

RESILIENSI AKADEMIK SISWA/SISWI KELAS VII DAN VIII SEKOLAH MENENGAH PERTAMA SANTO ANDREAS TAHUN AJARAN 2020/2021

DWI MURTININGRUM* dan YOSEPH PEDHU

Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Pendidikan dan Bahasa, Universitas Katolik
Indonesia Atma Jaya

(Email: dwimurtiningrum80@gmail.com*; yoseph.pedhu@atmajaya.ac.id)

Abstrak

Resiliensi akademik adalah kemampuan siswa untuk beradaptasi menghadapi tekanan akademik yang meliputi komponen regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan *reaching out*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran resiliensi akademik siswa/siswi kelas VII dan VIII SMP Santo Andreas tahun ajaran 2020/2021. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi akademik siswa/siswi kelas VII dan VIII SMP Santo Andreas tahun ajaran 2020/2021 selama pembelajaran jarak jauh berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 64%. Analisis komponen menunjukkan bahwa komponen tertinggi adalah komponen empati dengan total skor 1.885 dan komponen terendah adalah komponen analisis penyebab masalah dengan total skor 1.670.

Kata-kata kunci: Resiliensi akademik, pembelajaran jarak jauh

Abstract

Academic resilience is the ability of students to adapt to academic stress which includes components of emotion regulation, impulse control, optimism, empathy, problem-causing analysis, self-efficacy and *reaching out*. The purpose of this study was to describe the academic resilience of students in grades VII and VIII of Saint Andreas Junior High School for the academic year 2020/2021. The results showed that the academic resilience of students for the academic year 2020/2021 during distance learning was in the high category with a percentage of 64%. Component analysis shows that the highest component is the empathy component with a total score of 1,885 and the lowest component is the problem-causing analysis component with a total score of 1,670.

Key words: Academic resilience, distance learning

PENDAHULUAN

Situasi di setiap negara termasuk di Indonesia tahun 2021 sedang berjuang menghadapi pandemi Covid-19 yang berdampak pada seluruh bidang kehidupan, termasuk dalam bidang pendidikan. Salah satu dampak pandemic Covid-19 dalam pendidikan adalah berlakunya pembelajaran jarak jauh. Pandemi Covid-19 menuntut semua orang untuk memiliki ketahanan dan resiliensi yang tangguh dalam menjalankan kehidupannya. Demikian juga siswa diharapkan mampu beradaptasi dengan perubahan pandemi Covid-19. Siswa dituntut untuk dapat beradaptasi dengan pembelajaran jarak jauh. Siswa membutuhkan kemampuan resiliensi di bidang akademik untuk menghadapi tekanan perubahan kondisi belajar.

Resiliensi akademik merupakan ketahanan individu dalam menghadapi berbagai tugas sekolah dalam lingkup pendidikan (Corsini dalam Tumanggor & Dariyo, 2015). Siswa yang memiliki kemampuan resiliensi akademik tinggi memiliki sikap optimis dalam menghadapi kesulitan akademik. Siswa tetap menunjukkan pikiran positif walaupun dalam kondisi sulit dalam akademiknya. Sebaliknya, siswa yang memiliki resiliensi akademik rendah menunjukkan sikap pesimis dalam

menghadapi kendala akademiknya dan cenderung berpikir negatif pada kondisi sulit.

Kebijakan yang diterapkan oleh pemerintah terkait dengan belajar di rumah memunculkan perasaan tertekan dan cemas. Menurut Chaterine (dalam Oktawirawan, 2020) guru memberikan banyak tugas membuat siswa merasa tertekan dalam melakukan pembelajaran secara daring. Menurut Raharjo & Sari (dalam Oktawirawan, 2020) siswa berpendapat bahwa guru memberikan tugas yang memberatkan dan waktu yang diberikan untuk mengerjakan tugas sangat singkat, sehingga siswa merasa bingung untuk menyelesaikan tugasnya. Menurut Purnomo (2020) melalui *online*, guru hanya mampu menjelaskan pembelajaran dengan waktu dan kondisi yang terbatas. Hal tersebut dapat menjadi kendala untuk siswa karena kurang memahami materi dan banyak tugas tambahan yang diberikan oleh guru (Jamilah & Mulyadi, 2020; Wakhudin, 2020; Purnomo, 2020). Menurut Purwanto (Aryansah, Sari & Sari, 2020) tidak semua siswa terbiasa melakukan pembelajaran melalui daring. Siswa memiliki kesulitan selama menjalani proses pembelajaran daring.

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah SMP Santo Andreas, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik siswa, yaitu kondisi ekonomi,

konflik keluarga dan tingkat kedisiplinan. Pada kondisi ekonomi, para siswa berasal dari tingkat ekonomi yang tinggi dan rendah. Selama siswa mengikuti sekolah *online*, terdapat orangtua siswa yang kurang mampu untuk membeli kuota internet. Beberapa siswa memiliki kondisi keluarga yang tidak utuh. Siswa tinggal bersama dengan saudara atau dengan salah satu orang tua. Kondisi kedisiplinan beberapa siswa kurang baik selama pembelajaran jarak jauh. Beberapa siswa melakukan pelanggaran seperti mengumpulkan tugas terlambat, tidak menggunakan seragam ketika kelas *online*, makan dan minum pada saat belajar. Respon siswa-siswi beragam saat proses belajar mengajar berlangsung. Terdapat siswa yang semangat untuk belajar dengan masuk *room meeting* 5 menit sebelum memulai pembelajaran, beberapa siswa menampilkan wajah selama pembelajaran dan ada siswa yang tidak mau menampakan diri selama pembelajaran. Bantuan yang diberikan oleh pihak sekolah adalah memberikan tawaran kuota internet dan pengurangan uang SPP.

Berdasarkan hasil wawancara kepada salah satu siswa kelas VII SMP Santo Andreas disimpulkan bahwa siswa kurang menyukai masa sekolah selama pandemi Covid-19 karena tidak dapat bertemu dengan teman-teman. Siswa merasa nyaman karena memiliki teman-teman yang baik. Siswa

mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan sekolah melalui daring/*online*, karena sulit mengerti materi yang diberikan oleh guru dan catatannya kurang lengkap sehingga bingung untuk mengerjakan tugas.

Al Siebert (Rohmah, 2012) menyatakan individu yang memiliki kemampuan resiliensi adalah mampu mengatasi perubahan dalam hidupnya, mampu mempertahankan kekuatan jasmani yang baik selama berada dalam tekanan, mampu bangkit dari penderitaan, mampu mengatasi sulitnya kehidupan, mampu mengubah metode berpikir dan upaya menangani permasalahan ketika metode yang sebelumnya tidak berhasil dan mampu untuk tidak melakukan tindakan yang tidak sesuai (berbahaya). Penelitian tentang resiliensi telah diteliti oleh para peneliti sebelumnya dengan hasil yang berbeda-beda. Penelitian tersebut memperlihatkan hasil resiliensi tingkat tinggi, sedang dan rendah. Penelitian studi deskriptif yang dilakukan oleh Wibowo (2018) mengenai resiliensi pada mahasiswa yang menempuh skripsi menunjukkan resiliensi akademik yang tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, perempuan memiliki tingkat resiliensi akademik lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Penelitian Handayani (2014) mengenai resiliensi siswa akselerasi di SMPN 1 Sidoarjo memiliki hasil resiliensi siswa yang relatif sedang. Terdapat 18 siswa dari 40 berada pada klasifikasi sedang dengan

persentase 45%. Sementara penelitian Margareth (2016) mengenai resiliensi pada siswa sekolah menengah pasca bencana banjir dan tanah longsor di daerah Batu Gajah Ambon memiliki tingkat resiliensi yang rendah.

Kajian Teoretis

Hakikat Resiliensi Akademik

Menurut Hendriani (2017) resiliensi akademik merupakan proses belajar yang menunjukkan kekuatan individu untuk bangkit ketika dihadapkan pada situasi rumit yang menekan selama kegiatan belajar berlangsung. Menurut Sari & Indrawati (2016) resiliensi akademik adalah kemampuan individu untuk bangkit dari masalah, bertahan pada situasi sulit, mampu mengatasi masalah dan dapat menyesuaikan diri dengan kewajiban akademik. Martin dan Marsh (dalam Hartuti & Mangunsong, 2009) menggambarkan bahwa siswa yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi merupakan siswa yang dapat menghadapi kejatuhan, tantangan, kesulitan dan tekanan. Menurut Grothberg (Rojas, 2015) resiliensi akademik adalah kemampuan untuk menghadapi kesulitan, stres atau tekanan dalam pengaturan akademis.

Menurut Corsini (dalam Tumanggor & Dariyo, 2015) resiliensi akademik merupakan kekuatan individu dalam menghadapi tugas-

tugas sekolah. Menurut Rirkin dan Hoopman (dalam Wahidah, 2018) resiliensi akademik merupakan keterampilan individu untuk bangkit, sembuh dan menyesuaikan diri terhadap kesusahan, meningkatkan kemampuan bersosial, akademik dan keahlian menghadapi tekanan. Menurut Mallick & Kaur (2016) resiliensi akademik diartikan sebagai prestasi akademik yang baik meskipun terdapat kesulitan dalam proses pendidikan. Wang, Haertel dan Walberg (dalam Fallon, 2010) menyatakan bahwa resiliensi akademik adalah upaya mencapai keberhasilan yang memiliki kemungkinan besar walaupun memiliki rintangan-rintangan dari lingkungan yang disebabkan oleh situasi dan pengalaman. Menurut Alva (Lubis, 2017) individu yang berusaha mempertahankan motivasi dalam mencapai keberhasilan akademik dan memiliki kinerja yang baik merupakan orang yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi, walaupun terdapat pengalaman stress dan situasi beresiko untuk memperburuk kinerja hingga dikeluarkan dari sekolah. Morales (dalam Lubis, 2017) mendefinisikan resiliensi akademik sebagai proses dan hasil yang merupakan bagian dari kehidupan dari orang yang berhasil secara akademik meskipun menghadapi banyak tantangan yang dapat membatasi mereka untuk sukses.

Berdasarkan beberapa pengertian resiliensi akademik dapat disimpulkan bahwa resiliensi akademik merupakan kemampuan siswa untuk beradaptasi dan bangkit untuk menghadapi tekanan akademik, stres dan kesulitan dalam kehidupan akademik dengan menghadapi kejatuhan, tantangan, kesulitan, dan tekanan dalam konteks akademik.

Dimensi Resiliensi Akademik

Cassidy (2016) menjelaskan tiga dimensi resiliensi akademik, yaitu *perseverance*, *reflecting and adaptive help seeking*, dan *negative affect and emotional response*. Ketiga dimensi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut: (1) *Perseverance* (ketekunan). Cassidy (2016) menjelaskan bahwa dimensi ketekunan bercirikan menampilkan kerja keras dan berusaha, tidak menyerah, berpegang teguh pada rencana dan tujuan, menerima dan memanfaatkan umpan balik, membayangkan pemecahan masalah yang imajinatif dan memperlakukan kesulitan sebagai kesempatan untuk menghadapi tantangan dan meningkatkan sebagai motif atau dorongan utama. (2) *Reflecting and adaptive help seeking*. Dimensi refleksi diri dan mencari bantuan yang adaptif adalah merefleksikan kekuatan dan kelemahan, mengubah pendekatan untuk belajar, mencari bantuan, dukungan dan dorongan, pemantauan upaya dan prestasi, dan

mengelola hadiah dan hukuman. (3) *Negative affect and emotional response*. Efek negatif dan respons emosional merupakan salah satu faktor atau dimensi dari resiliensi akademik. Hal ini ditunjukkan dengan kecemasan, merasa bahwa suatu kesulitan adalah bencana baginya, menghindari respons emosional negatif, optimisme dan keputusan.

Menurut Reivich & Shatte (Meiranti, 2020) komponen resiliensi akademik meliputi (1) *Emotion Regulation* (Regulasi Emosi). Regulasi emosi merupakan keahlian individu untuk tetap tenang ketika berada dalam tekanan. (2) Pengendalian impuls. Komponen ini adalah keahlian mengatur kemauan, motivasi, ketertarikan, serta tekanan yang timbul dari diri sendiri. (3) Optimisme. Optimisme merupakan salah satu ciri individu yang resilien. Individu yang optimis adalah individu yang mempunyai impian masa depan dan yakin dapat mengendalikan jalan hidupnya dibandingkan individu yang tidak memiliki optimisme. (4) Empati. Komponen ini menjelaskan bahwa manusia sanggup menafsirkan gejala psikologis dan emosi orang lain. Empati menggambarkan kebaikan individu mengidentifikasi kondisi psikologis dan keperluan emosi orang lain. (5) Analisis penyebab masalah. Komponen ini mengarahkan pada kemampuan individu secara tepat mengenali penyebab dari permasalahan. Jika individu mampu

memprediksi akar permasalahan secara tepat, maka individu tidak akan membuat kesalahan yang sama. (6) Efikasi diri. Komponen ini menggambarkan sebuah keyakinan pada keahlian diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah secara efisien. Hal ini meyakinkan dirinya terhadap keberhasilan. (7) *Reaching out* (membuka diri). Komponen ini mengarah pada kemampuan individu untuk meraih aspek positif, terbuka pada kegagalan dan kesulitan yang menyimpannya dari kehidupan setelah melewati kesulitan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif untuk menggambarkan kondisi resiliensi akademik. Subjek penelitian ini adalah semua siswa/siswi Sekolah Menengah Pertama Santo Andreas kelas VII dan VIII tahun ajaran 2020/2021 berjumlah 47 siswa. Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen skala penilaian resiliensi akademik yang dikembangkan oleh peneliti. Komponen resiliensi akademik yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan *reaching out*. Pernyataan skala penilaian yang berisi lima alternatif pilihan jawaban selalu, sering,

kadang-kadang, jarang dan tidak pernah. Berdasarkan hasil uji coba instrumen didapatkan bahwa semua pernyataan dinyatakan valid dengan reliabilitas sebesar 0,976.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil analisis kategori resiliensi akademik memperlihatkan bahwa terdapat 30 siswa (64%) memiliki resiliensi akademik yang tinggi, 17 siswa (36%) memiliki resiliensi akademik yang sedang, dan tidak ada siswa (0%) memiliki resiliensi akademik yang rendah selama pembelajaran jarak jauh. Kesimpulan yang diperoleh adalah bahwa tingkat resiliensi akademik siswa kelas VII dan VIII SMP Santo Andreas tahun ajaran 2020/2021 sebagian besar berada pada kategori tinggi.

Hasil analisis setiap komponen diuraikan berikut.

a. Komponen regulasi emosi

Komponen regulasi emosi terdiri dari indikator tenang menghadapi tugas dan indikator fokus pada penyelesaian masalah. Analisis setiap indikator diuraikan dalam bentuk tabel berikut.

Indikator	Jumlah Item	Total Skor	Rata-rata	Urutan
Tenang menghadapi situasi	5	900	180	2
Fokus pada penyelesaian masalah	5	905	181	1
Total dan rata-rata	10	1.805	180	

Tabel 1.1 Rata-rata Indikator Komponen Regulasi Emosi

Berdasarkan hasil tabel 1.1 mengenai rata-rata komponen regulasi emosi diketahui bahwa indikator fokus pada penyelesaian masalah memiliki total skor 905 dengan rata-rata 181 berada pada urutan pertama dan indikator tenang menghadapi situasi memiliki total skor 900 dengan rata-rata 180 berada pada urutan kedua. Kesimpulannya secara umum siswa lebih cenderung pada indikator penyelesaian masalah dibandingkan dengan indikator tenang menghadapi situasi.

b. Komponen pengendalian impuls

Komponen pengendalian impuls terdiri dari indikator mampu menahan diri untuk tidak melakukan tindakan negatif dan indikator mampu mengubah dorongan negatif menjadi positif. Analisis setiap indikator diuraikan dalam bentuk tabel berikut.

Indikator	Jumlah Item	Total Skor	Rata-rata	Urutan
Mampu menahan diri untuk tidak melakukan tindakan negatif	5	994	199	1
Mampu mengubah dorongan negatif menjadi positif	5	878	176	2
Total dan rata-rata	10	1.872	187	

Tabel 1.2 Rata-rata Indikator Komponen Pengendalian Impuls

Berdasarkan hasil tabel 1.2 mengenai rata-rata komponen pengendalian impuls diketahui bahwa indikator mampu menahan diri untuk tidak melakukan tindakan negatif memiliki total skor 994 dengan rata-rata 199 berada pada urutan pertama dan indikator mampu mengubah dorongan negatif menjadi positif memiliki total skor 878 dengan rata-rata 176 berada pada urutan kedua. Kesimpulannya secara umum siswa lebih cenderung pada indikator menahan diri untuk tidak melakukan tindakan negatif dibandingkan dengan mengubah dorongan negatif menjadi positif.

c. Komponen Optimisme

Komponen optimisme terdiri dari indikator yakin terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahan atau kesulitan dan indikator melakukan usaha yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan. Analisis setiap indikator diuraikan dalam bentuk tabel berikut.

Indikator	Jumlah Item	Total Skor	Rata-rata	Urutan
Yakin terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahan atau kesulitan	5	902	180	2
Melakukan usaha yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan	5	961	192	1
Total dan rata-rata	10	1.863	186	

Tabel 1.3 Rata-rata Indikator Komponen Optimisme

Berdasarkan hasil tabel 1.3 mengenai rata-rata komponen optimisme diketahui bahwa indikator melakukan usaha yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan memiliki total skor 961 dengan rata-rata 192 berada pada urutan pertama dan indikator yakin terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahan atau kesulitan memiliki total skor 902 dengan rata-rata 180 berada pada urutan kedua. Kesimpulan secara umum siswa lebih cenderung pada indikator melakukan usaha yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan dibandingkan dengan indikator yakin terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahan atau kesulitan.

d. Komponen Empati

Komponen empati terdiri dari indikator memahami perasaan orang lain dan indikator tidak menyamaratakan kesulitan dan emosinya dengan orang lain. Analisis setiap indikator diuraikan dalam bentuk tabel berikut.

Indikator	Jumlah Item	Total Skor	Rata-rata	Urutan
Memahami perasaan orang lain	5	898	180	2
Tidak menyamaratakan kesulitan dan emosinya dengan orang lain.	5	987	197	1
Total dan rata-rata	10	1.885	188	

Tabel 1.4 Rata-rata Indikator Komponen Empati

Berdasarkan hasil tabel 1.4 mengenai rata-rata komponen empati diketahui bahwa

indikator tidak menyamaratakan kesulitan dan emosinya dengan orang lain memiliki total skor 987 dengan rata-rata 197 berada pada urutan pertama dan indikator memahami perasaan orang lain memiliki total skor 898 dengan rata-rata 180 berada pada urutan kedua. Kesimpulan secara umum siswa lebih cenderung pada indikator indikator tidak menyamaratakan kesulitan dan emosinya dengan orang lain dibandingkan dengan indikator memahami perasaan orang lain.

e. Komponen Analisis Penyebab Masalah

Komponen analisis penyebab masalah terdiri dari indikator mampu mengidentifikasi penyebab masalah dan indikator mampu menganalisis strategi pengatasan masalah. Analisis setiap indikator diuraikan dalam bentuk tabel berikut.

Indikator	Jumlah Item	Total Skor	Rata-rata	Urutan
Mampu mengidentifikasi penyebab masalah	5	790	158	2
Mampu menganalisis strategi pengatasan masalah	5	880	176	1
Total dan rata-rata	10	1.670	167	

Tabel 1.5 Rata-rata Indikator Komponen Analisis Penyebab Masalah

Berdasarkan hasil tabel 1.5 mengenai distribusi skor komponen analisis penyebab masalah diketahui bahwa indikator mampu menganalisis strategi pengatasan masalah memiliki total skor 880 dengan rata-rata 176 berada pada urutan pertama dan indikator

mampu mengidentifikasi penyebab masalah memiliki total skor 790 dengan rata-rata 158 berada pada urutan kedua. Kesimpulan secara umum siswa lebih cenderung pada indikator mampu menganalisis strategi pengatasan masalah dibandingkan dengan indikator mengidentifikasi penyebab masalah.

f. Komponen Efikasi Diri

Komponen efikasi diri terdiri dari indikator yakin bahwa dirinya mampu memecahkan masalah dan komitmen memecahkan masalah. Analisis setiap indikator diuraikan dalam bentuk tabel berikut.

Indikator	Jumlah Item	Total Skor	Rata-rata	Urutan
Yakin bahwa dirinya mampu memecahkan masalah	5	893	179	2
Komitmen dalam memecahkan masalah	5	905	181	1
Total dan rata-rata	10	1.798	180	

Tabel 1.6 Rata-rata Indikator Komponen Efikasi Diri

Berdasarkan hasil tabel 1.6 mengenai rata-rata komponen efikasi diri diketahui bahwa indikator komitmen dalam memecahkan masalah memiliki total skor 905 dengan rata-rata 181 berada pada urutan pertama dan indikator yakin bahwa dirinya mampu memecahkan masalah memiliki total skor 893 dengan rata-rata 179 berada pada urutan kedua. Kesimpulan secara umum siswa lebih cenderung pada indikator komitmen dalam memecahkan masalah dibandingkan

dengan indikator yakin bahwa dirinya mampu memecahkan masalah.

g. Komponen *Reaching Out*

Komponen *reaching out* terdiri dari indikator keterbukaan menerima kesulitan/kegagalan dan kemampuan meraih aspek positif. Analisis setiap indikator diuraikan dalam bentuk tabel berikut.

Indikator	Jumlah Item	Total Skor	Rata-rata	Urutan
Keterbukaan menerima kesulitan/kegagalan	5	948	190	1
Kemampuan individu meraih aspek positif	5	886	177	2
Total dan rata-rata	10	1.834	183	

Tabel 1.7 Rata-rata Komponen *Reaching Out*

Berdasarkan hasil tabel 1.7 mengenai distribusi skor pada komponen *reaching out* diketahui bahwa indikator keterbukaan menerima kesulitan/kegagalan memiliki total skor 948 dengan rata-rata 190 berada pada urutan pertama dan indikator kemampuan individu meraih aspek positif memiliki total skor 886 dengan rata-rata 177 berada pada urutan kedua. Kesimpulan secara umum siswa lebih cenderung pada indikator keterbukaan menerima kesulitan/kegagalan dibandingkan dengan indikator kemampuan individu meraih aspek positif.

h. Rangkuman Komponen Resiliensi Akademik

Rangkuman komponen resiliensi akademik dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

No	Komponen	Item	Skor Total Komponen	Rata-rata Skor	Urutan
1	Regulasi emosi	10	1.805	180,5	5
2	Pengendalian impuls	10	1.872	187	2
3	Optimisme	10	1.863	186	3
4	Empati	10	1.885	188	1
5	Analisis penyebab masalah	10	1.670	167	7
6	Efikasi diri	10	1.798	180	6
7	<i>Reaching out</i>	10	1.834	183	4
Total dan Rata-rata		70	12.727	182	

Tabel 1.8 Rangkuman Komponen Resiliensi Akademik

Berdasarkan hasil analisis yang dipaparkan dalam tabel 1.8 mengenai distribusi skor komponen pada variabel resiliensi akademik, menunjukkan jumlah pernyataan, skor total, rata-rata skor dan urutan peringkat komponen variabel resiliensi akademik berdasarkan rata-rata skor. Pada komponen empati memiliki 10 pernyataan dengan total skor 1.885 dan skor rata-rata 188 yang berada pada urutan pertama. Komponen pengendalian impuls memiliki 10 pernyataan dengan total skor 1.872 dan skor rata-rata total 187 yang berada pada urutan kedua. Komponen optimisme memiliki 10 pernyataan dengan total skor 1.863 dan skor rata-rata total 186 yang berada pada urutan ketiga. Komponen *reaching out* memiliki 10 pernyataan dengan total skor 1.834 dan skor

rata-rata total 183 yang berada pada urutan keempat. Komponen regulasi emosi memiliki 10 pernyataan dengan total skor 1.805 dan skor rata-rata total 180,5 yang berada di urutan kelima. Komponen efikasi diri memiliki 10 pernyataan dengan total skor 1.798 dan skor rata-rata total 180 yang berada pada urutan keenam. Komponen analisis penyebab masalah memiliki 10 pernyataan dengan skor total 1.670 dan skor rata-rata total 167 yang berada pada urutan terakhir. Kesimpulannya, komponen yang memiliki rata-rata skor tertinggi adalah komponen empati dengan skor rata-rata total 188 dan komponen yang memiliki skor terendah adalah komponen analisis penyebab masalah dengan skor rata-rata total 167.

Secara keseluruhan disimpulkan bahwa resiliensi akademik siswa/siswi SMP Santo Andreas berada pada kategori tinggi. Siswa memiliki ketangguhan untuk menghadapi permasalahan belajar selama pembelajaran jarak jauh. Resiliensi akademik yang tinggi terlihat dari keterbukaan siswa dalam menerima kesulitan belajar dan fokus pada penyelesaian masalah. Berdasarkan rangkuman komponen resiliensi akademik, komponen yang memiliki skor paling rendah ada pada komponen menganalisis penyebab masalah belajar. Siswa cenderung lemah dalam mengidentifikasi penyebab masalah

dan kurang mampu menganalisis strategi pengatasan masalah belajar.

Pembahasan

Resiliensi akademik adalah ketangguhan individu dalam menghadapi berbagai tugas akademik dalam lingkungan pendidikan (Corsini dalam Tumanggor & Dariyo, 2015). Resiliensi akademik menuntut siswa supaya bertahan, menerima dan mampu mengatasi kondisi yang sulit.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat 30 siswa dengan persentase 64% berada dalam kategori tinggi, sedangkan 17 siswa dengan persentase 36% berada di kategori sedang. Tidak ada siswa kelas VII dan VIII SMP Santo Andreas yang berada di kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa siswa kelas VII dan VIII SMP Santo Andreas memiliki resiliensi akademik yang tinggi. Hasil penelitian ini mendukung gagasan Reivich & Shatte (Chasanah, 2020) yang mengatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dari permasalahan hidup yang berat kemudian mampu bangkit dari keterpurukan. Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Harahap, Harahap & Harahap (2020) yang menunjukkan hasil resiliensi akademik yang tinggi, yaitu individu yang mampu menghadapi kesulitan akademik yang

dihadapinya, cenderung tidak putus asa, bertahan di dalam tekanan dan mampu mencari jalan keluar terhadap permasalahan akademik yang muncul di tengah pandemi Covid-19. Hasil penelitian ini mendukung pandangan Corsini (Tumanggor & Dariyo, 2015) resiliensi akademik merupakan ketangguhan individu dalam menghadapi berbagai tugas akademik dalam lingkungan Pendidikan. Menurut Alva (dalam Lubis, 2017) individu yang mempunyai tingkat resiliensi akademik tinggi merupakan individu yang berupaya mempertahankan motivasi dalam mencapai akademik pada level tertinggi dan memiliki hasil belajar yang baik walaupun ada pengalaman *stress* dan situasi yang menempatkan individu pada resiko untuk menghasilkan hasil belajar yang buruk.

Analisis komponen resiliensi menunjukkan bahwa komponen empati merupakan komponen yang berada di urutan pertama dengan skor rata-rata 188. Komponen pengendalian impuls merupakan komponen yang berada di urutan kedua dengan skor rata-rata 187. Komponen optimisme merupakan komponen yang berada di urutan ketiga dengan skor rata-rata 186. Komponen *reaching out* merupakan komponen yang berada di urutan keempat dengan skor rata-rata sebesar 183. Komponen regulasi emosi merupakan komponen yang berada di urutan

kelima dengan skor rata-rata sebesar 180,5. Komponen efikasi diri merupakan komponen yang berada di urutan keenam dengan skor rata-rata sebesar 180. Komponen analisis penyebab masalah merupakan komponen yang berada di urutan terakhir dengan skor rata-rata sebesar 167. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa kelas VII dan VIII di SMP Santo Andreas memiliki keyakinan menghadapi kesulitan dan tekanan akademis, kemampuan menjalin relasi, kemampuan memecahkan masalah dan keterbukaan menerima kegagalan. Hasil analisis ini diperkuat oleh pandangan Wahidah (2018) yang menyatakan bahwa resiliensi akademik meliputi *insight*, kemandirian, hubungan, inisiatif, kreativitas, humor, dan moralitas.

Komponen empati merupakan komponen tertinggi yang memiliki dua indikator, yaitu memahami perasaan orang lain dan tidak menyamaratakan kesulitan dan emosinya dengan orang lain. Pada indikator memahami perasaan orang lain, siswa mampu memahami dan menjaga perasaan teman, ikut merasakan kesedihan yang dialami oleh teman dan berusaha untuk membantu teman yang mengalami kesulitan belajar. Pada indikator tidak menyamaratakan kesulitan dan emosinya dengan orang lain, siswa memiliki keyakinan bahwa setiap teman memiliki kemampuan, semangat, kesulitan dan pemahaman yang berbeda-beda dalam belajar.

Hasil penelitian ini mendukung pandangan Utami dan Masykur (2020) yang menyatakan bahwa orang yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi akan cenderung mempunyai relasi yang dekat dan aman dengan orang lain yang melindunginya supaya dapat menghadapi masalah yang sedang dihadapi, seperti teman dekat. Berdasarkan hasil wawancara adalah adanya sikap teman satu sama lain saling menghargai, walaupun ada siswa yang kurang mampu berinteraksi dengan teman. Hasil ini juga didukung oleh Reivich & Shatte (Wibowo, 2018) kemampuan empati dari individu untuk memahami orang lain akan mampu mengatasi permasalahan yang dihadapinya sehingga siswa mampu menyelesaikan tugas yang harus dikerjakan bukan terpuruk dengan tekanan. Selama pembelajaran jarak jauh, siswa kelas VII dan VIII SMP Santo Andreas memiliki sikap empati kepada teman sekolahnya.

Komponen resiliensi dengan skor yang paling rendah adalah komponen analisis penyebab masalah. Komponen ini memiliki dua indikator, yaitu mampu mengidentifikasi penyebab masalah dan mampu menganalisis strategi pengentasan masalah. Indikator mampu mengidentifikasi penyebab masalah, yaitu siswa belum berupaya mencari tahu penyebab dari kesulitan yang dihadapi, belum berusaha merefleksikan diri dan berkonsultasi dengan guru BK untuk menemukan penyebab

masalah belajar. Pada indikator mampu menganalisis strategi pengatasan masalah, yaitu siswa belum berusaha menerapkan strategi belajar yang efektif, belum berupaya menemukan solusi ketika mengalami kesulitan selama pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nisa & Muis (2016) yang menunjukkan hasil subjek penelitian yang memiliki resiliensi rendah, yaitu individu tidak mampu menemukan akar permasalahan dan solusinya karena individu cenderung pasif, dan tidak ingin menyelesaikan permasalahan. Berdasarkan hasil wawancara, siswa merasa cemas dan mengeluh jika mendapatkan tugas yang banyak, sehingga siswa kurang mampu menganalisis penyebab masalah untuk mengatasi masalah selama pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian ini mendukung pandangan Reivich & Shatte (Meiranti, 2020) yang menyatakan bahwa jika individu tidak mampu memperkirakan penyebab dari permasalahannya secara akurat, maka individu akan membuat kesalahan yang sama.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kajian teori dan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa (1) resiliensi akademik siswa/siswi kelas VII dan VIII SMP Santo Andreas tahun ajaran

2020/2021 selama pembelajaran jarak jauh diperoleh sebanyak 30 siswa (64%) berada pada kategori tinggi, 17 siswa (36%) berada pada kategori sedang dan tidak ada siswa (0%) berada pada kategori rendah. (2) Rangkuman komponen variabel resiliensi akademik siswa menunjukkan komponen empati merupakan komponen dengan skor tertinggi dengan skor rata-rata 188 dan komponen omponen analisis penyebab masalah merupakan komponen dengan skor terendah dengan skor rata-rata sebesar 167.

Guru BK disarankan untuk memotivasi para siswa untuk meningkatkan resiliensi akademik dengan memberikan layanan bimbingan klasikal. Para siswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dalam menganalisis penyebab masalah dengan berperan aktif mengikuti layanan bimbingan klasikal. Peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi individu dalam meningkatkan kemampuan analisis penyebab masalah.

DAFTAR PUSTAKA

- Chasanah, D. U. (2019). Hubungan antara strategi self regulated learning dengan resiliensi akademik pada mahasiswa kelas sore program studi teknik informatika dan teknik elektro Universitas Muhammadiyah Gresik yang bekerja. *Doctoral Dissertation*, Universitas Muhammadiyah Gresik. Diunduh dari <http://eprints.umg.ac.id/3034/>
- Fallon, C. M. (2010). School factors that promote academic resilience in urban Latino high school students. *Doctoral dissertation*, Loyola University Chicago. Diunduh dari <https://search.proquest.com/openview/7e46bbfa696701e99deac55392815c7a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Handayani A, R. (2014). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi siswa akselerasi. *Doctoral dissertation*, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim). Diunduh dari <http://etheses.uin-malang.ac.id/771/>
- Harahap, A. C. P., Harahap, S. R., & Harahap, D. P. S. (2020). Gambaran resiliensi akademik mahasiswa pada masa pandemi covid-19. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 10(2), 240-246.
- Hartuti, H., & Mangunsong, F. M. (2009). Pengaruh faktor-faktor protektif internal dan eksternal pada resiliensi akademis siswa penerima bantuan khusus murid miskin (BKMM) di SMA Negeri di Depok. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(2), 63-74.
- Hendriani, W. (2017). Adaptasi positif pada resiliensi akademik mahasiswa doktoral. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, 14(2), 139-149.
- Hendryadi, H. (2017). Validitas isi: Tahap awal pengembangan kuesioner. *Jurnal Riset Manajemen Dan Bisnis (JRMB) Fakultas Ekonomi UNIAT*, 2(2), 169-178.
- Jamilah, J., & Mulyadi, M. (2020). Dampak pembelajaran daring di tengah pandemi covid-19 pada siswa sekolah dasar. *In Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Biologi*, 13-18.

- Lubis, I. A. (2017). Gambaran resiliensi akademik pada first generation college students (FGCS) di Fakultas Psikologi USU. *Thesis*, Universitas Sumatera Utara. Diunduh dari <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/18076>
- Mallick, M. K., & Kaur, S. (2016). Academic resilience among senior secondary school students: Influence of learning environment. *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 8(2), 20-27.
- Margareth, T. V. (2016). Hubungan antara self-esteem dengan resiliensi pada siswa sekolah menengah pasca bencana banjir dan tanah longsor di daerah Batu Gajah Ambon. *Skripsi*, Universitas Kristen Satya Wacana. Diunduh dari https://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/10027/2/T1_802011085_Full%20text.pdf
- Meiranti, E. (2020). Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan resiliensi akademik siswa SMK di Semarang Utara. *Doctoral dissertation*, Unnes. Diunduh dari <http://lib.unnes.ac.id/41674/>
- Munir. (2009). *Pembelajaran jarak jauh berbasis teknologi informasi dan komunikasi*. Bandung: Alfabeta CV.
- Mustafa, Sulihin. (2020). Belajar dari rumah melalui pembelajaran jarak jauh di SMA. Jakarta: KEMENDIKBUD.
- Nisa, M. K. & Muis, T. (2016). Studi tentang daya tangguh (resiliensi) anak di panti asuhan sidoarjo. *Jurnal BK Unesa*, 6(3).
- Oktawirawan, D. H. (2020). Faktor pemicu kecemasan siswa dalam melakukan pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 541-544.
- Pramana, K. A. B., & Putra, D. B. K. N. S. (2019). *Merancang penilaian autentik*. Jembrana: CV. Media Educations.
- Prawiyogi, A. G., Purwanugraha, A., Fakhry, G., & Firmansyah, M. (2020). Efektivitas pembelajaran jarak jauh terhadap pembelajaran siswa di SDIT Cendekia Purwakarta. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(1), 94-101.
- Purnomo, M. (2020). Covid-19 Thanos bagi dunia pendidikan. *Covid-19 Dalam Ragam Tinjauan Perspektif*. 1(7), 61-67.
- Rohmah, U. (2012). Resiliensi dan sabar sebagai respon pertahanan psikologis dalam menghadapi post-traumatic. *Ilmu Dakwah: Academic Journal for Homiletic Studies*, 6(2), 312-330.

- Rojas, L. F. (2015). Factors affecting academic resilience in middle school students: A case study. *Gist: Education and Learning Research Journal*, (11), 63-78.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan X fakultas teknik Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177-182.
- Sari, S. P., Aryansah, J. E., & Sari, K. (2020). Resiliensi mahasiswa dalam menghadapi pandemi covid-19 dan implikasinya terhadap proses pembelajaran. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(1), 17-22.
- Setyawati, H. (2017). Pengembangan perangkat pembelajaran berbasis masalah untuk meningkatkan keterampilan proses sains siswa. *BIOEDUKASI*, 15(1), 28-38.
- Shadiqien, S. (2020). efektivitas komunikasi virtual pembelajaran daring dalam masa PSBB (Studi kasus pembelajaran jarak jauh produktif siswa SMK Negeri 2 Banjarmasin). *Mutakallimin: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 3(1), 11-21.
- Sudarnoto. (2018). *Bahan ajar metodologi penelitian*. Jakarta: UNIKA Atma Jaya.
- Tumanggor, R. O., & Dariyo, A. (2015). Pengaruh iklim kelas terhadap resiliensi akademik, mastery goal orientation dan prestasi belajar. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan: Psychology Forum UMM*, 262-268.
- Uyanto, S. (2006). *Pedoman analisis data dengan SPSS*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wahidah, E. Y. (2018). Resiliensi akademik perspektif psikologi Islam. In *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018*, 1(1), 11-140.
- Wakhudin. (2020). Quasi homeschooling: pendidikan alternatif saat wabah covid-19 (Studi etnografis pada warga sekolah dasar di eks karesidenan Banyumas). *Covid-19 Dalam Ragam Tinjauan Perspektif*. 1(1), 1-22.
- Wibowo, U. F. (2018). Resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menempuh skripsi. *Doctoral dissertation*, University of Muhammadiyah Malang. Diunduh dari <http://eprints.umm.ac.id/41433/1/Skripsi.pdf>