

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian dari Kampus UNUGHA Cilacap



UNUGHA CILACAP FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

Keputusan Kemendikbud RI Nomor : 264/E/O/2014 Tanggal 23 Juli 2014

Nomor : B/020/Ybk.041.8/TA/2025
Lampiran : -
Hal : Permohonan Penelitian Skripsi

Kepada Yth.
Kepala MAN 1 Cilacap
di –

Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Salam silaturahmi dan sejahtera kami sampaikan semoga kita senantiasa mendapatkan ridlo dan pertolongan dari Allah SWT dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Amin.

Sehubungan dengan tuntutan kebutuhan mahasiswa untuk mendapatkan pengalaman nyata di lapangan, maka Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap menugaskan kepada mahasiswa kami :

| | |
|-------|---------------------------|
| Nama | : Siti Masrokhatun Nida |
| NIM | : 212411009 |
| Prodi | : Bimbingan dan Konseling |

Untuk mengadakan penelitian terkait dengan skripsi yang sedang di kerjakannya dengan Judul "Efektivitas Konseling Realita untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Broken Home MAN 1 Cilacap".

Berkenaan dengan hal tersebut, maka kami mengajukan permohonan kepada Kepala Sekolah untuk mengizinkan mahasiswa kami melaksanakan kegiatan tersebut.

Adapun mengenai hari, tanggal dan waktu pelaksanaannya yaitu hari Jumat, 17 Januari 2025 s.d Selesai.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas bimbingan dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.



UNIVERSITAS NAHDLATUL 'ULAMA AL GHAZALI CILACAP

Alamat : Jln. Kemerdekaan Barat No.17 Kesugihan 53274 Cilacap Jawa Tengah, <http://www.unugha.ac.id>, E-mail :kip@unugha.ac.id
Telp. : (0282) 695415, 695407, Fax : (0282) 695407

Lampiran 2. Surat Balasan Perizinan dari MAN 01

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN CILACAP
MADRASAH ALIYAH NEGERI 1
Jalan Raya Kalisabuk KM. 15 Telepon (0282) 5263586 Cilacap 53274
Website : <http://man1cilacap.sch.id>
Email : man_cilacap@ymail.com

Nomor : 1069/Ma.11.01.01/TL.00/07/2024 25 Juli 2024
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

Yth.
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)
UNUGHA Cilacap
Jalan Kemerdekaan Barat No. 17 Kesugihan
Cilacap 53274

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan surat nomor : Ybk.1271.8/344/UNUGHA.FKIP/VI.41/VII/2024 tanggal 24 Juli 2024 perihal permohonan observasi skripsi atas nama mahasiswa :

Nama : Siti Masrokhatur Nida
NIM : 212411009
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian : Efektivitas Konseling Realita untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Broken Home MAN 1 Cilacap

Dengan ini disampaikan bahwa kami mengizinkan lembaga kami sebagai tempat penelitian mahasiswa tersebut di atas. Untuk selanjutnya mahasiswa yang bersangkutan dapat berkomunikasi dengan wakil kepala madrasah bidang kurikulum (Bapak Masruri, S.Pd., M.Pd.) pada jam kerja.

Demikian surat balasan izin penelitian ini dibuat, atas perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Lampiran 3. Lembar Penilaian Validasi Instrumen

LEMBAR VALIDASI INSTRUMEN (ANGKET RESILIENSI)

- 1) Dimohon Bapak/Ibu berkenan memberikan penilaian dengan memberikan tanda ceklis pada kolom skala penilaian dengan pedoman sebagai berikut :
 - A. Lebih dari 75% item sesuai kriteria.
 - B. 50% - 75% item sesuai kriteria.
 - C. 25% - 50% item sesuai kriteria.
 - D. Kurang dari 25% item sesuai kriteria.
- 2) Jika Bapak/Ibu menganggap perlu ada perbaikan, mohon memberi keterangan pada bagian saran atau menuliskan langsung pada naskah instrumen.

| No. | Uraian | Skala Penilaian | | | |
|-----|--|-----------------|---|---|---|
| | | A | B | C | D |
| 1. | Item instrument sudah sesuai dengan indikator | ✓ | | | |
| 2. | Bahasa yang digunakan komunikatif | | ✓ | | |
| 3. | Tata Bahasa yang digunakan sudah sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia yang baik dan benar | | ✓ | | |
| 4. | Item instrument tidak bias | | ✓ | | |
| 5. | Format instrumen menarik untuk di baca | ✓ | | | |
| 6. | Petunjuk menjawab mengisi instrument sudah jelas | ✓ | | | |
| 7. | Jumlah item instrument sudah sesuai | | ✓ | | |

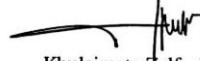
Kesimpulan :

- a. Dapat digunakan tanpa revisi
- b. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- c. Dapat digunakan dengan banyak revisi
- d. Belum dapat digunakan

Saran :

1. Gunakan pilihan kata yang variative
2. Beberapa butir perlu lebih konkret, gunakan contoh kondisi yang relate dengan subyek
3. Beberapa aspek terlalu banyak butirnya, total 50 butir masih terlalu banyak

Cilacap, 27 Desember 2024
Validator Ahli


Khulaimata Zalfa, M.Pd.

Lampiran 4. Surat Izin Uji Validitas Dan realibitas



UNUGHA CILACAP FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

Keputusan Kemendikbud RI Nomor : 264/E/O/2014 Tanggal 23 Juli 2014

Nomor : B/006/Ybk.041.8/PK/2024
Lampiran : -
Hal : Permohonan Penelitian Skripsi

Kepada Yth.
Kepala Sekolah
SMK Al Muallim Kesugihan
di –
Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Salam silaturahmi dan sejahtera kami sampaikan semoga kita senantiasa mendapatkan ridlo dan pertolongan dari Allah SWT dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Amin.

Sehubungan dengan tuntutan kebutuhan mahasiswa untuk mendapatkan pengalaman nyata di lapangan, maka Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap menugaskan kepada mahasiswa kami:

Nama : Siti Masrokhatur Nida
NIM : 2124111009
Prodi : Bimbingan dan Konseling

Untuk mengadakan Uji Validitas dan Realibitas Angket Resiliensi terkait dengan skripsi yang sedang di kerjakannya dengan Judul *“Efektivitas Konseling Realita untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Broken Home MAN 1 Cilacap”*.

Berkenaan dengan hal tersebut, maka kami mengajukan permohonan kepada Kepala Sekolah untuk mengizinkan mahasiswa kami melaksanakan kegiatan tersebut.

Adapun mengenai hari, tanggal dan waktu pelaksanaannya yaitu **hari Selasa, 7 Januari 2024 s.d Selesai**.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas bimbingan dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.



UNIVERSITAS NAHDLATUL 'ULAMA AL GHAZALI CILACAP

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 5. Time Line Kegiatan penelitian

| No. | Tanggal | Kegiatan |
|-----|-------------------------|---|
| 1. | 24 Juli 2024 | Mengantarkan Surat Izin Observasi Penelitian |
| 2. | 26 Juli 2024 | Mendapatkan Surat Balasan dari sekolah bahwa diizinkan untuk melakukan Observasi penelitian |
| 3. | 27 Juli 2024 | Menemui Wakil Kepala Madrasah Bidang Kesiswaan dan wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling |
| 4. | 29 Juli 2024 | Wawancara dengan 3 siswa dengan latar belakang <i>broken home</i> |
| 5. | 18 Januari 2025 | Pelaksanaan Pre test dengan menyebar angket sebanyak 29 item ke 10 siswa dengan latar belakang <i>broken home</i> |
| 6. | Senin, 20 Januari 2025 | Kegiatan pertemuan 1 konseling realita dengan pembahasan aspek pertama dan kedua yaitu regulasi emosi dan kontrol impuls. |
| | Rabu, 22 Januari 2025 | Kegiatan pertemuan 2 konseling realita dengan pembahasan aspek ketiga dan keempat yaitu optimisme dan efikasi diri |
| | sabtu, 25 Januari 2025 | Kegiatan Pertemuan 3 konseling realita dengan pembahasan aspek kelima yaitu kemampuan menganalisis masalah |
| | Kamis, 30 Januari 2025 | Kegiatan pertemuan 4 konseling realita dengan pembahasan aspek ke enam yaitu empati |
| | Selasa, 4 februari 2025 | Kegiatan pertemuan 5 konseling realita dengan pembahasan aspek ke tujuh yaitu pencapaian. |
| | Jumat, 7 februari 2025 | Kegiatan post test |
| | Sabtu, 8 februari 2025 | Pengolahan data |

Lampiran 6. Skema Pelaksanaan Kegiatan Penelitian

| No. | Pertemuan | Kegiatan | Durasi |
|-----|--|---|------------------|
| 1. | Pertemuan 1 Pre test | Pelaksanaan <i>Pre-test</i> dengan siswa yang dilatar belakangi <i>broken home</i> sesuai dengan data yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling | Tidak Ditentukan |
| 2. | Pertemuan 2 Regulasi emosi dan kontrol impuls | <p>Dalam sesi ini peneliti melaksanakan konseling kelompok membahas tentang aspek 1 yaitu regulasi emosi dan aspek 2 yaitu kontrol impuls. Apa yang dimaksud dengan regulasi emosi dan kontrol impuls, apa saja ciri-ciri dari kedua konsep ini, dan langkah-langkah yang dapat diambil untuk menerapkannya.</p> <p>Alasan dilaksanakan secara berbarengan yaitu karena regulasi emosi dan kontrol impuls saling berhubungan. Tingkat kemampuan seseorang dalam mengendalikan dorongan mencerminkan kecenderungannya dalam mengelola emosi secara efektif.</p> <p>Tujuan dari sesi ini adalah membantu siswa tetap tenang saat menghadapi masalah, sehingga mereka dapat fokus pada situasi yang dihadapi serta menyesuaikan emosi yang muncul, baik itu kesedihan, kemarahan, maupun kebahagian.</p> | 40 menit |
| 3. | Pertemuan 3 Optimism dan efikasi diri | Dalam pertemuan ini, peneliti kembali memberikan penjelasan mengenai konseling konseling kelompok realita dan tujuannya. Dengan harapan konseli dapat lebih aktif dan antusias dalam mengikuti konseling kelompok realita. Pembahasan pada pertemuan kali ini yaitu optimisme dan efikasi diri. | 40 menit |

| | | | |
|----|--|--|----------|
| | | <p>Tujuannya agar siswa memiliki keyakinan dalam memecahkan masalah-masalah yang dihadapi dan melaluinya dengan baik disegala situasi serta memiliki keyakinan untuk mencapai kesuksesan.</p> <p>Dalam pertemuan ini, peneliti akan memberikan instruksi kepada konseli untuk menyusun rencana yang akan dikerjakan dalam waktu dekat maupun waktu yang lebih lama.</p> | |
| 4. | <p>Pertemuan 4</p> <p>Menganalisis masalah</p> | <p>Pada pertemuan ini suasana konseling kelompok sudah semakin hangat, aktif dikarenakan konseli yang tadi pendiam sudah mulai dengan leluasa membahas permasalahannya.</p> <p>Sebelum ketahap inti peneliti membarikan ice breaking terlebih dahulu, agar konseli semakin antusias dan aktif dalam mengikuti proses konseling kelompok realita.</p> <p>Pada pertemuan ini membahas masalah yang bersifat pribadi, tetapi dipilih sesuai dengan aspek resiliensi, khususnya dalam kemampuan menganalisis masalah.</p> <p>Tujuan dari pertemuan ini adalah agar konseli dapat lebih memahami dan mengidentifikasi masalah dengan baik, mampu merumuskan solusi atas permasalahan yang dihadapi, serta tidak menuding atau mempermasalahkan orang lain atas situasi yang terjadi</p> | 40 menit |
| 5. | <p>Pertemuan 5</p> <p>Empati</p> | <p>Pada pertemuan ini, konseli semakin terlihat antusias dan masalah yang dibahas sesuai dengan aspek resiliensi yaitu empati.</p> <p>Tujuan dari pertemuan ini adalah agar konseli memiliki kemampuan dalam membangun dan menjaga hubungan</p> | 40 menit |

| | | | |
|----|---------------------------|---|------------------|
| | | harmonis dengan orang lain dan menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dengan mempertimbangkan kondisi orang lain. | |
| 6. | Pertemuan 6 Pencapaian | <p>Pada pertemuan ini masalah yang dihadapi sesuai dengan aspek resiliensi yang terakhir yaitu pencapaian. Tujuannya yaitu diharapkan konseli tidak malu, tidak down apabila mengalami kegagalan, berani melampaui zona nyaman dan maksimal dalam mengembangkan potensi diri.</p> <p>Peneliti juga meninjau ulang rencana yang konseli sudah rencanakan sehingga kedepannya bisa dicapai dengan baik.</p> | 40 menit |
| 7. | Pertemuan 7 Post test | Pada pertemuan terakhir ini. Peneliti menyebar <i>post test</i> untuk dibandingkan dengan hasil <i>pre test</i> di awal pertemuan. | Tidak ditentukan |

Lampiran 7. RPL

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING KELOMPOK TAHUN PELAJARAN 2025
PERTEMUAN 1

| | |
|---------------------------|--|
| Alokasi Waktu | : 45 Menit |
| Topik/ Materi | : Meningkatkan resiliensi rendah dengan indikator regulasi emosi |
| Bidang Layanan | : Pribadi |
| Strategi Layanan | : Konseling kelompok |
| Aspek perkembangan/ SKKPD | : Regulasi emosi |
| Model dan Metode | : Konseling realita |
| Media dan Alat | : Meja dan kursi |

| TUJUAN LAYANAN | | |
|--|--|---|
| Tahap Pengenalan (Pengetahuan) | Tahap Akomodasi (Sikap) | Tahap Tindakan (Keterampilan) |
| 1. Peserta didik dapat memahami resiliensi 2. Peserta didik dapat memahami aspek resiliensi yaitu regulasi emosi 3. Peserta didik dapat memahami keinginan dan perencanaan untuk meningkatkan regulasi emosi | 1. Peserta didik dapat mempertimbangkan kembali terkait tindakan apa yang akan di ubah dan ditingkatkan | 1. Peserta didik dapat mempersiapkan diri untuk mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan |
| LANGKAH KEGIATAN | | |
| Kegiatan awal | a. Peneliti mengucapkan salam dan mengajak berdoa b. Peneliti meminta peserta didik untuk memperkenalkan nama dan menyebutkan cita-citanya c. Peneliti mengadakan ice breaking untuk menembuhkan rasa semangat d. Menjelaskan apa itu konseling kelompok, tujuan dan asaz-asaz yang berlaku selama proses konseling berlangsung e. Peneliti menyampaikan langkah-langkah kegiatan dan menjelaskan materi resiliensi dan aspek resiliensi yang pertama yaitu regulasi emosi | |
| Kegiatan Inti | a. Peneliti meminta peserta didik untuk menceritakan masalahnya terkait regulasi emosi b. Peneliti menggunakan teknik WDEP dari teori realita | |

| | |
|---------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> c. Peneliti menanyakan keinginan peserta didik tentang regulasi emosi d. Peneliti mengajak peserta didik merefleksikan dan evaluasi apakah tingkah laku mereka sudah tepat dan efektif untuk mencapai keinginan peserta didik e. Peneliti meminta peserta didik untuk membuat perencanaan untuk meningkatkan regulasi emosi sehingga peserta didik dapat tetap tenang ketika menghadapi masalah |
| Kegiatan penutup | <ul style="list-style-type: none"> a. Peserta didik merangkum bersama peneliti b. Peserta didik merefleksikan kegiatan c. Peneliti memberikan informasi mengenai agenda atau pertemuan yang akan datang d. Peneliti menutup layanan dengan sedikit memberikan motivasi dan mengucapkan salam |
| PENILAIAN | |
| 1. Penilaian proses | Peneliti melakukan penilaian terhadap proses pelaksanaan layanan |
| 2. Penilaian hasil | Peneliti melakukan penilaian terkait pemahaman baru yang diperoleh peserta dan rencana tindak lanjut konseling |
| 3. Tindak lanjut | Memberikan penilaian jangka pendek |

Cilacap, 19 Januari 2025

**Mengetahui,
Guru Bimbingan dan Konseling**

Peneliti



Nur Agustin Siswi Handayani, S.Pd.
NIP. 198008242009012004



Siti Masrokhatun Nida
NIM. 212411009

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING KELOMPOK TAHUN PELAJARAN 2025
PERTEMUAN 1

| | |
|---------------------------|--|
| Alokasi Waktu | : 45 Menit |
| Topik/ Materi | : Meningkatkan resiliensi rendah dengan indikator kontrol impuls |
| Bidang Layanan | : Pribadi |
| Strategi Layanan | : Konseling kelompok |
| Aspek perkembangan/ SKKPD | : Kontrol Impuls |
| Model dan Metode | : Konseling realita |
| Media dan Alat | : Meja dan kursi |

| TUJUAN LAYANAN | | |
|---|--|---|
| Tahap Pengenalan (Pengetahuan) | Tahap Akomodasi (Sikap) | Tahap Tindakan (Keterampilan) |
| 1. Peserta didik dapat memahami kontrol impuls 2. Peserta didik dapat memahami keinginan dan perencanaan untuk meningkatkan kontrol impuls | 1. Peserta didik dapat mempertimbangkan kembali terkait tindakan apa yang akan di ubah dan ditingkatkan | 1. Peserta didik dapat mempersiapkan diri untuk mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan |
| LANGKAH KEGIATAN | | |
| Kegiatan awal | <ol style="list-style-type: none"> a. Peneliti mengucapkan salam dan mengajak berdoa b. Peneliti mengadakan ice breaking untuk menembuhkan rasa semangat c. Menjelaskan apa itu konseling kelompok, tujuan dan asaz-asaz yang berlaku selama proses konseling berlangsung d. Peneliti menyampaikan langkah-langkah kegiatan dan menjelaskan materi kontrol impuls | |
| Kegiatan Inti | <ol style="list-style-type: none"> a. Peneliti meminta peserta didik untuk menceritakan masalahnya terkait kontrol impuls b. Peneliti menggunakan teknik WDEP dari teori realita c. Peneliti menanyakan keinginan peserta didik tentang kontrol impuls d. Peneliti mengajak peserta didik merefleksikan dan evaluasi apakah tingkah laku mereka sudah tepat dan efektif untuk mencapai keinginan peserta didik e. Peneliti meminta peserta didik untuk membuat perencanaan untuk meningkatkan regulasi emosi dan kontrol impuls | |

| | |
|---------------------|--|
| | sehingga peserta didik dapat berfikir dahulu ketika akan bertindak |
| Kegiatan penutup | <ul style="list-style-type: none"> a. Peserta didik merangkum aktivitas bersama peneliti b. Peserta didik merefleksikan kegiatan c. Peneliti memberikan informasi mengenai agenda atau pertemuan yang akan datang d. Peneliti menutup layanan dengan sedikit memberikan motivasi dan mengucapkan salam |
| PENILAIAN | |
| 1. Penilaian proses | Peneliti melakukan penilaian terhadap proses pelaksanaan layanan |
| 2. Penilaian hasil | Peneliti melakukan penilaian terkait pemahaman baru yang diperoleh peserta dan rencana tindak lanjut konseling |
| 3. Tindak lanjut | Memberikan penilaian jangka pendek |

Cilacap, 19 Januari 2025

**Mengetahui,
Guru Bimbingan dan Konseling**

Peneliti



Nur Agustin Siswi Handayani, S.Pd.
NIP. 198008242009012004



Siti Masrokhatur Nida
NIM. 212411009

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING KELOMPOK TAHUN PELAJARAN 2025
PERTEMUAN 2

| | |
|---------------------------|---|
| Alokasi Waktu | : 45 Menit |
| Topik/ Materi | : Meningkatkan resiliensi rendah dengan indikator optimisme |
| Bidang Layanan | : Pribadi |
| Strategi Layanan | : Konseling kelompok |
| Aspek perkembangan/ SKKPD | : Efikasi diri |
| Model dan Metode | : Konseling realita |
| Media dan Alat | : - |

| TUJUAN LAYANAN | | |
|--|--|---|
| Tahap Pengenalan (Pengetahuan) | Tahap Akomodasi (Sikap) | Tahap Tindakan (Keterampilan) |
| 1. Peserta didik dapat memahami optimisme 2. Peserta didik dapat memahami keinginan dan perencanaan untuk meningkatkan rasa optimisme | 2. Peserta didik dapat mempertimbangkan kembali terkait tindakan apa yang akan di ubah dan ditingkatkan | 3. Peserta didik dapat mempersiapkan diri untuk mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan |
| LANGKAH KEGIATAN | | |
| Kegiatan awal | a. Peneliti mengucapkan salam dan mengajak berdoa b. Peneliti mengadakan ice breaking untuk menembuhkan rasa semangat c. Menjelaskan apa itu konseling kelompok, tujuan dan asaz-asaz yang berlaku selama proses konseling berlangsung d. Peneliti menyampaikan langkah-langkah kegiatan dan menjelaskan materi optimisme | |
| Kegiatan Inti | a. Peneliti meminta peserta didik untuk menceritakan masalahnya terkait optimisme b. Peneliti menggunakan teknik WDEP dari teori realita c. Peneliti menanyakan keinginan peserta didik tentang optimisme d. Peneliti mengajak peserta didik merefleksikan dan evaluasi apakah tingkahlaku mereka sudah tepat dan efektif untuk mencapai keinginan peserta didik e. Peneliti meminta peserta didik untuk membuat perencanaan untuk meningkatkan optimisme sehingga peserta didik memiliki keyakinan memecahkan masalah yang sedang | |

| | |
|---------------------|--|
| | dihadapi dan melaluinya dengan baik disegala situasi serta memiliki keyakinan tentang masa depan untuk meraih kesuksesan |
| Kegiatan penutup | <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik merangkum aktivitas bersama peneliti Peserta didik merefleksikan kegiatan Peneliti memberikan informasi agenda atau peremuan yang akan datang Peneliti menutup layanan dengan sedikit memberikan motivasi dan mengucapkan salam |
| PENILAIAN | |
| 1. Penilaian proses | Peneliti melakukan penilaian terhadap proses pelaksanaan layanan |
| 2. Penilaian hasil | Peneliti melakukan penilaian terkait pemahaman baru yang diperoleh peserta dan rencana tindak lanjut konseling |
| 3. Tindak lanjut | Memberikan penilaian jangka pendek |

Cilacap, 19 Januari 2025

**Mengetahui,
Guru Bimbingan dan Konseling**

Peneliti



Nur Agustin Siswi Handayani, S.Pd.
NIP. 198008242009012004



Siti Masrokhatur Nida
NIM. 212411009

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING KELOMPOK TAHUN PELAJARAN 2025
PERTEMUAN 2

| | |
|---------------------------|--|
| Alokasi Waktu | : 45 Menit |
| Topik/ Materi | : Meningkatkan resiliensi rendah dengan indikator efikasi diri |
| Bidang Layanan | : Pribadi |
| Strategi Layanan | : Konseling kelompok |
| Aspek perkembangan/ SKKPD | : Efikasi diri |
| Model dan Metode | : Konseling realita |
| Media dan Alat | : - |

| TUJUAN LAYANAN | | |
|---|--|---|
| Tahap Pengenalan (Pengetahuan) | Tahap Akomodasi (Sikap) | Tahap Tindakan (Keterampilan) |
| 1. Peserta didik dapat memahami efikasi diri 2. Peserta didik dapat memahami keinginan dan perencanaan untuk meningkatkan efikasi diri | 1. Peserta didik dapat mempertimbangkan kembali terkait tindakan apa yang akan di ubah dan ditingkatkan | 1. Peserta didik dapat mempersiapkan diri untuk mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan |
| LANGKAH KEGIATAN | | |
| Kegiatan awal | a. Peneliti mengucapkan salam dan mengajak berdoa b. Peneliti mengadakan ice breaking untuk menembuhkan rasa semangat c. Menjelaskan apa itu konseling kelompok, tujuan dan asaz-asaz yang berlaku selama proses konseling berlangsung d. Peneliti menyampaikan langkah-langkah kegiatan dan menjelaskan materi efikasi diri | |
| Kegiatan Inti | a. Peneliti meminta peserta didik untuk menceritakan masalahnya terkait efikasi diri b. Peneliti menggunakan teknik WDEP dari teori realita c. Peneliti menanyakan keinginan peserta didik tentang efikasi diri d. Peneliti mengajak peserta didik merefleksikan dan evaluasi apakah tingkah laku mereka sudah tepat dan efektif untuk mencapai keinginan peserta didik e. Peneliti meminta peserta didik untuk membuat perencanaan untuk meningkatkan efikasi diri sehingga peserta didik memiliki keyakinan memecahkan masalah yang sedang | |

| | |
|---------------------|--|
| | dihadapi dan melaluinya dengan baik disegala situasi serta memiliki keyakinan tentang masa depan untuk meraih kesuksesan |
| Kegiatan penutup | <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik merangkum aktivitas bersama peneliti Peserta didik merefleksikan kegiatan Peneliti memberikan informasi mengenai agenda atau pertemuan yang akan datang Peneliti menutup layanan dengan sedikit memberikan motivasi dan mengucapkan salam |
| PENILAIAN | |
| 1. Penilaian proses | Peneliti melakukan penilaian terhadap proses pelaksanaan layanan |
| 2. Penilaian hasil | Peneliti melakukan penilaian terkait pemahaman baru yang diperoleh peserta dan rencana tindak lanjut konseling |
| 3. Tindak lanjut | Memberikan penilaian jangka pendek |

Cilacap, 19 Januari 2025

**Mengetahui,
Guru Bimbingan dan Konseling**

Peneliti



Nur Agustin Siswi Handayani, S.Pd.
NIP. 198008242009012004



Siti Masrokhatur Nida
NIM. 212411009

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING KELOMPOK TAHUN PELAJARAN 2025
PERTEMUAN 1

| | |
|---------------------------|---|
| Alokasi Waktu | : 45 Menit |
| Topik/ Materi | : Meningkatkan resiliensi rendah dengan indikator kemampuan menganalisi masalah |
| Bidang Layanan | : Pribadi |
| Strategi Layanan | : Konseling kelompok |
| Aspek perkembangan/ SKKPD | : kemampuan menganalisis masalah |
| Model dan Metode | : Konseling realita |
| Media dan Alat | : Meja dan kursi |

| TUJUAN LAYANAN | | |
|---|--|---|
| Tahap Pengenalan (Pengetahuan) | Tahap Akomodasi (Sikap) | Tahap Tindakan (Keterampilan) |
| 1. Peserta didik dapat memahami kemampuan menganalisi masalah 2. Peserta didik dapat memahami keinginan dan perencanaan untuk meningkatkan kemampuan menganalisi masalah | 1. Peserta didik dapat mempertimbangkan kembali terkait tindakan apa yang akan di ubah dan ditingkatkan | 1. Peserta didik dapat mempersiapkan diri untuk mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan |
| LANGKAH KEGIATAN | | |
| Kegiatan awal | a. Peneliti mengucapkan salam dan mengajak berdoa b. Peneliti mengadakan ice breaking untuk menembuhkan rasa semangat c. Menjelaskan apa itu konseling kelompok, tujuan dan asaz-asaz yang berlaku selama proses konseling berlangsung d. Peneliti menyampaikan langkah-langkah kegiatan dan menjelaskan materi kemampuan menganalisi masalah | |
| Kegiatan Inti | a. Peneliti meminta peserta didik untuk menceritakan masalahnya b. Peneliti menggunakan teknik WDEP dari teori realita c. Peneliti menanyakan keinginan peserta didik tentang kemampuan menganalisi masalah d. Peneliti mengajak peserta didik merefleksikan dan evaluasi apakah tingkah laku mereka sudah tepat dan efektif untuk mencapai keinginan peserta didik | |

| | |
|---------------------|---|
| | <p>e. Peneliti meminta peserta didik untuk membuat perencanaan untuk meningkatkan kemampuan menganalisis masalah sehingga peserta didik dapat mengenali masalah dengan baik, menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapi, serta tidak menyalahkan orang lain atas kesulitan yang dialami</p> |
| Kegiatan penutup | <p>a. Peserta didik merangkum aktivitas bersama peneliti b. Peserta didik merefleksikan kegiatan c. Peneliti memberikan informasi mengenai agenda atau pertemuan yang akan datang d. Peneliti menutup layanan dengan sedikit memberikan motivasi dan mengucapkan salam</p> |
| PENILAIAN | |
| 1. Penilaian proses | Peneliti melakukan penilaian terhadap proses pelaksanaan layanan |
| 2. Penilaian hasil | Peneliti melakukan penilaian terkait pemahaman baru yang diperoleh peserta dan rencana tindak lanjut konseling |
| 3. Tindak lanjut | Memberikan penilaian jangka pendek |

Cilacap, 19 Januari 2025

**Mengetahui,
Guru Bimbingan dan Konseling**

Peneliti



Nur Agustin Siswi Handayani, S.Pd.
NIP. 198008242009012004



Siti Masrokhatur Nida
NIM. 212411009

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING KELOMPOK TAHUN PELAJARAN 2025
PERTEMUAN 4

| | |
|---------------------------|--|
| Alokasi Waktu | : 45 Menit |
| Topik/ Materi | : Meningkatkan resiliensi rendah dengan indikator empati |
| Bidang Layanan | : Pribadi |
| Strategi Layanan | : Konseling kelompok |
| Aspek perkembangan/ SKKPD | : empati |
| Model dan Metode | : Konseling realita |
| Media dan Alat | : Meja dan kursi |

| TUJUAN LAYANAN | | |
|--|--|---|
| Tahap Pengenalan (Pengetahuan) | Tahap Akomodasi (Sikap) | Tahap Tindakan (Keterampilan) |
| 1. Peserta didik dapat memahami regulasi emosi dan kontrol impuls 2. Peserta didik dapat memahami keinginan dan perencanaan untuk meningkatkan regulasi emosi | 1. Peserta didik dapat mempertimbangkan kembali terkait tindakan apa yang akan di ubah dan ditingkatkan | 1. Peserta didik dapat mempersiapkan diri untuk mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan |
| LANGKAH KEGIATAN | | |
| Kegiatan awal | a. Peneliti mengucapkan salam dan mengajak berdoa b. Peneliti mengadakan ice breaking untuk menembuhkan rasa semangat c. Menjelaskan apa itu konseling kelompok, tujuan dan asaz-asaz yang berlaku selama proses konseling berlangsung d. Peneliti menyampaikan langkah-langkah kegiatan dan menjelaskan materi empati | |
| Kegiatan Inti | a. Peneliti meminta peserta didik untuk menceritakan masalahnya terkait empati b. Peneliti menggunakan teknik WDEP dari teori realita c. Peneliti menanyakan keinginan peserta didik tentang empati d. Peneliti mengajak peserta didik merefleksikan dan evaluasi apakah tingkahlaku mereka sudah tepat dan efektif untuk mencapai keinginan peserta didik f. Peneliti mengarahkan peserta didik untuk menyusun rencana guna meningkatkan rasa empati, sehingga peserta didik mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain dan | |

| | |
|---------------------|--|
| | menyelesaikan permasalahan dengan memahami kondisi orang lain |
| Kegiatan penutup | <ul style="list-style-type: none"> a. Peserta didik merangkum aktivitas bersama peneliti b. Peserta didik merefleksikan kegiatan c. Peneliti memberikan informasi mengenai pertemuan yang akan datang d. Peneliti menutup layanan dengan sedikit memberikan motivasi dan mengucapkan salam |
| PENILAIAN | |
| 1. Penilaian proses | Peneliti melakukan penilaian terhadap proses pelaksanaan layanan |
| 2. Penilaian hasil | Peneliti melakukan penilaian terkait pemahaman baru yang diperoleh peserta dan rencana tindak lanjut konseling |
| 3. Tindak lanjut | Memberikan penilaian jangka pendek |

Cilacap, 19 Januari 2025

**Mengetahui,
Guru Bimbingan dan Konseling**

Peneliti



Nur Agustin Siswi Handayani, S.Pd.
NIP. 198008242009012004



Siti Masrokhatur Nida
NIM. 212411009

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING KELOMPOK TAHUN PELAJARAN 2025
PERTEMUAN 5

| | |
|---------------------------|--|
| Alokasi Waktu | : 45 Menit |
| Topik/ Materi | : Meningkatkan resiliensi rendah dengan indikator pencapaian |
| Bidang Layanan | : Pribadi |
| Strategi Layanan | : Konseling kelompok |
| Aspek perkembangan/ SKKPD | : pencapaian |
| Model dan Metode | : Konseling realita |
| Media dan Alat | : Meja dan kursi |

| TUJUAN LAYANAN | | |
|--|---|---|
| Tahap Pengenalan (Pengetahuan) | Tahap Akomodasi (Sikap) | Tahap Tindakan (Keterampilan) |
| 1. Peserta didik dapat memahami tentang pencapaian 2. Peserta didik dapat memahami keinginan dan perencanaan untuk mencapai pencapaian dalam kehidupannya | 1. Peserta didik dapat mempertimbangkan kembali terkait tindakan apa yang akan di ubah dan ditingkatkan | 1. Peserta didik dapat mempersiapkan diri untuk mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan |
| LANGKAH KEGIATAN | | |
| Kegiatan awal | a. Peneliti mengucapkan salam dan mengajak berdoa b. Peneliti mengadakan ice breaking untuk menembuhkan rasa semangat c. Menjelaskan apa itu konseling kelompok, tujuan dan asaz-asaz yang berlaku selama proses konseling berlangsung d. Peneliti menyampaikan langkah-langkah kegiatan dan menjelaskan materi regulasi emosi dan kontrol impuls | |
| Kegiatan Inti | a. Peneliti meminta peserta didik untuk menceritakan masalah pribadinya b. Peneliti menggunakan teknik WDEP dari teori realita c. Peneliti menanyakan keinginan peserta didik tentang pencapaian yang ingin diraih d. Peneliti mengajak peserta didik merefleksikan dan evaluasi apakah tingkah laku mereka sudah tepat dan efektif untuk mencapai keinginan peserta didik | |

| | |
|--------------------|---|
| | <p>e. Peneliti mengarahkan peserta didik untuk menyusun rencana agar mereka tidak merasa malu saat menghadapi kegagalan, berani keluar dari zona nyaman, dan mampu memaksimalkan potensi diri</p> |
| Kegiatan penutup | <p>a. Peserta didik merangkum aktivitas bersama peneliti b. Peserta didik merefleksikan kegiatan c. Peneliti memberikan informasi mengenai <i>treatment</i> atau pertemuan yang akan datang d. Peneliti menutup layanan dengan sedikit memberikan motivasi dan mengucapkan salam</p> |
| PENILAIAN | |
| 1. Penilain proses | Peneliti melakukan penilaian terhadap proses pelaksanaan layanan |
| 2. Penilain hasil | Peneliti melakukan penilaian terkait pemahaman baru yang diperoleh peserta dan rencana tindak lanjut konseling |
| 3. Tindak lanjut | Memberikan penilaian jangka pendek |

Cilacap, 19 Januari 2025

**Mengetahui,
Guru Bimbingan dan Konseling**

Peneliti

Nur Agustini Siswi Handayani, S.Pd.
NIP. 198008242009012004

Siti Masrokhatun Nida
NIM. 212411009

Lampiran 8. Blueprint Angket

| No. | Aspek | Indikator | No item | | Jumlah item |
|-----|--|--|---------------|-----------------|-------------|
| | | | Favorable (+) | Unfavorable (-) | |
| 1. | Regulasi emosi (<i>Emotional regulation</i>) | Tenang dalam menghadapi masalah | 8 | 12 | 2 |
| | | Fokus pada masalah yang ada | 20 | 22 | 2 |
| 2. | Pengendalian impuls (<i>impuls control</i>) | Kemampuan mengendalikan emosi | 17 | 5 | 2 |
| | | kemampuan mengelola emosi | 15 | 3 | 2 |
| | | Kemampuan mengendalikan keinginan | 6 | 24 | 2 |
| 3. | Optimis (optimism) | Selalu berfikir positif dalam segala hal | 1, 11 | 4, 7 | 4 |
| | | Memiliki keyakinan bahwa segala sesuatunya akan menjadi lebih baik | 18 | 23 | 2 |
| 4. | Kemampuan menganalisis masalah (<i>causal analysys</i>) | Mengidentifikasi masalah dengan baik | 21 | 19 | 2 |
| | | Tidak menyalahkan orang lain atas kesalahan yang diperbuat | 28 | 31 | 2 |
| 5. | Empati (<i>emphaty</i>) | Memahami perasaan dan perspektif orang lain | 30 | 27 | 2 |
| | | Peka terhadap kondisi emosional orang-orang disekitar | 2, 14 | 9, 13 | 4 |
| 6. | | Percaya pada kemampuan diri | 10, 26 | 16, 29 | 4 |

| | | | | | |
|----|--|---|--------|--------|---|
| | Efikasi diri (<i>self-efficacy</i>) | sendiri untuk menyelesaikan masalah | | | |
| | | Memiliki keyakinan menghadapi tantangan dan mencapai tujuan | 36 | 25 | 2 |
| 7. | Pencapaian (<i>reaching out</i>) | Tidak malu apabila mengalami kegagalan | 35, 32 | 38, 33 | 4 |
| | | Berani untuk mengoptimalkan kemampuan | 37 | 34 | 2 |

Lampiran 9. Hasil Uji Validitas Butir Instrumen

| No Butir | R Hitung | R Table | Keterangan |
|----------|----------|---------|-------------|
| 1. | 0,070 | 0.2500 | Tidak Valid |
| 2. | 0,020 | 0.2500 | Tidak Valid |
| 3. | 0,130 | 0.2500 | Tidak Valid |
| 4. | 0,220 | 0.2500 | Tidak Valid |
| 5. | 0,391 | 0.2500 | Valid |
| 6. | 0,460 | 0.2500 | Valid |
| 7. | 0,264 | 0.2500 | Valid |
| 8. | 0,319 | 0.2500 | Valid |
| 9. | 0,127 | 0.2500 | Tidak Valid |
| 10. | 0,506 | 0.2500 | Valid |
| 11. | 0,560 | 0.2500 | Valid |
| 12. | 0,418 | 0.2500 | Valid |
| 13. | 0,315 | 0.2500 | Valid |
| 14. | 0,304 | 0.2500 | Valid |
| 15. | 0,184 | 0.2500 | Tidak Valid |
| 16. | 0,529 | 0.2500 | Valid |
| 17. | 0,368 | 0.2500 | Valid |
| 18. | 0,560 | 0.2500 | Valid |
| 19. | 0,447 | 0.2500 | Valid |
| 20. | 0,300 | 0.2500 | Valid |
| 21. | 0,434 | 0.2500 | Valid |

| | | | |
|-----|-------|--------|-------------|
| 22. | 0,335 | 0.2500 | Valid |
| 23. | 0,414 | 0.2500 | Valid |
| 24. | 0,320 | 0.2500 | Valid |
| 25. | 0,588 | 0.2500 | Valid |
| 26. | 0,155 | 0.2500 | Tidak Valid |
| 27. | 0,135 | 0.2500 | Tidak Valid |
| 28. | 0,461 | 0.2500 | Valid |
| 29. | 0,341 | 0.2500 | Valid |
| 30. | 0,172 | 0.2500 | Tidak Valid |
| 31. | 0,379 | 0.2500 | Valid |
| 32. | 0,306 | 0.2500 | Valid |
| 33. | 0,573 | 0.2500 | Valid |
| 34. | 0,323 | 0.2500 | Valid |
| 35. | 0,336 | 0.2500 | Valid |
| 36. | 0,256 | 0.2500 | Valid |
| 37. | 0,434 | 0.2500 | Valid |
| 38. | 0,437 | 0.2500 | Valid |

Lampiran 10. Angket

INSTRUMEN PENELITIAN

ANGKET RESILIENSI

A. Identitas Responden

- a. Nama :
- b. Umur :
- c. Jenis Kelamin :
- d. Kelas :
- e. No WhatsApp Aktif :

B. Petunjuk Pengisian

- a. Isi identitas yang ada diatas secara lengkap
- b. Bacalah dengan teliti setiap pertanyaan dan alternatif jawaban yang ada
- c. Pilihlah alternatif jawaban yang sesuai dengan memberi tanda (✓) pada alternatif jawaban yang sesuai dengan diri anda.

Keterangan :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

C. Item pernyataan

| No. | Pernyataan | Keterangan | | | |
|-----|--|------------|---|----|-----|
| | | SS | S | TS | STS |
| 1. | Saya mudah terbawa emosi saat menghadapi kondisi sulit | | | | |
| 2. | Sebelum bertindak saya selalu berfikir terlebih dahulu | | | | |

| | | | | |
|-----|---|--|--|--|
| 3. | Saya merasa pesimis ketika menghadapi masalah | | | |
| 4. | Saya mampu berfikir jernih ketika menghadapi kesulitan | | | |
| 5. | Saya memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah yang saya alami | | | |
| 6. | Saya berusaha untuk melihat sisi positif dari setiap kondisi yang saya alami | | | |
| 7. | Saya selalu merasa cemas ketika menghadapi masalah | | | |
| 8. | Saya kurang peka terhadap perasaan dan kondisi emosional orang-orang disekitar saya | | | |
| 9. | Saya selalu berusaha memperhatikan kondisi emosional orang- orang disekitar saya | | | |
| 10. | Saya tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah yang saya alami | | | |
| 11. | Saya mampu mengontrol emosi saya ketika menghadapi kondisi sulit | | | |
| 12. | Saya yakin segala permasalahan yang saya hadapi akan terselesaikan dengan baik | | | |
| 13. | Saya mengalami kesulitan dalam memahami akar masalah yang saya hadapi | | | |
| 14. | Saya berusaha mengfokuskan diri pada masalah yang sedang dihadapi | | | |
| 15. | Saya dapat memahami penyebab masalah yang sedang saya hadapi | | | |
| 16. | Saya cenderung menunda-nunda menyelesaikan masalah yang saya hadapi | | | |
| 17. | Saya kehilangan kepercayaan diri bahwa hidup saya akan membaik dimasa depan | | | |

| | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| 18. | Saya sulit mengambil keputusan yang logis dan bijak saat emosi saya sedang memuncak | | | | |
| 19. | Saya merasa kurang percaya diri saat menghadapi tantangan dan kesulitan dalam hidup | | | | |
| 20. | Saya bertanggungjawab atas kesalahan yang saya perbuat | | | | |
| 21. | Saya sulit memahami perspektif orang lain | | | | |
| 22. | Saya cenderung mencari kambing hitam atas kesalahan yang saya lakukan | | | | |
| 23. | Saya tidak merasa rendah diri ketika mengalami kegagalan | | | | |
| 24. | Saya takut mencoba hal baru ketika mengalami kegagalan | | | | |
| 25. | Saya ragu dengan kemampuan yang saya miliki dalam menghadapi tantangan hidup | | | | |
| 26. | Saya mampu bangkit dan mencoba lagi ketika mengalami kegagalan | | | | |
| 27. | Saya yakin akan berhasil mencapai tujuan hidup saya | | | | |
| 28. | Saya mampu memaksimalkan keahlian yang saya miliki dengan baik | | | | |
| 29. | Saya sulit menerima kegagalan yang saya alami | | | | |

Lampiran 11. Hasil Pretest 10 Siswa

| No Butir Item | No. Responden | | | | | | | | | |
|---------------|---------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 |
| 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 |
| 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 |
| 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 |
| 5 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 |
| 6 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 |
| 7 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| 8 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| 9 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 |
| 10 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 |
| 11 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 |
| 12 | 3 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 13 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 |
| 14 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 |
| 15 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 |
| 16 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 |
| 17 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 |
| 18 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 1 | 2 | 1 |
| 19 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 |
| 20 | 1 | 4 | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 1 | 2 |
| 21 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| 22 | 2 | 1 | 3 | 1 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 |
| 23 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 |
| 24 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 |
| 25 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 |
| 26 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 27 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 3 |
| 28 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 |
| 29 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 |
| TOTAL | 41 | 76 | 46 | 51 | 74 | 49 | 81 | 83 | 76 | 47 |

Lampiran 12. Hasil Pretest 5 Siswa Terendah

| No Butir Item | Nama Responden | | | | |
|---------------|----------------|-----|----|----|----|
| | VZP | ARA | AM | NA | SR |
| 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 |
| 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| 5 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 6 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 |
| 7 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 8 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 |
| 9 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 |
| 10 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 11 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 |
| 12 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| 13 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 |
| 14 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| 15 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 |
| 16 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 |
| 17 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| 18 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 19 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| 20 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 |
| 21 | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| 22 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 |
| 23 | 1 | 3 | 2 | 4 | 2 |
| 24 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 25 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| 26 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 |
| 27 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 |
| 28 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 |
| 29 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| TOTAL | 41 | 46 | 51 | 49 | 47 |

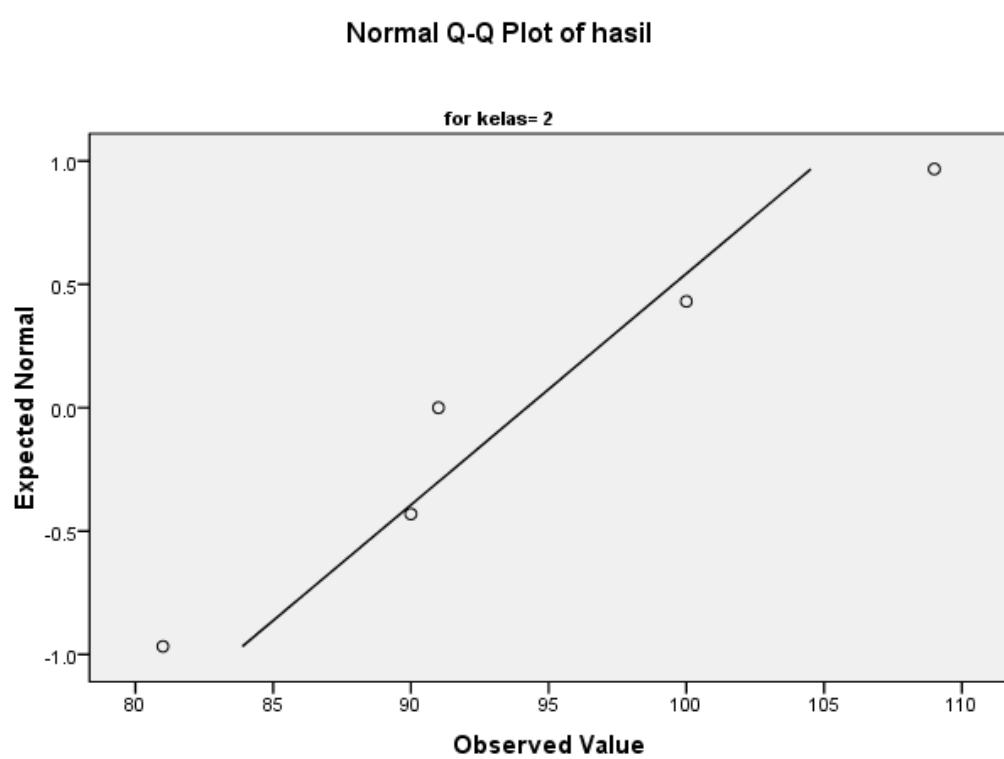
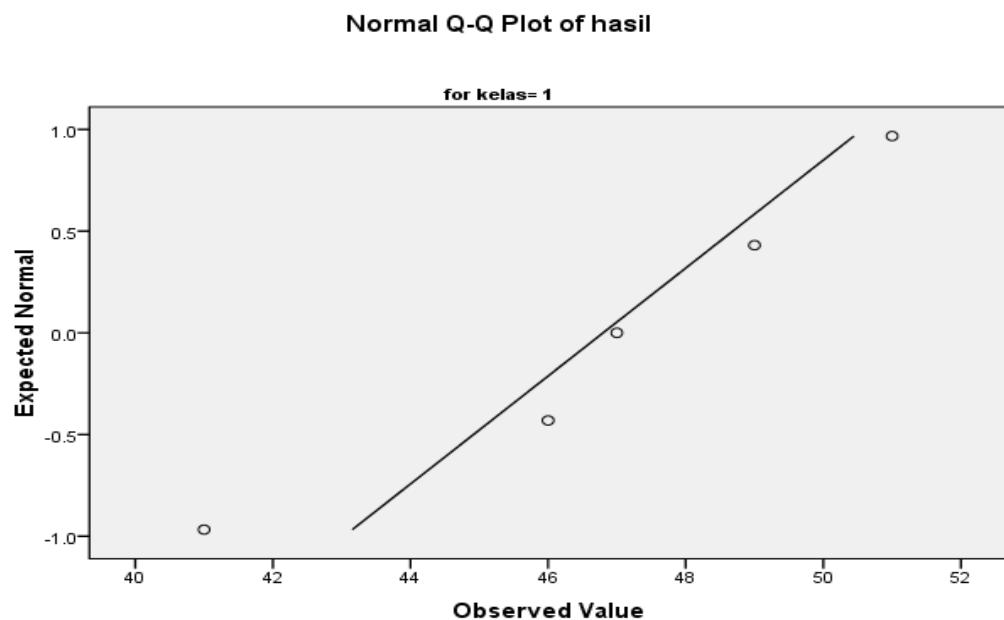
Lampiran 13. Hasil Posttest 5 Siswa

| No Butir Item | Nama Responden | | | | |
|---------------|----------------|-----------|------------|------------|-----------|
| | VZP | ARA | AM | NA | SR |
| 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 |
| 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 |
| 5 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 6 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 7 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 |
| 8 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 9 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 10 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 11 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 12 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 13 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 14 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| 15 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 16 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 17 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 18 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 |
| 19 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 |
| 20 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| 21 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| 22 | 3 | 3 | 4 | 4 | 1 |
| 23 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 |
| 24 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 |
| 25 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 |
| 26 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 |
| 27 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 |
| 28 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 29 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 |
| TOTAL | 90 | 91 | 109 | 100 | 81 |

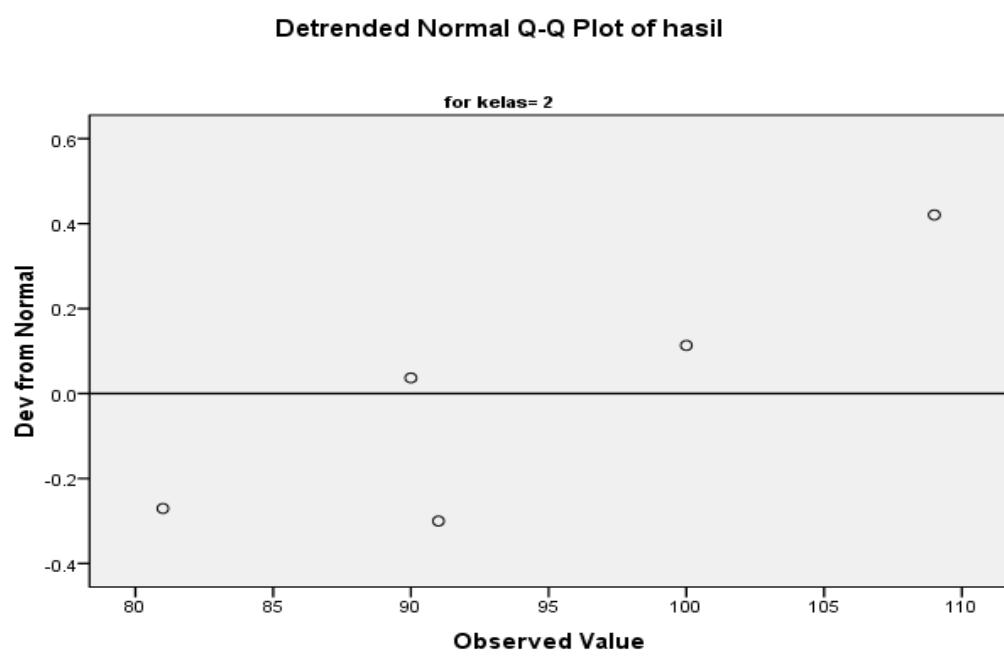
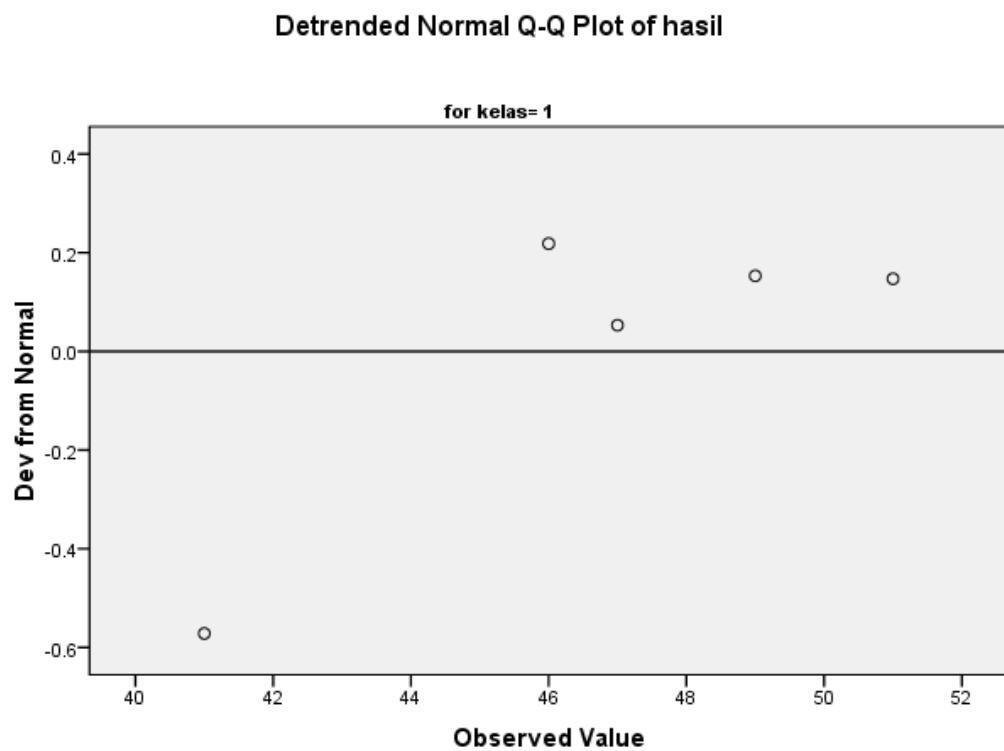
Lampiran 14. Hasil Uji Normalitas

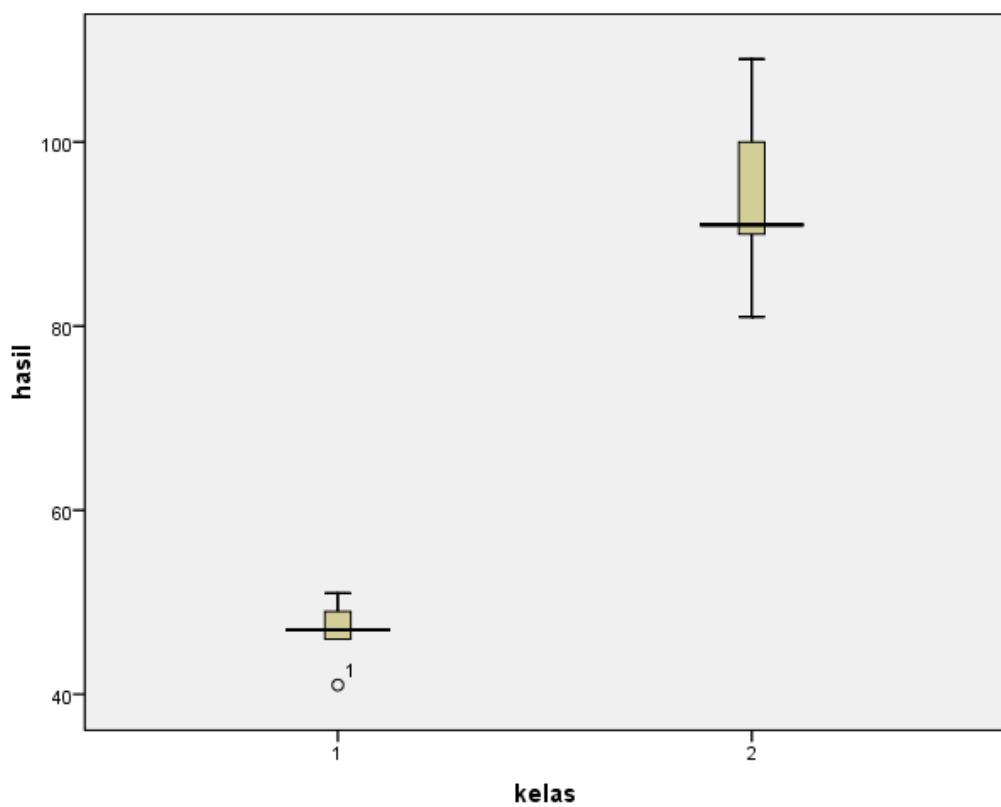
| Resiliensi | Kelas | Kolmogorov-Smirnova | | | Shapiro-Wilk | | |
|-------------------|------------------|----------------------------|-----------|-------------|---------------------|-----------|------------|
| | | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig |
| | Pretest | 216 | 5 | 200* | 956 | 5 | 783 |
| | Post test | 218 | 5 | 200* | 972 | 5 | 889 |

Lampiran 15. Hasil Uji Normalitas Q-Q PLOTS



Lampiran 16. Deterended Normal Q-Q





**Lampiran 17. Dokumentasi Kegiatan Penelitian
Observasi MAN 1 Cilacap**



Uji Validitas dan Realibitas di SMK Al Mualim, Rabu, 8 Janauri 2025



Pretest . Sabtu. 19 Januari 2024



Pertemuan 1. Senin, 20 januari 2024



Pertemuan ke 2. Rabu, 22 Januari 2025



Pertemuan 3. Sabtu, 25 Januari 2025



Pertemuan 4. Kamis, 30 Januari 2025



Pertemuan 5. Selasa, 4 Februari 2025



Post test. Jumat, 7 Februari 2025



Bersama Guru BK. Bu Agustin

