

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dalam perundang-undangan tentang Sistem Pendidikan No.20 Tahun 2003, mengatakan bahwa pendidikan merupakan “usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat”. Definisi dari Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kata pendidikan berasal dari kata `didik` serta mendapatkan imbuhan `pe` dan akhiran `an`, sehingga kata ini memiliki pengertian sebuah metode, cara, maupun tindakan pembimbing. Definisi pendidikan dalam arti luas adalah hidup. Artinya bahwa pendidikan adalah seluruh pengetahuan belajar yang terjadi sepanjang hayat dalam semua tempat serta situasi yang memberikan pengaruh positif pada pertumbuhan setiap makhluk individu. Bahwa pendidikan berlangsung selama sepanjang hayat (*long lie education*). Sedangkan definisi pendidikan dalam arti sempit adalah sebuah sekolah. System itu berlaku untuk orang dengan berstatus sebagai murid yaitu siswa di sekolah, atau peserta didik pada suatu universitas atau lembaga pendidikan formal (Annisa, 2022).

Menurut (Tawakkal, 2022). Pendidikan merupakan proses yang telah direncanakan oleh masyarakat untuk memindahkan pengetahuan, nilai-nilai, serta keterampilan budaya dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui institusi pendidikan. Selayaknya dalam proses pembelajaran hendaknya dipraktikkan dalam bentuk kegiatan atau aktivitas yang menyenangkan dengan menekankan karakteristik, interaktif, komunikatif, konstektual, kolaboratif, menyenangkan, menantang, dan memotivasi serta memberikan ruang yang cukup untuk kreatif serta melatih kemandirian siswa sesuai dengan bakat dan minatnya masing-masing.

Siswa dalam Kamus Bahasa Indonesia memiliki arti orang atau anak yang sedang berguru (belajar,bersekolah). Siswa adalah orang yang datang ke suatu

lembaga untuk memperoleh atau mempelajari beberapa tipe pendidikan. Pada masa ini siswa mengalami berbagai macam perubahan, baik fisik maupun psikis. Selain itu juga berubah secara kognitif dan mulai mampu berpikir abstrak seperti orang dewasa. Pada periode ini pula remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa. Masa ini secara global berlangsung antara usia 12-22 tahun (Timur *et al.*, 2022).

Fenomena resiliensi yang dimiliki masyarakat Indonesia masih rendah, hal ini mengakibatkan masalah gangguan jiwa di Indonesia semakin meningkat, fenomena ini diperkuat dengan data yang dilansir dari kompas.com pada 15 November 2023, yang mengungkapkan satu dari sepuluh orang di Indonesia mengalami gangguan jiwa. Selain itu, data lain menunjukkan 8 dari 10 warga lanjut usia atau lansia mengalami depresi tak terkontrol, 32% ibu hamil mengalami depresi pasca persalinan, 25% mahasiswa baru mengalami kecemasan, serta 50% buruh pabrik di Jawa mengalami depresi ringan. Ray yang juga salah satu inisiator Kaukus Masyarakat Peduli Kesehatan Jiwa, menyampaikan bahwa ada empat kelompok masyarakat yang dinilai perlu jadi target utama upaya mitigasi kesehatan jiwa. Kelompok yang menjadi kunci tersebut meliputi, populasi yang terkait pada 1.000 hari pertama kehidupan, seperti bayi serta ibu hamil dan ibu baru melahirkan, anak sekolah, pekerja dan usia produktif, serta lansia (Arlinta, 2023).

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) Universitas Indonesia sekaligus sebagai Guru Besar Antropologi FISIP Universitas Indonesia yaitu Semiarto Aji Purwanto menuturkan bahwa gangguan jiwa ini disebabkan oleh perkembangan teknologi yang sangat pesat, turut meningkatkan risiko masalah kesehatan jiwa di masyarakat. Risiko tersebut tidak terbatas pada kelompok usia muda, tetapi juga pada usia dewasa dan lansia. Sebab, paparan teknologi telah berpengaruh terhadap semua usia. Media sosial sebagai salah satu teknologi yang berkembang kini tidak lagi menjadi media komunikasi, tetapi juga sudah sebagai gaya hidup. Media sosial dijadikan sebagai media untuk mempertontonkan sesuatu yang terkadang sekalipun tidak ada niat untuk pamer bisa menjadi tekanan bagi orang lain. Tekanan tersebut bisa berupa rasa ketertinggalan akan capaian

yang ditunjukkan orang lain ataupun ketidakmampuan akan prestasi orang lain. Ketika seseorang tidak memiliki ketahanan terhadap tekanan-tekanan tersebut, hal tersebut akan memicu terjadinya masalah kesehatan jiwa, bahkan gangguan jiwa yang lebih buruk (Arlinta, 2023).

Selanjutnya dilansir dari kompas.com pada tanggal 5 November 2023, siswa SMP di Kabupaten Cirebon yaitu FF (12 tahun), Bunuh diri karena beratnya beban hidup, yang disebabkan oleh meninggalnya ibunya, masalah keluarga, dan sulitnya mencari tempat tinggal. Siswa sekolah menengah pertama (SMP) di Kabupaten Cirebon, Jawa Barat, seharusnya masih memiliki masa depan yang panjang. Namun, karena beratnya beban hidup membuat masa depan FF tidak cerah. Dia memilih jalan pintas untuk bunuh diri di usia belia. FF mengakhiri hidup dengan gantung diri di rumah keluarganya. Berdasarkan informasi yang di dapat dari ayah korban, ayah korban mengakui bahwa sejak istrinya meninggal satu tahun lalu FF seperti kehilangan arah, menjadi pribadi yang murung, dan kerap mengutarakan keinginannya untuk bertemu dengan sang ibu. Selain itu, menurut pendapat sang ayah korban, FF kerap menerima kekerasan dari keluarga ibunya karena seringkali ayah FF melihat mereka berseteru. Persoalan menjadi rumit saat masa kontrakan tempat usaha ayah FF sekaligus menjadi tempat tinggal mereka habis pada akhir oktober 2023. Hal ini membuat sang korban memiliki pemikiran untuk mengakhiri hidupnya dan mengajak sang ayah untuk mengakhiri hidupnya sama-sama karena korban merasa bahwa nasibnya selalu sengsara. Ayah FF tidak menyangka bahwa perkataan tersebut menjadi penanda petaka bagi anaknya. Selain itu, FF tidak mempunyai catatan masalah di sekolah, dirinya juga tidak pernah berkonsultasi dengan guru bimbingan dan konseling. Nilai ujian terakhir FF di sejumlah mata pelajaran, seperti Pendidikan Agama Islam, mencapai 94, nyaris sempurna. Kini FF tidak bisa menggapai impiannya. Padahal, siswa kelas VII SMPN 1 Plumbon itu dikenal baik, rajin ke sekolah, dan cukup pintar (Ashiri, 2023).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa permasalahan resiliensi yang dimiliki setiap individu masih dalam kategori rendah yang disebabkan oleh beberapa faktor internal maupun eksternal. Oleh karena itu banyak dari siswa, mahasiswa, maupun lansia yang mengalami tekanan-tekanan karena berbagai hal

permasalahan. Apabila tingkat ketahanan yang dimiliki setiap individu rendah maka akan berdampak buruk bagi diri setiap individu tersebut, seperti halnya gangguan kejiwaan, stress, depresi, hingga akan melakukan bunuh diri.

Sementara itu studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui observasi dan wawancara di SMPN 4 Bojonegoro yaitu dengan Ibu Linda Septiana, S.Pd, selaku guru BK di SMPN 4 Bojonegoro, beliau memberikan pernyataan bahwa masih terdapat banyak siswa yang memiliki resiliensi rendah, yang disebabkan oleh faktor lingkungan. Hal ini ditandai dengan sikap siswa yang bodoamat, tidak peduli dengan hasil ujian, keaktifan siswa dikelas rendah, menimbulkan prestasi belajar siswa rendah, dan menjadi siswa yang malas.

Selanjutnya peneliti juga melakukan studi pendahuluan di SMP Muhammadiyah 4 Balen yaitu dengan Bapak Fakhur Rozikin, S.Pd, beliau memberikan pernyataan bahwa masih ada beberapa siswa yang memiliki resiliensi yang rendah sehingga menimbulkan prestasi belajar siswa rendah, tidak pernah masuk sekolah, siswa yang malas, jarang bergaul dengan teman sebaya sehingga tidak memiliki banyak teman dikelas. Hal ini dapat ditandai dengan siswa yang sering menyendiri, terlihat murung dan tidak ceria. Permasalahan resiliensi rendah yang terjadi pada siswa disebabkan oleh orangtua yang brokenhome, kesenjangan sosial siswa dengan latar belakang belajar di pondok pesantren dan tidak.

Dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa masih banyak siswa yang mempunyai resiliensi rendah, karena disebabkan dari beberapa faktor internal maupun eksternal. Dengan ini upaya bantuan guru BK sangat diperlukan untuk menyelesaikan masalah tersebut yaitu dengan memberikan layanan dengan menggunakan beberapa teknik bimbingan dan konseling. Salah satu layanan yang bisa untuk meningkatkan resiliensi siswa yaitu dengan layanan konseling kelompok. Sebagaimana didefinisikan oleh Prayitno bahwa konseling kelompok adalah upaya pemberian bantuan yang dilakukan oleh guru BK kepada beberapa siswa paling kurang dua siswa sebagai konselinya untuk mengentaskan suatu masalah.

Menurut Reivich & Shatte (2002), resiliensi merupakan kemampuan untuk merespon dengan positif ketika seseorang mengalami kesulitan atau tekanan sehingga dapat bertahan, bangkit, dan menyesuaikan diri dengan kondisi tersebut.

Individu yang memiliki resiliensi akan pulih dari suatu keadaan yang tidak mudah, kembali ke bentuk semula setelah dibengkokkan, ditekan, atau diregangkan. Resiliensi adalah kemampuan untuk bangkit dalam menghadapi rintangan yang dapat muncul dari berbagai *settingan* kehidupan. Pada orang dewasa rintangan dan sumber stress dapat muncul dari berbagai sumber, di antaranya adalah tekanan yang sumber dari tempat kerja ataupun pekerjaan. Tempat kerja dapat dianggap sebagai sumber risiko karena dapat menjadi sumber stress bagi orang dewasa. Para pekerja dituntut untuk mampu beradaptasi dengan manajemen kerja yang sangat ketat yang berorientasi pada keuntungan yang terkadang tidak mempedulikan kesejahteraan pekerja baik secara fisik maupun psikologis (Munawaroh & Nashudi, 2019).

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa, resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki setiap individu untuk bertahan pada suatu kondisi yang tidak menyenangkan dalam kehidupan dan kembali memulihkan kondisi yang dialami seperti semula. Ini termasuk kemampuan untuk mengatasi stres, mengadaptasi diri, dan kembali ke keseimbangan setelah menghadapi masalah. Ketahanan diri seorang individu memerlukan ketahanan fisik, emosional, dan mental, yang memungkinkan seseorang untuk bangkit kembali ketika situasi yang sulit terjadi.

Proses konseling yang dilakukan oleh seorang konselor dan setidaknya dua anggota kelompok dikenal sebagai kelompok konseling. Layanan ini berusaha meniru suasana konseling individu yang hangat, terbuka, permisif, dan akrab. Pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sumber masalah, upaya penyelesaian masalah, dan kegiatan evaluasi dan tindak lanjut yang dilakukan selama sesi ini lanjut (Prayitno & Amti, 2018). Layanan konseling kelompok adalah metode yang melibatkan banyak peserta dalam kelompok dengan seorang konselor yang memimpin kegiatan kelompok. Tujuan utama dari layanan ini adalah untuk mengaktifkan dinamika kelompok untuk berbicara tentang berbagai hal yang bermanfaat bagi pertumbuhan pribadi seseorang dan untuk memecahkan masalah individu yang terlibat (Ningtiyas & Wahyudi, 2020). Menurut Lubis & Hasnida (2016), konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat pencegahan dan pengembangan kemampuan pribadi sebagai

pemecahan masalah secara kelompok atau bersama-sama dari seorang konselor kepada klien. Kelompok konseling dapat membantu mengatasi masalah rendahnya resiliensi siswa. Siswa mempunyai kesempatan untuk berbagi pengalaman mereka, mendengar pendapat orang lain, dan mendapatkan dukungan sosial dari rekan sekelasnya dengan metode ini. Beberapa keuntungan khusus dari layanan konseling kelompok dalam konteks ini termasuk dukungan emosional, pengembangan keterampilan sosial, peningkatan pemahaman diri, pembelajaran dari pengalaman orang lain, dan menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung. Oleh karena itu, kelompok konseling dapat menjadi alat yang sangat bermanfaat untuk meningkatkan ketahanan siswa, membangun ketangguhan mereka, dan meningkatkan kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan (Edmawati, 2021).

Dari beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok adalah suatu layanan atau tindakan pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada konseli yang di diskusikan dalam dinamika kelompok untuk mengentaskan permasalahan dan mencapai tujuan yang diinginkan. Pada proses konseling ini seorang konselor menjadi pemimpin diskusi atau aktivitas terapeutik dengan sekelompok siswa yang berjumlah paling kurang dua orang yang memiliki masalah yang sama atau tujuan yang sama. Tujuan konseling kelompok sendiri yaitu untuk memberikan dukungan, mendorong kemajuan siswa secara pribadi, dan mendorong perubahan melalui interaksi anggota kelompok.

Menurut Zimmerman, sebagaimana dikutip oleh Santosa (2021), *Self Regulated Learning* merupakan siswa menyadari regulasi diri mereka dan bagaimana proses tersebut dapat digunakan untuk meningkatkan prestasi akademik mereka, siswa melakukan proses pemberian umpan balik pada diri sendiri selama proses belajar dan memonitor efektivitas dari metode atau strategi belajar yang telah mereka lakukan, dan memiliki komponen motivasi. *Self regulated learning* mensyaratkan usaha, waktu, dan kewaspadaan, sehingga motivasi harus selalu dimiliki. *Self Regulated Learning* merupakan istilah dalam budaya barat yang merupakan suatu proses dimana siswa melakukan strategi dengan meregulasi kognisi, metakognisi, dan motivasinya sendiri. Dengan kata

lain, dibutuhkan kemandirian dan kesadaran akan diri yang kuat pada siswa, dalam berbagai aspek (Kristiyani, 2016).

Menurut Nuralah *et al*, sebagaimana dikutip oleh Winda & Hendro (2022), *Self-regulated learning* (SRL) adalah kemampuan untuk menjadi peserta aktif dan mandiri dalam proses pembelajaran dengan mengelola metakognisi, motivasi, dan perilaku (behavior). Metakognisi ini mencakup peencanaan, pengorganisasian, pengarahan diri sendiri, pemantauan diri sendiri, dan evaluasi diri sendiri tentang materi yang dipelajari. Proses pembelajaran yang dihasilkan terutama dari pikiran, perasaan, strategi, dan perilaku yang mengarah pada pencapaian tujuan disebut pembelajaran mandiri ini. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *Self regulated learning* adalah kemampuan yang dimiliki siswa untuk menjadi siswa yang aktif dan mandiri untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan dengan mendorong, mengontrol, dan melibatkan pikiran, perasaan, dan perilaku. *Self regulated learning* (SRL) adalah metode yang memiliki potensi untuk mengubah tingkat kecerdasan dan dorongan seseorang. Siswa dapat menggunakan SRL untuk mengelola proses belajar mereka secara lebih efisien, yang pada gilirannya memungkinkan kemampuan mereka dalam belajar dikelas. SRL juga membantu menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan meningkatkan ketahanan siswa. Dengan SRL, siswa belajar untuk menetapkan tujuan, melacak kemajuan mereka, dan menyesuaikan strategi belajar mereka sesuai kebutuhan. Dengan menggunakan SRL, siswa menjadi lebih mandiri dan lebih siap menghadapi tantangan (Chasanah *et al.*, 2019).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* adalah kemampuan yang dimiliki siswa untuk menjadi siswa yang aktif dan mandiri untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan dengan mendorong, mengontrol, dan melibatkan pikiran, perasaan, dan perilaku. Hal ini mencakup pemahaman tentang tujuan pembelajaran, pemantauan kemajuan, pengaturan strategi belajar yang efektif, dan evaluasi diri terhadap kinerja belajar. Dengan menggunakan strategi seperti pengaturan tujuan, pemantauan diri, dan refleksi, individu dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang apa yang dipelajari.

Penelitian sebelumnya yang berjudul “Pengembangan Model Resiliensi Akademik Berbantuan Konseling Kelompok” yang dilakukan oleh Astuti *et al.*,

(2022). Data yang dihasilkan dari wawancara dan angket inventori diperoleh informasi model resiliensi akademik dalam pelaksanaan praktek konseling kelompok menggunakan pendekatan system dan gambaran resiliensi akademik mahasiswa masih rendah rata-rata 37,71 %. Mengindikasikan sebagian besar tugas mata kuliah direspon sebagai beban, lemah dan mengerjakan, kurang peka dengan intruksi dosen, pengumpulan tugas terlambat dengan kualitas kurang baik, kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya, belum berhasil memahami bahwa tugas akademik memberikan kesempatan mengembangkan diri dalam mengupdate diri melalui literasi.

Penelitian sebelumnya yang berjudul “Hubungan Antara *Stress* Akademik dan Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Dasar di Masa Pandemi covid-19” yang dilakukan oleh Septiana (2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki hubungan positif antara stress akademik dan resiliensi akademik siswa SD dimasa *pandemic covid-19* dengan korelasi yang rendah, hal ini berarti bahwa, jika *stress* akademik siswa SD tinggi maka resiliensi akademiknya pun juga tinggi. Namun resiliensi yang tinggi dapat berkontribusi menurunkan tingkat stress yang tinggi pula.

Dari pendapat peneliti diatas dapat disimpulkan bahwa resiliensi pada siswa dan mahasiswa saat ini masih tergolong dalam kategori rendah, hal itu dikarenakan banyak sekali faktor yang melatar belakangi. Dapat dikatakan bahwa siswa akan memiliki hubungan yang positif antara *stress* akademik dan resiliensi akademik siswa. Apabila *stress* akademik siswa tinggi maka resiliensi akademik siswa juga tinggi, namun apabila resiliensi siswa yang tinggi maka dapat berkontribusi menurunkan tingkat *stress* yang tinggi, sehingga keduanya saling berhubungan. Selain itu, Mahasiswa yang mengalami masalah resiliensi rendah dikarenakan kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki, menjadikan suatu tugas adalah beban, belum bisa mengatur waktu dengan baik, mengalami *stress*, dan belum memahami tugas ataupun materi yang telah disampaikan, sehingga menjadi tekanan pikiran, perasaan pada diri mahasiswa tersebut.

Berdasarkan paparan latar belakang diatas peneliti ingin melakukan penelitian Pengembangan pelatihan konseling kelompok dengan teknik *self regulated learning* untuk meningkatkan resiliensi siswa. Dengan mendorong



pikiran, perasaan, dan tindakan siswa apabila mengalami keadaan yang tidak menyenangkan seperti halnya kegagalan, *stress* dan tidak berjalannya sesuatu yang di inginkan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian tersebut adalah “Bagaimana mengembangkan Panduan Pelatihan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Regulated Learning* untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa?” Masalah ini fokus pada bagaimana membuat panduan pelatihan yang menggunakan teknik *Self Regulated Learning* untuk meningkatkan resiliensi siswa dalam kelompok konseling.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Dari pemaparan di atas, tujuan penelitian tersebut adalah untuk mengembangkan panduan pelatihan konseling kelompok dengan teknik *self regulated learning* untuk meningkatkan resiliensi siswa. Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan ketahanan siswa dan membantu mereka mengelola pembelajaran mereka sendiri, dengan menggunakan metode pembelajaran yang diatur sendiri yaitu *self regulated learning*.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan manfaat sebagai berikut:

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Salah satu langkah penting dalam meningkatkan resiliensi siswa adalah pembuatan panduan untuk pelatihan kelompok konseling dengan teknik *self regulated learning*. Panduan ini tidak hanya memberikan banyak petunjuk praktis tentang cara menerapkan teknik ini, tetapi juga dapat memberikan wawasan dan kontribusi pemikiran baru. Diharapkan bahwa peserta didik akan memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana mengelola pembelajaran mereka sendiri.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### ***1.4.2.1 Bagi Konselor atau Guru Bimbingan Konseling,***

Sebuah *alternative* baru yang dapat digunakan untuk meningkatkan resiliensi siswa adalah model konseling kelompok yang menggunakan teknik pembelajaran *self regulated* (SRL)

#### **1.4.2.2 Bagi Konseli atau Siswa**

Layanan konseling kelompok yang menggunakan teknik *self regulated learning* dapat membantu siswa memiliki ketahanan diri dan kemampuan dalam menghadapi atau melewati berbagai aspek kehidupan akademik dan pribadi mereka.

#### **1.4.2.3 Bagi Peneliti**

Manfaatnya adalah mendapatkan wawasan dan pengetahuan, pengalaman praktis, pengembangan profesional, penelitian, dan evaluasi dalam memahami pengembangan panduan pelatihan konseling kelompok dengan teknik *self regulated learning* untuk meningkatkan resiliensi siswa SMP/MTs.

### **1.5 Spesifikasi Produk**

Untuk meningkatkan resiliensi siswa dalam pelatihan konseling kelompok, ini adalah model panduan yang mencakup teknik *self regulated learning* untuk meningkatkan resiliensi siswa SMP/MTs yang di dalamnya memuat:

- 1) pengantar panduan pelatihan, 2) perencanaan pelatihan, 3) materi atau topik pelatihan, 4) teknik yang digunakan dalam pelatihan.

### **1.6 Pentingnya Pengembangan**

Hasil penelitian ini akan sangat bermanfaat bagi konselor dan guru bimbingan di sekolah karena merupakan pendekatan baru untuk pembelajaran yang dikontrol sendiri dalam layanan konseling kelompok. Metode ini dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan akademik dan emosional siswa dengan fokus pada peningkatan resiliensi siswa.

### **1.7 Asumsi dan Batas Pengembangan**

#### **1.7.1 Asumsi**

Tingkat resiliensi yang rendah pada siswa dapat sangat memengaruhi perkembangan mereka secara keseluruhan. Mengajarkan metode belajar yang dikontrol sendiri dapat menjadi cara yang sangat efektif untuk membantu siswa belajar mengatasi kesulitan dan memperoleh keterampilan adaptasi yang kuat. Siswa akan lebih siap untuk menghadapi berbagai situasi dan meraih keberhasilan dalam kehidupan mereka jika mereka diberi kesadaran akan kemampuan bawaan mereka dan alat untuk mengelola stres dan hambatan. Siswa di berbagai institusi

pendidikan dapat sangat diuntungkan jika model konseling kelompok baru ini diterapkan.

Setiap siswa datang ke dunia sudah memiliki kemampuan resiliensi, namun apabila tidak dipertahankan dan dikembangkan tingkat resiliensi yang dimiliki akan menurun. Sehingga resiliensi dapat dipertahankan dan dikembangkan melalui berbagai teknik atau metode untuk meningkatkannya. Dalam penelitian ini, peneliti menemukan metode untuk meningkatkan resiliensi pada diri siswa dengan menggunakan teknik *self regulated learning*. Dengan teknik *self regulated learning* siswa diharapkan untuk mendorong pikiran, perasaan, dan tindakan untuk bertahan pada setiap situasi dan kondisi yang tidak menyenangkan atau yang tidak diinginkan dengan mengembangkan teknik *self regulated learning* yang baik untuk diri mereka sendiri. Teknik *self regulated learning* merupakan strategi atau teknik yang sangat baik untuk meningkatkan resiliensi siswa

### **1.7.2 Batasan Pengembangan**

Tahap pengembangan dalam penelitian ini mengadaptasi 10 tahap dari Borg dan Gall, sebagaimana dikutip oleh (Sugiyono, 2022), meliputi : Potensi dan Masalah, Mengumpulkan informasi, Desain produk, Validasi desain, Perbaikan desain, Uji coba produk, Revisi produk, Uji coba pemakaian, Revisi produk, dan Pembuatan produk masal. Namun, dalam penelitian ini hanya sampai tahap 7 yaitu Potensi dan Masalah, Mengumpulkan informasi, Desain produk, Validasi desain, Perbaikan desain, Uji coba produk, dan Revisi produk. Pada penelitian ini peneliti berfokus pada Pengembangan Panduan Pelatihan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Regulated Learning* untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMP.