

PENERAPAN KONSELING KELOMPOK *SOLUTION FOCUSED BRIEF THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN *SELF EFFICACY* MAHASISWA BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM UIN RADEN FATAH PALEMBANG

¹Hartika Utami Fitri, ²Kus Hendar
UIN Raden Fatah Palembang, ²Universitas Negeri Semarang
hartika.uf@radenfatah.ac.id
ushenEFRANS@gmail.com

Tahun pertama merupakan tahun yang paling krusial dalam menentukan kepercayaan diri mahasiswa ditahun awal perkuliahan bagaimana langkah awal mahasiswa dalam menapaki jenjang pendidikan selanjutnya. Diperlukan pencegahan untuk mengatasi penyakit mental ke perubahan yang ke arah yang lebih positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan model konseling kelompok *solution focus brief therapy* untuk meningkatkan self effikasi mahaiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Raden Fatah. Menggunakan penelitian eksperimen, desain *randomized pretest posttest control group design* subjek penilitian 10 individu dengan teknik (*purposive random sampling*) dari 128 maahasiswa/I tahun kesatu. Hasil analisis dengan menggunakanteknik analisis data dengan uji *Paired Sample T-tes* menyatakan konseling kelompok(KKP) dengan pendekatan SFBT ($t(1,9)=12.65$ $p<0,05$). Hasil peneltian menunjukkan bahwa penggunaan konseling kelompok *solution focused brief counseling* efektif dalam meningkatkan self-efficacy mahasiswa/i BPI UIN Raden Fatah Palembang

kata kunci : *konseling kelompok, model konseling kelompok SFBT, self-efficacy*

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman yang menuju era revolusi industri tentunya setiap individu akan dihadapkan dengan berbagai tantang yang ada yang membutuhkan kesadaran secara global. Dalam menghadapi tantangan tersebut setiap individu akan dihadapkan dengan kompetisi yang sangat luas atau dengan kata lain mega-kompetisi. Mungin (2017) mengemukakan bahwa Mega-kompetisi adalah dorongan untuk meningkatkan kualitas kehidupan manusia, dengan kualitas tersebut orang saling bersaing satu dengan yang lain. Manusia modern yang hidup dalam masyarakat yang penuh risiko, harus cepat mengambil sikap, mengadakan pilihan yang tepat untuk hidupnya atau dia hanyut bersama-sama dengan perubahan tersebut.

Mahasiswa merupakan salah satu aspek penting yang menjadi dampak langsung dalam perkembangan kompetisi menuju era revolusi industri. Mahasiswa ialah mereka yang menjadi titik tumpuan bangsa dengan segenap kemampuan yang mereka miliki. Mahasiswa yang mampu bersaing secara global tentunya mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi, memiliki sikap positif dan tekad yang kuat dalam menghadapi perkembangan zaman yang ada. Salah satu faktor atau indikator yang berperan penting dalam meningkatkan kemampuan atau potensi dalam diri yaitu kepercayaan diri atau dengan istilah lain *self efficacy*.

Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat individu merasa mampu untuk bisa mencapai tujuan dalam hidupnya. Lindenfield (2004:115) menyatakan individu yang memiliki kepercayaan diri yaitu individu yang menerima dirinya dan merasa puas akan kemampuan dirinya. Adapun gambaran merasa puas terhadap dirinya adalah orang merasa mengetahui dan mengakui terhadap keterampilan dan kemampuan yang dimilikinya, serta mampu menunjukkan keberhasilan yang dicapai dalam kehidupan bersosial.

Efikasi diri merupakan salah satu konsep yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Bandura (1995:2) menjelaskan bahwa efikasi diri mengacu pada keyakinan suatu kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan rencana tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu. Efikasi adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan (Alwisol,2014:287). Bandura (2001) dalam Feist,J.,& Feist,G.J (2013:212) mendefinisikan efikasi diri sebagai “keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan”.

Universitas merupakan bagian yang tidak terlepas dari bagian yang merupakan bagian dari pencetak generasi yang memiliki kepercayaan diri, selama duduk dibangku perkuliahan setiap individu diberikan pendidikan dan pengajaran sebagai salah satu upaya untuk menghasilkan generasi-generasi yang berkualitas. Namun pada kenyataannya setiap individu memiliki tingkat kemampuan, kepercayaan diri yang berbeda satu dengan lainnya untuk itu diperlukan sebuah terobosan baru atau upaya untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh sebagian mahasiswa. Banyak sekali kita temui mahasiswa yang memiliki rasa kurang percaya diri. Masalah kepercayaan diri yang rendah sebenarnya merupakan awal dari permasalahan-permasalahan akademik yang lainnya.

Sebagai upaya memperbaiki permasalahan yang ada pendidikan termasuk konseling, harus melakukan penyesuaian-penyesuaian jika dikehendaki berhasil menunaikan misi dan tugasnya. Tidak seperti halnya masyarakat industri yang lebih maju, masyarakat kita tidak mudah menghadapi perubahan-perubahan. Sebagai cermin masyarakat, pendidikan, dan konselingpun tidak mudah mengikuti perkembangan yang cepat dan melakukan antisipasi maupun penanganan secara khusus.

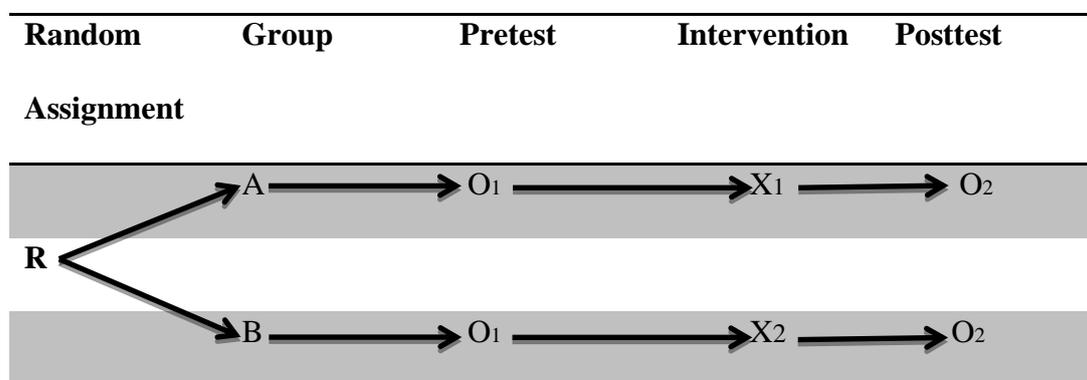
Salah satu upaya yang dapat dilakukan segera yaitu melalui sebuah pelaksanaan konseling kelompok (KKP). Program konseling kelompok dapat memberikan individu jenis pengalaman kelompok yang membantu mereka belajar untuk berfungsi secara efektif, mengembangkan toleransi terhadap stres dan kecemasan, dan untuk menemukan kepuasan dalam bekerja dan tinggal dengan orang lain (Corey, 2012). Menurut Wibowo (2005) konseling kelompok ialah upaya pemberian bantuan oleh ketua kelompok yang bersifat pengentasan dan pemeliharaan dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Layanan konseling kelompok bertujuan agar permasalahan yang dialami klien dapat didik secara bersama-sama membahas pokok bahasan tertentu yang berguna mengatasi permasalahan dan meningkatkan *self efficacy*, melalui dinamika kelompok. Melalui layanan

konseling kelompok dengan menggunakan prinsip dasar dari konseling kelompok diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Penerapan layanan konseling yang akan digunakan dalam penelitian menggunakan pendekatan Solution Focused Brief Therapy merupakan pendekatan yang berfokus pada solusi. Dalam hal ini diharapkan kepercayaan diri mahasiswa dapat dengan cepat meningkat sebagai langkah awal dalam menghadapi permasalahan akademik yang lainnya. Beberapa penelitian terdahulu mengenai pendekatan SFBT ini telah dilakukan. Untuk itu peneliti tertarik untuk mengkaji “**Penggunaan Model Konseling Kelompok Pendekatan Solution Focused Brief Therapy Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Raden Fatah Palembang’ ?**

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Penggunaan Konseling Kelompok solution focused Therapy efektif dalam meningkatkan self efficacy mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Raden Fatah Palembang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen menggunakan rancangan desain penelitian *Randomized Pretest-Posttest control group design* dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1 *Randomized Pretest-Posttest Control Group Design*

Keterangan :

- R : Pengelompokan Subjek penelitian menggunakan *Random assigment*
- A : Kelompok Eksperimen
- B : Kelompok Kontrol

- O1 : *Pretest* berupa skala *self-efficacy* tiap anggota kelompok eksperimen A, dan kelompok kontrol B
- Q2 : *Posttest* berupa pemberian skala *self-efficacy* pada tiap anggota kelompok eksperimen A dan kelompok kontrol B
- X1 : *Treatment* konseling kelompok pendekatan SFBT
- X2 : *Treatment* plazebo

Populasi berjumlah 128 mahasiswa Angkatan 2019, dengan menggunakan teknik *purposive random sampling*, jumlah tersebut nantinya akan diambil 20 orang yang memiliki tingkat *self-efficacy* rendah. Selanjutnya diikuti dengan *random assignment*. Subjek terpilih pada penelitian ini dibagi dalam dua kelompok dimana tiap kelompok terdiri dari 10 orang mahasiswa. *Insturmen Self-efficacy* yang digunakan untuk mengukur diukur dengan butir komponen *self-efficacy* dari *A manual for the Use of the Motivated strategies for Learning Questionair(MSLQ)* instrumen ini dikembangkan oleh Pintrich (1991) Instrumen ini memiliki delapan item dengan tingkat validitasnya adalah 0,93. Instrumen ini digunakan untuk mengukur tingkat *self- efficacy* mahasiswa. Teknik analisis data dengan Uji *Paired Sample T-Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

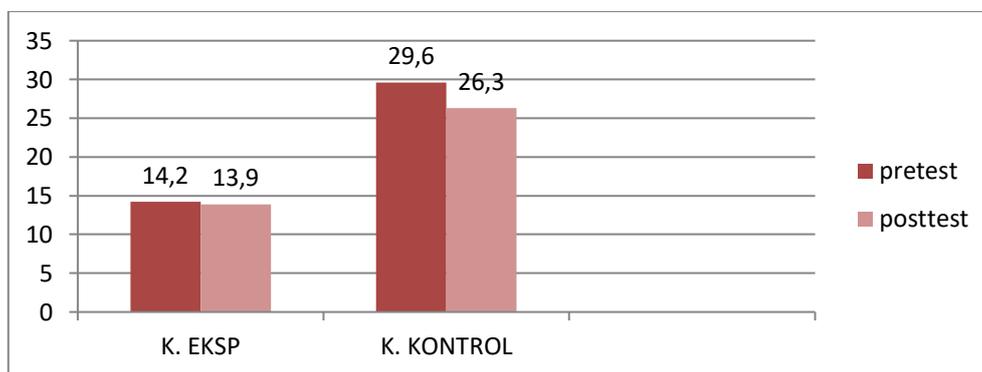
Total keseluruhan Jumlah mahasiswa baru Angkatan Tahun 2019 berjumlah 128 Mahasiswa, peneliti mengambil keseluruhan jumlah populasi mahasiswa untuk meenyebarkan angket *self-efficacy* untuk mengetahui kondisi awal. Subjek dalam penelitian ini diambil secara *purposive random sampling* berjumlah 20 mahasiswa yang telah mengisi angket *self-efficacy* yang diadaptasi instrumen dari *A manual for the Use of the Motivated strategies for Learning Questionair(MSLQ)* Berikut adalah sajian kondisi awal *self-efficacy* mahasiswa BPI Tahun 2019 yang dipaparkan pada tabel 4.1.

Tabel 4.1 Hasil Penyebaran Skala *Self-Efficacy* Pada Mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Raden Fatah Palembang

Kelas	<i>Self-efficacy</i> (Rentang Skor)						Jumlah
	Rendah (<18)		Sedang (19-29)		Tinggi (>30)		
	f	%	F	%	F	%	
1952A	6	17	22	63	7	20	35
1952B	6	17	22	71	4	12	32
1952C	9	29	16	51	6	18	31
1952D	5	17	20	69	4	14	29

Jumlah	26	80	21	127
Rata-rata	20%	63%	17%	100%

Terlihat pada tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa, tingkat *self-efficacy* yang rendah masih dimiliki oleh sebagian mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam. Dari 127 Mahasiswa yang mengikuti pretest awal diperoleh data sebanyak 26 mahasiswa (20%) yang memiliki kategori *self-efficacy* yang rendah. Mahasiswa yang memiliki kategori skor rendah baik dari sebaran skala *self-efficacy* secara acak akan dimasukkan dalam kelompok eksperimen yang akan mendapatkan layanan konseling kelompok SFBT dan kelompok kontrol yang tidak diberikan layanan konseling kelompok SFBT (*plazebo*). Berdasarkan tingkat *self-efficacy* mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam Tahun 2019, apabila digambarkan dalam bentuk grafik diperoleh visualisasi gambar 4.1.



Gambar 4.1
Grafik peningkatan self efficacy

Tabel 4.2 Pola perubahan peningkatan *self-efficacy* mahasiswa

Siswa	Skor <i>Pretest</i>	%	Kriteria	Skor <i>Posttest</i>	%	Kriteria
Kelompok Eksperimen						
R1	12		Rendah	27		sedang
R2	15		Rendah	31		Tinggi
R3	13		Rendah	30		Tinggi
R4	13		Rendah	30		Tinggi
R5	12		Rendah	28		sedang
R6	18		Rendah	25		sedang
R7	11		Rendah	26		sedang
R8	15		Rendah	28		sedang
R9	18		Rendah	25		sedang
R10	15		Rendah	26		sedang
Mean (SD) = 14,2 (2,4)				29,6 (2,7)		
KELOMPOK kKONTROL						

R1	14	Rendah	24	sedang
R2	13	Rendah	25	sedang
R3	11	Rendah	23	sedang
R4	12	Rendah	26	sedang
R5	12	Rendah	23	sedang
R6	14	Rendah	30	Tinggi
R7	12	Rendah	27	sedang
R8	18	Rendah	30	Tinggi
R9	16	Rendah	24	sedang
R10	17	Rendah	31	Tinggi
Mean (SD) = 29,6 (2,7)		26,3 (3)		

Untuk mengetahui Penerapan Konseling Kelompok SFBT untuk meningkatkan *self-efficacy* dan kelompok kontrol tersebut maka dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini yang pertama menggunakan *Uji Paired Sample T-Test*. Untuk melihat perbedaan ketiga kelompok dapat dilihat dalam tabel 4.5.

Tabel 4.5 Hasil Uji keefektifan Konseling Kelompok Teknik Kognitif Restrukturing, Tought Stopping dan Kontrol.

Kelompok	N	Pretest		Posttest		t	Gain score		F(2,18)
		M	SD	M	SD		M	SD	
Kognitif Restrukturing (CR)	7	12,14	1.99	30	4,93	14,1***	17,14	5.63	6.858**
Kelompok Kontrol	7	12,57	2.63	21	2,44	9,41***	8,42	2,37	

Ket : * $p > 0,05$; ** $p < 0,05$; *** $p < 0,01$

Dari tabel Tabel 4.5 perhitungan dengan *Uji Paired Sample T Test* di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, di peroleh hasil tingkat self efficacy mahasiswa kelompok eksperimen pada saat pelaksanaan *pretest* (M=14.2, SD=2.4) lebih rendah secara signifikan di bandingkan pada saat *posttest* (M=13.9, SD=2.3; $t(9)=12.65, p < 0,05$) temuan ini sejalan dengan prediksi Ha1 yang menyatakan bahwa penggunaan model konseling kelompok solution focused brief therapy efektif untuk meningkatkan self efficacy mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam. Kelompok selanjutnya yaitu kelompok kontrol pada saat pelaksanaan *pretest* (M =13.9, SD =2.3) lebih rendah secara signifikan dibandingkan pada saat pelaksanaan *posttest* (M= 26.3, SD = 3; $t(10) =6.83, p < 0,05$) temuan ini menyatakan bahwa terjadi peningkatan self efficacy mahasiswa pada kelompok kontrol namun tetap

peningkatan yang signifikan terjadi di kelompok eksperimen. Untuk itu dapat disimpulkan bahwa penggunaan model konseling kelompok solution focused therapy efektif dalam meningkatkan self efficacy mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang.

kondisi *self-efficacy* yang rendah masih dimiliki oleh sebagian mahasiswa BPIIslam UIN Raden Fatah Palembang. Hal ini menunjukkan bahwa, sebagian mahasiswa belum mencapai tingkat perkembangan yang optimal sehingga *self-efficacy* pada mahasiswa perlu ditingkatkan. Untuk itu peningkatan *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa dirasakan masih perlu untuk ditingkatkan dengan harapan mahasiswa dapat memiliki motivasi dan hasil prestasi belajar yang baik dan menjadi langkah awal untuk pencegahan mahasiswa untuk memiliki permasalahan akademik. Dengan meningkatnya Self Efficacy mahasiswa tersebut diharapkan mahasiswa mampu memberikan hasil terbaik dalam hal akademik.

Beberapa hasil penelitian terdahulu yang mengindikasikan kondisi self-efficacy mahasiswa berada dalam kategori rendah Penelitian yang dilakukan yang berkaitan dengan *self-efficacy* sebagai strategi peningkatan resiliensi juga dilakukan oleh Goodman et al. (2015) penelitian ini menunjukan bahwa *sel-efficacy* mempengaruhi peningkatan resiliensi anak-anak yang beresiko memiliki permasalahan internal seperti, kehilangan orang tua, permasalahan ekonomi dan juga kesehatan, anak-anak di Kenya. Gejala internalisasi depresi, kegelisahan, kesusahan, dan isolasi dapat diatasi dengan meyakinkan bahwa anak-anak tersebut masih berpotensi untuk tetap maju dengan cara meningkatkan ketahanan diri atau resiliensi melalui keyakinan diri (*self-efficacy*).

Hinduja dan Patchin (2017) penelitian ini menjelaskan bahwa dengan mengembangkan keyakinan diri yang positif (*self-efficacy*) berpengaruh signifikan dalam peningkatan resiliensi para mahasiswa terhadap intimidasi yang dialami. Peningkatan resiliensi berperan sebagai faktor pelindung (*protective factor*) juga berpengaruh pada

peningkatan kompetensi internal diri seperti menumbuhkan keterampilan sosioemosional seperti kepedulian, dan memberi mereka makna bahwa ketika menghadapi kesulitan mereka tetap memiliki kesempatan untuk dapat mengatasinya.

Beightol (2012) ini juga membuktikan bahwa efikasi diri merupakan variabel utama untuk meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan resiliensi secara efektif meningkat melalui peningkatan variabel *self-efficacy*. Artinya *Self-efficacy* merupakan strategi intervensi yang efektif digunakan untuk meningkatkan ketahanan mahasiswa yang mengalami intimidasi, ditunjukkan pada peningkatan tujuan dan aspirasi pendidikan yang berdampak pada peningkatan prestasi akademik.

Temuan yang didapatkan oleh Simon et al (2005) juga menjelaskan bahwa tujuan utama pelaksanaan konseling SFBT untuk menemukan sumber unik dari setiap individu agar terdorong untuk menghadapi permasalahan serta tantangan di masa depan. Berdasarkan hasil penelitian yang dicapai oleh subjek penelitian mampu menjadi bukti bahwa sumber unik dari *self-efficacy* merupakan suatu bentuk kapasitas internal yang mampu untuk ditingkatkan dan memiliki hubungan yang signifikan dimana *self-efficacy* merupakan sumber internal berupa keyakinan bahwa setiap orang memiliki potensi untuk mampu mengatasi setiap permasalahan dalam konteks akademik, beban akademik sehingga setelah meyakini bahwa individu memiliki efikasi diri maka akan berpotensi untuk menjadi individu yang mampu berkembang secara optimal dan mampu mengatasi berbagai permasalahan dalam kehidupan. Seiring dengan konsep utama dari pendekatan ini bagaimana menemukan sumber daya dan meyakini bahwa setiap individu memiliki potensi untuk menemukan solusi dari setiap permasalahan yang dimiliki (Corey, 2009).

Penggunaan pendekatan SFBT dalam layanan konseling kelompok memfasilitasi anggota untuk berperan aktif dengan memegang prinsip utama ialah hubungan kolaboratif antara konselor dan konseli serta berfokus pada pembangunan solusi masa depan, hal ini sama dengan meyakini bahwa permasalahan akademik merupakan hal yang biasa dan mahasiswa harus menghadapi dan menyikapi hal tersebut secara wajar dan tidak terlalu terlarut kepada keadaan yang tidak menyenangkan.

Pemberian konseling kelompok pendekatan SFBT merupakan bentuk intervensi yang dibangun diatas kekuatan konseli untuk memunculkan atau mengkonstruksikan solusi atas permasalahan yang dihadapi. Hal tersebut menjadi tujuan yang sama dalam upaya meningkatkan *self-efficacy* yang rendah. Corey (2012) menjelaskan bahwa SFBT memandang bahwa setiap individu itu ulet, banyak akal dan memiliki kemampuan untuk mengkonstruksi solusi dari setiap permasalahan yang ada.

Permasalahan akademik merupakan hal yang biasa dan mahasiswa harus menghadapi dan menyikapi hal tersebut secara wajar dan tidak terlalu terlarut kepada keadaan yang tidak menyenangkan serta meyakini bahwa individu itu sehat dan kompeten untuk membangun solusi yang dapat meningkatkan hidupnya (Corey, 2012). Narayanan (2016), menyatakan bahwa *self-efficacy* mengarahkan individu untuk mencapai tujuan tertentu dengan meningkatkan kinerja individu agar tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan, temuan dalam penelitian ini membuktikan bahwa pada pendekatan SFBT eksplorasi masalah bukanlah hal utama dibutuhkan untuk terjadi perubahan melainkan pencarian solusi atas masalah yang ada. Begitupun ketika mengalami permasalahan akademik atau penurunan prestasi, mencari sumber masalah dan alasan dibalik peristiwa tersebut menjadi hal yang tidak terlalu difokuskan melainkan bagaimana menemukan solusi untuk segera bangkit.

Eksplorasi solusi dengan menemukan keberhasilan-keberhasilan dimasa lalu menjadi alternatif yang mampu meningkatkan kekuatan internal (*self-efficacy*) yang berdampak pada peningkatan resiliensi mahasiswa ketika mengalami penurunan ataupun kegagalan akademik, hal ini penting dilakukan karena menceritakan keberhasilan di masa lalu juga mengarahkan pada perubahan di masa depan dan mengarah pada tujuan (Shazer, 2012).

Pada intinya solusi yang ditemukan bertujuan untuk menjadikan individu sebagai individu yang memiliki keyakinan diri yang positif akan potensi yang dimiliki (*self-efficacy*). Potensi internal (*self-efficacy*) dalam menghadapi setiap tantangan akademik dengan interpretasi solusi yang efektif dengan berupaya menemukan kesuksesan dan keberhasilan di masa lalu menjadikan alternatif solusi yang efektif dalam meningkatkan efikasi diri dan resiliensi akademik masing-masing anggota kelompok.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dirasakan penting bagi konselor, untuk meyakini bahwa pendekatan ini merupakan pendekatan yang terbukti efektif mampu meningkatkan *self-efficacy* diawali dengan hubungan yang kolaboratif antara pemimpin dan anggota kelompok, fokus pada pencarian solusi dibanding pengalihan masalah (*solution oriented not problem oriented*) dengan alternatif menemukan keberhasilan di masa lalu menjadi solusi yang ampuh untuk menumbuhkan keyakinan diri yang positif atau efikasi diri yang berdampak pada peningkatan resiliensi akademik dan motivasi belajar.

Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini telah berhasil menguji Penggunaan model konseling kelompok pendekatan *solution-focuses brief therapy* efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa, tetapi peneliti menyadari masih banyak ditemukan keterbatasan didalam penelitian ini. subjek dalam penelitian ini masih terbatas pada program studi bimbingan penyuluhan Islam.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap mahasiswa BPI UIN Raden Fatah Palembang untuk mengetahui penggunaan model konseling kelompok SFBT untuk meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa :

1. Terdapat sebagian mahasiswa yang memiliki tingkat *self-efficacy* dalam kategori rendah dari sebaran instrumen terhadap 128 mahasiswa terdapat 26 mahasiswa yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang rendah.
2. Konseling kelompok pendekatan *Solution-Focused Brief Therapy* terbukti efektif dalam meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Raden Fatah Palembang dibuktikan terdapat peningkatan dari hasil *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen terhadap *self-efficacy* yaitu *pre-test* $M=(14,2)$, dan *post-test* $M=(29,6)$.

DAFTAR PUSTAKA

- Arc, E., Simmons, A.W., Stein, M.B., Winkielman, P., Hitchcock, C., dan Paulus, M. P. 2009. *Association between individual differences in selfreported emotional resilience and the affective perception of neutral faces*. *Journal of Affect disorder*, 114 (3), 287-293.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy : The Exercise of Control*. New York : W.H. Freeman and Company.
- Coronado-Hijón, A. (2017). Academic Resilience: A Transcultural Perspective. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 237(June 2016), 594–598.
- Creswell, John.W. 2010. *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ghasemzadeh, Soheila Karami,.dkk. 2012. Effects Of Group Counseling With Cognitive-Behavioral Approach On Divorce Children's Depression. *Elsevier: Social and Behavioral Sciences* 46 (2012) 77 – 8.
- Gibson, R.L., dan Mitchell. 2011. *Bimbingan dan Konseling Edisi Ketujuh*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Diterjemahkan dari *Introduction to Counseling and Guidance*. First publisher 2008 by Pearson Prentice Hall. Pearson education, inc, Upper Saddle River, New Jersey.
- Gladding, Samuel T. 2012. *Konseling : Profesi yang Menyeluruh, edisi keenam*. Alih Bahasa : Winarno dan Lilian Y. Jakarta : Indeks.
- Neal, D. (2017). Academic resilience and caring adults: The experiences of former foster youth. *Children and Youth Services Review*, 79, 242–248.
- Oloan, R., & Dariyo, A. (2015). Pengaruh Iklim Kelas Terhadap *Self efficacy* , Mastery Goal Orientation dan Prestasi Belajar, 978–979
- Prayitno dan Erman Amti. 2008..*Dasar - dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno dan Erman Amti. 2013. *Dasar - dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Samsudi. 2009. *Desain Penelitian Pendidikan*. Semarang: UNNES Press.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The Brief Resilience Scale : Assessing the Ability to Bounce Back, 194–200.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Styaningrum, I. R. (2014). Pengaruh School Engagement, Locus Of Control, dan Social Support Terhadap *Self efficacy* Remaja. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 1, 19.

Wibowo, ME. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press.

Winkle, W.S., & Hastuti, S. 2010. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.