

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN DAN KONSELING *IMPACT* BERBASIS
ISLAM UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA
MA AL MA'HAD AN NUR BANTUL**



Oleh:
Sumiyati, S.Pd
NIM: 1420410104

TESIS

Diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar Magister dalam Ilmu Agama Islam
Program Studi Pendidikan Islam
Konsentrasi Bimbingan Konseling Islam

YOGYAKARTA

2016

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sumiyati, S.Pd
NIM : 1420410104
Jenjang : Magister
Program Studi : Pendidikan Islam
Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, Juni 2016

Saya yang menyatakan,



Sumiyati, S.Pd

NIM: 1420410104

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sumiyati, S.Pd
NIM : 1420410104
Jenjang : Magister
Program Studi : Pendidikan Islam
Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, Juni 2016

Saya yang menyatakan,



Sumiyati, S.Pd

NIM: 1420410104



PENGESAHAN

Tesis berjudul : EFEKTIVITAS BIMBINGAN DAN KONSELING IMPACT BERBASIS
ISLAM UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA MA AL
MA'HAD AN NUR BANTUL

Nama : Sumiyati, S. Pd.

NIM : 1420410104

Jenjang : Magister (S2)

Program Studi : Pendidikan Islam

Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

Tanggal Ujian : 22 Juli 2016

Telah dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd.I)

Yogyakarta, 25 Agustus 2016

Direktur,



Prof. Noorhaldi, M.A., M.Phil., Ph.D.

NIP. 19711207 199503 1 002

PERSETUJUAN TIM PENGUJI UJIAN TESIS

Tesis berjudul : EFEKTIVITAS BIMBINGAN DAN KONSELING IMPACT
BERBASIS ISLAM UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI
SISWA MA AL MA'HAD AN NUR BANTUL

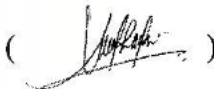
Nama : Sumiyati, S.Pd.
NIM : 1420410104
Prodi : Pendidikan Islam
Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

telah disetujui tim penguji ujian munaqosah

Ketua/Penguji : Dr. Eva Latipah, M.Si.

()

Pembimbing/Penguji : Dr. Hj. Imas Kania Rahman, M.Pd.I.

()

Penguji : Dr. Mustadin Tagala, S.Psi., M.Psi

()

Diuji di Yogyakarta pada tanggal 22 Juli 2016

Waktu : 15.00 WIB

Hasil/Nilai : 85,17 / A-

IPK : 3,62

Predikat : Dengan Pujian / Sangat Memuaskan / Memuaskan.

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Direktur Program Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu'alaikumwr.wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

Efektivitas Bimbingan dan Konseling *Impact* Berbasis Islam untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa MA Al Ma'Had An Nur Bantul

Yang ditulis oleh:

Nama : Sumiyati, S.Pd
NIM : 1420410104
Jenjang : Magister
Program Stud : Pendidikan Islam
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Studi Islam.

Wassalamu'alaikumwr.wb.

Yogyakarta, 10 Juni 2016

Pembimbing,



Dr. Imas Kania Rachman, M.Pd.I

ABSTRAK

Sumiyati, S.Pd : Efektivitas Bimbingan dan Konseling *Impact* berbasis Islam untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa MA Al Ma'had An Nur Bantul. Tesis. Yogyakarta : Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam untuk meningkatkan resiliensi siswa MA Al Ma'had An Nur Bantul Yogyakarta. Penelitian ini didasari oleh minimnya pendekatan layanan bimbingan dan konseling dalam membantu siswa meningkatkan kemampuan menyesuaikan diri di madrasah dan pesantren terutama pada aspek resiliensinya. Metode penelitian *quasi* eksperimen dilakukan dengan menggunakan rancangan *pre-test and post-test non equivalent group design* melibatkan dua kelompok siswa dari dua kelas. Subjek penelitian ditentukan dengan teknik *cluster random sampling* sebanyak 64 siswa dari populasi sejumlah 485 siswa. Pengukuran resiliensi dilakukan dengan menggunakan skala resiliensi yang diadopsi dari *Cannor Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang dikembangkan oleh Cannor & Davidson. Data dianalisis menggunakan statistika parametrik uji beda *paired sample test* dan *independent sample test* yang dihitung dengan bantuan program SPSS 18.0 *for windows*.

Hasil analisis *independent sample test* menunjukkan nilai $\text{sig.} 0,003 < 0,05$ artinya terdapat perbedaan skor *post-test* resiliensi siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam efektif digunakan untuk meningkatkan resiliensi siswa. Dengan demikian bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam dapat dipertimbangkan sebagai alternatif pendekatan untuk meningkatkan resiliensi siswa madrasah yang tinggal di pondok pesantren.

Kata kunci : Bimbingan dan Konseling *Impact*, Berbasis Islam, Resiliensi

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi Arab-Latin yang digunakan dalam tesis ini berpedoman pada Surat Keputusan bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158/1987 dan 0543b/U/1987, tanggal 22 Januari 1988.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	ba'	b	be
ت	ta'	t	te
ث	sa'	s	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	j	je
ح	ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	kh	Ka dan ha
د	Dal	d	de
ذ	zal	ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	ra'	r	Er
ز	Zai	z	Zet
س	Sin	s	Es
ش	Syin	sy	Es dan ye
ص	ṣad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa'	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa'	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	`	Koma terbalik di atas
غ	Gai	g	Ge
ف	fa'	f	Ef
ق	Qaf	q	Qi
ك	Kaf	k	Ka
ل	Lam	l	El
م	Mim	m	Em
ن	Nun	n	En
و	Wawu	w	We
ه	ha'	h	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	ya'	y	Ye

B. Konsonan Rangkap karena *Syaddah* Ditulis Rangkap

مُتَعَقِّدِينَ	ditulis	Muta`aqqidīn
عِدَّة	ditulis	`iddah

C. *Ta' Marbutah***1. Bila dimatikan ditulis h**

هبة	ditulis	Hibbah
جزية	ditulis	Jizyah

Ketentuan ini tidak diperlakukan terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti shalat, zakat, dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya. Bila diikuti dengan kata sandang “al” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan h.

كرامة الأولياء	ditulis	karāmah al-auliya'
----------------	---------	--------------------

2. Bila *ta' marbutah* hidup atau dengan *harakat*, *fathah*, *kasrah*, dan *dammah* ditulis t

زكاة الفطر	Ditulis	zakātul fiṭri
------------	---------	---------------

D. Vokal Pendek

◌ِ	kasrah	ditulis	i
◌َ	fathah	ditulis	a
◌ُ	ḍammah	ditulis	u

E. Vokal Panjang

Kasrah + ya' mati	Ditulis	ī
Fathah + alif	Ditulis	ā
Ḍammah + wawu mati	Ditulis	ū

F. Vokal Rangkap

Fathah + ya' mati	Ditulis	ai
Fathah + wawu mati	Ditulis	au

G. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata Dipisahkan dengan Apostrof

أَنْتُمْ	ditulis	a'antum
أَعَدَّتْ	ditulis	u'iddat
لَنْ شُكْرْتُمْ	ditulis	la'insyakartum

H. Kata Sandang Alif + Lam**1. Bila diikuti huruf *Qamariyah***

القرآن	ditulis	al-Qur'ān
--------	---------	-----------

2. Bila diikuti huruf *Syamsiyah*, ditulis dengan menggandakan huruf *Syamsiyah* yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf l (el)nya.

السماء	Ditulis	<i>as-samā'</i>
--------	---------	-----------------

I. Penulisan Kata-kata dalam Rangkaian Kalimat

ذوي الفروع	Ditulis	<i>ẓawī al furūd</i>
أهل السنة	Ditulis	<i>ahl as-sunnah</i>

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang, penyusunan tesis dengan judul Efektivitas Bimbingan dan Konseling *Impact* Berbasis Islam untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa MA Al Ma'had An Nur Bantul pada program studi Pendidikan Islam konsentrasi Bimbingan Konseling Islam Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dapat diselesaikan. Tujuan penyusunan tesis ini adalah sebagai syarat untuk memperoleh gelar magister . Tesis ini berisi hasil penelitian sesuai dengan fokus kajian program studi Pendidikan Islam konsentrasi Bimbingan Konseling Islam.

Tesis ini dapat diselesaikan karena adanya partisipasi aktif dari berbagai pihak untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Drs. Yudian Wahyudi, Ma.,Ph.D, selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Noorhaidi, MA, M. Phil, Ph.D, selaku Direktur Pasca Sarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ketua Program Studi Pendidikan Islam Pasca sarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Ro'fah, BSW., M.A., Ph.D
4. Dosen pembimbing Dr. Hj. Imas Kania Rahman M.Pd.I, yang selalu meluangkan waktu dan memberikan arahan guna kesempurnaan penulisan tesis ini.
5. Dosen penguji Dr. Mustadin Tagala, S.Psi, M.Psi, yang telah memberikan masukan dan arahnya.

6. Bapak dan Ibu Dosen, karyawan dan karyawan pada program studi Pendidikan Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
7. Staf perpustakaan UIN Sunan Kalijaga yang telah memberikan referensi sehingga dapat terselesaikannya penulisan tesis ini.
8. Pihak Madrasah Aliyah Al Ma'had An Nur dan Madrasah Aliyah Al Imdad yang banyak memberikan bantuan kepada penulis dan memberikan data demi penyelesaian tesis ini.
9. Khusus kepada suami tercinta dan anak-anak serta kedua orang tua yang telah memberikan doa dan dukungan yang tak terhingga.
10. Teman-teman yang telah membantu menyumbangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk menyelesaikan tesis ini.

Dengan segala dukungan dan bantuan yang telah diberikan semua pihak semoga Allah memberikan balasan dan mencatatnya sebagai amal ibadah. Akhirnya semoga tesis ini dapat berguna untuk penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, Juni 2016

Penulis

Sumiyati, S.Pd
NIM : 1420410104

PERSEMBAHAN

Tesis ini dipersembahkan untuk
Suamiku tercinta
Putra Putriku tercinta (Adi dan Sekar)
Ayah dan Ibu tercinta
Keluarga Besar Bapak Umar Dan Bapak Kasi
Keluarga Besar MA Al Ma'had An Nur Bantul
Teman-teman Pascasarjana BKI UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

MOTTO

- **Kebahagiaanku “ hidup adalah untuk ibadah”**
- **Dan di sisi Allahlah kunci-kunci semua yang ghoib, tidak ada yang mengetahui apapun yang ada di daratan dan yang ada di lautan melainkan Dialah Allah mengetahuinya pula, dan tidak jatuh sebutir bijipun dalam kegelapan bumi dan tidak ada satupun yang basah dan tidak ada satupun yang kering melainkan semua tertulis di lauh mahfudz, kitab yang nyata. “ (Qs. Al An’am :59)**
- **Allah selalu mempunyai rencana hebat untuk hamba Nya yang berani melangkah, tidak mengenal lelah, dan setiap usaha diawali dengan niat ibadah**

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iii
PENGESAHAN	iv
PERSETUJUAN TIM PENGUJI	v
NOTA DINAS PEMBIMBING	vi
ABSTRAK.....	vii
PEDOMAN TRANSLERASI	vii
KATA PENGANTAR.....	xiii
HALAMAN PERSEMBAHAN	xv
MOTTO.....	xvi
DAFTAR ISI	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
DAFTAR TABEL.....	xx
DAFTAR GAMBAR	xxi
DAFTAR GRAFIK	xxii
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	13
D. Kajian Pustaka	14
E. Sistematika Pembahasan.....	20
 BAB II. LANDASAN TEORI	
A. Resiliensi.....	21
1. Definisi Resiliensi	21
2. Faktor-Faktor Resiliensi	23
3. Karakteristik Resiliensi	29
4. Sumber-Sumber Resiliensi.....	32
5. Fungsi Resiliensi.....	34
B. Bimbingan dan Konseling <i>Impact</i> Berbasis Islam	36
1. Definisi Bimbingan dan Konseling <i>Impact</i>	36
2. Konsep Dasar Bimbingan dan Konseling <i>Impact</i>	41
3. Tahap-tahap Bimbingan dan Konseling <i>Impact</i>	42
4. Objek Bimbingan dan Konseling <i>Impact</i>	44
5. Bimbingan dan Konseling <i>Impact</i> Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa	45
C. Hipotesis	52
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	53
B. Variabel dan Definisi Operasional.....	55
C. Subjek Penelitian	57

D. Prosedur Penelitian	58
E. Manipulasi.....	60
F. Teknik Pengumpulan Data	61
G. Penimbangan (<i>Judgment</i>)	66
H. Validitas dan Realibilitas	67
I. Analisis Data	70
 BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Resiliensi Siswa	71
B. Gambaran Umum Bimbingan dan Konseling <i>Impact</i> Berbasis Islam	73
C. Persiapan Penelitian	80
D. Pelaksanaan Penelitian	82
1. Pelaksanaan Uji Coba Skala	82
2. Pelaksanaan Seleksi Subjek	83
3. Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling <i>Impact</i> Berbasis Islam.....	84
4. Deskripsi Subjek Penelitian	85
5. Analisis Data Kuantitatif	86
E. Keterbatasan Penelitian	94
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	96
B. Saran	97
 DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN	105
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	205

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Panduan Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling <i>Impact</i> Berbasis Islam	105
Lampiran 2	: Materi Bimbingan dan Konseling <i>Impact</i> Berbasis Islam.	121
Lampiran 3	: <i>Game</i> 4 kuadran	128
Lampiran 4	: Angket Pemahaman Diri	130
Lampiran 5	: Games Waktu	131
Lampiran 6	: Games Tujuan dan Cita-cita	132
Lampiran 7	: Kisi-kisi Resiliensi Sebelum dan Sesudah Revisi.....	133
Lampiran 8	: Skala Resiliensi Pra dan <i>Pasca Judgment</i>	164
Lampiran 9	: Output Uji Validitas Dan reliabilitas Instrumen	182
Lampiran 10	: Data Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post -Test</i> Kelompok Kontrol	184
Lampiran 11	: Data Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post- Test</i> Kelompok Eksperimen	185
Lampiran 12	: Surat Izin Uji Coba Instrumen Penelitian dari Pasca Sarjana UIN Sunan Kalijaga	186
Lampiran 13	: Surat Keterangan Telah Melakukan Uji Coba Instrumen Penelitian dari Pasca Sarjana UIN Sunan Kalijaga.....	187
Lampiran 14	: Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari MA Al Ma'had An Nur.....	188
Lampiran 15	: Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari MA Al Ma'had An Nur.....	189
Lampiran 16	: Daftar Hadir Pelaksanaan <i>Pre-test</i> , <i>Post-test</i> , dan Intervensi Bimbingan dan Konseling.....	190

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 : Desain Penelitian	54
Tabel 3.2 : Kisi-kisi Instrumen Resiliensi	63
Tabel 4.1 : Uji Normalitas	89
Tabel 4.2 : Uji Homogenitas.....	90
Tabel 4.3 : ANOVA	91
Tabel 4.4 : Hasil Uji <i>T-Paired</i> pada kelompok eksperimen.....	92
Tabel 4.5 : Hasil Uji <i>T-Paired</i> pada kelompok kontrol	93
Tabel 4.6 : Hasil Uji <i>Independent Sample-Test</i>	94



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Pelaksanaan Uji Coba Instrumen Resiliensi	201
Gambar 2 : Pelaksanaan <i>Pre-test</i> pada Kelompok Eksperimen	201
Gambar 3 : Pelaksanaan <i>Pre-test</i> pada Kelompok Kontrol	202
Gambar 4 : Pelaksanaan <i>Post -test</i> pada Kelompok Eksperimen	202
Gambar 5 : Pelaksanaan <i>Post -test</i> pada Kelompok Kontrol	203
Gambar 6: Pelaksanaan Manipulasi pada Kelompok Eksperimen dengan media botol soda	203
Gambar 6: Pelaksanaan Manipulasi pada Kelompok Eksperimen dengan game waktu.....	204
Gambar 6: Pelaksanaan Manipulasi pada Kelompok Eksperimen dengan game tujuan dan cita-cita.....	204

DAFTAR GRAFIK

Grafik1 : Kurva Normalitas <i>pre-test</i> kelompok eksperimen dan kontrol.	205
Grafik2 : Kurva Normalitas <i>post-test</i> kelompok eksperimen dan kontrol	206



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah hak bagi setiap anak tanpa pengecualian. Bangsa yang maju dan berkembang ditentukan oleh kualitas sumber daya manusia yang dibentuk melalui sebuah proses pendidikan. Di dalam UU No.20/2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, tercantum pengertian pendidikan sebagai berikut :

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya sehingga memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan oleh dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Dalam proses pendidikan, peserta didik merupakan salah satu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral.¹ Peserta didik adalah individu yang sedang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun psikis menurut fitrahnya masing-masing (Arifin, 1996). Selanjutnya, Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 4, “peserta didik diartikan sebagai anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan dirinya melalui proses pendidikan pada jalur jenjang dan jenis pendidikan tertentu”.

¹ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta didik*, (Bandung : Rosdakarya , 2009), hlm.39.

Sekolah sebagai salah satu lembaga pendidikan formal merupakan tempat untuk menyelenggarakan pendidikan. Kegiatan belajar di sekolah didesain dan dikemas dalam kurikulum pembelajaran. Kurikulum sekolah dikembangkan berdasarkan jenjang pendidikan yang disesuaikan dengan usia, kebutuhan, dan perkembangan peserta didik (siswa).

Sekolah dengan konsep *boarding school* atau sekolah berasrama menggabungkan kurikulum pendidikan umum dengan kurikulum pendidikan keagamaan. Di Indonesia salah satu model *boarding school* yang sedang marak adalah Madrasah Aliyah (MA) terpadu dengan pesantren. Madrasah Aliyah berada di bawah koordinasi Departemen Pendidikan Nasional dan pengelolaannya dilakukan oleh Kementrian Agama.²

Integrasi pendidikan umum dan agama yang ditawarkan oleh Madrasah Aliyah diharapkan mampu menjawab berbagai permasalahan kehidupan sebagai dampak negatif dari kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Kekhawatiran para orang tua dengan banyaknya kasus pergaulan bebas, narkoba, perkelahian, dan berbagai bentuk penyimpangan remaja masa kini lainnya menjadi alasan mereka memilih madrasah yang terpadu dengan pesantren untuk mempercayakan pendidikan bagi putra dan putri mereka.

Madrasah dengan konsep *boarding* mewajibkan siswa tinggal di pesantren. Aktivitas siswa sudah dimulai dari bangun tidur sebelum subuh hingga malam hari menjelang tidur. Kegiatan rutin di pesantren yang wajib diikuti siswa setiap hari antara lain sholat berjamaah, mengaji, menghafal Al

² Dian Ramadhani, Efektivitas Konseling Kognitif Perilaku dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mereduksi Kejenuhan Belajar Peserta Didik, (Bandung : 2014), hlm.2.

Qur'an, belajar kitab-kitab dan ilmu agama. Siswa juga belajar ilmu pengetahuan umum di madrasah seperti halnya anak-anak pada sekolah umum lainnya.

Madrasah Aliyah terpadu dengan pesantren mempunyai kelebihan dalam hal melatih dan mengembangkan aspek kemandirian siswa. Desmita (2009 : 184) secara spesifik, masalah kemandirian menuntut kesiapan individu, baik kesiapan fisik maupun emosional untuk mengatur, mengurus dan melakukan aktivitas atas tanggung jawabnya sendiri tanpa banyak menggantungkan diri pada orang lain. Sejalan dengan pendapat Erikson (1998) yang menyatakan kemandirian adalah usaha untuk melepaskan diri dari orangtua dengan maksud untuk menemukan dirinya melalui proses mencari identitas ego, yaitu merupakan perkembangan ke arah individualitas yang mantap dan berdiri sendiri.

Selama tinggal di pesantren siswa belajar mandiri dan bertanggung jawab dengan mengurus sendiri kebutuhan sehari-hari. Siswa harus menyuci dan menyetraka baju sendiri, makan makanan seadanya yang disediakan pesantren, dan tidur di kamar yang ditempati beberapa siswa lainnya dari berbagai latar belakang budaya dan daerah asal. Perbedaan situasi dan kondisi pesantren dengan rumah tentu membutuhkan kemampuan siswa untuk dapat beradaptasi dan menyesuaikan diri agar kerasan tinggal di pesantren. Keadaan yang berbeda antara harapan dan kenyataan yang harus dihadapi dan dialami seringkali menimbulkan masalah bagi sebagian siswa.

Siswa MA umumnya remaja berusia 16-18 tahun. Pada usia ini siswa banyak mengalami perubahan dari segi kognitif, emosi, dan sosial yang berpengaruh terhadap perilaku dan cara berfikir. Pikunas (Yusuf, 2008 : 184) menyatakan periode remaja dipandang sebagai masa “*strom and stress*”, frustrasi dan penderitaan, konflik, dan krisis penyesuaian, mimpi dan melamun tentang cinta dan perasaan teralienasi (tersisihkan) dari kehidupan sosial budaya orang dewasa. Kesiapan fisik dan psikis serta keinginan yang kuat merupakan syarat penting yang menjadi modal dasar bagi siswa yang ingin belajar sambil nyantri.

Tuntutan target hafalan Al Qur'an di pesantren dan penguasaan materi pelajaran di madrasah disatu sisi bermanfaat bagi kemajuan siswa, namun di sisi lain bagi sebagian siswa dapat menjadi beban. Beban psikologis sebagai akibat tekanan yang bersumber dari proses belajar mengajar sering dikenal dengan istilah stres sekolah atau kecemasan akademik. Kecemasan akademik adalah perasaan tegang dan ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi, dan perasaan tersebut mengganggu dalam pelaksanaan tugas dan aktivitas yang beragam dalam situasi akademis (Valiante & Pajares, 2000).

Berdasarkan pernyataan guru BK MA Al Ma'had An Nur siswa yang berasal dari sekolah umum dan di pesantren atas dasar keinginan atau paksaan orang tua beresiko mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri di pesantren. Padatnya jam belajar dan tuntutan penguasaan materi pelajaran umum dan kepesantrenan menguras tenaga dan pikiran siswa. Tak jarang siswa mengalami kelelahan baik secara fisik maupun psikis yang dapat

menimbulkan tekanan dan stres akademik. Senada dengan pendapat Musrofi (2010 : 13) :

Kepadatan jam belajar peserta didik di Indonesia menempati peringkat I dari 242 jumlah hari sekolah/ tahun di atas Korea Selatan dengan 202 hari/ tahun. Beban belajar ini dinilai sangat padat dan membebani peserta didik. Padahal kemampuan peserta didik dalam menerima dan menyerap pelajaran hanya 1/6 kali /24 jam atau lebih kurang 4 jam dalam sehari. Jika peserta didik dapat menerima jam belajar melebihi batas maksimum yang dapat mereka tangkap, maka yang timbul adalah stres.

Penelitian yang dilakukan Desmita (2005) terhadap stres siswa sekolah unggulan (MAN Model Bukittinggi), menunjukkan bahwa pelaksanaan program peningkatan mutu pendidikan melalui penerapan kurikulum yang diperkaya, intensitas belajar yang tinggi, rentang belajar formal yang lebih lama, tugas-tugas sekolah yang lebih banyak dan keharusan menjadi pusat keunggulan (*agent of excellence*), dan sebagainya telah menjadikan stres dikalangan siswa.³ Bagi sebagian siswa, madrasah dengan segala elemennya justru yang menakutkan sehingga menimbulkan tekanan dan stres. Elemen yang dimaksudkan antara lain kurikulum yang dirasa terlalu berat, cara belajar atau perlakuan guru yang menekan, dan lingkungan pergaulan sebaya yang tidak sehat (Munawaroh, 2011 : 4).

Padatnya aktivitas siswa perlu diimbangi dengan asupan makanan yang bergizi sebagai sumber energi bagi tubuh. Hasil survey yang dilakukan oleh Puskesmas Sewon I dalam penjangkaran kesehatan siswa MA Al Ma'had An Nur Bantul pada tahun ajaran baru 2015/2016 yang menunjukkan bahwa terdapat beberapa siswa yang mengalami gejala anemia. Pola makan yang

³ Desmita, Psikologi perkembangan, ...hlm.291-292.

tidak teratur dan tidak memperhatikan kebutuhan akan gizi termasuk tidak sarapan di pagi hari berpengaruh terhadap kesiapan belajar. Akibatnya siswa mudah merasa lelah, tidak bertenaga, dan sering mengantuk di kelas.

Stres akibat kelelahan fisik dan psikis yang dialami siswa dalam jangka waktu lama apabila dibiarkan dapat menyebabkan siswa mengalami kejenuhan. Scaufeli & Hu (Ramadhani, 2014 : 4) kejenuhan yang terjadi dalam setting akademik yang sering dialami peserta didik disebut sebagai kejenuhan belajar. Kejenuhan belajar nampak pada perilaku siswa dan berpengaruh terhadap keberhasilan maupun kegagalan dalam prestasi belajar di madrasah.

Berdasarkan penuturan guru BK MA Al Ma'had An Nur Bantul perilaku siswa yang muncul manakala mulai timbul rasa jenuh di madrasah antara lain tidak masuk sekolah tanpa keterangan (alpa), bolos, dan izin pada jam pelajaran tertentu dengan alasan sakit. Siswa tidak mempunyai semangat belajar dan tidak mau mengerjakan tugas-tugas yang diberikan guru dengan alasan tidak menyukai pelajaran atau bosan dengan metode mengajar guru yang dianggap monoton.

Hal tersebut diperkuat dengan pernyataan pengurus pesantren An Nur Bantul dimana siswa santri yang mengalami kejenuhan mengeluh tidak kerasan di pesantren dan selalu ingin boyong. Berbagai alasan digunakan untuk tidak mengikuti kegiatan seperti mengaji atau sholat berjamaah, sering pulang atau melarikan diri dari pesantren. Bahkan ada yang sengaja melanggar qonum pesantren agar dapat dikeluarkan dari pesantren karena

sudah merasa jenuh di pesantren. Senada dengan pernyataan di atas, Willis (2010) menyatakan :

Tekanan sistem sekolah yang berorientasi pengembangan kognitif sering membuat para siswa jenuh, frustrasi, dan konflik karena mereka tidak mempunyai pilihan lain kecuali belajar dan menghafal. Akibatnya hasil belajar kurang memuaskan dan muncul gejala-gejala membolos, malas, pertengkaran, menentang guru, dan bahkan perkelahian sesama siswa.

Hasil temuan di lapangan pada beberapa sekolah yang diantaranya adalah di SMK PGRI 7 Surabaya (2013) ditemukan beberapa kasus pelanggaran yang dilakukan siswa berkaitan dengan kedisiplinan siswa di sekolah khususnya mengenai perilaku membolos. Permasalahan tingkah laku di sekolah yang bertahan dengan kurang pembentukan kesanggupan disiplin diri, pengendalian tingkah laku dan memerlukan bimbingan antara lain keterlambatan, membolos, menentang guru, perkelahian, nyontek dan sebagainya. Hasil temuan lainnya di SMK Negeri 2 Purwodadi terdapat beberapa perilaku siswa yang muncul dan menggambarkan rendahnya resiliensi siswa seperti sering putus asa manakala nilai ujiannya rendah, tidak percaya dengan kemampuan diri sendiri, susah beradaptasi dengan orang yang baru dikenal, tidak fleksibel dalam berperilaku, motivasi untuk maju rendah, dan mudah menyerah dalam menghadapi tugas yang diberikan oleh guru.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh Suwarjo terkait dengan penyelenggaraan layanan dan pengasuhan di Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, dimana anak remaja terlebih anak asuh PSAA sebagian besar mengalami keterlantaran, banyak

menghadapi situasi yang menekan beserta situasi tidak nyaman yang tidak bisa dielakkan. Model konseling teman sebaya untuk pengembangan daya lentur (resiliensi) secara empirik teruji efektif dapat mengembangkan daya lentur anak asuh PSAA. Faktor-faktor yang teruji efektif dikembangkan melalui model konseling teman sebaya adalah pengendalian emosi, optimisme, analisis sebab akibat, empati, efikasi diri, dan kemampuan membuka diri. Satu-satunya faktor resiliensi yang tidak teruji efektif adalah pengendalian dorongan (*impuls control*).⁴

Desmita (2009), asumsi mendasar dalam studi mengenai resiliensi adalah bahwa beberapa individu akan tetap baik-baik saja meskipun telah mengalami situasi yang sarat adversitas dan beresiko, sementara individu yang lainnya gagal beradaptasi dan terperosok dalam adversitas atau aktivitas yang lebih berat lagi (Schoon, 2006: 9). Meskipun mengalami berbagai adversitas siswa yang memiliki resiliensi tinggi akan mampu mengelola dampak negatif dari adversitas menjadi kekuatan dan ketrampilan untuk bertahan dalam lingkungan sarat tekanan dan untuk bangkit kembali menuju keberfungsian normal. Oleh karena itu resiliensi dianggap sebagai kekuatan dasar yang menjadi fondasi dari semua karakter positif dalam membangun kekuatan emosional dan psikologis siswa.⁵

Berdasarkan uraian permasalahan di atas resiliensi dibutuhkan siswa agar dapat bertahan dalam berbagai situasi dan kondisi lingkungan yang sulit

⁴ Suwarjo, 2009, Model Konseling Teman Sebaya untuk Mengembangkan Resiliensi, hlm.9.

⁵ Esya Anesti Mashudi, Konseling Emotif Behavior untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja, (Bandung : 2012), hlm.14

dan tidak menyenangkan seperti banyaknya tugas di madrasah dan pesantren yang dapat menimbulkan tekanan dan stres. Resiliensi sangat menentukan gaya berfikir dan keberhasilan siswa dalam hidupnya, termasuk keberhasilan belajar di sekolah.

Upaya penanganan masalah siswa yang menunjukkan gejala resiliensi rendah di MA Al Ma'had An Nur yang telah dilakukan melalui layanan bimbingan dan konseling belum menunjukkan efektivitas layanan. Terbukti masih banyak siswa terlambat, bolos, dan tidak semangat dalam mengikuti pelajaran. Menurut guru BK MA Al Ma'had An Nur kendala layanan BK tidak efektif karena tidak tersedianya jam masuk kelas untuk BK sehingga sulit memberikan layanan dan informasi kepada siswa. Selain itu pelaksanaan konseling membutuhkan waktu yang cukup lama sedangkan waktu siswa sudah penuh dengan berbagai kegiatan di madrasah dan pesantren.

Dari sekian banyak pendekatan bimbingan dan konseling yang ada, salah satu pendekatan yang dianggap tepat untuk meningkatkan resiliensi siswa MA Al Ma'had An Nur adalah bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam. Alasan pemilihan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam untuk meningkatkan resiliensi siswa adalah karena : pertama, konseling *impact* merupakan salah satu bentuk pendekatan kreatif dalam konseling yang berpedoman pada terapi behavior kognitif yang cukup mapan dan jelas akar sejarahnya filosofinya (Jacobs, 1992). Bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam merupakan hasil pengembangan dan kreatifitas konselor yang

memodifikasi konseling *impact* konvensional dengan bimbingan dan konseling Islam.

Kedua, konseling *impact* merupakan pendekatan yang unik yang berupaya mengintegrasikan berbagai konsep dalam *Rational Emotif Behavior Therapy*, *Transactional Analysis*, *Reality Therapy*, *Gestalt*, dan *Ericsonian Hypnosis* dengan berbagai properti, gambar, dan gerak dalam proses konseling (Jacobs, 1992, 1994). Konselor dapat memilih atau menggabungkan teknik-teknik dan pendekatan dalam konseling yang ada (Syamsu, 2012). Bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam menggunakan teknik dan konsep dalam konseling *impact* dengan bantuan properti botol soda dan menambahkan nilai-nilai Islam dalam intervensinya melalui *game* bimbingan. Teknik-teknik konseling kreatif ini bisa diterapkan baik di konseling individual maupun konseling kelompok dengan tujuan membuat sesi konseling fokus, lebih menarik, lebih terarah dan juga lebih tepat sasaran (Jacobs, 1992).

Ketiga, proses terapeutik dalam konseling *impact* berupaya membuat sesi konseling menjadi lebih efektif, aktif, dan singkat (Ramadian, 2011). Kesalahan yang sering dilakukan konselor menyebabkan sesi konseling menjadi membosankan dan tidak efektif. Konselor melakukan terlalu banyak refleksi, mendengarkan terlalu banyak cerita konseli, jarang menginterupsi konseli, tidak fokus dalam sesi konseling, menunggu terlalu lama untuk melakukan fokus atau funnel, tidak menggunakan teori konseling, menggunakan "*hope method*" dalam konseling dan jarang menggunakan alat

bantu yang kreatif dan tidak bersifat multisensori (Jacobs, 1992). Sesi bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam yang singkat, jelas, dan fokus pada pemecahan masalah sesuai untuk mengatasi masalah resiliensi pada siswa MA basic pesantren yang mempunyai aktivitas padat karena teknik ini tidak membutuhkan waktu yang lama.

Keempat, prinsip dasar *mnemotechnique* dan *multidimensional therapy* dalam konseling *impact* bermanfaat untuk membantu konseli memahami permasalahannya. Penggunaan berbagai properti yang bisa memunculkan *impact* tersendiri dalam proses konseling (Jacobs, 1992). Manusia mengingat dan belajar lebih banyak melalui apa yang mereka lihat dan alami, bukan pada apa yang mereka dengar (Carpenter 2002, Carson & Becker 2004). Teknik *impact* menggabungkan pengetahuan sistem memori manusia dalam intervensi psikoterapi memiliki pengaruh yang kuat untuk menghasilkan kemajuan yang lebih cepat dan bertahan lama (Beaulieu, 2011). Teknik sederhana ini efektif karena menggunakan intervensi multi indrawi yang membuat konsep abstrak menjadi konkrit, merangsang emosi konseli, dan membangun pengetahuan konseli. Metode intervensi multiindrawi memfokuskan bagaimana otak merasakan, belajar, mempertahankan dan dapat menciptakan dampak pada konseli (Beaulieu 2006, Jacobs 1992).

Kelima, penambahan *basic* Islam berdasarkan pertimbangan siswa atau konseli yang dihadapi dengan latar belakang siswa pesantren. Pengetahuan siswa akan ilmu agama dan keyakinan yang dimiliki siswa berpengaruh terhadap keberhasilan dalam pemberian layanan bimbingan dan

konseling *impact* berbasis Islam. Beberapa hal yang dapat mempengaruhi keberhasilan pelaksanaan bimbingan dan konseling antara lain keyakinan subjek yang membimbing, subjek yang dibimbing, cara membimbing, dan tujuan akhir dari bimbingan (Anwar Sutoyo, 2012). Konsep resiliensi dengan pendekatan psikologi Islam-Jawa pernah dilakukan terhadap santri penghafal Al Qur'an di pondok pesantren Al Munawwir Krapyak Yogyakarta dan terbukti efektif (Dewi Khurun Aini 2012).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan keberhasilan penggunaan *impact* menurunkan prokrastinasi akademik siswa (Desviliana 2015), terapi *impact* dengan menggunakan *art therapy* terbukti efektif mengurangi kecemasan pada penderita leukimia (Adriani & Satriadarma, 2011), penggunaan teknik *impact* dengan menulis pengalaman emosional terbukti mampu menurunkan depresi pada mahasiswa tahun pertama (Susilowati & Hasanah, 2012), dan konseling REB dengan *impact counseling* mampu mengurangi kecemasan menghadapi Ujian Nasional di SMKN 3 Malang .

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat ditarik rumusan masalah “Apakah bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa di MA Al Ma’had An Nur Bantul” ?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian mengenai efektivitas bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam untuk meningkatkan resiliensi siswa mempunyai tujuan untuk mengetahui efektivitas bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam untuk meningkatkan resiliensi siswa MA Al Ma'had An Nur Bantul.

2. Kegunaan Penelitian.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut :

a. Manfaat teoritis

Mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling Islam khususnya dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam upaya meningkatkan resiliensi siswa.

b. Manfaat praktis

1) Bagi guru BK / konselor. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam untuk meningkatkan resiliensi siswa.

2) Bagi siswa. Dapat memperoleh pengalaman dan pengetahuan tentang cara meningkatkan resiliensi.

3) Bagi pengurus pesantren. Dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk memberikan ide dan gagasan baru dalam memberikan pendampingan bimbingan di pesantren.

- 4) Bagi peneliti. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan untuk penelitian selanjutnya dalam mengembangkan ketrampilan bimbingan dan konseling dengan pendekatan dan teknik yang lebih komprehensif.

D. Kajian Pustaka

Pertama, penelitian Mwangi CN, Okatcha FM, Kinai TK and Ileri AM dalam International Journal of School and Cognitive Psychology S2: 003 doi: 10.4172, 30 September 2015 dengan judul *Relationship between Academic Resilience and Academic Achievement among Secondary School Students in Kiambu County Kenya*.⁶ Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan antara resiliensi akademik dan prestasi akademik. Siswa yang mempunyai resiliensi akademik lebih sukses di sekolah dan lebih mungkin untuk berkembang secara akademis.

Kedua, Penelitian Aileen M. Pidgeon, Natasha F. Rowe , Heidi B Magyar, Barbara C. Y. Lo. dalam Journal of Social Sciences, 2014, 2, 14-22, November 2014 dengan judul *Examining Characteristics of Resilience among University Students: An International Study*.⁷ Hasil penelitian mahasiswa dengan tingkat resiliensi yang rendah memperlihatkan tingkat signifikan lebih

⁶ Mwangi CN, Okatha FM, Kinai TK and Ileri AM, "Relationship between School Students in Kiambu County Kenya", *International Journal of School and Cognitive Psychology* S2: 003 doi:10.4172, (Department of Educational Psychology Kenyatta University, Nairobi, Kenya, 2015).

⁷ M. Pidgeon, Natasha F. Rowe , Heidi B Magyar, Barbara C. Y. Lo., "Examining Characteristics of Resilience among University Students: An International Study", *Journal of Social Sciences*, 2(11), 14-22. (Bond University, 2014).

rendah, pada dukungan sosial, keterhubungan kampus, dan tekanan psikologis yang tinggi, dibandingkan mahasiswa dengan tingkat resiliensi yang tinggi.

Ketiga, penelitian Muhammad Sarwar, Hafiz Inamullah, Naeemullah Khan, and Nadeem Anwar dalam *Journal of College Teaching & Learning* Vol.7, No.8; Agustus 2010 yang berjudul *Resilience and Academic Achievement of Male and Female Secondary Level Students In Pakistan*.⁸ Hasil penelitian resiliensi adalah kemampuan untuk berhasil meskipun terdapat hambatan yang membuat siswa sulit untuk berhasil. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara resiliensi dan prestasi akademik siswa tingkat menengah dari Gujranwala, Pakistan. Data menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara resiliensi dan prestasi akademik. Anak laki-laki lebih resilien dibandingkan anak perempuan di sekolah tingkat menengah di Pakistan.

Keempat, penelitian Michael Ungar, Patrick Russell, & Gerry Connelly dalam *Journal of Educational and Developmental Psychology*; Vol. 4, No. 1; 2014, 12 Maret 2014 yang berjudul *School-Based Interventions to Enhance the Resilience of Student*.⁹ Hasil penelitian lapangan tentang program siswa sekolah menengah menunjukkan bahwa resiliensi jarang

⁸ Muhammad Sarwar, Hafiz Inamullah, Naeemullah Khan, and Nadeem Anwar "Resilience and Academic Achievement of Male and Female Secondary Level Students In Pakistan", *Journal of College Teaching & Learning* Vol.7, No.8, (The Clude Institute: Universitas of Sargodha Pakistan, 2010).

⁹ Michael Ungar, Patrick Russell, & Gerry Connelly, "School-Based Interventions to Enhance the Resilience of Student", *Journal of Educational and Developmental Psychology*; Vol. 4, No. 1, (Canadian Center of Science and Education, 2014).

merupakan hasil intervensi di sekolah saja, atau sistem tunggal lainnya yang menyediakan layanan kepada siswa. Resiliensi terbukti menjadi multidimensi, yang melibatkan paparan risiko dan akses ke beberapa sumber daya internal dan eksternal. Dari 36 intervensi, program yang sukses dengan siswa rentan dan program yang kurang efektif atau memiliki dampak negatif dipengaruhi komunitas, akses dukungan dan status ekonomi keluarga.

Kelima, penelitian Hazel C. Acosta, dalam Philippine E-journals Vol.8 No.1, 2011 dengan judul *Student's Resilience as Achieved Capability: The Substantive Grounded Theory in Public Education*.¹⁰ Penelitian ini mengeksplorasi bagaimana kemajuan siswa di sekolah umum. Resiliensi siswa, sebagai kemampuan yang dicapai, diwujudkan dalam kreatifitas, sikap yang gigih, disengaja, respon dan kecenderungan terhadap studi.

Keenam, penelitian Andrew Martin dalam Australian Journal of Education Vol 48, No 1 34-49 April 2012 yang berjudul *Motivation and Academic Resilience : Developing a Model for Student Enhancement*.¹¹ Makalah ini membahas model motivasi dan memperkenalkan konsep resiliensi akademik . Motivasi sangat penting untuk keberhasilan akademis , namun dapat hilang jika tidak tahan terhadap kemunduran , tekanan studi , dan stres di lingkungan sekolah.

Ketujuh, penelitian Penelitian Brooks, Jean E, (2006) dalam Journal Children and Schools, volume 28, number 2, April 2006, pp.69-76(8) yang

¹⁰ Hazel C. Acosta, "Student's Resilience as Achieved Capability: The Substantive Grounded Theory in Public Education ", *Philippine E-journals* Vol.8 No.1, (Philippine, 2011).

¹¹ Andrew "Motivation and Academic Resilience : Developing a Model for Student Enhancement", *Australian Journal of Education* Vol 48, No 1 34-49, (Australia, 2012).

berjudul *Strengthening Resilience in Children and Youths : Maximizing Opportunities Through the Schools*.¹² Hasil penelitian resiliensi berfokus pada faktor-faktor pelindung yang berkontribusi terhadap hasil positif meskipun beresiko.

Kedelapan, penelitian Vick, Sharpley, & Peters dengan judul *How is Resilience Associated with Anxiety and Depression*. Berdasarkan hasil uji analisis anova diperoleh kecenderungan rata-rata skor kecemasan akademik terendah terjadi pada kelompok eksperimen pada saat *follow up*, dan $F_{hitung} = 11,352$ dengan $p(sig) = 0,000$, serta $F_{tabel} = F(0,05 ; 3 ; 56) = 2,76$. Hal ini berarti bahwa pelatihan resiliensi terbukti efektif secara signifikan dalam menurunkan kecemasan akademik.¹³

Kesembilan, penelitian Dewi Khurun Aini dengan judul Resiliensi Santri Penghafal Al-Qur'an Di Madrasah Tahfidz Pesantren Al Munawwir Krapyak Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi yang dimiliki oleh sembilan partisipan sangat bervariasi. Proses resiliensi yang dimiliki santri penghafal Al-Qur'an dipengaruhi oleh faktor internal yang terdiri dari faktor kepribadian (*personality*), motivasi, emosi positif, faktor eksternal yang terdiri dari pola pengasuhan keluarga (*parenting style*) dan pengasuh pesantren (*kyai*), dukungan sosial, lingkungan komunitas, teman sebaya (*peer*). Konsep resiliensi dengan pendekatan psikologi Islam-Jawa

¹² Brooks, Jean E, (2006) , "Strengthening Resilience in Children and Youths : Maximizing Opportunities Through the Schools", *Journal Children and Schools*, vol. 28, No.2, pp.69-76(8) (2006).

¹³ Vick, B, Sharpley, C.F, & Peters, K, " How is resilience Associated with Anxiety and Depression." *German Journal of Psychiatry*, 13 (1), 9-16, (German, 2010).

mencakup hubungan personal interpersonal, dan transsendental yang memperkaya khasanah keilmuan Muslim.¹⁴

Kesepuluh, penelitian Destalya Anggraini dengan judul pengaruh Tipe Kepribadian dan Kompetensi Sosial Terhadap Resiliensi Remaja Tuna Rungu di Bandung. Hasil penelitian terdapat pengaruh tipe kepribadian (*introvert* dan *extrovert*) dan kompetensi sosial terhadap resiliensi remaja tuna rungu.¹⁵

Kesebelas, Esya Anesty Mashudi dengan judul Konseling Rasional Emotif Behavioral untuk Meningkatkan Resiliensi. Hasil penelitian menunjukkan secara empirik, intervensi konseling rasional emotif behavioral teruji efektif untuk meningkatkan resiliensi remaja.¹⁶

Keduabelas, penelitian penelitian Orpa Banne dengan judul Resiliensi Remaja yang Memiliki Orangtua Bercerai (Studi Fenomena terhadap Remaja dengan Orangtua yang Bercerai di Kota Makassar). Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki orang tua bercerai dapat mencapai resiliensi. Proses resiliensi yang dilalui responden adalah munculnya perasaan negatif, beradaptasi dengan perubahan, menerima keadaan, bertahan dengan

¹⁴ Dewi Khurun Aini, Resiliensi Santri Penghafal Al-Qur'an Di Madrasah Tahfidz Pesantren Al Munawwir Krapyak Yogyakarta, *Thesis*, (Yogyakarta : Universitas Gajah Mada: 2012)

¹⁵ Destalya Anggraini, Pengaruh Tipe Kepribadian dan Kompetensi Sosial Terhadap Resiliensi Remaja Tuna Rungu di Bandung, *Thesis*, (Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia, 2013).

¹⁶ Esya Anesty Mashudi , Konseling Rasional Emotif Behavioral untuk Meningkatkan Resiliensi, *Thesis*, (Bandung Universitas Pendidikan Indonesia, 2012).

keadaan keluarga, berkembang ke arah positif yang dipengaruhi oleh faktor individual, keluarga, serta eksternal atau komunitas.¹⁷

Ketigabelas, penelitian Nurlaila yang berjudul Pelatihan Efikasi Diri untuk Menurunkan Kecemasan Siswa-Siswi yang akan Menghadapi Ujian Akhir Nasional. Hasil penelitian siswa kelompok eksperimen yang mendapat pelatihan efikasi diri dalam kegiatan pelatihan resiliensi secara signifikan menunjukkan adanya penurunan kecemasan dalam menghadapi UAN dibandingkan kelompok kontrol.¹⁸

Beberapa hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu di atas adalah :

Pertama, berdasarkan topik atau judul penelitian ini bersifat asli karena belum ditemukan dari penelitian yang penulis temui sebelumnya yang mengaitkan antara variabel terkait yaitu resiliensi dengan variabel bebas yaitu bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam.

Kedua, berdasarkan materi yang disampaikan dalam program manipulasi dimana dalam penelitian ini peneliti mencoba memasukkan unsur-unsur keislaman dalam proses bimbingan dan konseling dengan mengintegrasikan materi-materi Al Qur'an dan Al Hadits dengan teknik-teknik konvensional dari bimbingan dan konseling *impact*

¹⁷ Orpa Banne Resiliensi Remaja yang Memiliki Orangtua Bercerai (Studi Fenomena terhadap Remaja dengan Orangtua yang Bercerai di Kota Makassar), *Thesis*, (Yogyakarta : Universitas Gajah Mada, 2014).

¹⁸ Nurlaila S, “Pelatihan Efikasi Diri untuk Menurunkan Kecemasan pada Siswa-Siswi yang akan Menghadapi Ujian Akhir Nasional”, (*Guidena* , 1 (1), 1-22. 2011)

Ketiga, dalam penelitian ini pemberian manipulasi layanan bimbingan dan konseling *impact* adalah kolaborasi antara tahapan dalam pendekatan *impact* yang dimanipulasi dengan nilai-nilai Islam dengan strategi yang ada dalam resiliensi dan dalam proses konseling.

E. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah kajian teori dalam penelitian ini, berikut disusun sistematika pembahasan yang dapat menggambarkan secara keseluruhan isi dan maksud dari penelitian ini. Penelitian ini terdiri dari lima bab yaitu pendahuluan, landasan teori, metode penelitian, pembahasan atau analisis data, dan penutup.

Dalam bab pertama pendahuluan berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, kajian pustaka, dan sistematika pembahasan. Bab kedua menjelaskan tentang resiliensi dan bagaimanakah bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam. Pada bab ketiga dipaparkan tentang bagaimana metode penelitian yang digunakan dalam menerapkan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam.

Bab keempat berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan atau analisis dari data-data yang telah diperoleh. Pada bab kelima dijelaskan mengenai bagaimana kesimpulan yang didapatkan dari serangkaian penelitian yang telah dilaksanakan beserta saran-saran penelitian.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Tujuan penelitian eksperimen ini adalah menguji efektifitas bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam untuk meningkatkan resiliensi siswa. Pengujian ini dilaksanakan di MA Al Ma'had An Nur Bantul dengan mengambil 34 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 30 siswa sebagai kelompok kontrol. Penelitian ini didahului dengan observasi dan need assesment untuk menyusun skala resiliensi dan manipulasi dalam pelaksanaan eksperimen.

Berdasarkan hasil olah data statistik disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Dengan kata lain bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam dapat meningkatkan resiliensi siswa. Temuan ini dapat dipahami dari pengujian skor uji *T-Paired pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen sebesar $0,000 < 0,05$ artinya terdapat perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* dan skor kelompok kontrol sebesar $0,825 > 0,05$ artinya tidak ada perbedaan nilai pada kelompok kontrol. Juga perbedaan selisih skor resiliensi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan *independent sample test* sebesar 0,003 yang artinya terdapat perbedaan selisih skor *post-test* antara kelompok eksperimen dnegan kelompok kontrol.

Nuansa bimbingan dan konseling Islam yang mewarnai dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling *impact* memudahkan siswa memahami

materi resiliensi dan menerapkan dalam perilaku sehari-hari. Makna Islam yang dimaksud dalam bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam adalah modifikasi bimbingan bimbingan dan konseling konvensional dengan memanfaatkan teknik mnemo dan media bimbingan dan konseling konvensional dengan menambahkan makna yang diambil dari Al Qur'an melalui game bimbingan agar siswa tertarik dan mudah menerima sugesti yang diberikan pada saat manipulasi. Hal inilah yang mampu meningkatkan resiliensi siswa karena game waktu dan game tujuan (cita-cita) memacu siswa untuk bertindak positif.

B. Saran-Saran

Berdasarkan hasil penelitian eksperimen yang telah diperoleh, dibawah ini disampaikan rekomendasi sebagai berikut :

1. Kepada guru bimbingan dan konseling atau konselor di sekolah layanan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam dapat dijadikan alternatif pendekatan dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling. Peneliti menyarankan kepada guru BK maupun konselor untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling *impact* sebagai layanan individu maupun kelompok untuk mengatasi permasalahan-permasalahan siswa di sekolah agar lebih efektif.
2. Kepada para pengurus (bapak / ibu pembimbing kamar) pesantren bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam dapat digunakan untuk

mendampingi pola layanan bimbingan khas pesantren dalam meningkatkan resiliensi siswa.

3. Kepada peneliti bimbingan dan konseling selanjutnya direkomendasikan untuk mengembangkan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam yang berbeda atau pada madrasah yang terpadu dengan pondok pesantren yang sama dengan mempertimbangkan faktor lain yang dapat mempengaruhi efektifitas pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam seperti pengaruh tingkat IQ, motivasi, dan *locus of control* siswa. Perlu dipertimbangkan durasi waktu yang diperlukan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling *impact* agar lebih efektif sehingga perlu ditambah atau dikurangi sesuai dengan kebutuhan siswa. Peneliti dapat menambahkan kreatifitas dalam memberikan manipulasi dalam bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam.

DAFTAR PUSTAKA

- Acosta, Hazel, C., "Student's Resilience as Achieved Capability: The Substantive Grounded Theory in Public Education", *Philippine E-journals*, Vol.8, No.1 tahun 2011.
- Adriani, Shinta, Natalia, & Satriadarma, Monty, P., Efektivitas Art Therapy dalam Mengurangi Kecemasan pada Remaja Pasien Leukimia, *Journal of Cancer* Vol.5, No.1 tahun 2011.
- Aini, Dewi, Khurun, Resiliensi Santri Penghafal Al-Qur'an Di Madrasah Tahfidz Pesantren Al Munawwir Krapyak Yogyakarta, *Thesis*, Yogyakarta : Universitas Gajah Mada, 2012.
- Anggrainy, Destalya, Pengaruh Tipe Kepribadian dan Kompetensi Sosial Terhadap Reliensi Remaja Tunanetra Di Kota Bandung, *Thesis*, Bandung: Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia, 2013.
- Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Arufa, Alfithrah, *Studi Teks (Pustaka/literatur) dalam Metodologi Penelitian*, 2012.
- Banne, Orpa, Resiliensi Remaja yang Memiliki Orangtua Bercerai (Studi Fenomena terhadap Remaja dengan Orangtua yang Bercerai di Kota Makassar), *Thesis*, (Yogyakarta : Universitas Gajah Mada, 2014).
- Beaulieu, Danie, *Impact Techniques for Therapist*, New York: Taylor & Francis Group, 2006.
- Beck, Judith, S., *Cognitive Behaviour Therapy Basic and Beyond (2nded)*, New York : The Guilford Press, 2011.
- Bonanno, G. A., Loss, Trauma, and Human Resilience. *Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Aversive Events?*, The American Psychological Association, 2004.
- Bowman, D.O, "Poetry therapy in Counseling the Troubled Adolescent." *Journal of Poetry Therapy*, 6,27-34.doi: 10.1007/BF01078291, 1992.
- Breen, D.T., & Daigneault, S.D, The Use of Play Therapy with Adolescent in High School, *International Journal of Play Therapy*, 7,25-47.doi: 10.1037/h0089417, 1998.

- Brooks, Jean E, "Strengthening Resilience in Children and Youths: Maximizing Opportunities Through the Schools", *Journal Children and Schools*, Vol. 28, No. 2, 69-76 (8), April 2006.
- Cambell, P.S, Connell, C., & Beegle, A. Adolescents Expressed meaning of Music in and out of School, *The journal of Research in Music education*, 55, 220-236, 2007.
- Christine J. Yeh, Sara M. Aslan, Violeta E. Mendoza, & Mio Tsukamoto, The Use of Sandplay Therapy in Urban Elementary School as a Crisis Response to the World Trade Center Attacks. *Psychology Research*, July 2015, Vol. 5, No. 7, 413-427 doi:10.17265/2159-5542/2015.07.004 , 2015.
- Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Bandung : Remaja Rosdakarya, 2009.
- Desviliana, Hernika, Keefektifan Impact untuk Menurunkan Prokrastinasi Akademik Siswa SMP N 5 Malang, *Thesis: Universitas Negeri Malang*, 2015.
- Draper, K., Ritter, K.B, & Willingham, E.U, Sand Tray Group Counseling with Adolescent. *Journal of Specialists in Group Work*, 28, 244-260, 2003.
- Elligan, D, Rap Therapy : A Culturally Sensitive Approach to Psychoterapy with Young African American Men. *Journal of African American Men*, 5, 27-36, 2000.
- Emunah R, Expression and Examination in Adolescent. The Significance of Creative Arts Therapy. *Journal The Arts in Psychotherapy*, 17, 101-107, 1990.
- Gladding, Samuel T., "The Impact of Creativity in Counseling". *Journal of Creativity in Mental Health* 3,2, tahun 2008.
- Hurlock, Elizabeth, B., *Psikologi perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta : Erlangga, 1990.
- Irawan, Eddy, The Counseling Model Through Cognitive Restructuring Technique To Improve Self-Efficacy Of Underachiever Students, *Prosiding Kongres, Konvensi XVIII ABKIN dan Seminar Internasional Konseling*, 2013.
- Jacobs, E. (1996). Impact therapy and group counseling. In S. Gladding (Ed.), *New developments in group counseling* (pp. 13-16). Greensboro, NC: ERIC/CASS Publications.
- Jacobs, Ed, "Impact Therapy: Creative Counseling Techniques", Makalah disampaikan dalam *Seminar dan Workshop Internasional di Universitas Pendidikan Indonesia Bandung*, tanggal 29 dan 30 Oktober 2011.

- Jaya Eka Danta, Rahmad Ihsan, *Burnout ditinjau dari Locus Of Control Internal Dan Eksternal*, Majalah Kedokteran Nusantara vol 38 no.3, September 2005.
- Jumarin, *Tingkah Laku Manusia dan Pengubahannya (suatu modifikasi pendekatan tingkah laku)*, Yogyakarta : Talenta, 2005.
- Karima, Yuniar, *Program Bimbingan Konseling Pribadi Sosial Untuk Meningkatkan Resiliensi Peserta Didik, Studi Deskriptif Terhadap Peserta Didik Kelas X SMK Profita Kota Bandung Tahun Ajaran 2012/2013*, Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan : Universitas Pendidikan Bandung, 2013.
- Krahee, B., *Perilaku Agresif*, terj. H. P. Soetjipto, & S. M. Soetjipto, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Kress,V,E. Hottman, R., & Thomas, A.M, *Letters from the Future. The Use of Therapeutic Letter. Writing in Counseling Sexual Abuse Survivors*, 2008.
- Krisnayana, Antari Ni Tengah Madri, Dantes Nyoman, “Penerapan Konseling Kognitif Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Kelas XI IPA1 Sma Negeri 3 Singaraja”.*e-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling* Vol.2, No 1, 2014.
- Kusumawardhani, Arifah, “ Pelatihan Resiliensi Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Akademik Pada Remaja”, naskah publikasi di Program Pendidikan Magister Profesi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2014.
- Lefcourt, Herbert, M., *Locus of Control: Current, Trend in Theory and Research*, edisi revisi, L.Erbaum Associates, 1982.
- Mashudi, Esya, Anesty, *Konseling Rasional Emotif Behavioral untuk Meningkatkan Resiliensi*, Thesis, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2012.
- Mu'arifah A., *Hubungan Kecemasan dan Agresivitas. Humanitas: Indonesian Psychological Journal* , 2005.
- Muhadjir, Noeng, *Metodologi Keilmuan: Paradigma Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*, edisi ke- V, Yogyakarta: Rake Sarasin, 2007.
- Muslikah, *Model Bimbingan Teman Sebaya Untuk Mengembangkan Sikap Negatif Terhadap Perilaku Seks tidak Sehat Remaja*, Disertasi, UNNES , 2011.
- Muqodas, Idat, “Cognitive-Behaviour Therapy: Solusi Pendekatan Praktek Konseling di Indonesia”, *Makalah*, 2011.

- Mwangi CN, Okatha FM, Kinai TK and Ileri AM, "Relationship between Academic Resilience and Academic Achievement among Secondary School Students in Kiambu County Kenya", *International Journal of School and Cognitive Psychology* S2: 003 doi: 10.4172 30 September 2015.
- Nasution, Khoiruddin, *Panduan penulisan Tesis*, Yogyakarta: Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2012.
- Nata, Abuddin, *Metodologi Studi Islam*, Jakarta: Rajawali Pers, 2006.
- Nathan, R, Pyle, Therapeutic Letters in Counselling Practice: Client and Counsellor Experiences, *Canadian Journal of Counselling / Revue canadienne de counseling*/2006, Vol. 40:1, 2006.
- Nazir, Moh, *Metodologi Penelitian*, Bogor: Ghalia Indonesia, 2005.
- Nurlaila, S., Pelatihan Efikasi Diri untuk Menurunkan Kecemasan pada Siswa-Siswi yang akan Menghadapi Ujian Akhir Nasional, *Guidena*, 2011.
- Nurwangid Muh, Purwanti Isti Yuni, Fathiyah Kartika Nur, "Penerapan Bimbingan Kelompok (Group Activity) Dalam Mengatasi Burnout Bersekolah Pada Siswa Sekolah Dasar", Laporan Penelitian Kelompok Jurusan Psikologi dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, 2010.
- Pidgeon Aileen M., Rowe Natasha F., Magyar Heidi B, Barbara C. Y. Lo., "Examining Characteristics of Resilience among University Students: An International Study" *Journal of Social Sciences*, 2014, 2, 14-22, November 2014.
- Prasetya, Agus, Pengembangan Panduan Konseling REB dengan *Impact Counseling* untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional di SMKN 3 Malang, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang, 2014.
- Rahmadian, Ahmad, Ali, Kreatifitas dalam Konseling. Makalah disampaikan dalam *Seminar dan Workshop Internasional di Universitas Pendidikan Indonesia Bandung*, Tanggal 29 dan 30 Oktober 2011.
- Rahman, Imas, Kania, "Teknik Permainan Gestalt (TPG) Untuk Meningkatkan Adaptabilitas Santri di Pondok Pesantren : Studi Eksperimen TPG di Pondok Pesantren Salafiyah Miftakhul Huda Manonjaya Kanupaten Tasikmalaya dan Pondok Pesantren Amanah Muhammadiyah Sambongjaya kota Tasikmalaya", *Disertasi*, Bandung : Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia, 2011.
- Reivich K, & Shatte, A, *The Resilience Faktor* New York : Random House, Ich, 2002.

- Reich, K. & Shatte, A., *The Resilience Faktor Essensial Skill for Overcoming Life's Inevitable Obstacle*, New York : Random House, Inc, 2002.
- Retnowati, S., *Remaja dan Permasalahannya*, Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajahmada, 2007.
- Rosidi Imron, *Karya Tulis Ilmiah*, Jakarta : Media Pustaka, 2005.
- Santrock, J. W., *Adolescence: Perkembangan Remaja* (alih bahasa Shinto B. Adelar dan Sherly Saragih), Jakarta : Erlangga, 2003.
- Sarwar, Muhammad, Inamullah, Hafiz, Khan, Naeemullah, and Anwar, Nadeem, "Resilience And Academic Achievement Of Male And Female Secondary Level Students In Pakistan" *Journal of College Teaching& Learning* Vol.7, No.8, Agustus 2010.
- Schimmel,C.J, Seeing is Remembering : The Impact of Using Creative Props with Children in Schools and Community Agencies, "*Journal of Creativity in Mental Health*", 2,59-74.doi: 10.1300/J456v02n02-07, 2007.
- Siregar, C. N, Tingkat Kecemasan Pada Santri Pondok Pesantren, *Jurnal Online Psikologi* , 1 (1), 242-256, 2013.
- Sken, Y.P., Armstrong, S.A (2008), Impact of Group Sandtray Therapy on The Self-Esteem of Young Adolescent Girl, *The Journal for Spesialist in Group Work*, 33,118-137.doi: 10.1080/ 01933920 801977397.
- Skudzyk.B, Zera.D.A, M.M.Mahon.G, Schimidt.R, Boyne.J, & Spannaus.R.L, Learning to Relate : Interweaning Creative Approaches in Group Counseling with Adolescent. *Journal of Creativity in Mental Health*,4.249-261, 2009.
- Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*, Cet.ke-5, Yogyakarta : Bumi Aksara, 2008.
- Suseno Miftahun Ni'mah, *Statistika*, Yogyakarta: Ass Shaff, 2012.
- Suwarjo, *Modul Pengembangan Resiliensi*, Yogyakarta: Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, 2008.
- Suwarjo, Model Konseling Teman Sebaya untuk Pengembangan Daya Lentur (*Resilience*): Studi Pengembangan Model Konseling Teman Sebaya untuk Mengembangkan Daya Lentur Remaja Panti Sosial Asuhan Anak Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, *Disertasi*. UPI, 2008.

Syahniar, “*Impact Therapy* (Suatu Tinjauan Teori dan Praktek dalam Konseling)”, Makalah disampaikan dalam *Seminar Internasional di Universitas Negeri Padang*, tanggal 14 Januari 2012.

Ungar Michael, Russell Patrick, & Connelly Gerry, “School-Based Interventions to Enhance the Resilience of Student”, *Journal of Educational and Developmental Psychology*, Vol. 4, No. 1; 2014, 12 Maret 2014.

Uyun, Zahrotul, Resiliensi dalam Pendidikan Karakter, Surakarta: *Makalah Prosiding Seminar Nasional Psikologi Islami*, 2012.

Vick, B. Sharpley, C. F. & Peters, K., How is resilience associated with anxiety and depression, *the German Journal of Psychiatry*, 13, 9-16, tahun 2010.

Vita, R., & Irwan, N., *Pengaruh Pelatihan Resiliensi Terhadap Perilaku Asertif*. Yogyakarta: UNY Press, 2009.

Lampiran 1

Panduan Pelaksanaan
Bimbingan dan Konseling *Impact* Berbasis Islam
Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa

A. Deskripsi Umum

Modul ini disusun untuk mendeskripsikan secara detail mengenai apa dan bagaimana penerapan layanan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam untuk meningkatkan resiliensi siswa. Dalam modul ini dijelaskan tahap demi tahap yang dilakukan untuk menguji efektivitas bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam, meliputi tahap awal, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir. Secara keseluruhan, modul ini dilaksanakan sebanyak 3 (tiga) kali sesi pertemuan dengan durasi waktu 90 menit.

B. Tujuan

Tujuan utama bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam ini adalah untuk membantu siswa dalam mewujudkan dirinya sebagai manusia yang resilien (yang dapat bertahan dan kuat dalam keadaan yang menekan atau stress).

C. Pelaksana

Pelaksana dalam modul penelitian ini adalah peneliti sendiri sebagai konselor yang memimpin dari awal sampai akhir dengan dibantu guru

bimbingan dan konseling sebagai pendamping, dan seorang *observer* selama konseling dilaksanakan dari pertemuan pertama sampai ketiga. Adapun pelaksanaan modul ini ialah di Madrasah Aliyah (MA) Al Ma'had An Nur Bantul Yogyakarta.

D. Metode Bimbingan dan Konseling *Impact* Berbasis Islam

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan modul ini ialah dengan menggunakan layanan bimbingan kelas. Jumlah siswa yang disertakan sebanyak 38 siswa yang diambil dari satu kelas XI IPS 2 untuk memudahkan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelas. Berdasarkan hasil *pre test* siswa yang menunjukkan resiliensi rendah diberikan bimbingan dan konseling individu.

E. Persiapan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelas

Sebelum bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam dilaksanakan, terlebih dahulu konselor memilih siswa untuk dijadikan sebagai subjek penelitian atau subjek yang akan dikenakan intervensi bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam. Berikut adalah langkah-langkah pembentukan dalam bimbingan kelas yang dimaksud :

1. Konselor menentukan kelas yang tingkat resiliensi siswanya rendah.
2. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling.

3. Siswa dalam satu kelas tersebut selanjutnya dikenai *pre-test* untuk diketahui skor resiliensi menggunakan skala resiliensi.
4. Hasil *pre-test* didiskusikan dengan guru BK untuk menentukan siswa yang akan dijadikan subjek penelitian berdasarkan hasil *pre-test*.

F. Teknik pelaksanaan Bimbingan dan Konseling *Impact* Berbasis Islam

Berikut ini adalah deskripsi secara detail mengenai pelaksanaan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam dari pertemuan pertama sampai ketiga.

Pertemuan Pertama

Raport

Membangun hubungan yang *genuin* dan Pemahaman Diri. Pertemuan pertama dilaksanakan melalui 2 sesi. Berikut penjelasan lebih detail mengenai prosedur pelaksanaan kedua sesi yang dimaksud :

1. Sesi Pertama :

- a. Kegiatan : Membangun hubungan yang genuin dan saling percaya antara konselor dengan konseli (siswa).
- b. Tujuan : Membangun hubungan yang akrab antara siswa dengan konselor.
- c. Metode : Ceramah dan *game*.
- d. Alokasi Waktu : 45 menit.
- e. Prosedur Kegiatan:

- 1) Konselor membuka sesi bimbingan kelas dengan salam, berdoa, dan memperkenalkan diri kepada siswa.
- 2) Konselor menjelaskan maksud dan tujuan diadakannya bimbingan kelas
- 3) Konselor memberikan satu lembar kertas yang sudah tersedia dengan empat pertanyaan membentuk kuadran.
- 4) Masing-masing anggota diminta mengisi empat kuadran tersebut dengan ketentuan sebagai berikut : (a). Kuadran I diisi dengan 3 ciri khas yang menggambarkan dirinya. (b) Kuadran II diisi dengan kebiasaan yang sering dilakukan di dalam kelas, (c) Kuadran III diisi dengan hobi selama di pesantren , dan (d) Kuadran IV diisi dengan tokoh idolanya.
- 5) Kertas dilipat menjadi 4 lipatan, sehingga menutup isian yang telah ditulis, lalu serahkan kepada konselor, dan dibacakan satu persatu.
- 6) Salah satu anggota dipersilahkan untuk menebak siapakah dia berdasarkan dari isian yang dibaca oleh konselor.
- 7) Bagi salah satu anggota kelas yang berhasil menebak siapa yang digambarkan di kertas tersebut, diberikan hadiah berupa makanan atau buku yang disediakan oleh konselor.
- 8) Apabila tidak ada yang berhasil menebak maka yang bersangkutanlah yang diberikan hadiah tersebut.

2. Sesi Kedua :

- a. Kegiatan : Pemahaman diri dan penggalian potensi siswa
- b. Tujuan : Mengenalkan dan memahami siapa diri siswa sebenarnya serta menggali potensi kelebihan dan kekurangannya yang tertanam pada diri masing-masing siswa.
- c. Metode : Pengisian angket dan diskusi
- d. Alokasi Waktu : 45 menit
- e. Prosedur Kegiatan:
 - 1) Konselor menjelaskan tentang bagaimana konsep pemahaman diri yang mengacu pada dimensi resiliensi dalam diri setiap individu.
 - 2) Konselor memberikan angket pemahaman diri yang berisi pertanyaan tentang siapa saya dan apa kelebihan serta kelemahan saya. Konselor memberikan kesempatan kepada anggota kelas untuk mengisi sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.
 - 3) Seluruh anggota kelas diberi kesempatan untuk mengemukakan potensi yang ditulis berdasarkan angket.
 - 4) Masing-masing anggota kelas diberi kesempatan untuk memberikan komentar untuk potensi yang dimiliki anggota kelas lainnya.
 - 5) Konselor meyakinkan bahwa semua anggota kelas mempunyai potensi yang kuat untuk mempunyai sifat resilien.
 - 6) Pertemuan ini ditutup dengan memberikan gambaran secara singkat tentang teknik-teknik untuk mengembangkan resiliensi yang akan dibahas pada pertemuan selanjutnya.

Pertemuan Kedua

Contract Dan Fokus

Eksplorasi Masalah Siswa dan Meningkatkan Resiliensi melalui Bimbingan dan Konseling Impact Berbasis Islam ”

1. Sesi Pertama :

- a. Kegiatan : Pemahaman tentang Resiliensi
- b. Tujuan : Menjelaskan tentang pentingnya resiliensi siswa di madrasah dan pesantren
- c. Metode : Ceramah
- d. Alokasi Waktu :15 menit
- e. Prosedur Kegiatan:
 - 1) Konselor menjelaskan gambaran umum mengenai resiliensi
 - 2) Konselor menjelaskan dampak apa sajakah apabila seseorang mempunyai resiliensi yang baik (resilien), dan seseorang yang tidak resilien.
 - 3) Konselor memberikan contoh atau gambaran seseorang yang resilien dan tidak resilien.

2. Sesi Kedua

- a. Kegiatan : Eksplorasi dan Identifikasi mengenai masalah resiliensi pada siswa
- b. Tujuan : Mengeksplorasi dan mengidentifikasi masalah-masalah siswa yang berkenaan dengan resiliensi baik di lingkungan madrasah maupun di lingkungan pesantren.

c. Metode : Menulis surat dan diskusi

d. Alokasi Waktu : 15 menit

e. Prosedur Kegiatan :

- 1) Konselor membagikan kertas kepada seluruh anggota kelas. Masing-masing anggota kelas diminta menulis permasalahan-permasalahan yang dialami
- 2) Hasil tulisan diserahkan kepada konselor untuk selanjutnya dibahas.
- 3) Masalah – masalah diidentifikasi penyebabnya oleh seluruh anggota kelas dengan dipandu oleh konselor
- 4) Konselor menggeneralisasikan masalah-masalah tersebut menjadi satu masalah utama dengan meminta masukan dari seluruh anggota kelas.
- 5) Konselor dengan anggota kelas menyepakati masalah utama tentang resiliensi yang secara garis besar mengandung seluruh masalah dalam anggota kelas.
- 6) Problem yang disepakati dibahas mengenai penanganan pada sesi selanjutnya.

3. Sesi Ketiga

a. Kegiatan : Pembahasan masalah siswa

b. Tujuan : membahas solusi (pemecahan masalah) problem siswa

c. Metode : Diskusi

d. Alokasi Waktu : 15 menit

e. Prosedur Kegiatan :

- 1) Konselor mengulang kembali masalah atau problem yang telah disepakati bersama untuk dibahas lebih lanjut.
- 2) Seluruh anggota kelas dipersilahkan untuk memberikan pandangannya mengenai masalah-masalah yang telah disepakati tersebut.
- 3) Konselor menyimpulkan beberapa solusi yang ditawarkan oleh seluruh anggota kelas.
- 4) *Ice breaking* tentang pengambilan keputusan yang divisualisasikan dengan menggunakan slide presentation (*power point*)

4. Sesi Keempat

- a. Kegiatan : Menjadi Individu Yang Resilien
- b. Tujuan : Mengantarkan kepada anggota kelompok untuk menemukan dan menentukan beberapa hal yang dianggap penting, berarti, dan berharga bagi diri sendiri dan orang lain. Dapat menjadikan individu mampu beradaptasi dengan baik dan mampu berfungsi secara baik di tengah situasi yang tidak menyenangkan, menekan, penuh rintangan, dan stress .
- c. Metode : *rapport, content, focus, dan funnel* (RCFF)
- d. Alokasi Waktu : 45 menit
- e. Prosedur Kegiatan :
 - 1) Konselor memberikan layanan bimbingan dan konseling menggunakan metode atau teknik dalam konseling impact / terapi impact yang dimodifikasi dengan basic Islam yakni *rapport, content, focus, dan funnel* (RCFF)

- 2) Konselor menggunakan media botol soda sebanyak 3 buah dalam sesi konseling untuk mengetahui kedalaman emosi dan tingkat resiliensi siswa.
- 3) Konselor meminta siswa mengocok botol soda yang pertama dengan kuat hingga berbuih lalu membukanya hingga air dalam botol keluar dan mengotori ruangan.
- 4) Konselor selanjutnya meminta siswa mengocok botol soda kedua hingga berbuih dan menunggu beberapa saat sampai busa turun dan hilang kemudian baru membukanya perlahan-lahan untuk melatih kesabaran siswa.
- 5) Konselor meminta siswa membuka botol soda terakhir tanpa mengocok dan meminta siswa mengamati apa yang terjadi.
- 6) Seluruh anggota kelas dipersilahkan memberi respon mengenai teknik yang telah diberikan dan mengemukakan pendapatnya.
- 7) Masing- masing anggota kelas mengemukakan beberapa sifat – sifat atau cirri- ciri individu yang resilien
- 8) Konselor meyakinkan tentang pemahaman (*insight*) baru yang lebih dalam, dimana emosi seseorang dapat dikontrol dan dikendalikan serta dapat dilatih.
- 9) Pertemuan kedua ini ditutup dengan memberikan gambaran secara singkat tentang bagaimana menjadi individu yang resilien dari sudut pandang Islam yang akan dibahas pada pertemuan selanjutnya

Pertemuan Ketiga

Individu yang Resilien (Berdasarkan Dimensi Waktu dalam Islam “Qs. Al Ashr”) dan Evaluasi

1. Sesi Pertama

- a. Kegiatan : Pembahasan makna dan sifat-sifat individu yang resilien (berdasarkan dimensi waktu dalam Islam Qs.Al Ashr.
- b. Tujuan : Melatih siswa untuk menghargai dan memanfaatkan waktu yang dimiliki untuk hal-hal yang positif dan bermakna ibadah sebagai cermin individu yang mempunyai sifat resilien.
- c. Metode : *Game* dan Diskusi
- d. Alokasi Waktu : 30 menit
- e. Prosedur Kegiatan:
 - 1) Konselor meminta anggota kelas untuk menyebutkan kembali sifat resilien di depan anggota kelas lainnya yang berhasil ditemukan pada pertemuan sebelumnya.
 - 2) Konselor mengajak seluruh anggota kelas untuk mengingat kembali bagaimana percobaan dengan botol soda untuk menggambarkan kondisi emosi seseorang pada pertemuan terdahulu.
 - 3) Konselor membagikan kertas HVS kepada seluruh anggota kelas. Selanjutnya konselor mengajak seluruh anggota kelas untuk bermain *game* “waktu“ menggunakan kertas yang telah dibagikan kepada seluruh anggota kelas.

- 4) Konselor memulai permainan dengan menanyakan kepada seluruh anggota kelas beberapa pertanyaan seperti berapa usia masing – masing anggota kelas sekarang, dan berapa lama mereka akan hidup ?
- 5) Konselor meminta anggota kelas untuk membuat garis vertikal (lurus) dan horisontal (mendatar) pada kertas yang telah dibagikan. Selanjutnya konselor meminta anggota kelas memberikan keterangan waktu (24 jam) pada garis vertikal. Tujuannya adalah memberikan gambaran berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan aktivitas rutin sehari-hari seperti mandi, makan, berjalan, tidur, dll. Sedangkan pada garis mendatar diberi keterangan tahun yang menggambarkan usia produktif seseorang.
- 6) Konselor meminta seluruh anggota kelas untuk menggaris dan mengatsir semua bagian yang terpakai atau digunakan untuk aktivitas rutin sehari-hari.
- 7) Konselor meminta anggota kelas untuk memberikan tanggapan terhadap permainan “*game waktu* “ yang telah dilakukan.
- 8) Konselor menjelaskan kepada anggota kelas bahwa ternyata waktu yang dimiliki masing- masing anggota kelas sangatlah sedikit, terbukti dari bidang yang diatsir (yang digunakan untuk aktivitas rutin sehari-hari) lebih banyak daripada bidang yang kosong (waktu efektif yang dapat dimanfaatkan untuk beribadah dan mengembangkan potensi yang dimiliki untuk belajar dan bekerja).

- 9) Konselor menambahkan bimbingan dan konseling Islam untuk memberikan pemahaman seluruh anggota kelas terkait dengan makna resiliensi dengan menggunakan dimensi waktu seperti yang tertuang dalam QS. Al Ashr ayat 1 – 3.
- 10) Konselor menjelaskan bagaimana contoh orang yang resilien yang harus berkejaran dengan waktu agar tidak termasuk dalam orang yang merugi dengan memberikan ilustrasi orang yang harus berdiri di atas gelondongan kayu di dalam air yang mengalir.
- 11) Konselor mengajak seluruh anggota kelas untuk memahami makna resiliensi dari sudut pandang agama Islam kemudian mencoba untuk mengkaitkan dengan kondisi siswa di madrasah maupun pesantren sehingga siswa mampu memahami dan menerima keadaan maupun kenyataan hidup yang harus mereka jalani di pesantren.
- 12) Konselor memberikan penjelasan kepada seluruh anggota kelas agar dalam menghadapi masalah dan kesulitan hidup siswa mampu mengendalikan diri dan emosi dengan cara yang dianjurkan oleh agama seperti istigfar, wudhu, dan sholat. Konselor juga memberikan pemahaman bahwa segala permasalahan datangnya dari Allah dan masalah akan selesai jika kita kembali kepada Allah.
- 13) Konselor meminta seluruh anggota kelas untuk mendiskusikan sifat-sifat yang diperlukan untuk menjadi individu yang resilien (diidentifikasi hal-hal atau sifat-sifat yang dapat menghambat resiliensi

seseorang dan sebaliknya yang bisa mengembangkan resiliensi sehingga seseorang menjadi resilien dipandu konselor).

- 14) Masing-masing anggota menilai sikap dan perilaku diri sendiri dibantu oleh anggota kelas lainnya terkait sifa- sifat resilien (dihubungkan dengan potensi yang ditemukan sebelumnya).
- 15) Masing- masing anggota kelas mengemukakan sifat-sifat yang dimilikinya untuk dapat dikembangkan menjadi individu yang resilien yang dapat direalisasikan.

2. Sesi Kedua

- a. Kegiatan : Merumuskan makna individu yang resilien
- b. Tujuan : Mengarahkan seluruh anggota kelas untuk merumuskan hal- hal yang perlu dilakukan dalam mengembangkan resiliensi.
- c. Metode : Game dan Diskusi
- d. Alokasi Waktu :30 menit
- e. Prosedur Kegiatan:
 - 1) Konselor mengajak seluruh anggota kelas untuk merevviu perasaan, penilaian diri, dan beberapa hal yang didapatkan selama sesi pertemuan konseling.
 - 2) Konselor meminta masing –masing anggota kelas menyimpulkan langkah- langkah diri berdasarkan pada sesi- sesi hasil pertemuan sebelumnya dengan bantuan dan masukan anggota lain (hal- hal yang akan dilakukan dapat diubah untuk bisa menjadi individu yang resilien).

- 3) Konselor membagikan kartu kepada masing-masing anggota kelas dan meminta anggota kelas untuk menuliskan cita- cita yang ingin dicapai 1 hingga 10 tahun kedepan dengan tujuan untuk membangun komitmen para anggota kelas dalam rangka pengembangan pribadi yang mampu meningkatkan resiliensi.
- 4) Konselor meminta masing-masing anggota kelas maju kedepan dan membaca dengan suara lantang cita – cita apa yang telah ditulis pada kartu berwarna secara bergantian.
- 5) Konselor meminta tanggapan dari anggota kelas lainnya atas apa yang telah teman mereka tulis dan bacakan di depan kelas. Pada tahap ini biasanya orientasi cita- cita atau tujuan siswa masih terbatas pada cita-cita hidup keduniawian seperti cita-cita pekerjaan atau prestasi yang terkait dengan akademik dan belum menyentuh pada hakikat hidup yang sesungguhnya.
- 6) Konselor menanggapi berbagai pendapat para anggota kelas dengan memberikan beberapa penjelasan yang dikemas dalam bimbingan dan konseling dengan memasukkan unsur Islami dari makna yang terkandung dalam ajaran agama Islam.
- 7) Konselor memberikan pemahaman tentang resiliensi seperti pada sesi sebelumnya dimana Allah sangat menghargai waktu, dan permainan kartu ini mempunyai tujuan untuk mengetahui sejauh mana orientasi cita- cita siswa anggota kelas yang tertinggi selama hidupnya. Konselor

menggiring anggota kelas untuk menyadari bahwa orientasi cita- cita tertinggi manusia adalah dapat bertemu Allah swt dalam ridhloNya.

- 8) Konselor membagikan lagi kartu kepada seluruh anggota kelas dan meminta mereka untuk mengulangi menuliskan cita – cita hidup jangka pendek yang ingin di raih. Konselor meminta masing – masing anggota kelas untuk menyimpan kartu tersebut di dalam dompet atau almari atau di dalam kamar yang mudah dan sering terlihat oleh siswa dengan harapan agar tercapai karena jika sering dibuka dan dibaca berarti sama halnya orang yang selalu berdoa.

3. Sesi Ketiga

- a. Kegiatan : Evaluasi
- b. Tujuan : Mengevaluasi seluruh kegiatan dan sesi yang telah dilakukan pada setiap sesi pertemuan.
- c. Metode : Diskusi dan wawancara
- d. Alokasi Waktu :30 menit
- e. Prosedur Kegiatan:
 - 1) Kegiatan evaluasi dimulai dengan cara pengisian skala resiliensi sebagai *post-test*.
 - 2) Evaluasi kegiatan dilakukan dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan mengenai apa saja perubahan dan manfaat setelah mengikuti sesi bimbingan dan konseling impact berbasis Islam termasuk teknik pelaksanaan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam.

- 3) Sesi Ketiga pada pertemuan terakhir ini ditutup dengan membahas secara garis besar apa saja yang telah pada pertemuan pertama sampai terakhir.

G. Penutup

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam menggunakan teknik kreatif konseling dianggap berhasil apabila konseli mengalami proses kemajuan dan perkembangan selama sesi konseling berlangsung. Sesi konseling berhasil apabila funneling konseli mencapai tingkat kedalaman 7 atau kurang yang diukur menggunakan skala *dept chart* untuk menunjukkan masalah yang sesungguhnya dan dapat membawa kepada pemahaman atau wawasan (*insight*) baru. Keberhasilan juga dilihat dari perubahan hasil skor *pre- test* dan *post- test*.

Lampiran 2

Ruang Lingkup Pembahasan
Bimbingan dan Konseling *Impact* Berbasis Islam
untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa

Berikut adalah ruang lingkup pembahasan atau materi yang diberikan selama proses pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling *Impact* berbasis Islam berlangsung yakni materi tentang urgensi dan makna resiliensi siswa berdasarkan dimensi waktu dalam Islam seperti yang terkandung dalam Qs. Al Ashr ayat 1-3, dan penerapan layanan bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam.

A. Urgensi dan Makna Resiliensi Siswa Berdasarkan Dimensi Waktu dalam Islam “Qs. Al Ashr ayat 1-3”

Kehidupan sehari-hari siswa Madrasah Aliyah yang tinggal di pesantren selalu penuh dengan aktivitas rutin dari bangun tidur hingga malam hari seringkali berdampak pada munculnya berbagai masalah. Kelelahan fisik dan psikis memicu munculnya burnout atau perasaan bosan. Ditambah dengan banyaknya target setoran hafalan di pesantren dan penguasaan materi pelajaran formal di madrasah menjadikan siswa semakin merasa stress dan tertekan. Jalan pintas yang sering dipilih oleh siswa adalah-malasan, bolos sekolah ataupun tidak mengikuti kegiatan di pesantren untuk menghindari tugas dan beban tanggung jawab sebagai siswa dan santri. Keadaan yang menekan, lingkungan yang tidak nyaman, sikap guru, pengurus, dan teman

yang tidak sesuai dengan keinginan selalu dianggap sebagai faktor yang menyebabkan kegagalan bahkan siswa menganggap merekalah yang harus bertanggung jawab terhadap keadaan yang dialaminya sekarang. Oleh karena itu siswa dipandang perlu mempunyai sifat yang resilien agar mempunyai daya lentur untuk dapat kuat dan mampu bertahan dalam kondisi stress dan tertekan.

Di dalam QS. Al Ashr ayat 1-3 Allah Swt telah berfirman bahwa Allah telah bersumpah kepada makhluknya “demi waktu”. Ketika Allah telah bersumpah berarti suatu yang sangat istimewa dalam ayat ini. Kenyataan bahwa sifat manusia yang rendah pada hakikatnya mengalami kemunduran waktu dimana waktu terus berjalan. Disinilah sesungguhnya manusia dalam keadaan merugi.

Konselor mengilustrasikan bagaimana seseorang yang berdiri diatas gelondongan kayu di atas air mengalir. Apabila diam dan tidak melangkah, berarti hakikat orang tersebut mundur dan akan terbawa arus. Individu yang hanya diam dengan keadaan atau situasi yang ada, bergantung pada nasib berarti individu tersebut tidak mampu atau dalam keadaan merugi. Hal yang sering terjadi pada siswa adalah mereka menjadi malas, berdiam diri, atau bahkan menghindar manakala merasa tertekan dan kecewa. Perilaku diam sebagai protes terhadap keadaan yang dialami.

Manusia seringkali memiliki sifat bingung dalam menghadapi kenyataan hidup dan situasi yang selalu berubah-ubah, selalu merasa tidak puas dan tidak siap dengan keadaan yang tidak sesuai dengan harapan,

keinginan, dan bayangannya tentang hidup. Keadaan yang normal dalam kehidupan dimana terjadi fluktuasi (ketidaktetapan atau guncangan), situasi yang tidak terkendali atau kacau, dan sangat melelahkan. Individu yang tidak kuat dan tidak resilien akan cenderung mengeluh dan putus asa. Bukannya menyadari sempitnya waktu yang dimiliki untuk dimanfaatkan secara baik namun sebaliknya sebagai siswa mereka cenderung bermalas-malasan, sering bolos sekolah, dan tidak memanfaatkan waktu untuk bersungguh-sungguh dalam belajar.

Siswa tidak menyadari bahwa mereka sangatlah rugi ketika menyia-nyiakan waktu dan kesempatan untuk belajar di saat masih muda karena dalam benak mereka hanya berfikir tentang keinginan untuk selalu hidup senang dan bahagia. Ukuran kebahagiaan yang dilihat dan diukur dari sudut pandang materi dan kebahagiaan dunia yang sifatnya tidak kekal. Sifat iri manakala melihat teman yang hidup bebas tanpa aturan yang mengikat seperti di pesantren, bersenang-senang, bermain, dan hura-hura seperti anak muda zaman sekarang. Namun betapa mereka tidak menyadari dan mensyukuri bahwa mereka lebih beruntung mempunyai kesempatan untuk memperoleh ilmu agama yang tidak semua orang berkesempatan untuk itu. Ilmu yang akan selalu bermanfaat sampai nanti dikehidupan yang sebenarnya.

Itulah sebabnya Islam memandang orang yang hanya mau melangkah saja atau berjalan saja maka orang tersebut hanya akan menjadi orang yang statis dan standar. Siswa yang hanya sekolah dengan maksud dan tujuan yang penting berangkat agar naik kelas dan tidak kena marah orang tua namun

tidak ada usaha yang lebih untuk bisa berprestasi maka siswa tersebut termasuk dalam kategori orang yang merugi karena ilmu yang mereka peroleh tidak dapat mereka pahami maknanya dan tidak didasari unsur ibadah di dalamnya.

Kecuali orang-orang yang beriman, dan berbuat kebaikan dan saling menasehati untuk kebenaran, dan saling menasehati untuk kesabaran. Orang-orang yang selalu berlari dan berusaha keras lebih dari apa yang seharusnya, ialah orang yang tidak akan merugi karena selalu optimis dan ingin maju. Orang yang kuat, tahan terhadap tekanan, dan mampu menghadapi tantangan hidup yang keras dengan usaha dan kerja keras. Bagaimana agama sangat menganjurkan manusia sebagai kholifah Allah di bumi ini untuk mengabdikan dan beramal shaleh, mampu berperan dan mengembangkan semua potensi yang dimiliki.

Hal tersebut juga sesuai sunatullah dimana setiap bangun tidur kita tidak boleh menunda untuk melangkah, dan individu yang mempunyai kemampuan resiliensi yang baik tidak akan menunda pekerjaan ataupun sebagai siswa tidak akan menunda waktu untuk belajar menyadari betapa sedikitnya waktu yang sesungguhnya kita miliki. Allah tidak menciptakan manusia untuk kemudahan dan kesenangan dunia semata tetapi untuk menyadari bahwa keadaan yang merugi hendaknya manusia segera tersadar dan membebaskan diri dari situasi yang tidak menguntungkan dengan meningkatkan ketaatan dan keyakinan bahwa ada yang berada dibalik setiap kejadian dan yang merencanakan yaitu Allah swt. Manusia yang beruntung

adalah manusia yang percaya dan memiliki keyakinan yang didasarkan pada ilmu (iman) dan amal sholeh.

Sebagai siswa jalan untuk memperoleh keyakinan dan kepercayaan adalah dengan ilmu. Siswa yang beriman dan resilien akan mampu mengatasi keadaan yang menekan dan stress ketika sedang menuntut ilmu, tidak berlari atau putus asa meskipun menghadapi berbagai kesulitan dan rintangan. Kita sadar tidak akan mampu mengubah sifat dunia yang besar namun kita bisa memulai dari hal kecil yaitu mengubah sikap dan arah batin menuju terwujudnya iman dan amal sholeh sehingga keberhasilan dapat terwujud.

Fondasi dari semua itu adalah kesabaran. Dengan kesabaran dan keikhlasan dalam menjalani kehidupan termasuk bersabar dengan keadaan yang tidak menyenangkan seperti harus menjalani kehidupan di pesantren yang tidak mudah apabila mampu melewatinya maka kita akan menjadi pemenang. Akan menjadi pribadi yang kuat dan tahan terhadap berbagai tantangan hidup dan mampu untuk hidup dimanapun dan dalam situasi apapun.

Hal tersebut juga dikuatkan dalam QS. Al Baqoroh ayat 155-156 yang artinya dan sesungguhnya kami akan menguji kamu dengan sedikit perasaan takut (kepada musuh) dan (dengan merasai) kelaparan, dan (dengan berlakunya) kekurangan dari harta benda dan jiwa serta hasil tanaman. Dan berilah khabar gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila mereka ditimpa oleh suatu kesusahan sesungguhnya kami adalah kepunyaan Allah dan kepada Allah jualah kami akan kembali. Jelas

bahwa Islam mengajarkan resiliensi dengan cara bersabar dalam menghadapi setiap kesulitan dan ujian hidup.

B. Bimbingan dan Konseling *Impact* Berbasis Islam

Inti dari Bimbingan dan Konseling *Impact* ini adalah terletak pada intervensi bimbingan dan konseling dengan sesi singkat dan mengutamakan dampak *mnemoteqnique* yang memanfaatkan ingatan otak kanan dan kiri melalui indra visual dengan menggunakan media seperti kertas dan botol soda. Teknik yang digunakan dalam bimbingan dan konseling *impact* dilandasi pada prinsip, tujuan, dan fase yang digunakan dalam terapi *impact*. Adapun maksud dari basic Islam dalam pendekatan ini adalah bahwa dalam pemberian intervensi bimbingan dan konseling *impact* yang konvensional, konselor berusaha untuk memberikan warna baru dengan mengintegrasikan nilai-nilai Islam melalui bimbingan dengan mengambil makna yang terkandung dalam Al Qur'an.

Bimbingan dan konseling *impact* konvensional lebih mengutamakan pada sesi singkat konseling dan dampak dari apa yang terlihat secara visual melalui bantuan media. Bagi terapi *impact* penggalian masalah, latar belakang dan penyebab masalah tidak penting. Yang terpenting adalah hasil dari penyelesaian masalah dengan memanfaatkan ingatan dari otak kanan dan kiri berdasarkan pengalaman apa yang terlihat dan terkesan dalam ingatan seseorang. Tentu hal ini sangat bertolak belakang dengan ajaran Islam yang mana Islam sangat menghargai dan mengakui keberadaan sesuatu termasuk

kejadian karena ada sesuatu dibalik ciptaannya. Sebagai manusia yang beriman tentu kita sadar dan yakin bahwa kita ada karena ada yang menciptakan, begitu juga dengan masalah bagi orang yang beriman percaya bahwa masalah datang dari Allah, Allah tempat kita meminta pertolongan dalam setiap kesulitan karena Allah tidak akan menguji hambaNya diluar batas kemampuan, dan kepada Allah pula kita akan kembali.

Bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam ini mempunyai perbedaan dalam penempatan konsep kesadaran, orientasi tujuan, dan cita-cita hidup dengan motif ibadah. Melalui permainan (*game*) dalam bimbingan dengan memanfaatkan media bimbingan (botol soda, kertas, dan kartu) konselor mengeksplore masalah konseli berdasarkan perspektif Islam, menelusuri pengetahuan dan pemahaman konseli akan hakekat masalah resiliensi dari sudut pandang Islam. Konselor mendorong konseli untuk muhasabah atau mengevaluasi masalah, mengeksplore tujuan (hidup dan hakikat hidup menurut konseli).

Merumuskan tujuan jangka pendek dalam penyelesaian masalah, mendorong klien untuk menggunakan hati, akal, dan kesadaran serta menerima dengan ikhlas dan ridhlo keadaan atau situasi yang harus dihadapi siswa yang tinggal di pesantren. Mendorong konseli untuk senantiasa bersandar dan berdoa agar dibukakan jalan dan diarahkan dalam mengambil keputusan. Konseli didorong untuk mempunyai sikap islami dan perilaku seperti tercermin dalam Al Quran dan Al Hadits dan selalu menjaga diri.

Dengan demikian bimbingan dan konseling *impact* berbasis Islam ini diberikan kepada siswa yang mempunyai masalah resiliensi rendah di madrasah maupun pesantren agar menjadi individu yang mempunyai sifat resilien (mempunyai daya lentur dan kemampuan untuk kuat dan bertahan dalam keadaan yang menekan dan stress). Pada akhirnya siswa selanjutnya digiring agar mempunyai cita-cita tertinggi yaitu bertemu Allah dalam ridhloNya sebagai tujuan hidup yang sebenarnya.

Lampiran 3

PERMAINAN 4 KUADRAN

I 3 Kebiasaan khas yang menggambarkan diri : ➤ ➤ ➤	II Kebiasaan yang sering dilakukan di kelas : ➤ ➤ ➤
III Hobi ➤ ➤ ➤	IV Tokoh Idola ➤ ➤ ➤

*Lampiran 4***ANGKET PEMAHAMAN DIRI**

1. Siapakah saya ?

.....

2. Dari mana saya berasal ?

.....

3. Bagaimana saya bisa berada di sini sekarang ?

.....

4. Hendak kemana saya melangkah (tujuan hidup) ?

.....

5. Apa yang saya cari di madrasah dan pesantren ini?

.....

6. Mengapa saya harus belajar disini?

.....

7. Apakah kelebihan yang saya miliki ?

.....

8. Apakah kekurangan yang saya miliki?

.....

*Lampiran 5***GAME WAKTU**

Buatlah garis vertikal dan horizontal pada kertas di bawah ini. Berilah keterangan waktu (dengan membagi garis vertikal menjadi 24 jam) dan menambahkan keterangan tahun pada garis horizontal sesuai dengan usia harapan hidup “ produktif “ yang kamu inginkan. Berilah keterangan aktivitas rutin yang kamu lakukan sehari-hari seperti mandi, makan, berjalan, tidur, dll sesuai dengan waktu yang dibutuhkan dan tariklah garis horizontal kemudian atsir bagian yang terpakai untuk aktivitas rutin tersebut.

*Lampiran 6***GAME CITA – CITA**

Tulislah cita-cita yang ingin kamu capai dalam jangka waktu 1 hingga 10 tahun kedepan.



Lampiran 7

Kisi – Kisi Alat Ukur Resiliensi Sebelum revisi

No	Dimensi	Subdimensi	Indikator	Deskriptor
1.	<i>Personal competence high stAndart and tenacity</i>	Kemampuan untuk mencapai tujuan dalam situasi apapun	Menunjukkkan sikap tenang dan tidak mudah putus asa	1) Mampu menjalin hubungan yang dekat dan aman dengan teman, guru, dan pengurus (bapak dan ibu kamar) 2) Mampu menjadi pemimpin dan berani mengawali mengambil keputusan dalam pemecahan masalah 3) Tidak mudah putus asa (menyerah) atau kecil hati jika

				mengalami kegagalan 4) Melakukan sesuatu berdasarkan hati nurani 5) Mampu menyelesaikan tugas madrasah dan target hafalan di pesantren dengan baik 6) Mempunyai manajemen waktu yang baik (mampu mengatur dan membagi waktu untuk kegiatan di madrasah dan pesantren) 7) Yakin dan
--	--	--	--	---

				optimis bahwa setiap usaha dan kerja keras pasti membuahkan hasil dan tidak akan sia-sia. 8) Berfikir positif dan yakin bahwa setiap orang berhak untuk maju dan mempunyai masa depan yang cerah 9) Tidak pernah bosan atau alpa meskipun sedang sakit atau bosan terhadap pelajaran di madrasah 10) Tidak pernah mengeluh dalam
--	--	--	--	--

				melakukan pekerjaan meskipun sulit dan melelahkan
2	<i>Trust in ones instincts tolerance of negative effect and strengthening effect of stress</i>	Toleransi terhadap efek negatif dan kuat dan tegar dalam hadapi tekanan	Mudah melakukan coping terhadap stress dan berfikir secara hati-hati	1) Percaya akan pertolongan Allah swt. 2) Memiliki selera humor 3) Meyakini bahwa sesuatu yang terjadi adalah rencana Allah dan yakin selalu ada alasan dan hikmah dibalik semua kejadian 4) Mampu berfikir fokus dan jernih walau dalam berada dalam tekanan

				5) Mampu mengendalikan diri dan emosi ketika sedang marah dan kecewa. 6) Tidak mudah terbawa perasaan 7) Tidak pernah menyontek ketika ulangan 8) Mampu menunda keinginan untuk pulang 9) Mampu memecahkan semua masalah yang dihadapi 10) Tidak pernah melanggar aturan
--	--	--	--	--

				madrasah dan pesantren
3	<i>Positive acceptance of change and secure realitions with other</i>	Kemampuan beradaptasi bila menghadapi perubahan	Mampu menemukan tujuan dan makna dari pengalaman serta mengapresiasi pengalaman yang telah didapatkan	1) Mampu beradaptasi (menyesuaikan) diri terhadap perubahan seperti kebiasaan dan aturan yang berlaku di pesantren yang berbeda dengan kebiasaan lama di rumah 2) Mampu menanggulangi, menerima, dan menguasai terhadap stress atau keadaan yang menekan 3) Cepat move on 4) Yakin akan

				kemampuan diri dan mengembangkan potensi yang dimiliki 5) Mampu memahami maksud yang disampaikan orang lain dan peka terhadap lingkungan 6) Tidak tergantung kepada orang lain seperti teman, orang tua, guru, dan pengurus. 7) Memiliki rasa ingin tahu yang besar, ingin mencoba hal yang baru, dan
--	--	--	--	--

				menyukai tantangan 8) Mampu menjaga kesehatan di tengah banyaknya aktivitas di madrasah dan pesantren yang padat 9) Mampu membiasakan diri untuk makan makanan di pesantren meskipun tidak suka dan tidak enak seperti makanan di rumah 10) Mencuci pakaian sendiri di pesantren
--	--	--	--	--

4	<i>Self Control</i>	Adanya perubahan pengendalian diri dalam mencapai tujuan dan bagaimana meminta atau mendapat bantuan orang lain	Memiliki harapan dan menunjukkan usaha serta kerja keras	1) Dapat berkompromi dengan apapun yang terjadi 2) Keberhasilan atau kegagalan di masa lalu memberi keyakinan dan cambuk untuk semangat dalam menghadapi tantangan masa depan 3) Berusaha keras dan maksimal apapun yang terjadi 4) Mampu bekerjasama dengan semua teman dan tahu kapan harus
---	---------------------	---	--	---

				meminta pertolongan 5) Belajar sungguh-sungguh untuk mencapai tujuan 6) Mendengarkan apa yang orang lain sampaikan terlebih dahulu sebelum menunjukkan reaksi terhadap komplain atau reaksi emosional orang lain. 7) Mempunyai perencanaan yang matang dalam setiap keputusan dan pekerjaan 8) Dalam menyelesaikan
--	--	--	--	---

				masalah mencoba cara lain jika cara atau solusi sebelumnya gagal. 9) Mampu mengidentifikasi sebab terjadinya suatu masalah yang terjadi 10) Fokus dan konsentrasi terhadap pelajaran
5	<i>Spiritual Influence</i>	Kepercayaan terhadap Tuhan	Memiliki keyakinan yang kuat	1) Mampu mencapai tujuan 2) Pada saat sesuatu tidak memberikan harapan lagi saya tidak putus asa 3) Berani membuat

				keputusan meski sulit 4) Mampu mengatasi perasaan tidak nyaman, bosan, cemas, dan gelisah 5) Yakin adanya campur tangan Allah Swt dalam setiap kejadian 6) Manusia berencana dan berusaha tetapi Allah Swt yang menentukan 7) Allah tidak akan menguji hamba Nya diluar batas kemampuan manusia
--	--	--	--	--

				8) Yakin akan perlindungan dan kemudahan Allah Swt dalam setiap langkah 9) Dalam setiap yang kita lakukan Allah melihat 10) Berbuat baik, beramal, dan ikhlas menolong
--	--	--	--	---

Kisi – Kisi Alat Ukur Resiliensi Revisi Ke-1

No	Dimensi	Subdimensi	Indikator	Deskriptor
1.	<i>Personal competence high standart and tenacity</i>	Kemampuan untuk mencapai tujuan dalam situasi apapun	Menunjukkan sikap tenang dan tidak mudah putus asa	1) Mampu menjalin hubungan yang dekat dan aman dengan teman sebaya baik laki-laki maupun perempuan. 2) Berani menjawab pertanyaan yang diajukan guru pada saat pelajaran bahasa Inggris di kelas. 3) Mampu menyelesaikan target setoran hafalan pelajaran tahfidz. 4) Bangun tidur sebelum subuh tanpa dibangunkan oleh pengurus. 5) Bersedia dipilih untuk mewakili

				lomba Ajang Kompetisi Sains dan Olahraga Madrasah (AKSIOMA) 6) Tidak pernah bolos atau alpa meski sedang sakit. 7) Selalu sholat berjama'ah. 8) Selalu mengikuti kegiatan rutin ngaji wetonan di pesantren 9) Tidak pernah mengeluh dalam mengerjakan soal matematika yang sulit. 10) Tidak pernah bolos madrasah diniyah meskipun kesulitan pelajaran nahwu shorof.
--	--	--	--	--

2	<i>Trust in ones instincts tolerance of negative effect and strengthening effect of stress</i>	Toleransi terhadap efek negatif dan kuat dan tegar dalam hadapi tekanan	Mudah melakukan coping terhadap stress dan berfikir secara hati-hati	1) Tidak pernah bermasalah dengan pengurus pondok pesantren. 2) Tidak mudah tersinggung jika teman sedang bercanda 2) Menerima dengan ikhlas meskipun tinggal di pesantren keinginan orang tua dan bukan keinginan sendiri. 3) Mampu mengendalikan diri dan emosi ketika sedang marah dan kecewa. 4) Tidak mudah terpengaruh teman untuk bolos. 5) Mampu menunda
---	--	---	--	--

				keinginan untuk pulang ke rumah. 6) Tidak pernah terlambat ke madrasah 7) Tidak pernah terkena ta'zir karena melanggar qonum pondok pesantren 8) Tidak pernah tidur di kelas. 9) Tetap mengikuti pelajaran meskipun tidak suka dengan metode mengajar guru yang monoton.
3	<i>Positive acceptance of change and secure realitionsips with other</i>	Kemampuan beradaptasi bila menghadapi perubahan	Mampu menemukan tujuan dan makna dari pengalaman serta mengapresiasi	1) Mempunyai budaya sabar dalam antri (mandi, makan, mengaji) di pesantren 2) Cermat dalam mengelola uang

			pengalaman yang telah didapatkan	kiriman orang tua. 3) Melaksanakan piket kebersihan di kelas. 4) Melaksanakan piket kamar harian dan mingguan di pesantren. 5) Segera membersihkan tempat makan dan minum setelah selesai digunakan. 6) Mau makan makanan di pesantren meskipun tidak suka dan tidak enak seperti makanan di rumah 7) Mencuci pakaian sendiri. 8) Menjaga kesehatan di tengah banyaknya aktivitas di madrasah dan pesantren yang padat dengan makan
--	--	--	---	--

				cukup dan tidak bergadang. 9) Menolong teman satu kamar yang sedang sakit. 10) Memberi salam dan membantu saat ada tamu yang kebingungan atau sedang mencari seseorang di pesantren.
4	<i>Self Control</i>	Adanya perubahan pengendalian diri dalam mencapai tujuan dan bagaimana meminta atau mendapat bantuan orang lain	Memiliki harapan dan menunjukkan usaha serta kerja keras	1) Tidak pernah cemas ketika menghadapi ulangan. 2) Tidak merasa tertekan dengan peraturan di pesantren yang ketat 3) Mempunyai ketertarikan untuk berlatih memecahkan soal-soal matematika

				yang rumit dan menantang. 4) Mampu bekerjasama dengan semua teman dalam tugas kelompok. 5) Belajar sungguh-sungguh dan selalu memperhatikan ketika guru sedang mengajar 6) Tidak tergantung kepada teman dalam memilih program studi di MA (IPA/IPS/AGAMA) 7) Mempunyai rencana untuk melanjutkan studi setelah lulus dari MA 8) Mampu mengatasi perasaan tidak nyaman di pesantren dengan selalu
--	--	--	--	---

				bersyukur mempunyai kesempatan belajar ilmu agama yang belum tentu dimiliki semua orang. 9) Tetap fokus dan konsentrasi belajar meskipun suasana hati sedang galau karena masalah dengan teman. 10) Tidak malu untuk bertanya kepada guru jika belum paham
5	<i>Spiritual Influence</i>	Kepercayaan terhadap Tuhan	Memiliki keyakinan yang kuat	1) Ketika merasakan beban yang berat dan sulit saya yakin akan pertolongan dan perlindungan Allah karena Allah tidak akan menguji hamba_nya diluar

				batas kemampuan.
				2) Tidak pernah menyontek ketika ulangan
				3) Yakin bahwa hidup dipesantren seperti sekarang ini terjadi atas izin dan rencana Allah.
				4) Berani mengakui kesalahan dan meminta maaf.
				5) Ketika kalah dalam kompetisi saya tidak menyesal atau kecil hati karena kewajiban saya berusaha dan Allah yang berhak menentukan hasil.
				6) Tidak pernah terjebak dengan tertarik atau

				menyukai teman sejenis. 7) Tidak pernah ghosob atau memakai barang milik teman tanpa meminta izin. 8) Tidak pernah berbohong kepada guru piket untuk mendapatkan izin keluar. 9) Selalu berkata dan berperilaku jujur 10) Tidak pernah mendiamkan teman lebih dari tiga hari ketikasedang marah.
--	--	--	--	---

Kisi – Kisi Alat Ukur Resiliensi Revisi ke-2

No	Dimensi	Subdimensi	Indikator	Deskriptor
1.	<i>Personal competence high standart and tenacity</i>	Kemampuan untuk mencapai tujuan dalam situasi apapun	Menunjukkan sikap tenang dan tidak mudah putus asa	1) Saya mampu menjalin hubungan yang dekat dan aman dengan teman sebaya baik laki-laki maupun perempuan. 2) Saya berani menjawab pertanyaan yang diajukan guru pada saat pelajaran bahasa Inggris di kelas. 3) Saya mampu menyelesaikan target setoran hafalan pelajaran tahfidz. 4) Saya bangun tidur sebelum subuh tanpa dibangunkan oleh pengurus. 5) Saya bersedia dipilih

				untuk mewakili lomba Ajang Kompetisi Sains dan Olahraga Madrasah (AKSIOMA) 6) Saya pernah bolos atau alpa dengan alasan sakit. 7) Saya sholat berjama'ah. 8) Saya mengikuti kegiatan rutin ngaji wetonan di pesantren 9) Saya mengeluh dalam mengerjakan soal matematika yang sulit. 10) Saya bolos madrasah diniyah karena kesulitan pelajaran nahwu shorof.
2	<i>Trust in ones</i>	Toleransi	Mudah	1) Saya bermasalah

	<i>instincts</i> <i>tolerance of</i> <i>negative</i> <i>effect and</i> <i>strengthening</i> <i>effect of</i> <i>stress</i>	terhadap efek negatif dan kuat dan tegar dalam hadapi tekanan	melakukan coping terhadap stress dan berfikir secara hati- hati	dengan pengurus pondok pesantren. 2) Saya mudah tersinggung jika teman sedang bercanda 3) Saya menerima dengan ikhlas meskipun tinggal di pesantren keinginan orang tua dan bukan keinginan sendiri. 4) Saya mampu mengendalikan emosi ketika sedang marah atau kecewa. 5) Saya terpengaruh teman untuk bolos. 6) Saya mampu menunda keinginan pulang ke rumah. 7) Saya terlambat ke madrasah
--	--	--	--	---

				8) Saya terkena ta'zir karena melanggar qonum pesantren 9) Saya tidur di kelas. 10) Saya tetap mengikuti pelajaran meskipun metode mengajar guru monoton.
3	<i>Positive acceptance of change and secure realitionsips with other</i>	Kemampuan beradaptasi bila menghadapi perubahan	Mampu menemukan tujuan dan makna dari pengalaman serta mengapresiasi pengalaman yang telah didapatkan	1) Saya sabar ketika harus antri (mandi, makan, mengaji) di pesantren 2) Saya cermat dalam mengelola uang kiriman orang tua. 3) Saya melaksanakan piket kebersihan di kelas. 4) Saya melaksanakan piket kamar harian dan mingguan di pesantren.

				5) Saya segera membersihkan tempat makan dan minum setelah selesai digunakan. 6) Saya makan makanan yang disediakan pesantren. 7) Saya mencuci pakaian sendiri. 8) Saya bergadang dengan teman satu kamar. 9) Saya menolong teman satu kamar yang sedang sakit. 10) Saya memberi salam dan membantu tamu yang sedang kebingungan mencari seseorang di pesantren
--	--	--	--	---

4	<i>Self Control</i>	Adanya perubahan pengendalian diri dalam mencapai tujuan dan bagaimana meminta atau mendapat bantuan orang lain	Memiliki harapan dan menunjukkan usaha serta kerja keras	1) Saya cemas ketika menghadapi ulangan. 2) Saya tertekan dengan peraturan di pesantren yang ketat 3) Saya senang berlatih soal- soal matematika yang rumit. 4) Saya mampu bekerjasama dengan semua teman dalam tugas kelompok. 5) Saya memperhatikan ketika guru sedang mengajar 6) Saya tergantung kepada teman dalam memilih program studi di MA (IPA/IPS/ AGAMA) 7) Saya memutuskan untuk menjadi santri takhasus setelah lulus
---	---------------------	---	--	--

				dari MA 8) Saya bersyukur mempunyai kesempatan belajar ilmu agama yang belum tentu dimiliki semua orang. 9) Saya konsentrasi dalam belajar. 10) Saya malu bertanya kepada guru jika belum paham
5	<i>Spiritual Influence</i>	Kepercayaan terhadap Tuhan	Memiliki keyakinan yang kuat	1) Saya mampu menyelesaikan ulangan pada menit terakhir dengan pertolongan Allah 2) Saya menyontek ketika ulangan 3) Saya memilih sholat dan dzikir setiap merasakan beban

				masalah yang berat 4) Saya berani mengakui kesalahan dan meminta maaf. 5) Saya tidak kecil hati ketika kalah dalam kompetisi. 6) Saya tertarik atau menyukai teman sejenis. 7) Saya ghosob memakai barang milik teman tanpa meminta izin. 8) Saya berbohong kepada guru piket untuk mendapatkan izin keluar. 9) Saya meninggalkan sholat 10) Saya pernah mendiamkan teman lebih dari tiga hari ketika sedang marah.
--	--	--	--	---

Lampiran 8. Skala Resiliensi Pra dan Pasca jugemen

INVENTORY RESILIENSI SISWA SEBELUM REVISI

Inventory resiliensi siswa adalah sebuah instrumen yang disusun untuk mengetahui tingkat resiliensi siswa. Instrumen ini berisikan gejala-gejala resiliensi pada siswa di sekolah dan pesantren. Melalui inventory ini peneliti dapat mengetahui kondisi siswa yang tidak resilien. Siswa yang menjadi subjek penelitian ini diminta untuk mengisi inventory resiliensi. Dan selanjutnya siswa yang memiliki tingkat resiliensi yang rendah akan diatasi melalui konseling individu dengan pendekatan bimbingan dan konseling behavioral dengan teknik *impact* berbasis Islam

Petunjuk pengisian

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama. Kemudian berikan jawaban Anda tentang pernyataan tersebut dengan cara menyilang X huruf.

SS : Sangat Sesuai : Apabila pernyataan tersebut sangat sesuai dengan keadaan Anda

S : Sesuai : Apabila pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan Anda

TS : Tidak sesuai : Apabila pernyataan tersebut tidak sesuai dengan keadaan Anda

STS : Sangat Tidak sesuai : Apabila pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan keadaan Anda

Contoh :

No	Pernyataan	Jawaban			
1	Saya mampu beradaptasi dengan orang - orang di lingkungan yang baru	STS	TS	S	SS

Jawaban pada contoh menunjukkan bahwa pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan Anda.

Catatan :

- Setiap orang mempunyai jawaban yang berbeda;
- Tidak ada jawaban yang dianggap salah;
- Jawaban Anda tidak mempengaruhi penilaian.
- Jawaban Anda dijaga kerahasiaannya dan tidak disebarakan kepada pihak lain termasuk kepada pihak sekolah orang tua Anda;
- Oleh karena itu pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri Anda.

Nama :

Kelas :

SOAL :

No item	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Mampu beradaptasi (menyesuaikan) diri terhadap perubahan seperti kebiasaan dan aturan yang berlaku di pesantren yang berbeda dengan kebiasaan lama di rumah.				
2	Mampu menjalin hubungan dekat dan aman dengan teman, guru, dan pengurus (bapak / ibu kamar)				
3	Percaya akan adanya pertolongan Allah Swt				
4	Dapat berkompromi dengan apapun yang terjadi				
5	Keberhasilan atau kegagalan di masa lalu memberi keyakinan dan cambuk untuk semangat dalam menghadapi tantangan masa depan				
6	Memiliki selera humor				
7	Mampu menanggulangi, menerima, dan menguasai terhadap stress atau keadaan yang menekan				

8	Cepat move on				
9	Meyakini bahwa sesuatu terjadi adalah rencana Allah, dan yakin selalu ada alasan dan hikmah dibalik semua kejadian.				
10	Berusaha keras dan maksimal apapun terjadi				
11	Mampu mencapai tujuan				
12	Pada saat sesuatu tampak tidak memberikan harapan lagi, saya tidak akan putus asa				
13	Mampu bekerjasama dengan semua teman dan tahu kapan harus meminta pertolongan				
14	Mampu berpikir fokus dan jernih walau berada dalam tekanan				
15	Mampu menjadi pemimpin dan berani mengawali mengambil keputusan dalam pemecahan masalah				
16	Tidak mudah putus asa (menyerah) atau berkecil hati jika mengalami kegagalan				
17	Yakin akan kemampuan diri dan mengembangkan potensi yang dimiliki				
18	Berani membuat keputusan meskipun sulit				
19	Mampu mengatasi perasaan tidak nyaman, bosan, cemas, dan gelisah				
20	Melakukan sesuatu berdasarkan hati nurani				

21	Mampu memahami maksud yang disampaikan oleh orang lain dan peka terhadap lingkungan				
22	Mampu mengendalikan diri dan emosi ketika sedang marah dan kecewa				
23	Yakin adanya campur tangan Allah Swt dalam setiap kejadian				
24	Belajar sungguh – sungguh untuk mencapai tujuan				
25	Mampu menyelesaikan tugas madrasah dan target hafalan di pesantren.				
26	Mempunyai manajemen waktu yang baik (mampu mengatur dan membagi waktu untuk kegiatan di madrasah dan pesantren).				
27	Tidak mudah terbawa perasaan				
28	Tidak tergantung kepada orang lain seperti teman, orang tua, guru, dan pengurus				
29	Memiliki rasa ingin tahu yang besar				
30	Mendengarkan apa yang orang lain sampaikan terlebih dahulu sebelum menunjukkan reaksi terhadap komplain atau reaksi emosional orang lain				
31	Yakin dan optimis bahwa setiap usaha dan				

	kerja keras pasti membuahkan hasil dan tidak akan sia – sia				
32	Manusia berencana dan berusaha tetapi Allah ynag menentukan				
33	Tidak pernah menyontek ketika ulangan				
34	Allah tidak akan menguji hambaNya diluar batas kemampuan manusia				
35	Berfikir positif dan yakin bahwa setiap orang berhak untuk maju dan mempunyai masa depan yang cerah				
36	Tidak pernah bolos atau alpa meskipun sedang sakit atau bosan terhadap pelajaran di madrasah				
37	Mampu menunda keinginan untuk pulang				
38	Mampu memecahkan semua masalah yang dihadapi				
39	Mempunyai perencanaan yang matang dalam setiap keputusan atau pekerjaan yang dilakukan				
40	Dalam memecahkan masalah mencoba cara lain jika cara atau solusi sebelumnya gagal				
41	Yakin akan perlindungan dan kemudahan Allah Swt dalam setiap langkah				

42	Dalam setiap yang kita lakukan Allah melihat				
43	Mampu menjaga kesehatan di tengah banyaknya aktivitas di madrasah dan pesantren yang padat				
44	Mampu membiasakan diri untuk makan makanan di pesantren meskipun tidak suka dan tidak enak seperti makanan di rumah				
45	Tidak pernah melanggar aturan madrasah dan pesantren				
46	Berbuat baik, beramal, dan ikhlas menolong				
47	Mampu mengidentifikasi sebab masalah yang terjadi				
48	Tidak pernah mengeluh dalam melakukan pekerjaan meskipun sulit dan melelahkan				
49	Fokus dan konsentrasi terhadap pelajaran				
50	Mencuci pakaian sendiri di pesantren				

SKALA UJICOB A RESILIENSI SISWA

No item	Pernyataan	Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang- Kadang	Tidak Pernah
		1	2	3	4
1	Saya sabar ketika harus antri (mandi, makan, mengaji) di pesantren	1	2	3	4
2	Saya mampu menjalin hubungan dekat dan aman dengan teman sebaya baik laki- laki maupun perempuan	1	2	3	4
3	Saya pernah bermasalah dengan pengurus pondok	1	2	3	4
4	Saya cemas ketika menghadapi ulangan.	1	2	3	4
5	Saya tertekan dengan peraturan pesantren yang ketat.	1	2	3	4
6	Saya tertawa setiap melihat kejadian yang lucu.	1	2	3	4
7	Saya cermat dalam mengelola uang kiriman orang tua.	1	2	3	4
8	Saya melaksanakan piket	1	2	3	4

	kebersihan di kelas.				
9	Saya kecewa sekolah di sini karena bukan keinginan sendiri melainkan keinginan orang tua.	1	2	3	4
10	Saya senang berlatih memecahkan soal matematika yang rumit.	1	2	3	4
11	Saya mampu menyelesaikan ulangan pada menit terakhir dengan pertolongan Allah	1	2	3	4
12	Saya pernah menyontek ketika ulangan.	1	2	3	4
13	Saya mampu bekerja sama dengan semua teman dalam tugas kelompok.	1	2	3	4
14	Saya mampu mengendalikan emosi ketika sedang marah dan kecewa.	1	2	3	4
15	Saya berani menjawab pertanyaan yang diajukan guru pada waktu pelajaran bahasa Inggris di kelas.	1	2	3	4
16	Saya setor hafalan setiap ada	1	2	3	4

	pelajaran tahfidz.				
17	Saya melaksanakan piket kamar harian dan mingguan di pesantren.	1	2	3	4
18	Saya memilih sholat dan dzikir ketika merasakan beban masalah yang berat	1	2	3	4
19	Saya berani mengakui kesalahan dan meminta maaf.	1	2	3	4
20	Saya bangun tidur sebelum subuh tanpa dibangunkan pengurus.	1	2	3	4
21	Saya segera membersihkan tempat makan dan minum setelah selesai digunakan.	1	2	3	4
22	Saya mudah terpengaruh teman untuk bolos.	1	2	3	4
23	Saya kecil hati ketika kalah dalam kompetisi	1	2	3	4
24	Saya tidak memperhatikan ketika guru sedang mengajar.	1	2	3	4
25	Saya bersedia dipilih untuk mewakili lomba Ajang	1	2	3	4

	Kompetisi Sains dan Olahraga Madrasah (AKSIOMA)				
26	Saya pernah bolos atau alpa dengan alasan sedang sakit.	1	2	3	4
27	Saya mampu menunda keinginan untuk pulang ke rumah.	1	2	3	4
28	Saya makan makanan yang disediakan di pesantren.	1	2	3	4
29	Saya mencuci dan menyeterika pakaian sendiri .	1	2	3	4
30	Saya tergantung kepada teman dalam memilih program studi di MA (IPA, IPS, AGAMA).	1	2	3	4
31	Saya sholat 5 waktu berjama'ah di pesantren	1	2	3	4
32	Saya tertarik atau menyukai teman sejenis.	1	2	3	4
33	Saya terlambat datang ke madrasah.	1	2	3	4
34	Saya ghosob atau memakai barang milik teman tanpa meminta izin	1	2	3	4

35	Saya mengikuti kegiatan rutin ngaji wetonan di pesantren	1	2	3	4
36	Saya mengeluh setiap guru memberi banyak tugas	1	2	3	4
37	Saya terkena ta'zir karena melanggar qonum pondok pesantren.	1	2	3	4
38	Saya pernah tidur di kelas.	1	2	3	4
39	Saya memutuskan untuk menjadi santri takhasus setelah lulus MA.	1	2	3	4
40	Saya bersyukur mempunyai kesempatan belajar ilmu agama yang belum tentu dimiliki oleh semua orang.	1	2	3	4
41	Saya pernah berbohong kepada guru piket untuk mendapatkan izin keluar.	1	2	3	4
42	Saya meninggalkan sholat	1	2	3	4
43	Saya bergadang dengan teman satu kamar	1	2	3	4
44	Saya menolong teman satu kamar yang sedang sakit.	1	2	3	4

45	Saya tetap mengikuti pelajaran meskipun metode guru monoton.	1	2	3	4
46	Ketika bertengkar dengan teman saya bisa mendingkan atau tidak mengajak bicara sampai lebih dari 3 hari	1	2	3	4
47	Saya konsentrasi dalam belajar	1	2	3	4
48	Saya membolos madrasah diniyah karena kesulitan dalam pelajaran nahwu shorof	1	2	3	4
49	Saya bertanya kepada guru jika ada pelajaran yang belum paham.	1	2	3	4
50	Saya memberi salam setiap bertemu dengan guru di madrasah	1	2	3	4
51	Saya membantu tamu yang kebingungan karena mencari seseorang di pesantren.	1	2	3	4

SKALA RESILIENSI *PRE-TEST* DAN *POST-TEST*

No item	Pernyataan	Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang-Kadang	Tidak Pernah
		1	2	3	4
1	Saya sabar ketika harus antri (mandi, makan, mengaji) di pesantren	1	2	3	4
2	Saya mampu menjalin hubungan dekat dan aman dengan teman sebaya baik laki-laki maupun perempuan	1	2	3	4
3	Saya pernah bermasalah dengan pengurus pondok	1	2	3	4
4	Saya cemas ketika menghadapi ulangan.	1	2	3	4
5	Saya tertekan dengan peraturan pesantren yang ketat.	1	2	3	4
6	Saya tertawa setiap melihat kejadian lucu.	1	2	3	4
7	Saya cermat mengelola uang kiriman orang tua.	1	2	3	4

8	Saya senang berlatih memecahkan soal matematika yang rumit.	1	2	3	4
9	Saya mampu menyelesaikan ulangan pada menit terakhir dengan pertolongan Allah	1	2	3	4
10	Saya pernah menyontek ketika ulangan.	1	2	3	4
11	Saya mampu bekerja sama dengan semua teman dalam tugas kelompok.	1	2	3	4
12	Saya mampu mengendalikan emosi ketika sedang marah dan kecewa.	1	2	3	4
13	Saya berani menjawab pertanyaan yang diajukan guru pada waktu pelajaran bahasa Inggris di kelas.	1	2	3	4
14	Saya melaksanakan piket kamar harian dan mingguan di pesantren.	1	2	3	4
15	Saya memilih sholat dan dzikir ketika merasakan beban masalah yang berat	1	2	3	4
16	Saya berani mengakui kesalahan dan meminta maaf.	1	2	3	4

17	Saya bangun tidur sebelum subuh tanpa dibangunkan pengurus.	1	2	3	4
18	Saya segera membersihkan tempat makan dan minum setelah selesai digunakan.	1	2	3	4
19	Saya mudah terpengaruh teman untuk bolos.	1	2	3	4
20	Saya kecil hati ketika kalah dalam kompetisi	1	2	3	4
21	Saya bersedia dipilih untuk mewakili lomba Ajang Kompetisi Sains dan Olahraga Madrasah (AKSIOMA)	1	2	3	4
22	Saya bolos atau alpa dengan alasan sakit.	1	2	3	4
23	Saya mampu menunda keinginan untuk pulang ke rumah.	1	2	3	4
24	Saya makan makanan yang disediakan di pesantren.	1	2	3	4
25	Saya mencuci dan menyeterika pakaian sendiri .	1	2	3	4
26	Saya tergantung kepada teman dalam memilih program studi di	1	2	3	4

	MA (IPA, IPS, AGAMA).				
27	Saya tertarik atau menyukai teman sejenis.	1	2	3	4
28	Saya terlambat datang ke madrasah.	1	2	3	4
29	Saya ghosob atau memakai barang milik teman tanpa meminta izin	1	2	3	4
30	Saya mengikuti kegiatan rutin ngaji wetonan di pesantren	1	2	3	4
31	Saya terkena ta'zir karena melanggar qonum pesantren.	1	2	3	4
32	Saya tidur di kelas.	1	2	3	4
33	Saya memutuskan untuk menjadi santri takhasus setelah lulus MA.	1	2	3	4
34	Saya bersyukur mempunyai kesempatan belajar ilmu agama yang belum tentu dimiliki oleh semua orang.	1	2	3	4
35	Saya pernah berbohong kepada guru piket untuk mendapatkan izin keluar.	1	2	3	4
36	Saya meninggalkan sholat	1	2	3	4

37	Saya bergadang dengan teman satu kamar	1	2	3	4
38	Saya menolong teman satu kamar yang sakit.	1	2	3	4
39	Saya tetap mengikuti pelajaran meskipun metode guru monoton.	1	2	3	4
40	Saya konsentrasi dalam belajar	1	2	3	4
41	Saya membolos madrasah diniyah karena kesulitan dalam pelajaran nahwu shorof	1	2	3	4
42	Saya memberi salam setiap bertemu guru	1	2	3	4
43	Saya membantu tamu yang kebingungan mencari seseorang di pesantren.	1	2	3	4

Lampiran 9. Hasil Uji Validitas dan reliabilitas Instrumen (Skala Resiliensi)

Reliability

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	14	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	14	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics		
Cronbach's		
Alpha	N of Items	
.914	51	

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item1	103.21	205.104	.466	.911
Item2	103.57	207.956	.449	.912
Item3	103.21	208.643	.516	.912
Item4	102.93	207.610	.504	.912
Item5	103.00	203.077	.478	.911
Item6	103.36	215.016	-.047	.915
Item7	102.79	204.027	.465	.911
Item8	102.93	206.533	.440	.912
Item9	103.50	216.577	-.108	.918
Item10	102.43	204.110	.503	.911
Item11	102.71	205.758	.453	.912
Item12	103.07	206.225	.530	.911
Item13	103.14	202.286	.569	.910
Item14	102.93	204.687	.548	.911
Item15	102.64	202.709	.528	.911
Item16	102.79	212.181	.109	.915

Item17	103.50	207.654	.501	.912
Item18	103.29	202.835	.420	.912
Item19	103.21	200.643	.602	.910
Item20	102.57	205.802	.464	.911
Item21	103.86	201.824	.579	.910
Item22	103.14	205.055	.433	.912
Item23	102.93	203.764	.433	.912
Item24	103.57	219.648	-.356	.918
Item25	103.00	201.692	.433	.912
Item26	103.43	206.571	.465	.912
Item27	103.00	203.846	.516	.911
Item28	103.71	204.220	.685	.910
Item29	103.57	204.418	.454	.912
Item30	101.71	202.066	.487	.911
Item31	103.50	213.654	.034	.915
Item32	103.93	208.533	.435	.912
Item33	102.86	207.824	.458	.912
Item34	103.14	207.670	.493	.912
Item35	103.43	205.495	.432	.912
Item36	102.86	216.286	-.100	.917
Item37	103.14	205.978	.469	.911
Item38	103.07	209.302	.496	.912
Item39	102.29	201.604	.468	.911
Item40	104.07	208.995	.525	.912
Item41	103.29	202.835	.471	.911
Item42	103.93	204.225	.413	.912
Item43	102.79	205.258	.484	.911
Item44	103.21	205.720	.541	.911
Item45	103.57	201.956	.683	.909
Item46	103.79	217.874	-.191	.918
Item47	103.14	203.978	.585	.910
Item48	103.79	201.720	.868	.909
Item49	102.07	217.148	-.151	.917
Item50	102.86	206.132	.446	.912
Item51	103.29	205.143	.517	.911

*Lampiran 10***Data skor pre-test dan post-test kelas kontrol/ XI IPS 1 MA Al Ma'had****An Nur Bantul**

No Urut	Pre-test	Post-test
1	103	106
2	126	127
3	127	131
4	136	137
5	110	121
6	104	114
7	129	117
8	128	131
9	133	132
10	132	135
11	123	125
12	125	124
13	130	133
14	128	135
15	129	132
16	121	124
17	119	122
18	124	126
19	139	144
20	117	120
21	122	123
22	125	129
23	135	129
24	121	122
25	114	118
26	117	119
27	132	133
28	120	121
29	120	127
30	132	137

Lampiran 11

**Data skor pre-test dan post-test kelas eksperimen/ XI IPS 2 MA Al
Ma'had An Nur Bantul**

No Urut	Pre-test	Post-test
1	122	130
2	127	134
3	127	133
4	107	120
5	104	123
6	133	135
7	109	122
8	137	142
9	128	138
10	133	143
11	134	139
12	138	143
13	124	137
14	121	128
15	127	132
16	137	142
17	138	144
18	112	118
19	139	140
20	110	121
21	119	126
22	143	143
23	122	125
24	119	117
25	114	120
26	117	129
27	123	132
28	134	137
29	123	129
30	124	124
31	128	130
32	120	125
33	119	121
34	119	128

Lampiran 12



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
PASCASARJANA

Jln. Marsda Adisucipto Yogyakarta, 55281 Telp. (0274) 519709 Fax (0274) 557978
e-mail: pps@uin-suka.ac.id, website: http://pps.uin-suka.ac.id

Nomor : UIN.02/DPPs/TU.00/1551/ 2016 Yogyakarta, 25 April 2016
Lampiran: : -
Perihal : Permohonan Uji Coba Instrumen Penelitian

Kepada Yth.
Kepala Madrasah Aliyah Al Imdad
di
Yogyakarta

Assalamu 'alaikum wr. wb.

Dalam rangka menyelesaikan Tugas Tesis Magister (S2) bagi mahasiswa Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, bersama ini kami mengharap bantuan Bapak/Ibu/ Saudara untuk memberikan ijin penelitian kepada mahasiswa berikut :

Nama	: Sumiyati, S.Pd
Program	: Magister (S2)
Prodi./Konsentrasi	: Pendidikan Islam / Bimbingan dan Konseling Islam
Semester	: IV (Empat)
Tahun Akademik	: 2015/2016

untuk melakukan penelitian Tesis yang berjudul :
**EFEKTIVITAS BIMBINGAN DAN KONSELING IMPACT BERBASIS ISLAM
UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA MA AL MA'HAD AN NUR
BANTUL**
Dibawah bimbingan dosen : Dr.Hj.Imas Kania Rahman, M.Pd.I.

Demikian atas bantuan dan kerjasama yang diberikan, disampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Direktur



Prof. Noorhaidi, M.A., M.Phil., Ph.D
NIP. 19711207199503 1002



Lampiran 13



YAYASAN PONDOK PESANTREN AL-IMDAD
MADRASAH ALIYAH UNGGULAN AL-IMDAD
 PP Al-Imdad Kauman Wijirejo Pandak Bantul Yogyakarta Kode Pos 55761 Telp. (0274) 8000088

SURAT KETERANGAN
 Nomor : 116/MAU-A2/VI/2016

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Durori, S.Pd.I
Tempat, Tgl, Lahir	: Bantul, 06 Juli 1986
Jabatan	: Kepala Madrasah
Nama Madrasah	: MA Unggulan Al-Imdad
NSM	: 131234020027
No SK Ijin Operasional	: 550 Tahun 2012 Tanggal 06 September 2012

Menerangkan bahwa :

Nama	: Sumiyati, S.Pd
Program	: Magister (S2)
Prodi./Konsentrasi	: Pendidikan Islam/Bimbingan dan Konseling Islam
Semester	: IV (Empat)
Tahun Akademik	: 2015/2016

Telah melaksanakan Uji Coba Instrumen Penelitian Tesis yang berjudul "Efektifitas Bimbingan dan Konseling Impact Berbasis Islam untuk Meningkatkan Resilensi Siswa MA Al-Ma'had An Nur Bantul" di MA Unggulan Al-Imdad Pandak Bantul pada hari Selasa, 26 April 2016.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Bantul, 09 Juni 2016

Kepala
 MA Unggulan Al-Imdad,

 Durori, S.Pd.I



Lampiran 14



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto, Yogyakarta, 55281. Telp. (0274) 519709, Faks. (0274) 557978
 website: <http://pps.uin-suka.ac.id>, email: pps@uin-suka.ac.id

Nomor : UIN.02/DPPs/TU.009/212 / 2016
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.,
 Kepala MA Al Ma'had An Nur Bantul
 di
 Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dalam rangka menyelesaikan studi Program Magister bagi mahasiswa Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, bersama ini kami mengharap bantuan Bapak/Ibu/ Saudara untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa berikut:

Nama	: Sumiyati, S.Pd
Tempat/Tgl Lahir	: Bantul, 8 November 1982
Nomor Induk	: 1420410104
Jenjang	: Magister (S2 Non Regular)
Program Studi	: Pendidikan Islam (PI)
Konsentrasi	: Bimbingan Konseling Islam (BKI)
Semester	: III (Tiga)
Tahun Akademik	: 2015/2016

untuk melakukan Penelitian tesis yang berjudul:
**EFEKTIVITAS BIMBINGAN DAN KONSELING *IMPACT* BERBASIS ISLAM
 UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA MA AL MA'HAD AN NUR
 BANTUL**

Di bawah bimbingan dosen: Dr. Hj. Imas Kania Rahman, M.Pd.I

Demikian atas bantuan dan kerjasama yang diberikan, disampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 15 Januari 2016



Direktur

Prof. Noorhaidi, M.A., M.Phil., Ph. D.
 NRP. 19711207 199503 1 002

Tembusan:
 Pertinggal

Lampiran 15


KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
PASCASARJANA
Jln. Marsda Adisucipto Yogyakarta, 55281 Telp. (0274) 519709 Fax (0274) 557978
e-mail: pps@uin-suka.ac.id. website: http://pps.uin-suka.ac.id

Nomor : UIN.02/DPPs/TU.00/1551/ 2016
Lampiran: : -
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Yogyakarta, 25 April 2016

Kepada Yth.
 Kepala MA Al-Ma'had An Nur Bantul
 di
 Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dalam rangka menyelesaikan Tugas Tesis Magister (S2) bagi mahasiswa Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, bersama ini kami mengharap bantuan Bapak/Ibu/ Saudara untuk memberikan ijin penelitian kepada mahasiswa berikut :

Nama	: Sumiyati, S.Pd
Program	: Magister (S2)
Prodi./Konsentrasi	: Pendidikan Islam / Bimbingan dan Konseling Islam
Semester	: IV (Empat)
Tahun Akademik	: 2015/2016

untuk melakukan penelitian Tesis yang berjudul :
**EFEKTIVITAS BIMBINGAN DAN KONSELING IMPACT BERBASIS ISLAM
 UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA MA AL MA'HAD AN NUR
 BANTUL**
 Dibawah bimbingan dosen : Dr.Hj.Imas Kania Rahman, M.Pd.I.

Demikian atas bantuan dan kerjasama yang diberikan, disampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.


 Direktur

 Prof. Noorhaidi, M.A., M.Phil., Ph.D
 NIP. 19711207199503 1002

Lampiran 16



YAYASAN AL MA'HAD AN NUR BANTUL
MADRASAH ALIYAH AL MA'HAD AN NUR BANTUL
 Alamat : Ngrukem, Pendowoharjo, Sewon, Bantul, Yogyakarta
 Telfon. (0274) 281 0070 Email.: mas_annurngrukem@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN
 Nomor : E.1/345 /YAA/MA/VI/2016

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Yang bertanda tangan di bawah ini kami, Kepala MA Al Ma'had An Nur, Bantul, Menerangkan :

Nama : SUMIYATI, S.Pd.
 Semester : IV
 Prodi/Konsentrasi : Pendidikan Islam/Bimbingan dan Konseling Islam
 Tahun Akademik : 2015/2016

Adalah benar-benar Mahasiswa Program Magister (S2) yang telah melaksanakan penelitian dalam rangka penyusunan Tesis dengan judul " EFEKTIVITAS BIMBINGAN DAN KONSELING IMPACT BERBASIS ISLAM UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA MA AL MA'HAD AN NUR BANTUL"

Waktu Penelitian : Maret s.d. Mei 2016
 Tempat Penelitian : MA Al Ma'had An Nur Bantul
 Dosen Pembimbing : Dr. Hj. Imas Kania Rahman, M.Pd.I.

Demikian surat keterangan ini kami buat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya dan yang berkepentingan harap maklum adanya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bantul, 09 Juni 2016



Izzatu Muhammad, S.H.I.

Lampiran 17.

Daftar hadir Pre-test, Post-test dan Bimbingan Konseling Impact

DAFTAR HADIR
PRE-TEST INSTRUMEN RESILIENSI
BIMBINGAN DAN KONSELING MA AL MA'HAD AN NUR
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

TANGGAL PELAKSANAAN : 14 MEI 2016
 KELAS / SEMESTER : XI IPS 1 / II

NO	NAMA	TTD	
1	Haris Nur Azizah	1. <i>Qursh</i>	2. <i>Muhammad</i>
2	Mudrikah Naizatul Ngulua		
3	Riana Agustanti	3. <i>Prima</i>	4. <i>Adi</i>
4	Haniatul Iestari		
5	Masa'idatunnisa	5. <i>Ilmu</i>	6. <i>Bunay</i>
6	Lia Ariska Regar		
7	Septa Rohmatun I	7. <i>Nat</i>	8. <i>Fadul</i>
8	Syarifah Nur Hidayah		
9	Epta Rohmatun Nur	9. <i>Prima</i>	10. <i>Adi</i>
10	Haniatul Iestari Vira Fala A		
11	Nafakhatus Syahriyah	11. <i>Sept</i>	12. <i>Prima</i>
12	Marchamah Ulfah		
13	Nabilah Munawwarah	13. <i>Adi</i>	14. <i>Ilmu</i>
14	Nadia Amilanti		
15	Dyah Naila Faizah	15. <i>Prima</i>	16. <i>Adi</i>
16	ROBIAH AL DAWUDYAH		
17	ANIS FITRIA PASARIBU	17. <i>Prima</i>	18. <i>Adi</i>
18	Fifi Ambar Setrini		
19	Ahabila Dinda Abimelsya	19. <i>Prima</i>	20. <i>Adi</i>
20	Latifah Nuglahini		
21	Ziyana Nova Amelia	21. <i>Adi</i>	22. <i>Prima</i>
22	Lulu Nur Hamida		
23	Arina Camelia M	23. <i>Adi</i>	24. <i>Prima</i>
24	Imarotun Nasibah		
25	Sholeh Nurul Arifin	25. <i>Adi</i>	26. <i>Prima</i>
26	Arman Mustari		
27	Achma Fawara	27. <i>Prima</i>	28. <i>Adi</i>
28	Hanafi		
29	MUZZAMMIL	29. <i>Adi</i>	30. <i>Prima</i>
30	Rizki Nurul Fatimah		
31		31.	
32			32.
33		33.	
34			34.
35		35.	
36			36.
37		37.	
38			38.
39		39.	

Mengetahui
Kepala Madrasah

Izzatu Muhammad, S.H.I

Penerbit

Sumiyati, S.Pd

Lampiran 18

DAFTAR HADIR
PRE-TEST INSTRUMEN RESILIENSI
BIMBINGAN DAN KONSELING MA AL MA'HAD AN NUR
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

TANGGAL PELAKSANAAN : 14 MEI 2016

KELAS / SEMESTER : XI IPS 2 / II

NO	NAMA	TTD	
1	Fahmi Nugodhas Saputra	1.	
2	Dyia Sanjaya		2.
3	A. Sholihudin Ar-Rai	3.	
4	Muslimah Baihaq.		4.
5	Fathur Rohman	5.	
6	Maulana Isha		6.
7	Rizky Agung Panggaca	7.	
8	M. Alifin Azhuni Ramadhan		8.
9	Kuloh m. Saif	9.	
10	M. Irvan Widedo		10.
11	Falul Falah	11.	
12	Nur Eka Anasrini		12.
13	Laili Nur Rahmah	13.	
14	Nur Fikriyah Sholihah		14.
15	Ayu Velinda	15.	
16	Fikri Rismawati		16.
17	Nok Trismawati	17.	
18	Maria Ufah		18.
19	Ayu Widadati Rinali	19.	
20	Nur Fatimah		20.
21	Tika Mauliya Agustin	21.	
22	Rokhmah Nur Hidayah		22.
23	Ayu Krismonica O.R	23.	
24	Mufta Permatasari		24.
25	Luncy Lupo'atun Goulta	25.	
26	Hani Sutawati		26.
27	Nadia Nur Fatimah	27.	
28	Mey Kusuma Jati		28.
29	Lara Qurrotul Aini	29.	
30	Zha-zha		30.
31	Rochana Zalfa	31.	
32	Nur Hasanah		32.
33	Simia Kafi Uddin	33.	
34	Ika Yuliana Putri -S-		34.
35		35	
36			36.
37		37	
38			38
39		39	

Mengetahui
Kepala Madrasah

Izzatu Muhammad, S.H.I

Peneliti

Sumiyati, S.Pd

Lampiran 19

DAFTAR HADIR
POST-TEST INSTRUMEN RESILIENSI
BIMBINGAN DAN KONSELING MA AL MA'HAD AN NUR
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

TANGGAL PELAKSANAAN : 21 MEI 2016
 KELAS / SEMESTER : XII IPS 1 / II

NO	NAMA	TTD	
1	IRFA MUHAMMAD RIDHO	1.	
2	MUZZAMMIL		2.
3	Ahmad Fajol Roudhotul	3.	
4	Achmad Fauzan		4.
5	Hangg Qhadir	5.	
6	M. Samud Aris		6.
7	Sholeh Nurul Arifin	7.	
8	Dian Ibnu Binbata		8.
9	Almasykhuri Sullary	9.	
10	Efi Ambar Setiawan		10.
11	Imatutun Hasibah	11.	
12	Lulu NUR HAMIDA		12.
13	Amna Camelia M	13.	
14	Taufiq Huda		14.
15	Nadia Arifiani	15.	
16	Robiatul Adawiyah		16.
17	Nabilah Munawwarah	17.	
18	Dyah Naila Faizah		18.
19	ANIS PITRIA-P	19.	
20	Marchamah Ulfah		20.
21	Risqi Dwi Rahayu	21.	
22	Alifkhatul Nadiyah		22.
23	Vina Faza Amalia	23.	
24	Nurus Shumath		24.
25	Haniatul Isteani	25.	
26	Riana Agustanti		26.
27	Haris Nur Azizah	27.	
28	Mudrikah Nuzhatul Nuzha		28.
29	Masa'idatunnisa	29.	
30	Cipta Rohmatul Ikhma		30.
31	Syafiqah N. Hidayah	31.	
32	Lia Aisna Regas		32.
33	Rizki Nurul Fathimah	33.	
34	Anggela Dinda A.M		34.
35	Latifah Nugrahini	35.	
36	Ziyana Nova Amelia		36.
37	Aminan Maskuri	37.	
38			38
39		39	

Mengetahui
Kepala Madrasah

Izzatu Muhammad, S.H.I

Pengeliti


Sumiyati, S.Pd

Lampiran 20

DAFTAR HADIR
POST-TEST INSTRUMEN RESILIENSI
BIMBINGAN DAN KONSELING MA AL MA'HAD AN NUR
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

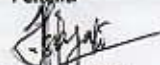
TANGGAL PELAKSANAAN : 21 MEI 2016
 KELAS / SEMESTER : XII IPS 1 / II

NO	NAMA	TTD	
1	IRFA MUHAMMAD RIDHO	1.	
2	MUZZAMMIL		2.
3	Ahmad Fajol Roudhotun	3.	
4	Achmad Fauzan		4.
5	Hangg Ghadir	5.	
6	M. Samud Aris		6.
7	Sholeh Nurul Arifin	7.	
8	Dian Ibnu Binbata		8.
9	Almasyhuri Sullary	9.	
10	Efi Ambar Setiawan		10.
11	Imatutun Hasibah	11.	
12	Lulu NUR HAMIDA		12.
13	Amna Camelia M	13.	
14	Taufiq Huda		14.
15	Nadia Arifiani	15.	
16	Robiatul Adawiyah		16.
17	Nabilah Munawwarah	17.	
18	Dyah Naila Faizah		18.
19	ANIS PITRIA-P	19.	
20	Marchamah Ulfah		20.
21	Risqi Dwi Rahayu	21.	
22	Alifkhatun Nabilah		22.
23	Vina Faza Amalia	23.	
24	Nurus Shumath		24.
25	Haniatul Isteani	25.	
26	Riana Agustanti		26.
27	Haris Nur Azizah	27.	
28	Mudrikah Nuzhatul Nuzha		28.
29	Masa'idatunnisa	29.	
30	Cipta Rohmatun Nurma		30.
31	Syafiqah N. Hidayah	31.	
32	Lia Aisna Regas		32.
33	Rizki Nurul Faizah	33.	
34	Anggela Dinda A.M		34.
35	Latifah Nugrahini	35.	
36	Ziyana Nova Amelia		36.
37	Aminan Maskuri	37.	
38			38
39		39	

Mengetahui
Kepala Madrasah

Izzatu Muhammad, S.H.I

Pengeliti


Sumiyati, S.Pd

Lampiran 21

DAFTAR HADIR
POST-TEST INSTRUMEN RESILIENSI
BIMBINGAN DAN KONSELING MA AL MA'HAD AN NUR
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

TANGGAL PELAKSANAAN : 21 MEI 2016
 KELAS / SEMESTER : XII IPS 2.

NO	NAMA	TTD
1	Fahmi Muroddekis Saputra	1.
2	A. Sholahudin Ar-Rifa'i	2.
3	Pegat Sunawan	3.
4	Muhammad Saddam Husein	4.
5	Fathur Rahman	5.
6	R. AGUNG. P	6.
7	M. alifain azhimi. R	7.
8	Maulana Umar	8.
9	FAIRUL FALAH	9.
10	M. Saiful	10.
11	Ayu Wresmanica D.R	11.
12	Muslihah Baihaqi	12.
13	Nur Fikriyah Sholihah	13.
14	Nur Eka Anggreni	14.
15	Ayu Velinda	15.
16	Laili Nur Rahmah	16.
17	Mok Trisnawati	17.
18	M. Izzat Wridodo	18.
19	Ayu Walidatul Umah	19.
20	Silwiah Kafi Muhi'ah	20.
21	Zha-Zha Nur Anggreni	21.
22	Ika Yuliana Putri S.	22.
23	Zumi Candawati	23.
24	Kelabawati Nur Hidayah	24.
25	Kartika Hardiyanti	25.
26	Nur Hasanah	26.
27	Reichana Zulfa	27.
28	Nur Fatimah	28.
29	Tika Mauliya agustin	29.
30	Nadia Nur fatimah	30.
31	Mama Nafisatul Ulya	31.
32	Lana Qurrotul Aini	32.
33	MUFITA PERMATASARI	33.
34	Mau Kusuma Jati	34.
35	Rufaida	35.
36	Firni Rismawati	36.
37	Maria Uyah	37.
38	Ihny Inro'atun & anta	38.
39		39

Mengetahui
Kepala Madrasah

Izzatu Muhammad, S.H.I

Peneliti

Sumiyati, S.Pd

Lampiran 22

DAFTAR HADIR
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING IMPACT BERBASIS ISLAM
UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA MA AL MA'HAD AN NUR BANTUL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

MATERI: RESILIENSI

TANGGAL PELAKSANAAN: 17 MEI 2016

KELAS/SEMESTER: XII IPS 2 / 2.

PERTEMUAN KE: 1.

NO	NAMA	TTD	
1	Ika Yuliana putri .s.	1. <i>[Signature]</i>	
2	Raichana Zulfa		2. <i>[Signature]</i>
3	Nur Masariyah	3. <i>[Signature]</i>	
4	Yuni Gusilawati		4. <i>[Signature]</i>
5	Nafis Nur fatimah	5. <i>[Signature]</i>	
6	Raprika		6. <i>[Signature]</i>
7	Mey Kusuma Jati	7. <i>[Signature]</i>	
8	Ika zha Nur A.		8. <i>[Signature]</i>
9	Lunily Imro'atun Gouika	9. <i>[Signature]</i>	
10	Lana Qurrotul 'Aini		10. <i>[Signature]</i>
11	Mufita Permatasari	11. <i>[Signature]</i>	
12	Muhammad Saif		12. <i>[Signature]</i>
13	Ayu Krismonica Octa Riuna	13. <i>[Signature]</i>	
14	FAJRUL FALAH		14. <i>[Signature]</i>
15	Ayu Vellinda	15. <i>[Signature]</i>	
16	Laili Nur Khatirah		16. <i>[Signature]</i>
17	Muhammad alfan azzimi .R	17. <i>[Signature]</i>	
18	R. Agung Pamungkas		18. <i>[Signature]</i>
19	M. Iwan Joridada	19. <i>[Signature]</i>	
20	Fathur Rohman		20. <i>[Signature]</i>
21	maulana shag.	21. <i>[Signature]</i>	
22	Muhammad Saktam H		22. <i>[Signature]</i>
23	A. Sholahudin As-Ritani	23. <i>[Signature]</i>	
24	Diklat Sunawan		24. <i>[Signature]</i>
25	Muslimin Baihaji	25. <i>[Signature]</i>	
26	Nur Eka Anggraini		26. <i>[Signature]</i>
27	Nur Fithriyah Sholihah	27. <i>[Signature]</i>	
28	Roka Triandawati		28. <i>[Signature]</i>
29	Fira Kirmawati	29. <i>[Signature]</i>	
30	Maria Ulfah		30. <i>[Signature]</i>
31	Ayu Walidatus	31. <i>[Signature]</i>	
32	Tika marliya a		32. <i>[Signature]</i>
33	Nur Fatimah	33. <i>[Signature]</i>	
34	Rahmatul Nur Hikmah		34. <i>[Signature]</i>
35	Zlma Nafidatul Ulya.	35. <i>[Signature]</i>	
36	Sitimi al Kofi Idris'ah		36. <i>[Signature]</i>
37	Karbika Hardiyanti	37. <i>[Signature]</i>	
38			38
39		39	

Mengetahui
Kepala Madrasah

Izzatu Muhammad, S.H.I

Pengisi

[Signature]
Sumiyati, S.Pd

Lampiran 23

DAFTAR HADIR
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING IMPACT BERBASIS ISLAM
UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA MA AL MA'HAD AN NUR BANTUL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

MATERI: BK IMPACT DENGAN MEDIA BOTOL SODA
 TANGGAL PELAKSANAAN: 17 MEI 2016
 KELAS/SEMESTER: XII IPS 2
 PERTEMUAN KE: 2

NO	NAMA	TTD	
1	Ika yuliana putri .s.	1. <i>[Signature]</i>	
2	Rochana Zulfa		2. <i>[Signature]</i>
3	Nur Hasanah	3. <i>[Signature]</i>	
4	Yuni Sutawati		4. <i>[Signature]</i>
5	Nadia Nur Fatimah	5. <i>[Signature]</i>	
6	Rufaida		6. <i>[Signature]</i>
7	Mou Kusuma Jati	7. <i>[Signature]</i>	
8	Zha-zha Nur A		8. <i>[Signature]</i>
9	Lusly .S.O	9. <i>[Signature]</i>	
10	Lina Qurrotul Aini		10. <i>[Signature]</i>
11	Mueiba Permatasari	11. <i>[Signature]</i>	
12	Muhammad Saia		12. <i>[Signature]</i>
13	Ayu Krismonica Octa Riana	13. <i>[Signature]</i>	
14	Fajrul FALAH		14. <i>[Signature]</i>
15	Ayu Vetrinda	15. <i>[Signature]</i>	
16	Laili nur rahmah		16. <i>[Signature]</i>
17	M. alain azhimi Ramadhan	17. <i>[Signature]</i>	
18	R. Hafny Permungkasi		18. <i>[Signature]</i>
19	M. Izzan Wicakda	19. <i>[Signature]</i>	
20	Gathur Rahmawati		20. <i>[Signature]</i>
21	maulana Ishaq	21. <i>[Signature]</i>	
22	Muhammad Saadun Husin		22. <i>[Signature]</i>
23	A. Sholahudin Ar-Rifai	23. <i>[Signature]</i>	
24	Dinda Fardiana		24. <i>[Signature]</i>
25	Muridin Rezaq	25. <i>[Signature]</i>	
26	Nur Eka Anggrani		26. <i>[Signature]</i>
27	Nur Fithriyah Sholihah	27. <i>[Signature]</i>	
28	Rizka Trihanawati		28. <i>[Signature]</i>
29	Ruri Rismawati	29. <i>[Signature]</i>	
30	Marin Ulfah		30. <i>[Signature]</i>
31	Ayu Walidatul	31. <i>[Signature]</i>	
32	Tika Mauliya a.		32. <i>[Signature]</i>
33	Nur Fatimah	33. <i>[Signature]</i>	
34	Rahmatul Nur Hibayah		34. <i>[Signature]</i>
35	Zlma Nafidatul Ulya	35. <i>[Signature]</i>	
36	Silwiah Kasi Khasimah		36. <i>[Signature]</i>
37	Kartika Hardiyanti	37. <i>[Signature]</i>	
38			38
39		39	

Mengetahui
Kepala Madrasah

Izzatu Muhammad, S.H.I

Pengisi

[Signature]

Sumiyati, S.Pd

Lampiran 24

**LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING IMPACT BERBASIS ISLAM
UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA MA AL MA'HAD AN NUR BANTUL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016**

MATERI: GAME WAKTU DAN GAME CITA-CITA
TANGGAL PELAKSANAAN: 17 Mei 2016
KELAS/SEMESTER: XII IPS 2
PERTEMUAN KE: 3

NO	NAMA	TTD	
1	Ika Yuliana Putri .s.	1. <i>[Signature]</i>	
2	Rachana Zulfa		2. <i>[Signature]</i>
3	Nur Haganah	3. <i>[Signature]</i>	
4	Khini Suslawati		4. <i>[Signature]</i>
5	Nadia Nur Fatimah	5. <i>[Signature]</i>	
6	Rufanda		6. <i>[Signature]</i>
7	Maw Kusuma Lati	7. <i>[Signature]</i>	
8	Zha. zha Nur .A.		8. <i>[Signature]</i>
9	Luviy .i. Q	9. <i>[Signature]</i>	
10	Lana Qurrotul 'Ami		10. <i>[Signature]</i>
11	Mufita Rismatasari	11. <i>[Signature]</i>	
12	Muhammad Saiful		12. <i>[Signature]</i>
13	Ayu Krismona Octa Riana	13. <i>[Signature]</i>	
14	FAJRI FALAH		14. <i>[Signature]</i>
15	Ayu Velinda	15. <i>[Signature]</i>	
16	Laili nur Rahmadi		16. <i>[Signature]</i>
17	M. alman azhimi Ramadhan	17. <i>[Signature]</i>	
18	R. Ageng Ramayulhas		18. <i>[Signature]</i>
19	M. Izzati Khatibah	19. <i>[Signature]</i>	
20	Alvin Zulhan		20. <i>[Signature]</i>
21	Mardana Ihsan	21. <i>[Signature]</i>	
22	Muhammad Saadani Husin		22. <i>[Signature]</i>
23	A. Sholichudin Ar-Rifa'i	23. <i>[Signature]</i>	
24	Dyah Nurmanita		24. <i>[Signature]</i>
25	Murlihah Banihadi	25. <i>[Signature]</i>	
26	Nur Eka Anggraini		26. <i>[Signature]</i>
27	Nur Fathriyah Sholichah	27. <i>[Signature]</i>	
28	Fitri Rismawati		28. <i>[Signature]</i>
29	Fitri Rismawati	29. <i>[Signature]</i>	
30	Maria Uifah		30. <i>[Signature]</i>
31	Ayu Walidatul U	31. <i>[Signature]</i>	
32	Ika Mauliyah a.		32. <i>[Signature]</i>
33	Nur Fatimah	33. <i>[Signature]</i>	
34	Rizki Nur Hidayah		34. <i>[Signature]</i>
35	Ilma Nopidatul Ulya	35. <i>[Signature]</i>	
36	Silvia Keti Muliati		36. <i>[Signature]</i>
37	Kartika Hardianti	37. <i>[Signature]</i>	
38			38
39		39	

Mengetahui
Kepala Madrasah

Izzatu Muhammad, S.H.I

Pengajar
[Signature]
Sumiyati, S.Pd



Gambar 1. Ujicoba Skala Resiliensi



Gambar 2. *Pre-test* kelompok kontrol



Gambar 3. *Pre-test* kelompok kontrol



Gambar 4. *Post-test* kelompok eksperimen



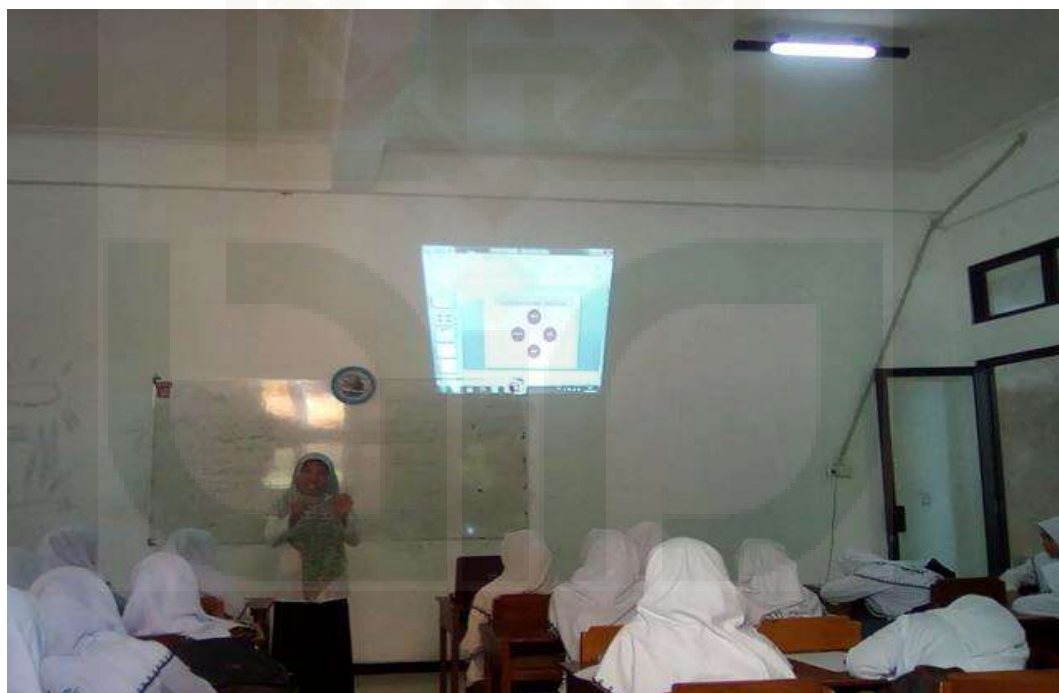
Gambar 5. *Post-test* kelompok kontrol



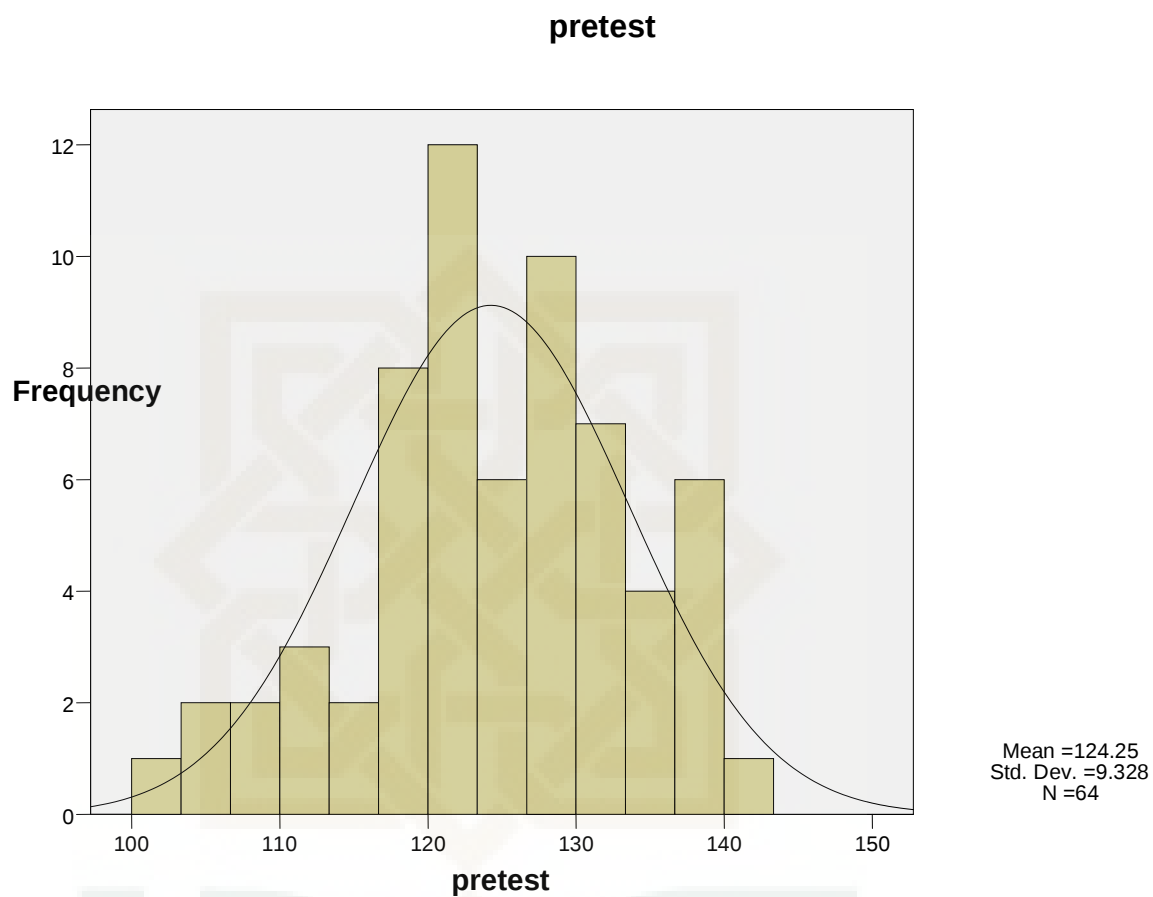
Ggambar 6. Pelaksanaan Bimbingan dan konseling impact dengan percobaan media botoll soda



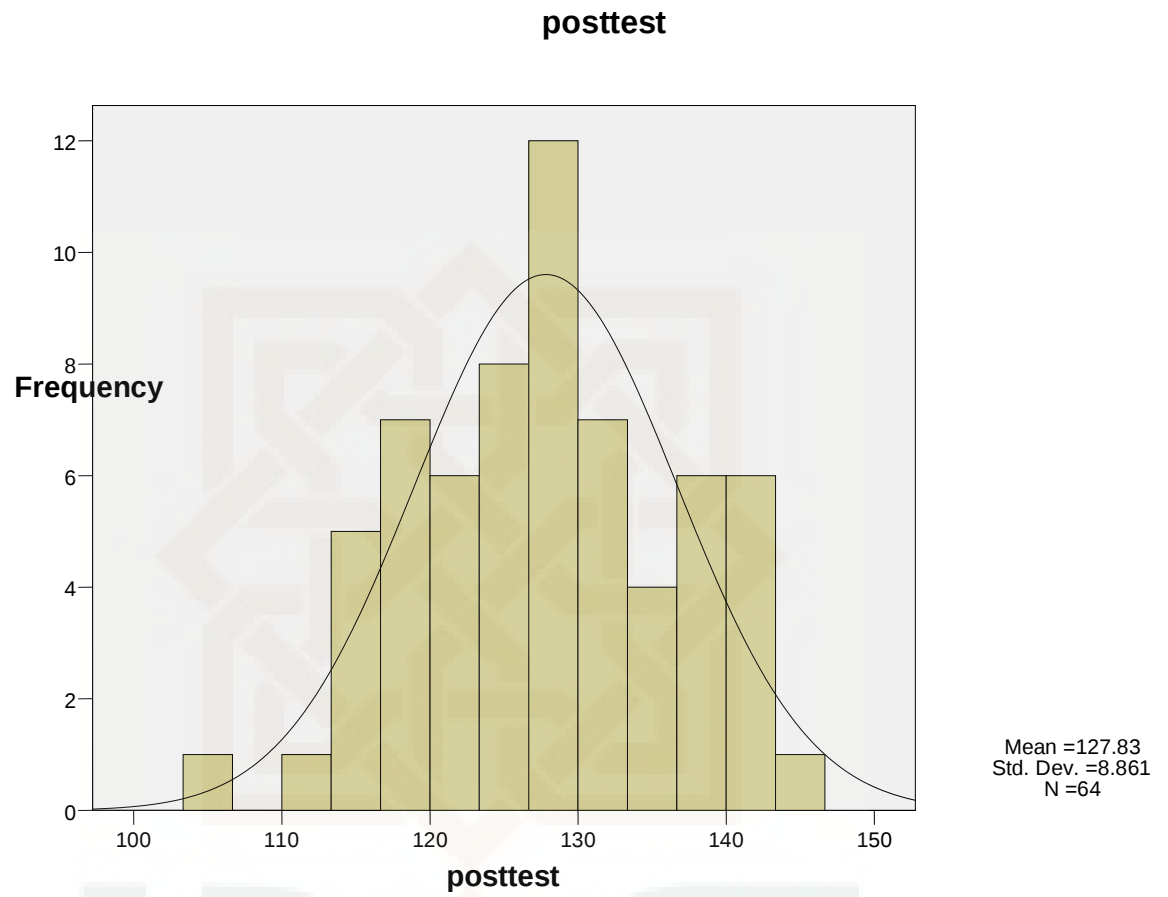
Gambar 7. Game waktu bimbingan dan konseling impact



Gambar 8. Game tujuan dan cita-cita



Grafik 1. Kurva normalitas *pre-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol



Grafik 2.Kurva normalitas post-test kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

*Lampiran***DAFTAR RIWAYAT HIDUP****A. Identitas Diri**

Nama : Sumiyati, S.Pd

Tempat / tgl. Lahir : Bantul, 8 Nopember 1982

Jabatan : Guru Bimbingan dan Konseling

Alamat Rumah : Gadungan Pasar Candan Jetis Bantul

Nama Instansi : MA Al Ma'had An Nur

Alamat Kantor : Ngrukem Pendowo Harjo Sewon Bantul

Nama Ayah : M.Umar

Nama Ibu : Sarilah

Nama Suami : Tunggal Ari Cahyo Purnomo

Nama Anak : 1. Adi Luhur Wicaksana
2. Sekar Ayuning Tyas

B. Riwayat Pendidikan Formal

1. SD, tahun lulus 1994
2. SMP tahun lulus 1997
3. SMA tahun lulus 2000
4. S1 tahun lulus 2004
5. S2 tahun lulus 2016

C. Riwayat Pekerjaan

Guru Bimbingan dan Konseling Mts- MA Al Ma'had An Nur
tahun 2010 sampai dengan sekarang

D. Pengalaman Organisasi

1. MGBK SMA/MA Kabupaten Bantul
2. MGBK MA Daerah Istimewa Yogyakarta

E. Minat Keilmuan : Psikologi Bimbingan dan Konseling

F. Karya Ilmiah

Pengaruh Psikis Penitipan Lansia di Panti Wredha Budi Dharma
Yogyakarta

Yogyakarta, 14 Juni 2016

Sumiyati, S.Pd