

STRATEGI MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA BAGI GURU MUHAMMADIYAH BOARDING SCHOOL USWATUN HASANAH PAGADEN

Arief Muda Kusuma¹⁾, Anna Rufaidah²⁾, Afiatin Nisa³⁾, Khairul Tri Anjani⁴⁾

^{1,2,3)}Bimbingan dan Konseling, FIPPS, Universitas Indraprasta PGRI

⁴⁾Pendidikan Sejarah, FIPPS, Universitas Indraprasta PGRI

Abstrak

Ketahanan atau resiliensi adalah kemampuan individu untuk bertahan dalam situasi stres. Kemampuan tersebut dicapai melalui proses yang tidak singkat. Mengembangkan keterampilan resiliensi tentunya berguna dalam membantu individu ketika suatu saat mereka menghadapi masa-masa sulit yang tidak dapat dihindari. Menghadapi permasalahan yang semakin kompleks yang dihadapi siswa saat ini, bukan tidak mungkin siswa dapat menunjukkan resiliensi, mereka cenderung agresif, pasif, sering cemas, menarik diri dari lingkungan bahkan menjadi depresi. Oleh karena itu, guru harus mampu bersahabat dengan siswa dan mampu menyikapi berbagai permasalahan yang ada, termasuk melaksanakan kegiatan preventif.

Kata Kunci: Kemampuan Resiliensi, Siswa

Abstract

Resilience is the capacity possessed by individuals to survive in stressful situations. This ability is obtained through a process that is not short. The development of this resilience ability is certainly very useful as a provision for individuals when one day they come back to encounter difficult times that cannot be avoided. Given the increasingly complex problems that can be experienced by students today, it is not impossible if students do not have resilience, students tend to be aggressive, passive, often feel anxious, withdraw from the environment and even become depressed. Therefore, BK teachers must be able to become friends of students and be responsive to various existing problems, including by carrying out preventive activities.

Keywords: Resilience, Students

Correspondence author: Anna Rufaidah, annaroefa@gmail.com, Jakarta, Indonesia



This work is licensed under a CC-BY-NC

PENDAHULUAN

Kegiatan belajar mengajar dipengaruhi oleh banyak faktor, mulai dari kematangan, motivasi, hubungan antara siswa dan guru, derajat kebebasan, kemampuan verbal, dan kemampuan komunikasi guru, serta perasaan aman. (Habsyah, Masrukoyah, & Wasmana, 2018). Merujuk pada pernyataan tersebut, maka apabila berbagai faktor yang dimaksud terpenuhi, kegiatan belajar mengajar dapat berlangsung dengan optimal. Guru

seyogyanya dapat membuat sesuatu hal menjadi jelas bagi siswanya, bahkan terampil untuk memecahkan beragam masalah. Guru memiliki peran yang berbeda-beda, sehingga mereka dapat disebut sebagai pemimpin perjalanan berdasarkan pengetahuan dan pengalamannya serta merasa bertanggung jawab agar perjalanan dapat berjalan dengan lancar. Perjalanan ini tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga perjalanan mental, kreatif, moral, emosional, dan spiritual yang lebih kompleks dan mendalam (Habsyah, Masrukoyah, & Wasmana, 2018).

Dalam kesehariannya, setiap individu tidak akan pernah lepas dari kesulitan dan kemalangan. Sangat penting bagi individu untuk memiliki kemampuan menghadapi dan mengatasi kesulitan hidup secara adaptif dan belajar darinya sekaligus beradaptasi dengan kondisi sulit. Remaja dengan segala kekhasannya rentan terhadap berbagai permasalahan yang menghambat perkembangannya, baik yang berasal dari faktor internal maupun lingkungan, sehingga apabila permasalahan tersebut tidak diatasi maka akan mempengaruhi perkembangannya dan terhambat pada tahap perkembangannya (Hurlock, 2003; Santrock, 1996 Slavin, 2011).

Salah satu faktor penyebab permasalahan dalam perkembangan remaja adalah ketidakbahagiaan (Purnama, *Self Instruction Training untuk Meningkatkan Resiliensi*, 2019), khususnya berbagai permasalahan atau kejadian malang yang dialami remaja. Kesulitan dapat berupa bencana, pengalaman buruk, peristiwa negatif, peristiwa tidak menyenangkan, situasi berisiko, situasi stres berat, dan kondisi traumatis (Linley & Josep, 2004). Dalam perkembangannya, angka putus sekolah siswa sekolah dasar hingga siswa sekolah menengah atas pada tahun 2019 sebesar 4.336.503 (6%) dari seluruh anak sekolah, dan penyebab utamanya adalah disebabkan oleh persoalan ekonomi (54% dari total angka putus sekolah) (Putra, 2020). Data nasional dari Kemenristekdikti menyebutkan bahwa terdapat perubahan sebanyak 452.451 (5%) mahasiswa yang putus kuliah dari periode tahun 2018 hingga 2019 (Kemenristekdikti, 2018, 2019).

Dalam proses akademik, resiliensi akademik menggambarkan kekuatan seseorang untuk menahan pengalaman emosional negatif, menghadapi situasi yang sulit, penuh tekanan, atau memberikan beban yang signifikan terhadap kinerja akademik, dinamika pembelajaran (Hendriani, 2017). Ketahanan merupakan elemen penting dalam perkembangan kehidupan remaja. Rendahnya resiliensi pada remaja menjadikan remaja rentan (*vulnerable remaja*), dan remaja rentan mempunyai kecenderungan yang tinggi untuk menjadi remaja bermasalah.

(Purnama, *Self-Instruction Training untuk Meningkatkan Resiliensi*, 2019). Anak-anak sekolah juga dihadapkan pada berbagai situasi sulit dan penuh tekanan dalam kehidupan sehari-hari mereka. Resiliensi merupakan kemampuan seseorang dalam menghadapi cobaan hidup atau peristiwa yang tidak menyenangkan sedemikian rupa sehingga mampu berdiri dan memandang permasalahan tersebut sebagai hal biasa yang perlu diselesaikan (Atviyanto et al., 2021). Resiliensi atau Ketahanan adalah kemampuan orang untuk bertahan dalam situasi stres. Kemampuan tersebut didapatkan melalui proses yang tidak singkat (Nikmah, 2017). Membangun resiliensi merupakan tugas penting karena dapat memberikan pengalaman seseorang dalam menghadapi tantangan dan kesulitan hidup (Utami dan Helmi, 2017). Dengan meningkatkan resiliensi, masyarakat dapat mengembangkan keterampilan hidup seperti komunikasi, keterampilan realistik dalam membuat rencana hidup, dan kemampuan mengambil langkah yang tepat dalam hidup (Fernanda Rojas, 2015). Dia mengembangkan cara untuk mengubah keadaan stres menjadi peluang untuk perbaikan pribadi.

Siswa yang resilien juga biasanya mampu tetap tenang dalam tekanan, mengendalikan emosi, yakin bahwa segala sesuatu bisa berubah menjadi lebih baik (optimis), mampu beradaptasi secara kognitif dan mengenali penyebab kesulitan, memiliki empati yang tinggi dan percaya bahwa orang dapat menyelesaikan masalah melalui pengalaman dan keyakinan terhadap ketahanannya sendiri (Nikmah, 2017). Siswa dengan resiliensi akademik yang tinggi dapat meningkatkan prestasi akademiknya dan terlindungi dari akibat negatif, terutama ketika menghadapi kesulitan yang biasanya berat (Dwiastuti, Hendriani, & Andriani, 2021).

Guru bimbingan dan konseling dapat membantu siswa yang mempunyai resiliensi rendah untuk meningkatkan resiliensinya, yaitu dengan menciptakan interaksi yang baik dan intensif dengan siswa; berusaha mengenal lebih dekat keluarga dan lingkungan siswa; membangun rasa saling menghormati di sekolah tanpa membedakan status sosial ekonomi, suku, ras, agama atau kelompok tertentu; mengoptimalkan potensi mahasiswa baik di bidang akademik maupun non-akademik; Memfasilitasi siswa yang mempunyai permasalahan dalam menggunakan layanan baik secara individu maupun kelompok.

Pemberian layanan bimbingan dan konseling tentu sangat tepat sebagai upaya untuk membantu siswa agar terus berkembang serta menjadi pribadi yang resilien. Memiliki kemampuan untuk berhasil dalam hidupnya (efikasi diri), serta mampu meraih apa yang diinginkan (Reivich & Shatee, 2002: 34-47). Guru BK sebagai tenaga profesional dalam bidang pelayanan bimbingan dan konseling bertanggungjawab terhadap tugasnya sebagai “pelayan” bagi pencapaian tujuan pendidikan secara menyeluruh (Nikmah, 2017). Berkaitan dengan situasi tersebut, guru BK tidak hanya berhubungan dengan peserta didik atau siswa saja, melainkan juga dengan pihak lain yang dapat secara bersama-sama mendukung tercapainya tujuan tersebut, seperti bersama dengan konselor, guru, wali kelas, personal sekolah lainnya, orangtua, dan masyarakat pada umumnya (Prayitno dan Amti, 2008).

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan PKM ini adalah dengan melakukan pengumpulan data/fakta di tempat mitra, dimana melalui pengumpulan data ditemukan permasalahan yang kemudian dihasilkan konsep solusi. Tahapan proses pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu:

1. Awal Pelaksanaan Pada tahap ini dilakukan beberapa aktivitas antara lain
 - a. Tinjauan Lokasi. Dalam kegiatan meninjau lokasi, kami melakukan kunjungan ke lokasi mitra sebagai bagian dari langkah pelaksanaan sehingga dapat diketahui kondisi lapangan yang akan menjadi tempat pelaksanaan kegiatan. Tinjauan lokasi dapat dilakukan lebih dari satu kali untuk menjalin komunikasi interaktif terhadap mitra kegiatan
 - b. Pengumpulan data. Kegiatan mengumpulkan data dilakukan dengan pengamatan dan wawancara yang bertujuan untuk mendapat informasi yang berhubungan dengan pelaksanaan kegiatan PKM tercapai maksud dari kegiatan PKM. Data tersebut diantaranya jumlah Guru pada MBS Uswatun Hasanah Pagaden serta sarana dan prasarana yang mendukung kegiatan pelayanan informasi, dan kondisi guru-guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran dan kehidupan sehari-hari.
 - c. Studi Kepustakaan. Studi kepustakaan dilakukan dengan mencari referensi untuk kebutuhan teoritis tentang kegiatan PKM ini. Studi kepustakaan dilakukan dengan

- mencari sumber yang sesuai dengan kebutuhan kegiatan pengabdian masyarakat, mencari informasi melalui internet, dan memanfaatkan berbagai buku pribadi yang dimiliki yang terkait dengan judul PKM.
- d. Analisis Kebutuhan Pada tahap ini melakukan analisis terhadap kebutuhan-kebutuhan yang dapat menunjang penerapan kegiatan PKM. Beberapa aspek analisis kebutuhan diantaranya jumlah guru yang berada di dalam naungan MBS Uswatun Hasanah Pagaden yang akan menjadi peserta layanan, Ketersediaan peralatan penunjang pelaksanaan kegiatan dan kemampuan peserta layanan dalam menjangkau lokasi kegiatan.
 2. Penyelenggaraan pelaksanaan kegiatan, metode penyampaian materi secara luring di Gedung kelas MBS Uswatun Hasanah Pagaden. Pada pelaksanaan kegiatan, metode penyampaian materi secara langsung dengan peralatan pendukung, diskusi, kelompok, dan studi kasus, dapat membantu peserta lebih memahami materi layanan yang disampaikan.
 3. Pasca Pelaksanaan Kegiatan. Beberapa uraian kegiatan dalam Langkah ini adalah: (a). Evaluasi kegiatan, (b). Penyusunan laporan kegiatan, dan (c). Pembuatan laporan akhir.
 4. Penerapan IPTEK. Adapun penerapan sumber iptek yang ditransfer kepada mitra ada di dalam uraian sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran Iptek yang ditransfer

No.	Materi	Sasaran dan Tujuan
1.	Konsep Dasar Resiliensi	Peserta layanan memiliki tambahan wawasan tentang konsep resiliensi
2.	Faktor-Faktor yang mempengaruhi Resiliensi	Peserta layanan memiliki wawasan tentang berbagai faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi
3.	Dampak Resiliensi dalam Kehidupan	Peserta layanan memiliki wawasan tentang berbagai dampak yang dihasilkan dari resiliensi.
4.	Strategi meningkatkan resiliensi	Peserta layanan memiliki wawasan tentang strategi dalam meningkatkan resiliensi siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan inti PKM dengan tema Strategi Meningkatkan Resiliensi Siswa bagi Guru Muhammadiyah Boarding School Uswatun Hasanah Pagaden dilaksanakan Ruang Aula MBS Uswatun Hasanah Pagaden. Rangkaian kegiatan Abdimas dirinci dalam uraian sebagai berikut: Registrasi peserta, Pembacaan doa, Menyanyikan lagu Indonesia Raya, Berbagai sambutan dari pihak UNINDRA dan pihak Mitra.



Gambar 1. Penyampaian Materi

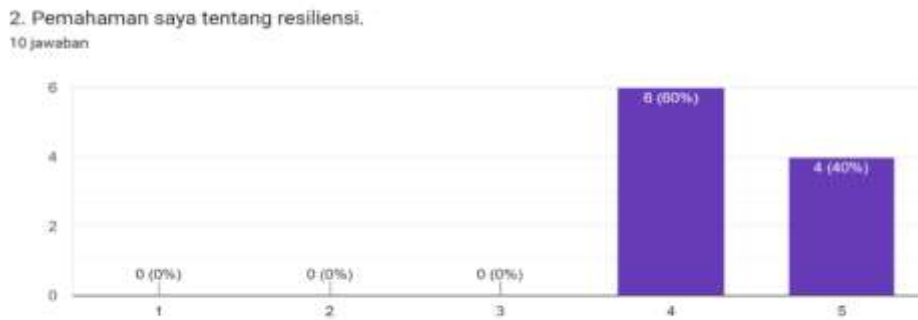
Dalam gambar tersebut, tim Abdimas melakukan pemberian materi tentang resiliensi. Pada kegiatan ini tim menyampaikan informasi tentang makna resiliensi, manfaat resiliensi, faktor yang berpengaruh serta strategi dalam meningkatkan resiliensi. Peserta dengan seksama memperhatikan apa yang disampaikan oleh pameri. Keterlibatan Mitra dalam pelaksanaan Abdimas ini akan memiliki peran yang cukup beragam dari mulai perencanaan kegiatan sampai dengan terlaksananya kegiatan Abdimas ini. Adapun rincian partisipasi aktif yang ditampilkan mitra dalam abdimas adalah sebagai berikut:

1. Secara aktif mensosialisasikan kegiatan layanan informasi dalam pelaksanaan Abdimas kepada seluruh Guru MBS Uswatun Hasanah Pagaden dengan menggunakan pamflet dan surat undangan yang dibuat oleh Tim Abdimas.
2. Mengikuti kegiatan Abdimas secara penuh.
3. Peserta layanan sangat partisipatif dalam dalam sesi diskusi dan tanya jawab (*sharing session*) dengan penuh antusias sehingga cukup banyak pertanyaan yang diajukan dan beragam materi yang didiskusikan.
4. Berpartisipasi dalam melaksanakan evaluasi atas pelaksanaan abdimas yang akan dan menyampaikan saran-saran untuk kegiatan abdimas lainnya melalui pengisian form evaluasi kegiatan via google form yang telah disediakan dan di informasikan di akhir pelaksanaan kegiatan abdimas.



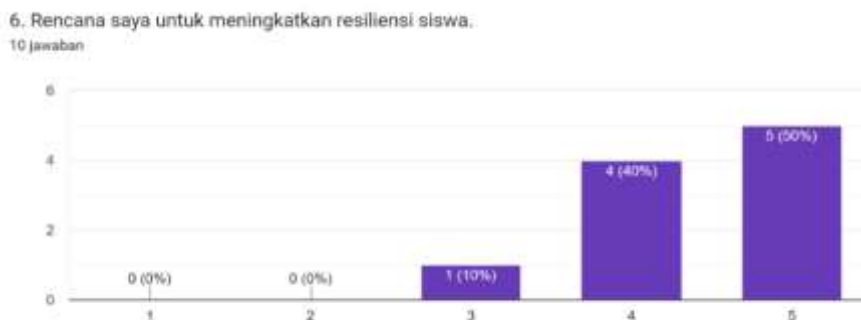
Gambar 2. Foto Bersama dengan Peserta

Dalam rangka mengetahui tinggi rendahnya manfaat yang dirasakan oleh peserta abdimas guna mengukur tercapai tidaknya tujuan dari abdimas yang dilakukan, tim abdimas melakukan analisis dari data evaluasi yang telah dikumpulkan dan diolah melalui *google form* dari para peserta sebagai responden. Hasil analisa tentang pemahaman Guru-guru Muhammadiyah Boarding School Pagaden mengenai bagaimana strategi mengembangkan resiliensi dalam diri siswa terlihat sangat baik. Dalam kegiatan juga di bahas permasalahan-permasalahan yang ditemui oleh guru-guru Muhammadiyah Boarding School Pagaden terkait mengembangkan resiliensi siswa dan bagaimana cara mengatasinya sudah berjalan dengan baik dan lancar. Hal ini dibuktikan dengan semua kegiatan layanan informasi guru-guru di Muhammadiyah Boarding School Pagaden terima dengan baik dan bersemangat. Hal ini dapat terlihat pada saat kegiatan Abdimas berlangsung peserta mengikuti dari awal sampai akhir, aktif bertanya pada saat sesi tanya jawab, saling bertukar informasi dengan semangat dan menceritakan pengalaman-pengalaman yang sudah dialami. Berikut adalah gambaran grafik pemahaman, dan rencana tindak lanjut dalam upaya meningkatkan resiliensi siswa:



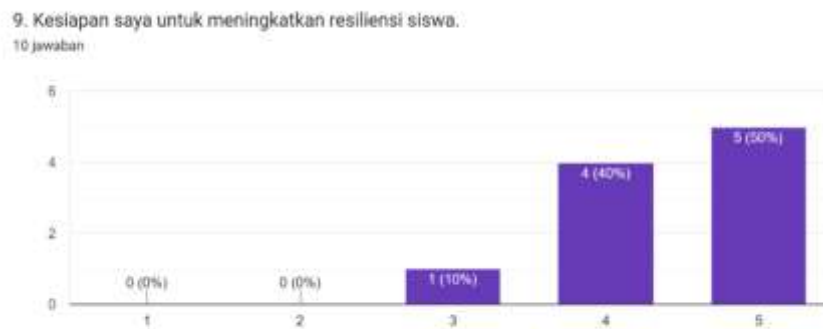
Bagan 1. Pemahaman Peserta tentang Materi Resiliensi

Bagan di atas menggambarkan tingkat pemahaman peserta tentang materi yang disampaikan. Pemahaman peserta berada pada kategori tinggi. Sebanyak 60 % peserta merasa materi tentang resiliensi dapat dipahami dengan baik.



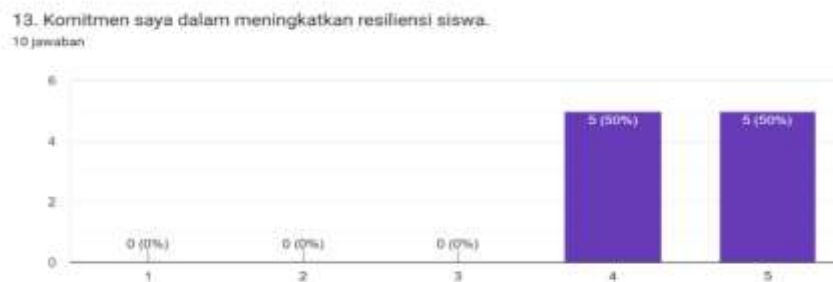
Bagan 2. Rencana Peserta dalam Meningkatkan Resiliensi

Bagan di atas menjelaskan bahwa sebagian besar peserta memiliki rencana untuk meningkatkan resiliensi siswa. Dalam butir evaluasi, memperoleh rata-rata kategori sangat tinggi.



Bagan 3. Kesiapan Peserta dalam Meningkatkan Resiliensi

Dalam bagan di atas, sebanyak 50% peserta menyatakan siap untuk mengadakan upaya peningkatan kemampuan resiliensi siswa.



Bagan 4. Komitmen Peserta dalam Meningkatkan Resiliensi

Melalui bagan di atas, dapat disimpulkan jika seluruh peserta berkomitmen untuk membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan resiliensi dalam dirinya.

Berdasarkan data yang dipaparkan dalam data di atas, dapat disimpulkan bahwa **PKM Strategi Meningkatkan Resiliensi Siswa bagi Guru Muhammadiyah Boarding School Uswatun Hasanah Pagaden** yang telah dilakukan dinilai telah berhasil memenuhi tujuan dan target capaian. Target luaran diinginkan dari pelaksanaan Abdimas yaitu adanya peningkatan informasi dan wawasan setiap peserta terkait dengan konsep resiliensi dan strategi mengembangkan resiliensi dalam diri siswa. Melihat antusias para peserta dan diskusi yang berlangsung selama kegiatan Abdimas menunjukkan bahwa kegiatan abdimas ini sangat diperlukan oleh guru-guru di lingkungan MBS Uswatun Hasanah Pagaden. Seluruh peserta kegiatan mampu memahami materi, memiliki rencana dan memiliki komitmen yang tinggi dalam mengembangkan resiliensi siswa.

SIMPULAN

Resiliensi merupakan suatu kondisi yang bisa dilatih dan dikembangkan dalam diri seseorang. Seseorang yang memiliki daya ketahanan tinggi akan mampu bangkit dari keterpurukan dan mampu mengatasi masalah yang dihadapinya. Meningkatkan spiritualitas, self esteem, membina komunikasi dan hubungan yang baik dengan

lingkungan sekitar individu, maupun pengembangan-pengembangan melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah dapat diberikan sebagai upaya untuk mengembangkan resiliensi siswa.

Pengabdian kepada masyarakat melalui **PKM Strategi Meningkatkan Resiliensi Siswa bagi Guru Muhammadiyah Boarding School Uswatun Hasanah Pagaden** merupakan hal yang sangat penting, sehingga guru dapat membantu siswa dalam mengembangkan resiliensinya dan dapat mengembangkan potensi siswa dimasa depan, sehingga siswa mampu bersaing di masa yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

- Atviyanto, Y., Barida, M., & Munandari, I. (2021). Upaya Meningkatkan Resiliensi Siswa Ekonomi Bahwa Melalui Metode Problem Solving Pada Siswa Kelas X Boga Smk Negeri 3 Magelang Tahun Pelajaran 2020/2021. *Prosiding Pendidikan Profesi Guru Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan*, 561–565.
- Fernanda Rojas, L. (2015). Factors Affecting Academic Resilience In Middle School Students : A Case Study. *Gist Education And Learningresearch Journal*, 11(11), 63–78.
- Habsyah, N. Y., Masrukoyah, E., & Wasmana, W. (2018). Meningkatkan Resiliensi Peserta Didik Melalui Peningkatan. *Fokus*, 44-51.
- Hendriani, W. (2017). Adaptasi Positif Pada Resiliensi Akademik Mahasiswa Doktoral. *Jurnal Humanitas*. (14) 02: 139-149.
- Hurlock, E. (2003). Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). *Positive Psychology In Prctice*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Nikmah, R. (2017). Peran Guru Bk Dalam Meningkatkan Resiliensi Siswa. *Seminar Nasional Bimbingan Konseling 2017*, 217-221.
- Prayitno & Amti, E. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Purnama, A. A. (2019). Self-Instruction Training Untuk Meningkatkan Resiliensi. *Prophetic: Professional, Empathy And Islamic Counseling Journal*, 127-142.
- Putra, I. P. (2020). 4,3 Juta Siswa Putus Sekolah di 2019. *Medcom.Id*. <https://www.medcom.id/pendidikan/news-pendidikan/9K50Pl3k-4-3-juta-siswa-putussekolah-di-2019>
- Reivich dan Shatte. (2002). Psychosocial Resilience. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316. doi:10.1111/j. 1939-0025.1987.tb03541.x
- Utami, C. T., & Helmi, A. F. (2017). Self-Efficacy Dan Resiliensi:. *Buletin Psikologi* , 54-65.
- Santrock, J. W. (1996). *Life-Span Develompment : Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta : Erlangga.
- Slavin, E. R. (2011). *Psikologi Pendidikan. Teori dan Praktik*. Jakarta: Indeks.