c. **Treatment Sesi III** (24 November 2018)

Treatment ketiga ini peneliti laksanakan pada tanggal di Labor, pada pukul 13.15- 14.30 WIB. Teknis pelaksanaan kegiatan pada tahap ketiga ini tidak jauh berbeda dengan yang sebelumnya. adapun tujuan utama dari pemberian treatment ini adalah kemampuan resiliensi meningkat. Materi pada treatment ketiga yaitu **“kisah seorang perempuan yang sukses mengejar mimpinya dengan berbagai tekanan yang dialaminya”**. Aktivitas yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Pendahuluan

Sebelum melakukan kegiatan layanan bimbingan klasikal penulis mengenali suasana kelas terlebih dahulu penulis mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa. Setelah itu, penulis mengambil absen siswa agar lebih mengenali mereka. Sebelum memberikan materi layanan penulis melakukan perkenalan dan keakraban.

2) Inti

Peneliti menyampaikan materi layanan bimbingan klasikal pada pertemuan ketiga dengan tahapan *bibliotherapy* yaitu: . Dengan memakai teknik *bibliotherapy* pertama yaitu **motivasi** Sebagai seorang peneliti, memulai mempertontonkan treatment yang akan peneliti tampilkan terlebih dahulu peneliti memberikan motivasi-motivasi terkait bagaimana seseorang mampu resiliensi dalam menjalani kehidupan. Tahap kedua **Pemberian Waktu Yang Cukup** Tahap selanjutnya adalah tahap dimana peneliti akan memberikan sebuah tontonan berupa video kepada peserta layanan melalui *infocus*. Pada pertemuan kedua ini peneliti telah menyiapkan tayangan yang akan ditonton yaitu: **“kisah seorang**

perempuan yang sukses mengejar mimpinya dengan berbagai tekanan yang dialaminya” Video ini dipilih karena sangat bermanfaat bagi siswa terutama dalam menumbuhkan sikap resiliensinya dalam menjalani kehidupan.

Tahap ketiga **Lakukan Inkubasi** Pada tahap ini peneliti memberikan waktu kepada seluruh peserta untuk merenungkan dan mengambil hikmah dari video tersebut, dan nantinya akan didiskusikan bersama seluruh peserta layanan, kemudian akan ditanggapi bersama untuk menumbuhkan rasa resiliensi siswa.

Selanjutnya penulis lakukan **tindak lanjut** Setelah *treatment* ketiga diberikan dan dilaksanakan, tahap selanjutnya peneliti melakukan tindak lanjut terhadap peserta layanan. Pada tahap ini peneliti melakukan diskusi langsung dengan peserta layanan, diantara gambaran yang dilakukan yaitu: Menanyakan langsung pemahaman baru yang didapat siswa atau peserta layanan setelah menonton video. Pemahaman peserta yaitu dalam mencapai mimpi yang kita inginkan haruslah dengan tekad yang kuat dan harus mampu bertahan dengan segala cobaan yang datang. Menanyakan bagaimana perasaan mereka setelah menonton video yang diberikan. Perasaan peserta ialah termotivasi lebih semangat lagi mewujudkan mimpi. Menanyakan bagaimana komitmen mereka selanjutnya terkait dengan video yang telah mereka tonton. Komitmen peserta yaitu akan semangat lagi mewujudkan mimpinya. Diskusi tentang hikmah atau pelajaran yang dapat diambil dari video.

Setelah tindak lanjut peneliti melakukan evaluasi sesuai dengan tahapan terakhir *bibliotherapy* yaitu **Evaluasi** Pada tahap ini peneliti mengamati secara langsung tentang reaksi peserta saat menonton video, kemudian meminta setiap peserta layanan untuk mengemukakan pendapat atau pandangan mereka terkait dengan video yang telah ditayangkan.

Hasil *treatment* menunjukkan bahwa: Pada *treatment* ketiga ini peserta layanan memahami terkait dengan video yang ditampilkan, mereka juga sangat antusias mengikutinya sampai video berakhir. Peserta memahami untuk mewujudkan cita-cita haruslah dengan usaha yang maksimal dan bersungguh-sungguh walau banyak cobaan. Setelah melihat video yang ditampilkan, peserta layanan merasa sedih bercampur haru. Peserta layanan berkeinginan untuk berubah dan tidak putus asa dengan keadaan.

Berdasarkan video yang mereka tonton, peserta layanan bisa mengambil hikmah dan pelajaran dari video tersebut. Pelajaran yang dapat mereka ambil yaitu tidak putus asa dengan keadaan yang dialami dan memiliki tekad yang kuat untuk mengatasi kesengsaraan dalam kehidupannya. Peserta layanan merasa terkesan dengan video yang telah ditampilkan, karena selama belajar pelajaran BK di sekolah mereka belum pernah belajar menggunakan. Mereka berharap pada pelajaran lain juga menggunakan film atau video, karena menurut mereka cara belajar seperti ini lebih menarik dan menyenangkan serta mudah dipahami

3) Penutup

Sebelum kegiatan layanan bimbingan klasikal diakhiri, penulis mengadakan tanya jawab dengan siswa untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah diberikan. Lalu meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan. Setelah itu penulis membahas kegiatan lanjutan dengan siswa, dan terakhir menutup layanan bimbingan klasikal dengan salam

d. *Treatment* Sesi IV (26 November 2018)

Treatment keempat ini peneliti laksanakan pada tanggal 2018 di ruang kelas IX, pada pukul 10.30 -11.10 WIB. Teknis pelaksanaan kegiatan pada tahap keempat ini tidak jauh berbeda dengan yang sebelumnya. adapun tujuan utama dari pemberian

treatment ini adalah kemampuan resiliensi meningkat. Materi pada treatment ketiga yaitu “kisah perjalanan hidup orang-orang yang berjuang keras untuk mewujudkan mimpinya”. Aktivitas yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Pendahuluan

Sebelum melakukan kegiatan layanan bimbingan klasikal penulis mengenali suasana kelas terlebih dahulu. penulis mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa. Setelah itu, penulis mengambil absen siswa melakukan game kepada peserta bimbingan yaitu game jika-maka agar peserta bersemangat mengikuti *treatment*.

2) Inti

Peneliti menyampaikan materi layanan bimbingan klasikal pada pertemuan keempat dengan tahapan *bibliotherapy* yaitu: . Dengan memakai teknik *bibliotherapy* pertama **motivasi** pertama **motivasi** Sebagai seorang peneliti, memulai mempertontonkan treatment yang akan peneliti tampilkan terlebih dahulu peneliti memberikan motivasi-motivasi terkait bagaimana seseorang mampu resiliensi dalam menjalani kehidupan.

Tahap kedua **Pemberian Waktu Yang Cukup** Tahap selanjutnya adalah tahap dimana peneliti akan memberikan sebuah tontonan berupa video kepada peserta layanan melalui *infocus*. Pada pertemuan keempat ini peneliti telah menyiapkan tayangan yang akan ditonton yaitu: “**kisah perjalanan hidup orang-orang yang berjuang keras untuk mewujudkan mimpinya**” Video ini dipilih karena sangat bermanfaat bagi siswa terutama dalam menumbuhkan sikap resiliensinya dalam menjalani kehidupan.

Tahap ketiga **Lakukan Inkubasi** Pada tahap ini peneliti memberikan waktu kepada seluruh peserta untuk merenungkan dan mengambil hikmah dari video tersebut, dan nantinya akan di

diskusikan bersama seluruh peserta layanan, kemudian akan ditanggapi bersama untuk menumbuhkan rasa resiliensi siswa.

Selanjutnya penulis lakukan **tindak lanjut** Setelah *treatment* keempat diberikan dan dilaksanakan, tahap selanjutnya peneliti melakukan tindak lanjut terhadap peserta layanan. Pada tahap ini peneliti melakukan diskusi langsung dengan peserta layanan, diantara gambaran yang dilakukan yaitu: Menanyakan langsung pemahaman baru yang didapat siswa atau peserta layanan setelah menonton video. Pemahaman peserta yaitu dalam mencapai mimpi yang kita inginkan haruslah dengan tekad yang kuat dan harus mampu bertahan dengan segala cobaan yang datang. Menanyakan bagaimana perasaan mereka setelah menonton video yang diberikan. Perasaan peserta ialah termotivasi lebih semangat lagi mewujudkan mimpi. Menanyakan bagaimana komitmen mereka selanjutnya terkait dengan video yang telah mereka tonton. Komitmen peserta yaitu akan semangat lagi mewujudkan mimpinya. Diskusi tentang hikmah atau pelajaran yang dapat diambil dari video.

Setelah tindak lanjut peneliti melakukan evaluasi sesuai dengan tahapan terakhir *bibliotherapy* yaitu **Evaluasi** Pada tahap ini peneliti mengamati secara langsung tentang reaksi peserta saat menonton video, kemudian meminta setiap peserta layanan untuk mengemukakan pendapat atau pandangan mereka terkait dengan video yang telah ditayangkan.

Hasil *treatment* menunjukkan bahwa: Pada *treatment* keempat ini peserta layanan memahami terkait dengan video yang ditampilkan, mereka juga sangat antusias mengikutinya sampai video berakhir. Peserta memahami untuk mewujudkan cita-cita haruslah dengan usaha yang maksimal dan bersungguh-sungguh walau banyak cobaan. Setelah melihat video yang ditampilkan,

peserta layanan merasa sedih bercampur haru. Peserta layanan berkeinginan untuk berubah dan tidak putus asa dengan keadaan.

Berdasarkan video yang mereka tonton, peserta layanan bisa mengambil hikmah dan pelajaran dari video tersebut. Pelajaran yang dapat mereka ambil yaitu tidak putus asa dengan keadaan yang dialami dan memiliki tekad yang kuat untuk mengatasi kesengsaraan dalam kehidupannya. Peserta layanan merasa terkesan dengan video yang telah ditampilkan, karena selama belajar pelajaran BK di sekolah mereka belum pernah belajar menggunakan. Mereka berharap pada pelajaran lain juga menggunakan film atau video, karena menurut mereka cara belajar seperti ini lebih menarik dan menyenangkan serta mudah dipahami

3) Penutup

Sebelum kegiatan layanan bimbingan klasikal diakhiri, penulis mengadakan tanya jawab dengan siswa untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah diberikan. Lalu meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan. Setelah itu penulis membahas kegiatan lanjutan dengan siswa, dan terakhir menutup layanan bimbingan klasikal dengan salam

e. *Treatment Sesi V* (28 November 2018)

Treatment kelima ini peneliti laksanakan pada Tanggal di lokal IX, pada pukul 08.50-09.30 WIB. Teknis pelaksanaan kegiatan pada tahap kelima ini tidak jauh berbeda dengan yang sebelumnya. adapun tujuan utama dari pemberian *treatment* ini adalah kemampuan resiliensi meningkat. Materi pada *treatment* kelima yaitu **“Kisah perjalanan hidup seorang wanita yang tidak mempunyai lengan namun bisa menjadi musisi dan seorang atlet renang”**. Aktivitas yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Pendahuluan

Sebelum melakukan kegiatan layanan bimbingan klasikal penulis mengenali suasana kelas terlebih dahulu. penulis mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa. Setelah itu, penulis mengambil absen siswa.

2) Inti

Peneliti menyampaikan materi layanan bimbingan klasikal pada pertemuan kelima dengan tahapan *bibliotherapy* yaitu: . Dengan memakai teknik *bibliotherapy* pertama **motivasi** pertama **motivasi** Sebagai seorang peneliti, memulai mempertontonkan treatment yang akan peneliti tampilkan terlebih dahulu peneliti memberikan motivasi-motivasi terkait bagaimana seseorang mampu resiliensi dalam menjalani kehidupan.

Tahap kedua **Pemberian Waktu Yang Cukup** Tahap selanjutnya adalah tahap dimana peneliti akan memberikan sebuah tontonan berupa video kepada peserta layanan melalui *infocus*. Pada pertemuan kelima ini peneliti telah menyiapkan tayangan yang akan ditonton yaitu: **“Kisah perjalanan hidup seorang wanita yang tidak mempunyai lengan namun bisa menjadi musisi dan seorang atlet renang”**. Video ini dipilih karena sangat bermanfaat bagi siswa terutama dalam menumbuhkan sikap resiliensinya dalam menjalani kehidupan.

Tahap ketiga **Lakukan Inkubasi** Pada tahap ini peneliti memberikan waktu kepada seluruh peserta untuk merenungkan dan mengambil hikmah dari video tersebut, dan nantinya akan di diskusikan bersama seluruh peserta layanan, kemudian akan ditanggapi bersama untuk menumbuhkan rasa resiliensi siswa.

Selanjutnya penulis lakukan **tindak lanjut** Setelah *treatment* kelima diberikan dan dilaksanakan, tahap selanjutnya peneliti melakukan tindak lanjut terhadap peserta layanan. Pada tahap ini peneliti melakukan diskusi langsung dengan peserta

layanan, diantara gambaran yang dilakukan yaitu: Menanyakan langsung pemahaman baru yang didapat siswa atau peserta layanan setelah menonton video. Pemahaman peserta yaitu dalam mencapai mimpi yang kita inginkan haruslah dengan tekad yang kuat dan harus mampu bertahan dengan segala cobaan yang datang. Menanyakan bagaimana perasaan mereka setelah menonton video yang diberikan. Perasaan peserta ialah termotivasi lebih semangat lagi mewujudkan mimpi. Menanyakan bagaimana komitmen mereka selanjutnya terkait dengan video yang telah mereka tonton. Komitmen peserta yaitu akan semangat lagi mewujudkan mimpinya. Diskusi tentang hikmah atau pelajaran yang dapat diambil dari video.

Setelah tindak lanjut peneliti melakukan evaluasi sesuai dengan tahapan terakhir *bibliotherapy* yaitu **Evaluasi** Pada tahap ini peneliti mengamati secara langsung tentang reaksi peserta saat menonton video, kemudian meminta setiap peserta layanan untuk mengemukakan pendapat atau pandangan mereka terkait dengan video yang telah ditayangkan.

Hasil *treatment* menunjukkan bahwa: Pada *treatment* kelima ini peserta layanan memahami terkait dengan video yang ditampilkan, mereka juga sangat antusias mengikutinya sampai video berakhir. Peserta memahami untuk mewujudkan cita-cita haruslah dengan usaha yang maksimal dan bersungguh-sungguh walau banyak cobaan. Setelah melihat video yang ditampilkan, peserta layanan merasa sedih bercampur haru. Peserta layanan berkeinginan untuk berubah dan tidak putus asa dengan keadaan.

Berdasarkan video yang mereka tonton, peserta layanan bisa mengambil hikmah dan pelajaran dari video tersebut. Pelajaran yang dapat mereka ambil yaitu tidak putus asa dengan keadaan yang dialami dan memiliki tekad yang kuat untuk mengatasi kesengsaraan dalam kehidupannya. Peserta layanan

merasa terkesan dengan video yang telah ditampilkan, karena selama belajar pelajaran BK di sekolah mereka belum pernah belajar menggunakan. Mereka berharap pada pelajaran lain juga menggunakan film atau video, karena menurut mereka cara belajar seperti ini lebih menarik dan menyenangkan serta mudah dipahami.

3) Penutup

Sebelum kegiatan layanan bimbingan klasikal diakhiri, penulis mengadakan tanya jawab dengan siswa untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah diberikan. Lalu meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan. Setelah itu penulis membahas kegiatan lanjutan dengan siswa, dan terakhir menutup layanan bimbingan klasikal dengan salam

f. *Treatment Sesi VI* (3 Desember 2018)

Treatment keenam ini peneliti laksanakan pada Tanggal di lokal IX, pada pukul 08.50-09.30 WIB. Teknis pelaksanaan kegiatan pada tahap keenam ini tidak jauh berbeda dengan yang sebelumnya. adapun tujuan utama dari pemberian *treatment* ini adalah kemampuan resiliensi meningkat. Materi pada *treatment* ketiga yaitu **“Merupakan video yang menceritakan agar tidak pasrah dengan keadaan karena orang yang memiliki segudang permasalahan mampu bangkit dan sukses kenapa kita harus mengeluh dan pasrah dengan sedikit tekanan”**. Aktivitas yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Pendahuluan

Sebelum melakukan kegiatan layanan bimbingan klasikal seperti biasa penulis mengenali suasana kelas terlebih dahulu. penulis mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa dan melakukan game kepada peserta bimbingan yaitu game kelipatan tiga agar peserta bersemangat mengikuti *treatment* terakhir ini.

2) Inti

Peneliti menyampaikan materi layanan bimbingan klasikal pada pertemuan keenam dengan tahapan *bibliotherapy* yaitu: . Dengan memakai teknik *bibliotherapy* yang pertama **motivasi** Sebagai seorang peneliti, sebelum melakukan penelitian di lapangan tentu perlu untuk merencanakan terlebih dahulu apa yang akan dilaksanakan di lapangan sehingga pelaksanaan *treatment* berjalan lancar dan mencapai hasil sesuai dengan apa yang diharapkan.

Tahap kedua **Pemberian Waktu Yang Cukup** Tahap selanjutnya adalah tahap dimana peneliti akan memberikan sebuah tontonan berupa video kepada peserta layanan melalui *infocus*. Pada pertemuan keenam ini peneliti telah menyiapkan tayangan yang akan ditonton yaitu: **“Merupakan video yang menceritakan agar tidak pasrah dengan keadaan karena orang yang memiliki segudang permasalahan mampu bangkit dan sukses kenapa kita harus mengeluh dan pasrah dengan sedikit tekanan”** Video ini dipilih karena sangat bermanfaat bagi siswa terutama dalam menumbuhkan sikap resiliensinya dalam menjalani kehidupan.

Tahap ketiga **Lakukan Inkubasi** Pada tahap ini peneliti memberikan waktu kepada seluruh peserta untuk merenungkan dan mengambil hikmah dari video tersebut, dan nantinya akan di diskusikan bersama seluruh peserta layanan, kemudian akan ditanggapi bersama untuk menumbuhkan rasa resiliensi siswa.

Selanjutnya penulis lakukan **tindak lanjut** Setelah *treatment* keenam diberikan dan dilaksanakan, tahap selanjutnya peneliti melakukan tindak lanjut terhadap peserta layanan. Pada tahap ini peneliti melakukan diskusi langsung dengan peserta layanan, diantara gambaran yang dilakukan yaitu: Menanyakan langsung pemahaman baru yang didapat siswa atau peserta layanan setelah menonton video. Pemahaman peserta yaitu dalam mencapai

mimpi yang kita inginkan haruslah dengan tekad yang kuat dan harus mampu bertahan dengan segala cobaan yang datang. Menanyakan bagaimana perasaan mereka setelah menonton video yang diberikan. Perasaan peserta ialah termotivasi lebih semangat lagi mewujudkan mimpi. Menanyakan bagaimana komitmen mereka selanjutnya terkait dengan video yang telah mereka tonton. Komitmen peserta yaitu akan semangat lagi mewujudkan mimpinya. Diskusi tentang hikmah atau pelajaran yang dapat diambil dari video.

Setelah tindak lanjut peneliti melakukan evaluasi sesuai dengan tahapan terakhir *bibliotherapy* yaitu **Evaluasi** Pada tahap ini peneliti mengamati secara langsung tentang reaksi peserta saat menonton video, kemudian meminta setiap peserta layanan untuk mengemukakan pendapat atau pandangan mereka terkait dengan video yang telah ditayangkan.

Hasil *treatment* menunjukkan bahwa: Pada *treatment* keenam ini peserta layanan memahami terkait dengan video yang ditampilkan, mereka juga sangat antusias mengikutinya sampai video berakhir. Peserta memahami untuk mewujudkan cita-cita haruslah dengan usaha yang maksimal dan bersungguh-sungguh walau banyak cobaan. Setelah melihat video yang ditampilkan, peserta layanan merasa sedih bercampur haru. Peserta layanan berkeinginan untuk berubah dan tidak putus asa dengan keadaan.

Berdasarkan video yang mereka tonton, peserta layanan bisa mengambil hikmah dan pelajaran dari video tersebut. Pelajaran yang dapat mereka ambil yaitu tidak putus asa dengan keadaan yang dialami dan memiliki tekad yang kuat untuk mengatasi kesengsaraan dalam kehidupannya. Peserta layanan merasa terkesan dengan video yang telah ditampilkan, karena selama belajar pelajaran BK di sekolah mereka belum pernah belajar menggunakan. Mereka berharap pada pelajaran lain juga

menggunakan film atau video, karena menurut mereka cara belajar seperti ini lebih menarik dan menyenangkan serta mudah dipahami.

3) Penutup

. Sebelum kegiatan layanan bimbingan klasikal diakhiri, penulis mengadakan tanya jawab dengan siswa untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah diberikan. Lalu meminta siswa untuk menyimpulkan tujuan dari materi yang diberikan. Setelah itu penulis membahas kegiatan lanjutan dengan siswa, dan terakhir menutup layanan bimbingan klasikal dengan salam.

Setelah memberikan treatment sebanyak 6 kali kepada peserta layanan langkah selanjutnya yang peneliti lakukan adalah memberikan skala kembali.

Skala yang digunakan peneliti untuk *posttest* adalah skala yang sama dengan skala yang diberikan pada saat *pretest*. Hasil *posttest* dari 29 orang siswa kelas IX SMP N 4 Batusangkar adalah sebagai berikut:

Tabel. 4.4
Gambaran Kemampuan resiliensi Siswa
Setelah diberikan *Bibliotherapy* (*Posttest*)

No	Responden	Skor	Kategori
1	01	110	Tinggi
2	02	116	Tinggi
3	03	109	Tinggi
4	04	120	Tinggi
5	05	103	Tinggi
6	06	97	Sedang
7	07	123	Sangat Tinggi
8	08	75	Sedang
9	09	132	Sangat Tinggi
10	10	104	Tinggi
11	11	87	Sedang
12	12	146	Sangat Tinggi
13	13	100	Tinggi
14	14	141	Sangat Tinggi
15	15	105	Tinggi
16	16	139	Sangat Tinggi
17	17	130	Sangat Tinggi
18	18	73	Sedang
19	19	130	Sangat Tinggi
20	20	123	Sangat Tinggi
21	21	93	Tinggi
22	22	137	Sangat Tinggi
23	23	101	Tinggi
24	24	102	Tinggi
25	25	108	Tinggi
26	26	114	Tinggi
27	27	98	Tinggi
28	28	130	Sangat Tinggi
29	29	109	Tinggi
Jumlah		3255	Tinggi
Rata-rata		101.8	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa yang memperoleh kategori kemampuan resiliensi sangat tinggi 10 orang dari yang sebelumnya 7 orang, kategori kemampuan resiliensi tinggi 15 orang dari yang sebelumnya 9 orang dan kategori kemampuan resiliensi sedang sebanyak 4 orang dari yang sedang 11 orang sebelumnya. Dan tidak ada lagi kategori rendah dan sangat

rendah. Tabel di atas juga menggambarkan bahwa tidak ada lagi yang memiliki kategori kemampuan resiliensi yang rendah.

Tabel. 4.5
Interval Kemampuan Resiliensi Siswa kelas IX SMP N 4
Batusangkar

No	Interval	Kategori	f	%
1.	151-180	Sangat Tinggi	10	34.5%
2.	121-150	Tinggi	15	51.7%
3.	91-120	Sedang	4	13.8%
4.	61-90	Rendah	-	0%
5.	30-60	Sangat Rendah	-	0%
Jumlah			29	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa hasil *posttest* kemampuan resiliensi siswa kelas IX SMP N 4 Batusangkar setelah diberikan *bibliotherapy* yaitu, terdapat 10 orang (34.5%) berada pada kategori sangat tinggi, 15 orang (51.7%) berada pada kategori tinggi, 4 orang (13.8%) berada pada kategori sedang dan tidak ada siswa (0%) yang berada pada kategori sangat tinggi, rendah dan sangat rendah. Dapat dipahami bahwa setelah diberikan *bibliotherapy* perolehan skor kemampuan resiliensi siswa meningkat dari sebelumnya.

Setelah hasil *posttest* didapatkan maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data hasil *treatment* tersebut, dengan cara melakukan uji statistik (uji-t) untuk melihat signifikan atau tidaknya peningkatan kemampuan resiliensi siswa melalui *bibliotherapy*. Perlu diketahui dahulu perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* secara keseluruhan, disajikan sebagai berikut:

Tabel. 4.6
Perbandingan Kemampuan Resiliensi Siswa
Antara *Pretest* dan *Posttest*

NO	Kode Siswa	<i>Posttest</i>		<i>Pretest</i>		Peningkatan Skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	01	90	Sedang	110	Tinggi	Naik 20
2	02	110	Tinggi	116	Tinggi	Naik 6
3	03	104	Tinggi	109	Tinggi	Naik 5
4	04	115	Tinggi	120	Tinggi	Naik 5
5	05	87	Sedang	103	Tinggi	Naik 16
6	06	88	Sedang	97	Sedang	Naik 9
7	07	106	Tinggi	123	Sangat Tinggi	Naik 17
8	08	56	Rendah	75	Sedang	Naik 19
9	09	129	Sangat tinggi	132	Sangat Tinggi	Naik 3
10	10	92	Sedang	104	Tinggi	Naik 12
11	11	72	Sedang	87	Sedang	Naik 15
12	12	143	Sangat Tinggi	146	Sangat Tinggi	Naik 3
13	13	88	Sedang	100	Tinggi	Naik 12
14	14	139	Sangat Tinggi	141	Sangat Tinggi	Naik 2
15	15	88	Sedang	105	Tinggi	Naik 17
16	16	135	Sangat Tinggi	139	Sangat Tinggi	Naik 4
17	17	119	Tinggi	130	Sangat Tinggi	Naik 11
18	18	59	Rendah	73	Sedang	Naik 14
19	19	122	Sangat Tinggi	130	Sangat Tinggi	Naik 8
20	20	113	Tinggi	123	Sangat Tinggi	Naik 10
21	21	77	Sedang	93	Tinggi	Naik 16
22	22	121	Sangat Tinggi	137	Sangat Tinggi	Naik 16
23	23	81	Sedang	101	Tinggi	Naik 20
24	24	90	Sedang	102	Tinggi	Naik 12
25	25	102	Tinggi	108	Tinggi	Naik 6
26	26	108	Tinggi	114	Tinggi	Naik 6
27	27	90		98	Tinggi	Naik 8
28	28	122	Sangat	130	Sangat	Naik 8

			Tinggi		Tinggi	
29	29	106	Tinggi	109	Tinggi	Naik 3
Jumlah		3255		2952	Tinggi	
Rata-rata		112.24		101.8		

Berdasarkan data tabel di atas dapat diketahui bahwa pada kelompok eksperimen dari hasil *pretest* dan *posttest* terjadinya peningkatan jumlah skor yang diperoleh peserta layanan dan yang menjadi fokus penelitian peneliti, yang mana dari skor *posttest* dapat terlihat kenaikan yang cukup signifikan.

2. Analisis Uji t

Setelah diketahui hasil *posttest* secara keseluruhan dari kelompok sampel, maka untuk melihat signifikan atau tidaknya peningkatan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar melalui *bibliotherapy* dilakukan dengan analisis statistik uji beda (uji-t) dengan model sampel “dua sampel kecil satu sama lain mempunyai hubungan” menggunakan rumus dan langkah-langkah dalam menganalisis data sebagai berikut:

1. Menyiapkan tabel perhitungannya

Berdasarkan pada rumusan masalah maka uji hipotesis yang dilakukan menggunakan uji “t”. Sebelum dilaksanakan uji “t” maka terlebih dahulu dibuat tabel perhitungan untuk memperoleh nilai “t” sebagai berikut:

Tabel. 4.7
Tabel kerja Uji-t
Kemampuan Resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar
(keseluruhan)

No	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	D	D ²
	<i>Posttest (Y₂)</i>	<i>Pretest (Y₁)</i>		
1	110	90	20	400
2	116	110	6	36
3	109	104	5	25
4	120	115	5	25
5	103	87	16	256
6	97	88	9	81
7	123	106	17	289
8	75	56	19	361
9	132	129	3	9
10	104	92	12	144
11	87	72	15	225
12	146	143	3	9
13	100	88	12	144
14	141	139	2	4
15	105	88	17	289
16	139	135	4	16
17	130	119	11	121
18	73	59	14	196
19	130	122	8	64
20	123	113	10	100
21	93	77	16	256
22	137	121	16	256
23	101	81	20	400
24	102	90	12	144
25	108	102	6	36
26	114	108	6	36
27	98	90	8	64
28	130	122	8	64
29	109	106	3	9
Σ	3255	2952	303	4059
Rata-rata	112.24	101.8	10.45	139.96

2. Mencari *Mean of Difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{303}{29}$$

$$M_D = 10.45$$

3. Mencari Deviasi standar dari *Difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{4059}{29} - \left(\frac{303}{29}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{139.96 - 10.45^2}$$

$$SD_D = \sqrt{30.76}$$

$$SD_D = 5.546$$

4. Mencari *Standard Error* dari *Mean of Difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{5.546}{\sqrt{29-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{5.546}{\sqrt{28}}$$

$$SE_{MD} = \frac{5.546}{5.3}$$

$$SE_{MD} = 1.046$$

5. Mencari harga t_0 dengan rumus

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_0 = \frac{10.45}{1.046}$$

$$t_0 = 9.99$$

6. Mencari nilai df

$$df = N - 1$$

$$df = 29 - 1$$

$$df = 28$$

Berdasarkan hasil analisis data statistik di atas dapat diketahui bahwa harga “t” hitung sebanyak 9,99 dengan df atau db 28. Maka apabila dilihat pada Tabel Nilai “t”, taraf 1% diperoleh harga kritik “t” sebesar 2,76. Melihat perbandingan hasil dari t_{hitung} (9,99) dengan t_{tabel} (2,76), maka t_0 (9,99) > t_t (2,76) pada taraf signifikan 1% df 28. Dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* efektif meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara signifikan .

Bagaimana bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* terhadap kemampuan resiliensi pada masing-masing aspek, dapat dilihat sebagai berikut:

1) Aspek menghadapi masalah

Tabel. 4.8
Tabel kerja Uji-t kemampuan Resiliensi siswa di SMP N 4
Batusangkar (Aspek menghadapi masalah)

No	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	D	D ²
	<i>Posttest (Y₂)</i>	<i>Pretest (Y₁)</i>		
1	44	37	7	49
2	42	39	3	9
3	42	41	1	1
4	44	41	3	9
5	36	29	7	49
6	44	32	12	144
7	42	41	1	1
8	26	24	2	4
9	47	53	6	36
10	41	30	11	121
11	31	24	7	49
12	54	51	3	9
13	40	35	5	25
14	50	52	2	4
15	37	30	7	49
16	49	51	2	4
17	51	43	8	64
18	32	21	11	121
19	47	43	4	16
20	42	37	5	25
21	36	35	1	1
22	51	42	9	81
23	39	23	16	254
24	39	31	8	64
25	37	38	1	1
26	42	41	1	1
27	44	37	7	49
28	48	47	3	1
29	42	39	3	9
Σ	1219	1087	154	1252
Rata-rata	42,03448	37,48276	5.4	43.17

1. Mencari *Mean of Difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{154}{29}$$

$$M_D = 5.3$$

2. Mencari Deviasi standar dari *Difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{1252}{29} - \left(\frac{154}{29}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{43.17 - 5.3}$$

$$SD_D = \sqrt{37.87}$$

$$SD_D = 6.15$$

3. Mencari *Standard Error* dari *Mean of Difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N - 1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{6.15}{\sqrt{29 - 1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{6.15}{\sqrt{28}}$$

$$SE_{MD} = \frac{6.15}{5.3}$$

$$SE_{MD} = 1.16$$

4. Mencari harga t_0 dengan rumus

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_0 = \frac{5.3}{1.16}$$

$$t_0 = 4.56$$

5. Mencari nilai df

$$df = N - 1$$

$$df = 29 - 1$$

$$df = 28$$

Berdasarkan hasil analisis data statistik di atas dapat diketahui bahwa harga “t” hitung sebanyak 4,56 dengan df atau db 28. Maka apabila dilihat pada Tabel Nilai “t”, taraf 1% diperoleh harga kritik “t” sebesar 2,76. Melihat perbandingan hasil dari t_{hitung} (4,56) dengan t_{tabel} (2,76), maka t_0 (4,56) > $t(2,76)$ pada taraf signifikan 1% df 28. Dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* efektif meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara signifikan .

2) Aspek mencegah masalah

Tabel. 4.9
Tabel kerja kemampuan Resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar
(Aspek mencegah masalah)

No	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	D	D ²
	<i>Posttest (Y₂)</i>	<i>Pretest (Y₁)</i>		
1	13	8	5	25
2	11	16	-5	-25
3	11	13	-2	-4
4	15	18	-3	-9
5	13	15	-2	-4
6	10	14	-4	-6
7	15	11	4	121
8	8	7	1	1
9	19	11	8	64
10	13	10	3	9
11	11	11	0	0
12	20	19	1	1
13	8	17	9	81
14	17	18	1	1
15	16	16	0	0
16	17	19	2	4
17	15	17	2	4
18	10	6	4	16
19	13	19	-6	-36
20	15	15	0	0
21	14	7	7	49
22	18	20	2	4
23	11	9	2	4
24	14	10	4	16
25	15	18	3	9
26	15	18	-3	-9
27	10	16	-6	-36
28	16	13	3	9
29	14	15	1	1
Σ	397	406	93	453
Rata-rata	13,68966	14	3.20	15.6

1. Mencari *Mean of Difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{93}{29}$$

$$M_D = 3.20$$

2. Mencari Deviasi standar dari *Difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{453}{29} - \left(\frac{93}{29}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{15.6 - 10.24}$$

$$SD_D = \sqrt{5.36}$$

$$SD_D = 2.31$$

3. Mencari *Standard Error* dari *Mean of Difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N - 1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2.31}{\sqrt{29 - 1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2.31}{\sqrt{28}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2.31}{5.3}$$

$$SE_{MD} = 0.43$$

4. Mencari harga t_0 dengan rumus

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_0 = \frac{3.20}{0.43}$$

$$t_0 = 7.44$$

5. Mencari nilai idf

$$df = N - 1$$

$$df = 29 - 1$$

$$df = 28$$

Berdasarkan hasil analisis data statistik di atas dapat diketahui bahwa harga “t” hitung sebanyak 7,44 dengan df atau db 28. Maka apabila dilihat pada Tabel Nilai “t”, taraf 1% diperoleh harga kritik “t” sebesar 2,76. Melihat perbandingan hasil dari t_{hitung} (7,44) dengan t_{tabel} (2,76), maka t_0 (7,44) > $t(2,76)$ pada taraf signifikan 1% df 28. Dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* efektif meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara signifikan.

3) Aspek meminimalkan masalah

Tabel. 4.10
Tabel kerja kemampuan Resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar
(aspek meminimalkan masalah)

No	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	D	D ²
	<i>Posttest (Y₂)</i>	<i>Pretest (Y₁)</i>		
1	32	26	6	36
2	33	30	3	9
3	29	28	1	1
4	33	30	3	9
5	28	22	6	36
6	24	22	2	4
7	35	29	6	36
8	21	14	7	49
9	35	36	-1	1
10	27	28	-1	1
11	22	19	3	9
12	38	40	-2	4
13	30	17	13	169
14	40	37	3	9
15	28	25	3	9
16	40	36	4	16
17	36	31	5	25
18	16	17	-1	1
19	36	33	3	9
20	35	32	3	9
21	23	13	10	100
22	37	36	1	1
23	27	16	11	121
24	34	31	3	9
25	34	22	12	144
26	30	30	0	0
27	24	20	4	16
28	36	35	1	1
29	32	30	2	4
Σ	895	785	120	834
Rata-rata	30.86207	27.06897	4.14	28.76

1. Mencari *Mean of Difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{120}{29}$$

$$M_D = 4.15$$

2. Mencari Deviasi standar dari *Difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{834}{29} - \left(\frac{120}{29}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{28.76 - 17.14}$$

$$SD_D = \sqrt{11.62}$$

$$SD_D = 3.40$$

3. Mencari *Standard Error* dari *Mean of Difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{340}{\sqrt{29-1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{340}{\sqrt{28}}$$

$$SE_{MD} = \frac{340}{5.3}$$

$$SE_{MD} = 0.641$$

4. Mencari harga t_0 dengan rumus

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_0 = \frac{4.14}{0.646}$$

$$t_0 = 6.46$$

5. Mencari nilai df

$$df = N - 1$$

$$df = 29 - 1$$

$$df = 28$$

Berdasarkan hasil analisis data statistik di atas dapat diketahui bahwa harga “t” hitung sebanyak 6,46 dengan df atau db 28. Maka apabila dilihat pada Tabel Nilai “t”, taraf 1% diperoleh harga kritik “t” sebesar 2,76. Melihat perbandingan hasil dari t_{hitung} (6,46) dengan t_{tabel} (2,76), maka t_0 (6,46) > $t(2,76)$ pada taraf signifikan 1% df 28. Dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* efektif meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara signifikan .

4) Aspek menghilangkan masalah

Tabel. 4.11
Tabel kerja kemampuan Resiliensi siswa di SMP N 4 Batusangkar
(menghilangkan masalah)

No	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	D	D ²
	<i>Posttest (Y₂)</i>	<i>Pretest (Y₁)</i>		
1	21	19	2	400
2	30	25	5	36
3	27	22	5	25
4	28	26	2	25
5	26	21	5	256
6	19	20	-1	81
7	31	25	6	289
8	20	11	9	361
9	31	29	2	9
10	23	24	-1	144
11	23	18	5	225
12	34	33	1	9
13	22	19	3	144
14	34	32	2	4
15	24	17	7	289
16	33	29	4	16
17	28	28	0	121
18	15	15	0	196
19	34	27	7	64
20	31	29	2	100
21	20	22	-2	256
22	31	23	8	256
23	24	33	-9	400
24	15	18	-3	144
25	22	24	-2	36
26	27	19	8	36
27	20	17	3	64
28	30	27	3	64
29	21	22	-1	9
Σ	744	674	108	606
Rata-rata	112.24	101.8	3.72	20.89

1. Mencari *Mean of Difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$M_D = \frac{108}{29}$$

$$M_D = 3.75$$

2. Mencari Deviasi standar dari *Difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{606}{29} - \left(\frac{108}{29}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{20.89 - 13.8}$$

$$SD_D = \sqrt{7.09}$$

$$SD_D = 2.66$$

3. Mencari *Standard Error* dari *Mean of Difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N - 1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2.66}{\sqrt{29 - 1}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2.66}{\sqrt{28}}$$

$$SE_{MD} = \frac{2.66}{5.3}$$

$$SE_{MD} = 0.50$$

4. Mencari harga t_0 dengan rumus

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{MD}}$$

$$t_0 = \frac{3.72}{0.50}$$

$$t_0 = 7.44$$

5. Mencari nilai df

$$df = N - 1$$

$$df = 29 - 1$$

$$df = 28$$

Berdasarkan hasil analisis data statistik di atas dapat diketahui bahwa harga “t” hitung sebanyak 7,44 dengan df atau db 28. Maka apabila dilihat pada Tabel Nilai “t”, taraf 1% diperoleh harga kritik “t” sebesar 2,76. Melihat perbandingan hasil dari t_{hitung} (7,44) dengan t_{tabel} (2,76), maka t_0 (7,44) > $t(2,76)$ pada taraf signifikan 1% df 28. Dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* efektif meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara signifikan .

Berdasarkan uji t di atas maka dapat dipahami lebih jelas dengan tabel di bawah ini:

Tabel. 4.12
Hasil Uji Beda pretest – posttest (Uji-t)

No	Kemampuan resiliensi (keseluruhan dan per aspek)	t_0	Hipotesis alternatif	
			h_a	h_o
1.	Keseluruhan	9.99	Diterima	Ditolak
2.	Aspek memahami	4.56	Diterima	Ditolak
3.	Aspek mencegah	7.44	Diterima	Ditolak
4.	Aspek meminimalkan	6.64	Diterima	Ditolak
5.	Aspek menghilangkan	7.44	Diterima	Ditolak

Dari tabel di atas dapat dipahami bahwa berdasarkan hasil uji beda (uji-t) layanan bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan kemampuan resiliensi siswa baik secara keseluruhan maupun per aspek. Hal ini dikarenakan berdasarkan pada harga kritik “t” taraf signifikan 1% yaitu 2.76 Maka hasilnya adalah hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak.

3. Uji peningkatan dengan *n-gain*

berapa persen peningkatan kemampuan resiliensi siswa dengan layanan bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dapat dilakukan menggunakan teknik *n-gain*. Adapun rumus dan langkah-langkah nya sebagai berikut:

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

Tabel. 4.13
Klasifikasi dan kriteria *n-gain*

Klasifikasi	Kriteria
$g \geq 0,70$	Tinggi
$0,30 \leq g < 0,70$	Sedang
$g < 0,30$	Rendah

a. Uji pengaruh variabel secara keseluruhan

Tabel 4.14
Analisis data dengan *n-gain*
Kemampuan resiliensi siswa (secara keseluruhan)

<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	D
<i>Posttest (Y₂)</i>	<i>Pretest (Y₁)</i>	
110	90	20
116	110	6
109	104	5
120	115	5
103	87	16
97	88	9
123	106	17
75	56	19
132	129	3
104	92	12
87	72	15
146	143	3
100	88	12
141	139	2
105	88	17
139	135	4
130	119	11
73	59	14
130	122	8
123	113	10
93	77	16
137	121	16
101	81	20
102	90	12
108	102	6
114	108	6
98	90	8
130	122	8
109	106	3
3255	2952	303

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

$$g = \frac{3255 - 2952}{4350 - 2952}$$

$$g = \frac{303}{1398}$$

$$g = 0.22$$

$$g = 22\%$$

Berdasarkan hasil analisis di atas dapat diketahui *n-gain* dari data ialah sebanyak 22%. Maka apabila dilihat dari tabel klasifikasi dan kriteria *n-gain* ($g < 0,30$) berada pada kriteria rendah. dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara keseluruhan meningkat namun presentase peningkatannya masih rendah yaitu: 22%

- b. Uji pengaruh variabel X dan Y aspek menghadapi masalah

Tabel 4.15
Analisis data dengan *n-gain*
Kemampuan resiliensi siswa (aspek menghadapi masalah)

<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	D
<i>Posttest (Y₂)</i>	<i>Pretest (Y₁)</i>	
44	37	7
42	39	3
42	41	1
44	41	3
36	29	7
44	32	12
42	41	1
26	24	2
47	53	6
41	30	11
31	24	7
54	51	3
40	35	5
50	52	2
37	30	7
49	51	2
51	43	8
32	21	11
47	43	4
42	37	5
36	35	1
51	42	9
39	23	16
39	31	8
37	38	1
42	41	1
44	37	7
48	47	3
42	39	3
1219	1087	154

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

$$g = \frac{1219 - 1087}{1595 - 1087}$$

$$g = \frac{132}{508}$$

$$g = 0.26$$

$$g = 26\%$$

Berdasarkan hasil analisis di atas dapat diketahui *n-gain* dari data ialah sebanyak 26%. Maka apabila dilihat dari tabel klasifikasi dan kriteria *n-gain* ($g < 0,30$) berada pada kriteria rendah. dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara keseluruhan meningkat namun presentase peningkatannya masih rendah yaitu: 26%.

c. Uji pengaruh variabel X dan Y aspek mencegah masalah

Tabel 4.16
Analisis data dengan *n-gain*
Kemampuan resiliensi siswa (aspek mencegah masalah)

<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	D
<i>Posttest (Y₂)</i>	<i>Pretest (Y₁)</i>	
13	8	5
11	16	-5
11	13	-2
15	18	-3
13	15	-2
10	14	-4
15	11	4
8	7	1
19	11	8
13	10	3
11	11	0
20	19	1
8	17	9
17	18	1
16	16	0
17	19	2
15	17	2
10	6	4
13	19	-6
15	15	0
14	7	7
18	20	2
11	9	2
14	10	4
15	18	3
15	18	-3
10	16	-6
16	13	3
16	13	3
14	15	1
397	406	93

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

$$g = \frac{397 - 406}{580 - 406}$$

$$g = \frac{-9}{176}$$

$$g = 0.05$$

$$g = 5\%$$

Berdasarkan hasil analisis di atas dapat diketahui *n-gain* dari data ialah sebanyak 5%. Maka apabila dilihat dari tabel klasifikasi dan kriteria *n-gain* ($g < 0,30$) berada pada kriteria rendah. dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara keseluruhan meningkat namun presentase peningkatannya masih rendah yaitu: 5%.

d. Uji pengaruh variabel X dan Y aspek meminimalkan masalah

Tabel 4.17
Analisis data dengan *n-gain*
Kemampuan resiliensi siswa (aspek meminimalkan masalah)

<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	D
<i>Posttest (Y₂)</i>	<i>Pretest (Y₁)</i>	
32	26	6
33	30	3
29	28	1
33	30	3
28	22	6
24	22	2
35	29	6
21	14	7
35	36	-1
27	28	-1
22	19	3
38	40	-2
30	17	13
40	37	3
28	25	3
40	36	4
36	31	5
16	17	-1
36	33	3
35	32	3
23	13	10
37	36	1
27	16	11
34	31	3
34	22	12
30	30	0
24	20	4
36	35	1
32	30	2
895	785	120

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

$$g = \frac{895 - 785}{1160 - 785}$$

$$g = \frac{110}{375}$$

$$g = 0.29$$

$$g = 29\%$$

Berdasarkan hasil analisis di atas dapat diketahui *n-gain* dari data ialah sebanyak 29%. Maka apabila dilihat dari tabel klasifikasi dan kriteria *n-gain* ($g < 0,30$) berada pada kriteria rendah. Dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara keseluruhan meningkat namun presentase peningkatannya masih rendah yaitu: 29%.

e. Uji pengaruh variabel X dan Y aspek menghilangkan masalah

Tabel 4.18
Analisis data dengan *n-gain*
Kemampuan resiliensi siswa (aspek menghilangkan masalah)

<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	D
<i>Posttest (Y₂)</i>	<i>Pretest (Y₁)</i>	
21	19	2
30	25	5
27	22	5
28	26	2
26	21	5
19	20	-1
31	25	6
20	11	9
31	29	2
23	24	-1
23	18	5
34	33	1
22	19	3
34	32	2
24	17	7
33	29	4
28	28	0
15	15	0
34	27	7
31	29	2
20	22	-2
31	23	8
24	33	-9
15	18	-3
22	24	-2
27	19	8
20	17	3
30	27	3
21	22	-1
744	674	108

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

$$g = \frac{744 - 674}{1015 - 674}$$

$$g = \frac{70}{341}$$

$$g = 0.20$$

$$g = 20\%$$

Berdasarkan hasil analisis di atas dapat diketahui *n-gain* dari data ialah sebanyak 20%. Maka apabila dilihat dari tabel klasifikasi dan kriteria *n-gain* ($g < 0,30$) berada pada kriteria rendah. Dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara keseluruhan meningkat namun presentase peningkatannya masih rendah yaitu: 20%.

B. Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang penulis lakukan, setelah diketahui hasil *pretest* dan *posttest*, untuk melihat signifikan atau tidaknya peningkatan kemampuan resiliensi siswa melalui *bibliotherapy* dilakukan dengan analisis statistik uji beda (uji-t). Maka hasilnya adalah hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal ini dapat dilihat dari besarnya “t” yang penulis peroleh ($t_0 = 9.99$) dan besarnya “t” yang tercantum pada t_t yaitu 2,76. Ini berarti bahwa teknik *bibliotherapy* efektif dalam meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMPN 4 Batusangkar pada taraf signifikansi 1%.

Jika dilihat dari perhitungan data statistik di atas, dapat dipahami bahwa dari hasil *pretest* didapat jumlah skor 2952 dan rata-rata 101,8 dengan rinciannya 6 orang memiliki kemampuan resiliensi dalam kategori Sangat tinggi, 9 orang memiliki kemampuan resiliensi dalam kategori tinggi, 10

orang memiliki kemampuan resiliensi sedang dan 2 orang memiliki kemampuan resiliensi dalam kategori rendah. Kemudian dari hasil *posttest* menunjukkan bahwa setelah dilakukan *treatment* terjadi peningkatan dengan jumlah skor 3255 dan rata-rata 112.24 dengan rinciannya 10 orang memiliki kemampuan resiliensi dalam kategori sangat tinggi, 15 orang memiliki kemampuan resiliensi tinggi dan 4 orang lagi memiliki kemampuan resiliensi dalam kategori sedang. Ini menunjukkan bahwa setelah diberikan *treatment* kemampuan resiliensi siswa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang cukup signifikan jika dilihat dari kenaikan skor yang diperoleh masing-masing siswa.

Di lihat dari segi uji *n-gain*. data mengalami peningkatan secara keseluruhan yaitu sebanyak 20%. Maka apabila dilihat dari tabel klasifikasi dan kriteria *n-gain* ($g < 0,30$) berada pada kriteria rendah. Dengan demikian berarti bahwa bimbingan klasikal dengan teknik *biblioteraphy* dapat meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX di SMP N 4 Batusangkar secara keseluruhan meningkat namun presentase peningkatannya masih rendah yaitu: 20%.

Di dalam penelitian ini ada 4 aspek yang di teliti, secara keseluruhan ada peningkatan namun jika ditinjau dari per aspek, pada aspek mencegah masalah skornya rendah hal ini menandakan bahwa anak pada usia sekolah (remaja) tidak memiliki kemampuan untuk mencegah masalahnya dan hal ini sangat mempengaruhi kemampuan resiliennya. Perkembangan seorang remaja merupakan hasil dari proses biologis (fisik), kognitif dan sosial yang saling terjalin secara erat. Sesungguhnya tidak ada alasan sederhana yang menjelaskan mengapa seseorang begitu ulet dan tangguh (resilien) sementara yang lain tidak demikian padahal mereka hidup dan dibesarkan pada lingkungan yang sama Menurut Martiastuti (2012:22).

Faktor resiko dan faktor perlindung ini tidak terbentuk di ruang hampa ataupun bersifat independen satu sama lain resiliensi ini terbentuk dari hubungan saling mempengaruhi antara karakter individu dan karakter keluarga dimana individu ini hidup didalamnya serta karakteristik lingkungan baik fisik maupun sosial. Contohnya, tinggal dengan orang

tua yang utuh merupakan faktor perlindungan bagi anak atau remaja jika salah satu orang tua bertindak kasar maka tinggal bersama orang tua menjadi faktor resiko dan sebaliknya tidak tinggal dengan orang tua akan menjadi faktor perlindungan.

Berdasarkan pendapat di atas terlihat bahwasanya pada usia remaja memang banyak hal yang menghambat seseorang memiliki kemampuan resiliensi yang baik hal itu dapat terjadi karena berbagai faktor seperti yang telah dijelaskan di atas ada faktor resiko dan faktor perlindungan pada diri yang mempengaruhi resiliensi seseorang dan dari faktor inilah seseorang yang masih remaja tidak mampu untuk mencegah masalah yang sedang dihadapi sehingga jika di tinjau kemampuan resiliensi dirinya rendah. ada hal lain yang juga menyebabkan seseorang (remaja) memiliki resiliensi rendah Menurut Ermer (Dalam Yunus dan Putra 2012:2).

Seseorang yang resiliensi paling tidak dipengaruhi oleh 3 faktor, pertama, faktor yang berasal dari diri sendiri yang dapat meliputi cara berkomunikasi dengan orang lain yang ada disekitar, bagaimana cara dalam mengatasi masalah, maupun mencegah masalah, serta cara ia bergaul. Kedua, yang berasal dari orang lain, dalam hal ini adalah bagaimana hubungannya dengan orang tua, apakah mendapatkan dorongan dari keluarga atau orang sekitarnya. Ketiga, yang berasal dari lingkungan yaitu mengenai peran positif yang didapatkannya dari lingkungan sekitar.

Berdasarkan pendapat di atas dipahami bahwasanya ada 3 faktor yang mempengaruhi resiliensi seseorang yaitu pertama, faktor dalam diri sendiri yakni bagaimana seseorang bertahan atas masalah yang di hadapi serta mampu mencegah atas masalah yang akan timbul. Kedua yang berasal dari luar diri yaitu kekuatan yang berasal dari pihak luar, bagaimana pihak luar diri individu baik keluarga maupun teman-temannya memberikan dukungan. Ketiga lingkungan sekitar seseorang sangat mempengaruhi bagaimana kemampuan resiliensi seseorang, karena jika seseorang memiliki lingkungan yang mendukung untuk meningkatkan kemampuan resiliensinya maka ia akan mampu bertahan atas semua permasalahannya bahkan bisa mencegah masalah sebelum masalah itu timbul.

Dalam penelitian yang peneliti lakukan dalam melihat kemampuan resiliensi siswa menggunakan teknik *bibliotherapy* hal ini sesuai dengan tujuan dari *bibliotherapy*. Menurut Hadi (2011:5) tujuan dari *bibliotherapy* yaitu:

Untuk mengembangkan rasa yang lebih positif pada diri mereka sendiri, belajar tentang dunia, mengatasi stres, memberikan wawasan terhadap suatu masalah, menegaskan pikiran dan perasaan, merangsang diskusi tentang masalah, menciptakan kesadaran bahwa ada orang lain yang memiliki masalah yang sama, memberikan solusi untuk masalah, mengkomunikasikan nilai-nilai dan sikap baru, dan menemukan makna dalam kehidupan.

Berdasarkan uraian teori di atas, dapat dipahami bahwa *Bibliotherapy* dapat membantu klien mengatasi dan mengubah masalah yang sedang dihadapinya manakala ia menonton video tentang orang lain yang berhasil mengatasi masalah seperti yang ia hadapi. *Bibliotherapy* bertujuan untuk membantu seseorang dalam mengembangkan rasa positif dari dirinya, membantu seseorang dalam belajar tentang dunia, mengatasi stres, memberikan seseorang wawasan tentang suatu masalah yang dihadapi, mampu mengkomunikasikan nilai-nilai yang dianut sehingga seseorang bisa menemukan makna dari kehidupan yang dijalannya dan dengan tujuan *biblioteraphy* dapat membantu seseorang dalam memperkuat resiliensinya

Berdasarkan pemaparan di atas dapat dilihat hubungan antara *bibliotherapy* dengan kemampuan resiliensi siswa, dimana dengan adanya *bibliotherapy* tersebut siswa dapat belajar meningkatkan kemampuan resiliensinya. Sumbangsih *bibliotherapy* dengan kemampuan resiliensi siswa juga terlihat dari penelitian yang peneliti lakukan, dimana sebelumnya siswa yang mengikuti *bibliotherapy* adalah siswa yang memiliki kemampuan resiliensi yang sedang. Rata-rata siswa tersebut dalam kesehariannya sering larut dalam permasalahan serta sering melakukan hal yang negatif dalam mencari jalan keluar dari masalahnya Namun, setelah diberikan *bibliotherapy* siswa memiliki pemahaman baru dan peningkatan pada kemampuan resiliensi mereka. Ini terlihat dari hasil *posttest* yang peneliti lakukan bahwa

setelah diberikan *treatment* skor siswa kelas IX SMP N 4 Batusangkar meningkat dari sebelumnya meskipun peningkatannya masih tergolong rendah. Jelaslah, bahwa *bibliotherapy* efektif dalam meningkatkan kemampuan resiliensi siswa di sekolah.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini tentang tentang efektivitas bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* dalam meningkatkan kemampuan resiliensi siswa kelas IX SMP N 4 Batusangkar dapat disimpulkan bahwa:

1. kemampuan resiliensi siswa sebelum diberikan *treatment* pada umumnya rendah dengan nilai *pretest* 2952 dan meningkat setelah diberikan *treatment* bimbingan klasikal teknik *bibliotherapy* dengan nilai *posttest* 3255 dengan selisih 303 poin.
2. Terdapat efektivitas bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* dalam meningkatkan kemampuan resiliensi siswa dengan nilai $t_o 9,99 > t_t 2,76$.
3. Terdapat pengaruh efektivitas bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* dalam meningkatkan kemampuan resiliensi siswa dengan pengaruh sebesar 22%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di kelas IX di SMP N 4 Batusangkar, maka dapat diajukan beberapa saran yang dapat bermanfaat bagi peningkatan kemampuan resiliensi siswa melalui bimbingan klasikal dengan teknik *bibliotherapy* sebagai berikut:

1. Bagi guru Bimbingan dan Konseling bisa menggunakan teknik *bibliotherapy* ini berupa film atau video, bahan bacaan, poster, mading, dan lainnya untuk mengatasi masalah keseharian, masalah pendidikan, masalah pekerjaan, masalah kesehatan, dan masalah sosial.
2. Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan teknik *bibliotherapy* ini dengan pemberian video, bahan-bacaan, poster, mading, dan lainnya yang dapat digunakan dalam pemberian layanan terkait dengan masalah yang sedang dialami oleh siswa.
3. Sekolah dapat menyediakan bahan bacaan selain buku yang dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan siswa

DAFTAR PUSTAKA

- Desmita. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Cetakan kedua Pt. Remaja Rosda Karya.
- _____.2009. *Mengembangkan Resiliensi Remaja dalam Upaya Mengatasi Stress Sekolah*. Ta'abid Jurnal ilmu Pendidikan. 12(1): 3-4.
- Dewi, N. (2013) *Pengaruh Metode Biblioterapi dan Diskusi Dilema Moral terhadap karakter tanggung jawab pada Mahasiswa Aak Nasional Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Eliasa, E.I. *Bibliotherapy sebagai Sebuah Metode Tindakan Yang Bermakna*, (Jakarta: Universitas Negeri Yogyakarta). (Online)Tersedia:<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/132318571/Microsoft%20Word%20%20BIBLIOTHERAPY%20AS%20A%20METHOD%20OF%20MEANINGFUL%20TREATMENT.Pdf> (Akses 10 Desember 2017).
- Erford, B.T. (2010). *35 Techniques Every Counselor Should Know*. New Jersey: Upper Saddle River.
- Febrita. D. (2014). Pengaruh Layanan Bimbingan Klasikal Menggunakan Media Audio-Visual terhadap Hubungan Sosial Teman Sebaya Siswa di Kelas VII di SMP N 4 Kota Bengkulu. *Skripsi*. Universitas Bengkulu.
- Hadi, S. "*Layanan Bimbingan dan Konseling dengan Bibliotherapy*" Tersedia: <http://www.ncaase.com/docs/SVvitaJune2-2011.pdf> (Akses 19 Januari 2018).
- Hanafi. A. H. (2011). *Metodologi Penelitian Bahasa*. Jakarta: Diedit Media Press.
- Kasiram. M. (2010). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: UIN Maliki Press.
- Masdianah. (2010) hubungan antara resilensi dengan prestasi belajar anak Yayasan Smart Ekselensia Indonesia. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Hidayatullah Jakarta.
- Martiastuti, K. 2018. Resiliensi Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin, Jenis Sekolah, Jenis Tipologi Wilayah. *Skripsi*. Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Masril. "*Konseling Regulasi Diri Kesiapan Karir Siswa Melalui Strategi Bibliotherapy*," (Makalah dalam Prosiding disampaikan pada Konvensi

Nasional XVII Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia (ABKIN). Pekanbaru. 17-18 Desember. 2011.

Mastur dan Triyono. (2014). *Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Paramitra Publishing.

Munawarah, E. (2014) *Bibliocounseling untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja*. Universitas Negeri Indonesia.

Noor, J. (2011). *Metodologi Penelitian: Skripsi Tesis Disertasi & Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana Perdana Media Group

Novita, K. (2017). Efektifitas Konseling Realitas Setting Kelompok terhadap kemampuan penyesuaian diri siswa dengan Lingkungan Sekolah di MAN PK/MAN Koto Baru Padang Panjang. *Skripsi IAIN Batusangkar*.

Nurkencana. W. (1993). *Pemahaman Individu*. Surabaya: Usaha Nasional.

Permendikbud RI No. 111 tahun 2014 tentang *Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*. Lampiran.

Prayitno dan Amti. E. (1999). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Putri. A. (2010). *Perlunya Penyesuaian Diri Dalam Kehidupan Manusia*. tersedia:<http://shareppba.wordpress.com>.

Sariningsih, B. (2018). Layanan Bimbingan Klasikal. Tersedia di: atalewabunga.blogspot.com. 2013/08. (Di akses 25 Februari 2018)

Silvita. (2015). Hubungan Efikasi Diri Dengan Resiliensi Siswa (studi pada santri MTsS Pondok Pesantren Miftahul Ulumi Sar'iyah Canduang. *Skripsi IAIN Batusangkar*.

Sugiyono. 2007. *Metodologi Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Sulistiyani. (2014, 10 Maret) *Bibliotherapy*: (weblog post) retrieved from <http://Sulistyanibkusd11.wordpress.com>

Tika. (2015) Efektivitas *Bibliotherapy* dalam meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa kelas XI di SMAN 2 Pariangan. *Skripsi IAIN Batusangkar*.

Tohirin. (2011). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Widoyoko, E. P. (Eds). (2014). *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Yunus dan Putra. (2012) *Dinamika Faktor-Faktor Resiliensi pada Remaja yang pernah Mengalami Kerusakan di Ambon Tahun 1999*. 2(2): 95