

## PENGEMBANGAN MODEL RESILIENSI AKADEMIK BERBANTUAN KONSELING KELOMPOK

*Indri Astuti*<sup>1</sup>, *Amalia Atika*<sup>2</sup>, *Emmy Haryati*<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Tanjungpura, <sup>2</sup>IKIP PGRI Pontianak,

<sup>3</sup>SMPN 8 Singkawang,

[indri.astuti@fkip.untan.ac.id](mailto:indri.astuti@fkip.untan.ac.id), [ameliaatika99@gmail.com](mailto:ameliaatika99@gmail.com), [emmyharyati27@gmail.com](mailto:emmyharyati27@gmail.com),

**Abstrak:** Tujuan penelitian ini untuk mengembangkan model resiliensi akademik berbantuan konseling kelompok. Adapun data penelitian dihimpun menggunakan instrumen inventori resiliensi dan wawancara. Data dianalisis dengan persentase untuk hasil inventori dan wawancara dengan deskripsi kualitatif. Partisipan penelitian mahasiswa bimbingan dan konseling berjumlah 80 orang. Hasil penelitian menunjukkan desain model faktual yang berorientasi pada sistem. Desain konseptual menggunakan model pengembangan pembelajaran 4D untuk meningkatkan resiliensi akademik berbantuan konseling kelompok. Tahapan desain model kolaboratif 4D dan konseling kelompok sistematis dan sistemik sehingga mempermudah mahasiswa dalam melaksanakan praktek konseling kelompok. Respon mahasiswa tentang model resiliensi akademik berbantuan konseling kelompok menunjukkan resiliensi mahasiswa secara umum tinggi, artinya ketangguhan membantu mengentaskan mahasiswa dalam kelompok tinggi. Selanjutnya secara berurutan aspek resiliensi tertinggi yaitu aspek Optimism, Causal analysis, empathy, self efficacy, reaching out, emotion regulation, impulse control. Temuan ini mengisyaratkan mahasiswa mempunyai keyakinan kuat bahwa masalah pribadi, social, karir dan belajar dapat terselesaikan dengan ketangguhan pribadi dan kekuatan anggota kelompok melalui praktek konseling kelompok

**Kata Kunci:** model 4D, resiliensi akademik, pembelajaran konseling kelompok.

**Abstract:** The purpose of this study was to develop a model of academic resilience assisted by group counseling. The research data were collected using resilience inventory instruments and interviews. Data were analyzed by percentage for inventory results and interviews with qualitative descriptions. The research participants of guidance and counseling students amounted to 80 people. The result of the research shows that the design of the factual model is system-oriented. The conceptual design uses a 4D learning development model to improve academic resilience assisted by group counseling. The design stages of the 4D collaborative model and systematic and systemic group counseling make it easier for students to carry out group counseling practices. Student responses about the academic resilience model assisted by group counseling showed that student resilience was generally high, meaning that toughness helped alleviate students in high groups. Next, the highest aspects of resilience are: optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy, reaching out, emotion regulation, impulse control. These findings indicate that students have a strong belief that personal, social, career and learning problems can be resolved with the personal toughness and strength of group members through the practice of group counseling.

**Keywords:** 4D model, academic resilience, group counseling learning

### PENDAHULUAN

Idealnya mahasiswa prodi bimbingan dan konseling terampil melaksanakan praktek konseling kelompok sebagai calon guru bimbingan dan konseling di sekolah. Konseling kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang efektif dan efisien. Efektif artinya waktu yang dibutuhkan dalam satu kegiatan konseling kelompok rentang waktu 60 menit sampai dengan 120 menit, sedangkan efisien dapat melibatkan 8 sampai dengan 12 anggota dalam satu kegiatan konseling kelompok untuk saling membantu memecahkan masalah di antara anggota melalui

dinamika kelompok. Kekuatan kelompok terbentuk adanya keterikatan psikologis di antara anggota kelompok. Masalah yang dominan di alami mahasiswa saat ini adalah mencari literasi dalam menulis skripsi sebagai tugas akhir S1 yang idealnya lulus dengan masa studi 4 tahun. Untuk itu diperlukan ketangguhan dalam mengembangkan semua potensi dirinya dalam mensitasi arikel yang relevan dengan tema skripsinya. Kecermatan literasi merupakan salah satu tuntutan lulusan prodi bimbingan dan konseling di era digital yang mampu beradaptasi dengan perkembangan teknologi. Melalui kekuatan kelompok dapat menemukan social

model sebagai motivator terbentuknya ketagguhan dalam melakukan dan menemukan literasi menulis skripsi maupun dalam mengerjakan tugas akademik. Realitanya dengan kemajuan teknologi mahasiswa prodi bimbingan dan konseling 100 % mempunyai gadget dan menggunakan sebagai media social dalam berinteraksi, namun berdasarkan survey 80 tugas mandiri mata kuliah konseling kelompok dan 30 skripsi mahasiswa jumlah rujukan artikel masih kurang sekali rata-rata maksimal 2 artikel yang dirujuk.

Temuan awal ini mengisyaratkan shareching literasi melalui gadget untuk keperluan tugas kuliah maupun menulis skripsi masih kurang. Data lain menunjukkan 90 % (dari 20 mahasiswa) menulis skripsi bermasalah dalam literasi digital sehingga cenderung bicara sendiri tanpa kutipan baik langsung dan tidak langsung. Pembuatan tugas laporan mata kuliah yang dibuat cenderung kering tanpa ulasan pembahasan dari mahasiswa, mengulangi kesalahan tata tulis yang sama dari laporan terdahulu serta mewarisi kesalahan dari senior. Kondisi ini mengisyaratkan kurangnya ketangguhan dalam mencari literasi digital dan menulis laporan tugas maupun skripsi. Sementara menjalin relasi dalam belajar merupakan bentuk ketangguhan mahasiswa dalam membantu saling memotivasi untuk tuntas dalam mata kuliah dan lulus tepat waktu. Berikutnya menyingkapi surat edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor:4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran Corona Virus Disease (Covid - 19) secara menyeluruh, maka di Rektor Untan tertanggal 17 Maret mengeluarkan surat nomor 3057/UN22/TU/2020 tentang penyesuaian Sistem Kerja, bahwa pembelajaran dilakukan secara daring dan bekerja di rumah mulai tanggal 18 sampai dengan 29 Maret 2020. Berikutnya surat rektor no 3174/UN22/TU/2020 tertanggal 27 Maret 2020 tentang perpanjangan bekerja dari rumah (BDR) sampai pemberitahuan lebih lanjut. Mempertimbangkan pembatasan dan pencegahan penyebaran covid 19 walaupun masyarakat mayoritas sudah vaksinasi yang ketiga, namun perkuliahan semester genap 2022 dihimbau dilakukan secara online dan offline (praktikum) dengan mempersyaratkan protokol kesehatan yang ketat. 4 Hal ini diperkuat dengan surat edaran rektor no 247/UN22/KR.01.00/2022 tentang penyelenggaraan pembelajaran pada semester genap tahun akademik 2021/2022 Universitas

Tanjungpura. Kondisi ini memberikan tantangan dan kemampuan khususnya kepada dosen dan mahasiswa bimbingan dan konseling dalam melaksanakan pembelajaran / kuliah melalui daring secara efektif dan efisien. Salah satu di antaranya mata kuliah praktek konseling kelompok dengan menggunakan Google

Meeting untuk meningkatkan ketangguhan dalam mengatasi masalah akademik mahasiswa. Berdasarkan realita di atas maka upaya yang kongkrit dilakukan untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik salah satunya melalui pembelajaran praktek konseling kelompok. Untuk itu dipandang perlu implementasikan model desain 4D dalam konseling kelompok untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa. Sebab desain 4D ini sistematis dan sistemik, (Astuti,2022: 22). Tujuan Penelitian Tujuan penelitian ini untuk: 1. Mendiskripsikan model faktual resiliensi mahasiswa melalui pembelajaran konseling kelompok 2. Menghasilkan model desain konseptual 4D konseling kelompok untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa. 3. Mengetahui respon mahasiswa tentang model desain konseptual 4D konseling kelompok untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa.

Menurut Reivich & Shatte (2002:33 ) menjelaskan resiliensi adalah kemampuan seseorang dalam mengatasi tekanan, melalui dan bangkit kembali ketika menghadapi kesulitan. Resiliensi terdiri dari lima aspek, yaitu: 1) Kompetensi personal, standar tinggi dan keuletan, 2) Kepercayaan pada diri sendiri, toleransi terhadap efek negative dan kuat atau tahan dalam kondisi stress, 3) Menerima perubahan secara positif dan dapat membuat hubungan yang aman dengan orang lain, 4) Pengendalian diri, dan 5) Pengaruh spiritual. Selanjutnya resiliensi terbentuk dari tujuh kemampuan (Reivich:2002: 36-46)) yaitu, 1) *emotion regulation* (kemampuan untuk tetap tenang saat menghadapi kondisi menekan), 2) *impulse control* (kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, dan tekanan yang muncul dari dalam diri), 3) Optimism (individu percaya bahwa sesuatu akan berubah menjadi lebih baik), 4) *Causal analysis* (individu memiliki kemampuan mengidentifikasi secara akurat permasalahan yang dihadapi, 5) *empathy* (kemampuan membaca sinyal dari kondisi psikologis yang dipikirkan dan dirasakan orang lain), 6) self efficacy ( merepresentasikan keyakinan bahwa

kita mampu menyelesaikan masalah dan menggunakan kemampuan diri untuk sukses), (7) *reaching out* (kemampuan individu mengambil sisi positif dari kemalangan yang dialami).

Resiliensi memiliki dua faktor yaitu faktor resiko dan faktor protektif. Faktor resiko dapat memberikan efek secara langsung dan dapat menimbulkan perilaku maladaptive atau salah suai sering disebut perilaku menyimpang atau tidak sehat. Sehingga cenderung merugikan diri sendiri dan menimbulkan rasa tidak nyaman bagi orang disekitarnya. Sedangkan faktor protektif merupakan karakteristik dari individu dan lingkungan yang positif. Faktor protektif berperan dalam meredakan efek negative dan lingkungan yang merugikan dan membantu menguatkan mengatasi masalah baik individu maupun kelompok. Faktor resiko negative dapat diminimalisir jika individu terbuka kepada orang yang tepat. Kondisi psikologis individu yang sedang dirundung masalah sangat labil. Curhat dengan orang yang salah maka berakibat keputusan yang diambil tidak tepat bisa berakibat merugikan diri sendiri dan lingkungan sosialnya. Walaupun diawal keputusannya menimbulkan rasa kekecewaan tetapi irasional. Pembelajaran konseling kelompok merupakan salah satu wahana untuk meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa dalam membantu mengentaskan masalah.

Pengertian konseling kelompok menurut Muro dan Kottman dalam (Wibowo, 2017: 10) adalah suatu proses pertalian pribadi (*interpersonal relationship*) yang dinamis berupaya membantu menumbuhkan kemampuan peserta didik menghadapi dan mengatasi persoalan melalui pemikiran, sikap keyakinan dan perilaku yang tepat dengan memanfaatkan suasana kelompok. Selanjutnya menurut Wibowo (2017: 23) bahwa konseling kelompok merupakan kerangka berfikir dan bertindak dengan nuansa kemanusiaan melalui wahana kelompok mengembangkan pribadi anggota kelompok melalui layanan yang bermartabat. Pendapat tersebut dapat dipahami bahwa konseling kelompok merupakan layanan profesional yang tepat dan bermanfaat, pelaksanaannya bermandat dan mendapat pengakuan yang sehat dari instansi terkait. Konseling kelompok berorientasi pada fungsi pengembangan, pencegahan dan pengentasan masalah. Konseling kelompok memberikan bantuan kepada semua peserta didik baik yang sedang mengalami masalah atau belum disadari

bermasalah dengan seluruh potensinya dapat dikembangkan.

Selanjutnya model desain resiliensi untuk meningkatkan akademik mahasiswa melalui mata kuliah praktek konseling kelompok. Model desain yang dipilih adalah model 4D kolaboratif dengan konseling kelompok. Rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut : a) Bagaimanakah model faktual resiliensi meningkatkan akademik mahasiswa melalui pembelajaran praktek konseling kelompok?, b) Bagaimanakah model desain konseptual resiliensi meningkatkan akademik mahasiswa melalui pembelajaran praktek konseling kelompok ?, c) Bagaimanakah respon tentang model desain konseptual resiliensi meningkatkan akademik mahasiswa melalui pembelajaran praktek konseling kelompok. Sehingga tujuan penelitiannya adalah a) Mendiskripsikan model faktual resiliensi akademik mahasiswa melalui pembelajaran konseling kelompok. b) Menghasilkan model desain konseptual resiliensi meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa melalui pembelajaran konseling kelompok. c) Mendiskripsikan respon tentang model desain konseptual resiliensi akademik mahasiswa melalui pembelajaran konseling kelompok.

Adapun teori yang mendukung dalam penelitian ini di antaranya model desain pengembangan pembelajaran menurut Gustafson (2002:12), dikelompokkan menjadi tiga yaitu (1) model yang berorientasi pada kelas, (2) model yang berorientasi pada produk dan (3) model yang berorientasi pada sistem. Model desain pengembangan pembelajaran 4D merupakan salah satu model desain pembelajaran yang berorientasi pada sistem. Thiagarajan. (1974,6-9) mengatakan bahwa model 4D ada empat tahap pendefinisian (*define*), rancangan (*design*), pengembangan (*development*) dan penyebarluasan (*disseminate*). Kegiatan tahap definisi untuk mengidentifikasi kebutuhan, tahap desain untuk merancang desain produk awal, tahap pengembangan untuk menguji produk awal berdasarkan penilaian ahli dan uji coba empiris, dan tahap diseminasi untuk menyebarkan luaskan produk final. Model 4D sebagai *frame work* pembelajaran yang sistematis dan sistemik yaitu: 1) **Define (pendefinisian)** dengan melakukan analisis tugas mahasiswa, analisis RPS relevan dengan visi program studi dan hasil implementasi artikel hasil penelitian dosen dalam pembelajaran praktek konseling kelompok. 2) **Desain (perancangan)** dengan

kegiatan menperdalam ketercapaian tujuan pembelajaran dengan pelaksanaan pembelajaran, pemilihan media praktek konseling kelompok berbasis teknologi, penetapan penyusunan instrumen praktek konseling kelompok sebagai dasar menyusun desain awal; 3) **Develop** (pengembangan) membentuk kelompok mahasiswa praktek konseling kelompok kecil terdiri 5 anggota terbimbing, lanjut praktek konseling kelompok untuk saling memberikan koreksi dan saran perbaikan tampilan kelompok lain secara mandiri, praktek merevisi hasil koreksi kelompok lain, lanjut praktek memberikan koreksi dan saran kepada kelompok lain dalam satu kelas secara mandiri. Dilakukan melalui tiga tahapan yaitu kelompok perorangan, kecil dan besar. 4) **Tahap Disseminate** (penyebar luasan) melalui webinar, penulisan artikel publis jurnal tentang model produk final. Model merupakan suatu representasi realitas yang menggambarkan struktur dan tatanan suatu bentuk dari micromorphs (Atwi Supraman,2012:107). Micromorphs dikategorikan menjadi tiga bentuk yaitu model konseptual, prosedural dan matematika. Model konseptual bersifat analistik yang menjelaskan komponen produk yang akan dikembangkan dan keterkaitan antar komponen. Model prosedural adalah Langkah-langkah dalam melakukan suatu pekerjaan. Model matematika berbentuk rumus yang mendeskripsikan hubungan antara berbagai komponen atau faktor.

Konseling kelompok dalam prakteknya mempunyai beberapa tahapan sebagai berikut: Corey (1995:112) ada enam tahapan yaitu: tahap 1) pembentukan, 2) orientasi, 3) transisi, 4) kerja, 5) konsolidasi, dan 6) tindak lanjut. Berikutnya Jacobs dan Masson (2012: 13) mengelompokkan tahap konseling kelompok menjadi tiga tahapan yaitu: 1) tahap permulaan, 2) tahap kerja dan 3) tahap penutupan. Jika disimak kedua pendapat tersebut, maka tahapan konseling kelompok dapat disimpulkan ada empat tahap (1) pembentukan/pendahuluan, (2) tahap transisi/ peralihan, (3) tahap inti/kerja/kegiatan dan (4) tahap penutup/pengakhiran. Menurut Prayitno, (2013:194) kegiatan 1) **tahap pembentukan**, meyakinkan perlunya masalah dibahas dalam konseling kelompok, bersedia membantu dengan ketangguhan penuh empati, menyusun jadwal kegiatan, menetapkan prosedur. 2) **tahap peralihan**, meyakinkan kesiapan anggota serta meningkatkan keikut sertaan anggota secara

aktif. Tujuannya membebaskan dari perasaan malu, cemas, enggan, saling tidak percaya diri dalam memasuki tahap kegiatan. 3) **tahap kegiatan**, partisipasi seluruh anggota untuk memberikan empati penuh membantu mengentaskan masalah anggota kelompok yang bermasalah, tanda keberhasilan kelompok di antaranya tingkat kepercayaan dan keakraban semakin tinggi. 4) **tahap pengakhiran**, melakukan refleksi antar anggota kelompok dan pemimpin kelompok, merencanakan tindak lanjut. Untuk itu melalui penelitian ini menghasilkan model konseptual kolaborasi untuk meningkatkan resiliensi akademik dengan model desain 4D yang berorientasi pada system. Artinya tahapan sistematis berurutan dan saling berkesinambungan. Thiagarajan (dalam Kristanti, 2017:40) model 4D ada empat tahap pendefinisian (*define*), rancangan (*design*), pengembangan (*development*) dan penyebarluasan (*disseminate*). Berbantuan pembelajaran praktek konseling kelompok menurut Prayitno (2013) ada 4 tahapan konseling kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan penghakhiran.

#### METODE PENELITIAN

Bentuk penelitian pengembangan dengan desain pengembangan menggunakan model 4D, Thiagarajan (1974: 6), yaitu *define*, *design*, *develop* dan *disseminate*. Data penelitian dihimpun dengan menggunakan instrumen inventori resiliensi dengan tujuh aspek diisi oleh mahasiswa untuk mendapatkan tingkat ketangguhan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademik dan wawancara kepada dosen pengampu mata kuliah praktek konseling kelompok. Data validator ahli dan uji coba empiris serta respon mahasiswa menggunakan angket. Data dianalisis dengan persentase untuk hasil inventori resiliensi dan angket respon mahasiswa. Sedangkan wawancara dengan deskripsi kualitatif. Responden mahasiswa bimbingan dan konseling berjumlah 80 orang. Dosen pengampu mata kuliah konseling kelompok satu orang dan validator ahli tiga orang sesuai keahliannya bidang materi konseling, desain dan media pembelajaran.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Model faktual resiliensi meningkatkan akademik mahasiswa melalui pembelajaran praktek konseling kelompok. Berdasarkan analisis data hasil wawancara dan angket inventori diperoleh informasi model resiliensi

akademik dalam pelaksanaan praktek konseling kelompok menggunakan pendekatan system dan gambaran resiliensi akademik mahasiswa masih rendah rata-rata 37,71 %. Mengindikasikan sebagian besar tugas mata kuliah direspon sebagai beban, lemah dalam mengerjakan, kurang peka dengan instruksi dosen, pengumpulan tugas terlambat dengan kualitas kurang baik, kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya, belum berhasil memahami bahwa tugas akademik memberikan kesempatan mengembangkan diri dalam mengupdate diri melalui literasi. Adapun aspek pendekatan system yaitu input, proses dan output. Indikator input meliputi hasil analisis kebutuhan tentang karakteristik mahasiswa MBKM dari prodi BK Untirta dan prodi Bk FKIP Untan.

Mahasiswa Untirta teori bimbingan dan konseling kelompok sudah dipelajari di semester tiga. Sementara mahasiswa BK Untan teori dan praktek keluar pada semester empat dalam satu mata kuliah Pratik Bimbingan Konseling kelompok. Bobot mata kuliah praktik bimbingan Konseling Kelompok 4 sks. Sehingga bimbingan kelompok dan konseling kelompok masing-masing setara 2 sks. Proses pembelajaran praktik konseling kelompok berdasarkan observasi dan dokumentasi serta angket diperoleh informasi praktik Bimbingan Kelompok dilakukan sebelum UTS dan praktik Konseling Kelompok setelah UTS. Produk UTS adalah video tutorial praktik bimbingan kelompok dan UAS video tutorial praktik konseling kelompok. Output matakuliah praktik bimbingan konseling kelompok berupa unjuk kerja dalam mendesain, melaksanakan dan evaluasi praktik bimbingan dan konseling kelompok. Namun temuan menunjukkan evaluasi dalam output adalah obyektif tes mengungkap kemampuan kognitif. Produk video tutorial praktik bimbingan konseling kelompok belum divalidasi oleh ahli ataupun pengguna untuk mendapatkan pembakuan produk atau kelayakan produk video tutorial praktik Bimbingan Konseling Kelompok.

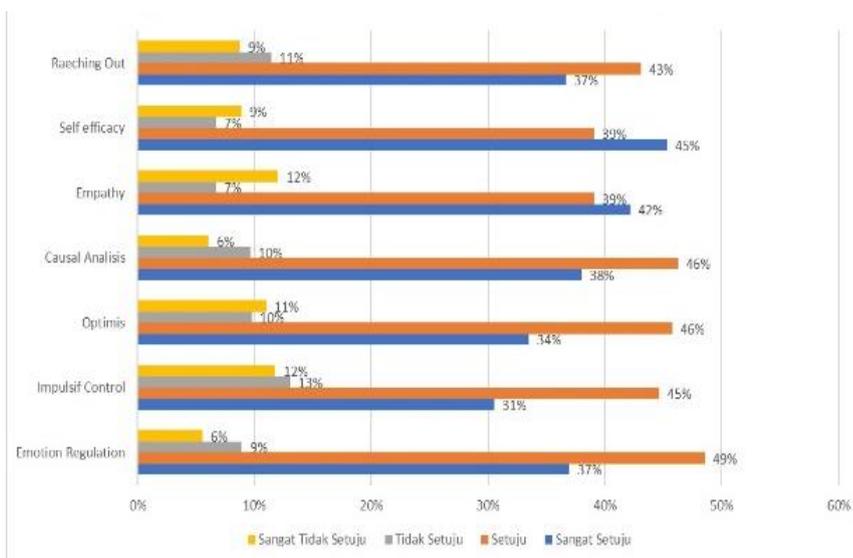
Untuk itu diperlukan model desain konseptual resiliensi meningkatkan akademik mahasiswa melalui pembelajaran praktek konseling kelompok. Dalam penelitian ini model desain konseptual menggunakan desain 4D, yaitu Define, Desain, Develop, dan Disseminate, (Reigeluth, 2021:76). **Tahap define** *front-end analysis, learner analysis, task analysis, concept analysis* dan *specifying instructional*

*objectives*. Berdasarkan tahap define meliputi analisis awal, siswa, tugas, konsep dan tujuan khusus maka dirumuskan menjadi hasil analisis kebutuhan mahasiswa tentang efikasi diri akademik diperoleh informasi tentang 7 komponen resiliensi: 1). *emotion regulation* (kemampuan untuk tetap tenang saat menghadapi kondisi menekan), 2). *impulse control* (kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, dan tekanan yang muncul dari dalam diri), 3). Optimism (individu percaya bahwa sesuatu akan berubah menjadi lebih baik), 4). *Causal analysis* (individu memiliki kemampuan mengidentifikasi secara akurat permasalahan yang dihadapi), 5) *empathy*. (kemampuan membaca sinyal dari kondisi psikologis yang dipikirkan dan dirasakan orang lain), 6). *self efficacy* (merepresentasikan keyakinan bahwa kita mampu menyelesaikan masalah dan menggunakan kemampuan diri untuk sukses), (7). *reaching out* (kemampuan individu mengambil sisi positif dari kemalangan yang dialami).

Berdasarkan analisis data inventori resiliensi maka diperoleh hasil secara berurutan berikut: *Emotion regulasi* (37%) artinya temuan penelitian sebagian besar responden belum mampu menunjukkan kemampuan tetap tenang walaupun dalam menyingkapi tugas akademik. Selanjutnya aspek *causal analisis* (38%) temuan ini mengisyaratkan sebagian besar responden belum menyadari bahwa masalah yang dialami individu di antaranya bersumber dari dalam dirinya dan berdampak jangka pendek atau panjang pada individu dan baru disadari ketika masalah sudah kompleks. *Self Effikasi* (45%) sebageian besar responden belum merasakan bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri akan kemampuan yang dimilikinya dan berkembang sebagai potensi dalam mengatasi masalah akademik. Diperkuat aspek *empati* (42%) responden sebageian besar belum berkembang rasa empati kepada anggota kelompok maupun pemimpin kelompok dalam mengentaskan masalah anggota melalui dinamika kelompok. Disusul aspek *optimis* (34 %) artinya sebagian besar responden kurang memiliki keyakinan keberhasilan konseling kelompok dalam membantu mengentaskan masalah. Berikut aspek *reaching out* (37 %) mengindikasikan sebageian besar responden belum mampu mengambil hikmah positif dari suatu masalah yang dialami dan diyakini tidak ada solusi setiap masalah. Sedangkan aspek *impulsive control* (31%) menunjukkan sebageian

besar responden berpendapat kurang kemampuan mengendalikan dan mengelola diri secara internal sehingga dapat memfilter

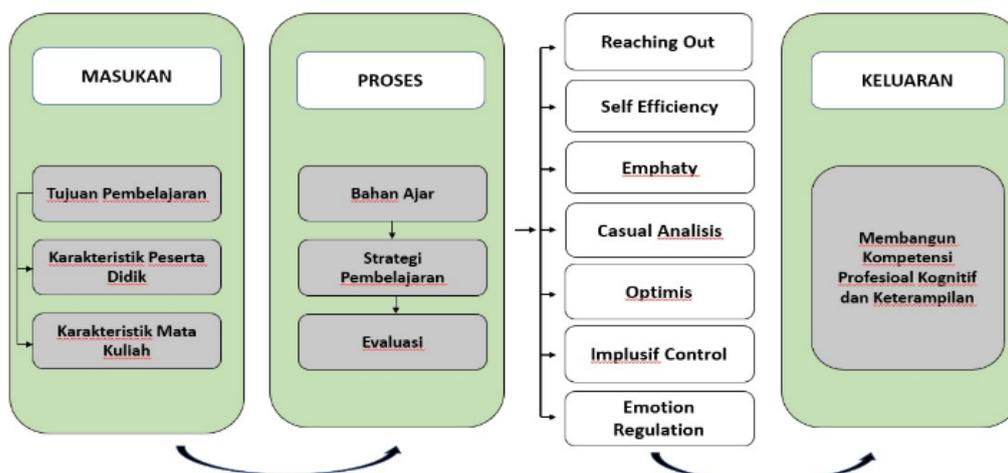
keinginan yang realistis sesuai dengan norma yang berlaku. Berikut ini disajikan dalam bentuk grafik hasil inventori resiliensi akademik:



**Gambar 1.** Rekapitulasi Hasil Inventori Resilliensi Akademik dalam Konseling Kelompok

**Tahap desain**, berdasarkan gambaran awal tentang resiliensi akademik pada grafik di atas maka disusun desain awal model resiliensi

akademik yang ditingkatkan melalui pembelajaran praktik konseling kelompok dengan pendekatan system, sebagai berikut:



**Gambar 2.** Desain Model Awal

**Tahap Develop**, pada Langkah ini desain awal untuk mendapatkan pembakuan produk konseling kelompok untuk meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa, maka dilakukan validasi ahli 3 orang untuk memvalidasi konten sesuai teori desain, materi dan media. Hasilnya dianalisis secara kualitatif.

Selanjutnya setelah melalui evaluasi, revisi secara simultan maka produk dinyatakan secara teori valid/layak digunakan oleh

pengguna rata-rata score (4,5). Untuk itu dilanjutkan dengan tahapan uji coba empiris dengan tiga tahap yaitu: tahap uji perorangan (3 orang) , uji kelompok kecil ( 9 orang ) dan uji kelompok lapangan (30 Orang). Setiap tahap uji coba dilakukan evaluasi dan revisi sampai diperoleh desain produk sesuai dengan harapan pengembang. Berikut disarikan kesimpulan hasil evaluasi dan revisi proses pengembangan validasi tiga ahli maupun tiga tahapan uji coba

empiris.

**Tabel 1.** Hasil Rekapitulasi Evaluasi Dan Revisi Ahli

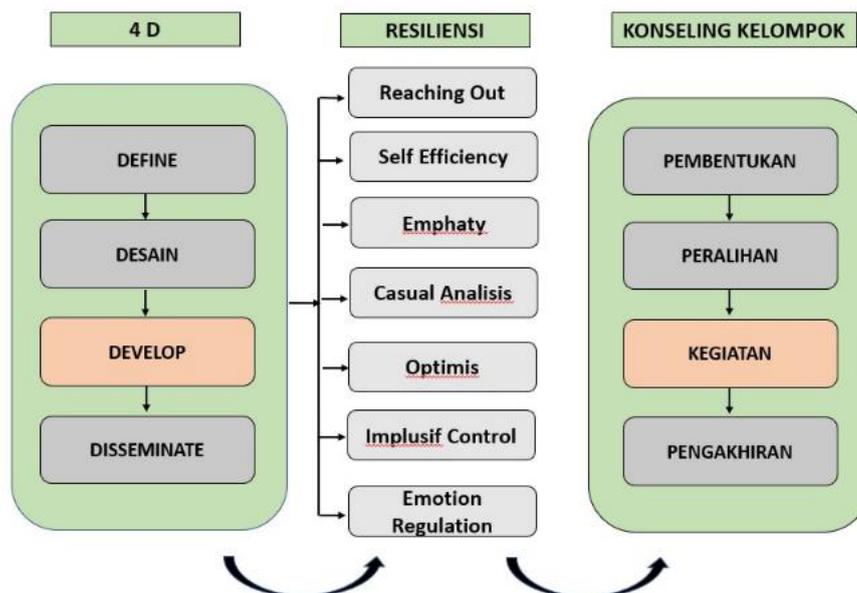
<b>Evaluasi</b>	<b>Revisi</b>
Materi: CPL musti jelas untuk lulusan prodi bimbingan dan konseling	CPL: mampu mendesain dan melaksanakan layanan konseling kelompok secara professional untuk semua jenjang pendidikan. (SD, SMP dan SMA/SMK)
Praktik konseling kelompok diawali dengan penyamaan persepsi praktik konseling kelompok dengan flowchart.	Pertemuan pertama saat kontrak kuliah disampaikan keluaran mata kuliah praktik konseling kelompok berupa video tutorial konseling kelompok mandiri dan setiap mahasiswa mampu menjadi pemimpin kelompok.
Refleksi diperjelas dalam flowchart.	Refleksi dilakukan pada setiap praktik konseling kelompok oleh semua mahasiswa yang mengikuti mata kuliah praktik konseling kelompok.
Komunikasi dalam setiap tahapan diperhatikan.	Scenario komunikasi dalam praktik konseling kelompok dikontrol untuk setiap tahapan pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran dalam konseling kelompok.
Nilai mata kuliah diambil dari nilai praktik.	Penilaian melalui penilaian proses saat praktik dan hasil dari video tutorial yang dibuat mahasiswa.

**Tabel 2.** Rekapitulasi Hasil Evaluasi dan revisi Uji Coba Empiris

<b>Evaluasi</b>	<b>Revisi</b>
Perlu dibuat karakteristik anggota kelompok	Karakteristik anggota kelompok masuk dalam tahap input.
Anggota kelompok jumlahnya ditentukan	setiap kelompok beranggotakan 8 samapai dengan 10 orang dengan jenis kelamin yang heterogen.
Penetapan karakteristik pemimpin kelompok	Pemimpin kelompok memiliki kemampuan ; komunikasi, empati dan interaktif serta aspiratif.
Petunjuk pelaksanaan praktik konseling kelompok	Dibuat dalam bentuk flowchat tahapan praktik konseling kelompok
Durasi praktik konseling kelompok ditentukan	Durasi setiap tahapan praktik konseling kelompok ditentukan mulai tahap pembentukan 7 menit, peralihan 3 menit, tahap kegiatan 15 menit dan pengakhiran 5 menit.
Perlu ada kolaborator Ketika praktik konseling kelompok	Kolaborator diambil dari kelompok lain sehingga dapat saling melaksanakan refleski untuk revisi kegiatan lanjutan konseling kelompok.
Perlu ada gambaran awal tentang resiliensi akademik mahasiswa dalam bentuk storyboard sebagai naskah produk.	Penyebaran angket tentang profil resileisni akademik mahasiswa sebelum pelaksanaan konseling kelompok, storyboard produk.
Instrument observasi resiliensi akademik saat praktik konseling kelompok	Instrument disiapkan sesuai karakteristik resiliensi akademik untuk digunakan saat tahap kegiatan konseling kelompok.
Perlu ditetapkan frekuensi praktik konseling kelompok untuk meningkatkan resiliensi akademik	Jumlah praktik konseling kelompok minimal tiga kali dalam pemberian tindakan untuk meningkatkan resiliesni akademik.

Berdasarkan hasil pengembangan maka diperoleh produk final tentang model konseling kelompok untuk meningkatkan

resiliensi akademik mahasiswa berkolaborasi dengan desain 4D.



Gambar 3. Implementasi 4D dalam Konseling Kelompok

**Tahap Disseminate**, dilakukan melalui penulisan artikel publis jurnal Sinta 3 dan presentasi pada seminar Nasional FKIP Untan tanggal 17 September 2022 di hotel Orchardz Perdana, serta presentasi pada mahasiswa prodi BK program asistensi semester 7 tahun akademik 2022/2023.

Adapun respon mahasiswa tentang resiliensi akademik berbantuan konseling kelompok diperoleh hasil sebagai berikut dari 40 responden sebagian besar 94 % memberkan respon sangat setuju, temuan ini mengisyaratkan konseling kelompok merupakan wahana untuk mengembangkan ketangguhan dalam menghadapi kesulitan akademik. Dinamika kelompok memberikan kekuatan mahasiswa dalam meningkatkan ketangguhan dalam menghadapi masalah akademik.

Melalui konseling kelompok mahasiswa mendapatkan figur ketangguhan sebagai model resiliensi dari sesama anggota kelompok. Bahwa tugas akademik diterima dan disadari untuk di hadapi dikerjakan dengan optimal sebagai bagian komponen dalam penentuan kelulusan mahasiswa. Tugas-tugas akademik memberikan peluang meningkatnya resiliensi dan potensi mahasiswa, sehingga literasi disadari merupakan proses mengupdate diri secara akademik maupun non akademik. Melalui literasi dapat membangun rasa ingin tau mahasiswa. Untuk itu perlu komunikasi dialogis dan investigative dalam praktik konseling kelompok antara sesama anggota kelompok.

## PEMBAHASAN

Desain model 4D secara eksplisit tidak nampak adanya tahap evaluasi seperti model desain ADDIE. Model ADDIE tahap evaluasi nampak eksplisit dilakukan secara simultan dari tahap analisis, desain, pengembangan sampai implementasi, sehingga ADDIE merupakan model desain generik, sistematis dan sistemik (Gustafson, 2022). Evaluasi juga dilakukan untuk menguji efektivitas produk akhir. Namun pada 4D tidak eksplisit tahap evaluasi, namun secara implisit pada tahap develop memerlukan evaluasi dan revisi dari penilaian validasi pakar dan uji coba empiris tentang naskah produk meliputi instrument, storyboard dan produk dilakukan secara bertahap sampai menghasilkan produk sesuai dengan harapan pengembang.

Hal ini sesuai pendapat Thiagarajan, Semmel dan Semmel (1974) model 4D ada empat tahap pendefinisian (*define*), rancangan (*design*), pengembangan (*development*) dan penyebarluasan (*disseminate*). Kelebihan dari model 4D secara eksplisit ada tahap desiminasi produk dengan penyebarluasan kepada pengguna lebih luas. Hal ini dapat berupa penulisan artikel publis di Sinta, desiminasi produk pada MGMP atau masyarakat luas baik melalui luring maupun daring dalam bentuk webinar. Model 4D tahapannya sistematis dan sistemik. Namun ada kelemahannya model 4D salah satunya adalah tidak ada kejelasan mana yang harus didahulukan analisis konsep dan analisis tugas.

Model pengembangan 4D terbukti efektif untuk mengembangkan model pembelajaran

berbantuan *mind mapping* diintegrasikan pada modul dan *worksheets* pada mata pelajaran genetika materi organisasi genom dan replikasi bahan genetik untuk meningkatkan kemampuan berfikir kritis mahasiswa, (Natalia Kristani Lase, 2021: 9). Selain itu ada juga penelitian 4D yang bertajuk seni rupa namun dengan profil media yang berbeda yaitu penelitian yang dilakukan oleh Dayanti (2021:710) yang berjudul Pengembangan Bahan Ajar Elektronik *Flipbook* Dalam Pembelajaran Seni Rupa Daerah Siswa Kelas V Di Sekolah Dasar, dari respon siswa, media *Flipbook* yang dikembangkan memperoleh 92% pernyataan setuju dan hanya 8% yang tidak setuju. Berkenaan dengan tugas akademik, maka bertambahnya semester yang ditempuh regulasi emosi semakin tinggi. Artinya mahasiswa dapat berfikir rasional bahwa tugas akademik harus dihadapi dan dikerjakan, maka resiliensi diperlukan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Resiliensi akademik dapat ditingkatkan melalui sosial model dalam praktik konseling kelompok. Hal ini senada dengan hasil penelitian (Fery Anggara dkk,2016: 48) bahwa modeling melalui layanan bimbingan kelompok terbukti mampu meningkatkan efikasi diri siswa secara signifikan meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi ujian. Begitu juga efikasi diri yang tinggi dalam menghadapi ujian, merupakan kekuatan bahwa diri siswa memiliki motivasi yang lebih tinggi dalam menghadapi ujian.

Temuan ini mengindikasikan siswa memiliki efikasi diri yang tinggi dalam berbagai aktivitas yang luas dalam kegiatan akademik dalam berbagai situasi. Teman sebaya yang memiliki efikasi diri yang tinggi dalam kelompok dapat memberikan efek positif mengilhami orang lain, sehingga dapat memiliki keyakinan diri meningkat dan menjadi lebih baik dalam menghadapi tugas akademik. Kualitas resiliensi terbentuk oleh sistem dorongan prediksi sosial dan kesuksesan individu. Proses resiliensi pada individu karena adanya tekanan, kemalangan, perubahan serta peluang keberhasilan dalam mengidentifikasi pertahanan dan upaya untuk membatasi berbagai faktor penyebab. Ketahanan untuk bangkit dari kemalangan sudah dimiliki oleh setiap individu. (Glenn Richardson, 2002:308). Untuk itu terbukti melalui konseling kelompok mahasiswa terilhami dengan modeling kawan dalam kelompok dapat meningkatkan ketahanan dalam menghadapi kesulitan tugas-tugas akademik.

## PENUTUP

Model 4D efektif untuk meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa dengan berbantuan konseling kelompok. Hal ini terbukti tingkat resiliensi akademik meningkat setelah mengikuti konseling kelompok. Desain resiliensi akademik berbantuan konseling kelompok konseptual menggunakan pendekatan system yang meliputi input, proses dan keluaran. dinyatakan valid oleh validator ahli dan selanjutnya melalui uji coba empiris layak digunakan. Desain 4D dapat berkolaborasi dengan empat langkah konseling kelompok dalam meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa. Sehingga sebagian besar mahasiswa memberikan respon sangat setuju bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan resiliensi akademik melalui komunikasi dialogis dan investigative.

## SARAN

Dosen professional hendaknya mampu memilih layanan yang tepat untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi tugas akademik. Membelajarkan mahasiswa dengan pemberian tugas yang inovatif dan memotivasi untuk mengerjakan tugas, sehingga resiliensi semakin tinggi dalam menghadapi tugas akademik. Hendaknya komunikasi dibangun dengan baik melalui dialogis dan investiatif. Mata kuliah Praktik konseling kelompok diawali dengan pembuatan naskah story board, sehingga mahasiswa dapat praktik dengan efektif dan efisien.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, I. (2022). *Desain Pembelajaran dalam Perspektif Konstruktivistik*. Pontianak: IAIN Pontianak Press.
- Atwi Suparman. (2012). *Desain Instruksional Modern*, Jakarta: Erlangga
- Daryanti. Z.,R. (2021). *Pengembangan Bahan Ajar Elektronik Flipbook Dalam Pembelajaran Seni Rupa Daerah Siswa Kelas V SD* Universitas Pendidikan Indonesia. Volume 04 (5)
- Fery Anggara, A.M.Y&M. *Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Modeling dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa dalam Menghadapai Ujian*, Konselor, Volume 5/Number 1/March.2016:48.
- Geral,. M. S. C, & Geral C. (2006). *Group Prosess and Praktice*. Australia: Thomson Brooks/Cole.
- Glenn Richardson. (2002). *The Metatheory of Resilience and Resiliency*, Jurnal of

- Clinical Psychology, March 2002:308
- Gustafson, K. L., & Branch, R. M. (2002). *Survey of Instructional Development*
- Jacobs, ED E. et al. (2012). *Group Counseling: Strategi and Skill*. California: Brook/Co;e Publishing Company
- Kristanti, D & Yulia, S. (2017). *Pengembangan Perangkat Pembelajaran Matematika Model 4D Untuk Kelas Inklusi Sebagai Upaya Meningkatkan Mnat Belajar Siswa*. Jurnal MAJUL, Volume 4.No.1
- Lase, N.K., *Implementasi Model Pembelajaran Berbasis Masalah Berbantuan Mind Mapping Pada Mata Kuliah Genetika*, Edumaspul, 5(2), Year 2021-908
- Prayitno. (2013). *Mengatasi Krisi Identitas Profesi Konselor*. Padang:FKIP UNP
- Reigeluth, Charles. M., Beatty, B. J., & Myers, R. D. (2021). *Instructional-Design Theories and Models: the Holistic 4D Model. (Volume IV)*. New York: Routledge.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resiliency Factor. 7 Essential Skill for Overcoming Life s Inevitable Obstacle*. New York; Random House, Inc
- Thiagarajan, S. (1974). *Instructional Development For Training Theachers of Exceptional Children*. Bloomington: Indiana University.
- Wibowo, M.E. (2017). *Konseling Kelompok Perkembangan*, Semarang: UNNES PRESS