

Prosiding Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Jakarta
Homepage: https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/semnas-ps
Vol. 4 No. 1, Bulan 2026, halaman: xx~xx
E-ISSN: xxxx-xxxx
http://dx.doi.org/

Profil Resiliensi Akademik: Studi Lintas Dimensi, Gender, Dan Jalur Pendidikan Menengah Atas

Frischa Meivilona Yendi[1*], Zadrian Ardi[2], Ade Herdian Putra[3], Dony Darma Sagita[4], Puji Gusri Handayani[5], Yuda Syahputra[6]
[1,2,3,5]Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
[4]Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PGPAUD), Universitas Terbuka, Jakarta, Indonesia
[6]Bimbingan dan Konseling, Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta, Indonesia
[1*]Email penulis koresponden: frischa@fip.unp.ac.id

Riwayat Artikel

Submited: 24-11-2026
Accepted: 24-11-2026
Published: 24-11-2026

Abstrak

Tekanan akademik akibat standar kompetensi global masa kini menjadi pemicu kerentanan mental murid. Penelitian ini bertujuan menganalisis profil dimensi resiliensi akademik murid serta menguji komparasi datanya berdasarkan jenis kelamin dan tipe sekolah. Pendekatan kuantitatif deskriptif komparatif diterapkan pada sampel dua ribu sembilan puluh tiga murid sekolah menengah di Sumatera melalui teknik multistage random sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner terstruktur model skala resiliensi akademik dua puluh tujuh item. Seluruh pengolahan data menggunakan pemrograman Python. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas murid berada pada kategori resiliensi sedang. Ditinjau dari dimensinya, aspiration goals menjadi kekuatan intrapersonal tertinggi, sedangkan problem solving dan social skills menempati urutan terendah. Lebih lanjut, terdapat perbedaan gender yang signifikan di mana murid perempuan memiliki tingkat resiliensi lebih tinggi dibanding laki-laki. Sebaliknya, tidak ditemukan perbedaan resiliensi signifikan ditinjau dari tipe sekolah. Temuan ini merekomendasikan pentingnya transformasi layanan bimbingan dan konseling inklusif untuk membangun resiliensi komunitas sekolah.

Kata kunci: Resiliensi Akademik; Murid Sekolah Menengah; Python; Transformasi BK; Inklusif.

Abstract

Academic pressure stemming from stringent contemporary global competency standards heavily triggers mental vulnerabilities among secondary school students. This study aims to analyze the multidimensional profiles of students' academic resilience and examine its data comparisons based on gender and types of educational units. A descriptive-comparative quantitative approach was applied to a sample of two thousand ninety-three secondary school students in Sumatra, selected via a multistage random sampling technique. Data collection was comprehensively conducted using a highly structured questionnaire model of a twenty-seven-item academic resilience scale. All raw data processing and statistical computations were systematically executed utilizing specialized Python programming. The empirical results indicated that the majority of students fell into the moderate academic resilience category. In terms of specific dimensions, the aspiration goals aspect emerged as the highest intrapersonal asset, whereas problem solving and social skills occupied the lowest functional ranks. Furthermore, an independent sample t-test confirmed a significant gender gap where female students exhibited a higher level of resilience than males. Conversely, no statistically significant variance was discovered across different types of educational units. These critical findings strongly recommend the urgency of transforming inclusive guidance and counseling services to foster sustainable school community resilience.

Prosiding ***Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Jakarta*** *diterbitkan oleh Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta*



Keywords: *Academic Resilience; Secondary School Students; Python; Guidance and Counseling Transformation; Inclusive.*

PENDAHULUAN

Dunia pendidikan di era masyarakat global saat ini tengah menghadapi disrupsi teknologi masif dan dinamika sosial cepat yang memicu tekanan psikologis kompleks bagi institusi, guru, maupun murid (Daniel, 2020; Elkordy, A., Iovinelli, 2021; Scholkmann et al., 2024). Tuntutan adaptasi teknologi yang tinggi, seperti sistem pembelajaran daring, sering kali tidak selaras dengan kesiapan internal peserta didik, sehingga mereduksi keaktifan belajar dan memicu gangguan mental (Area, M. y Adell, 2021; Scholkmann et al., 2024) Kondisi empiris di lapangan menunjukkan peningkatan kerentanan mental yang signifikan; data nasional mencatat mayoritas remaja SMA mengalami kecemasan dan gejala depresi (Suriastini, W., & Sikoki, 2020), sementara data lokal di Kota Padang mendokumentasikan tingginya tingkat stres akademik akibat keterbatasan teknis dan beban tugas yang berat di jenjang SMA, SMK, maupun MA (Fitriani, 2021; Saputra, 2021).

Guna merespons konstelasi stresor yang kompleks tersebut, murid mutlak membutuhkan kapasitas internal berupa resiliensi akademik, yaitu kemampuan individu untuk bangkit, bertahan, dan mengembangkan diri secara adaptif di bawah tekanan yang mengancam kesejahteraan psikologisnya (Rutter, 2012; Martin, 2013; Yoon et al., 2021; Ungar et al., 2021). Konstruk resiliensi ini ditopang oleh enam dimensi fundamental, meliputi keterampilan sosial, empati, pemecahan masalah, efikasi diri, kesadaran diri, dan aspirasi tujuan (Benard, 2004; Thibodeaux, 2021). Namun, berbagai hasil penelitian riil justru menunjukkan adanya defisit serius pada dimensi tersebut, seperti pada murid SMK SMTI Padang yang profil resiliensinya secara umum masih berada pada kategori sedang akibat rendahnya efikasi diri, kesadaran diri, dan keterampilan interaksi sosial (Aripin, 2020; Idaman et al, 2021).

Fenomena krisis resiliensi ini menuntut adanya reposisi dan transformasi dalam layanan Bimbingan dan Konseling (BK) menuju pendekatan inklusif yang berbasis data riil (data-driven advocacy). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara komprehensif profil resiliensi akademik murid SMA, SMK, dan MA sebagai basis pemetaan program intervensi yang tepat sasaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif komparatif. Desain ini dipilih untuk menggambarkan tingkat resiliensi akademik murid serta membandingkannya berdasarkan berbagai variabel demografis dan preferensi pembelajaran.

Populasi dalam penelitian ini adalah murid sekolah menengah di Indonesia. Sampel penelitian berjumlah 2.093 murid yang berasal dari jenjang SMA (n=758), SMK (n=1.266), dan MA (n=69). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah convenience sampling melalui penyebaran instrumen secara daring pada Juni 2026. Karakteristik partisipan terdiri dari 1.075 murid perempuan dan 1.018 murid laki-laki.

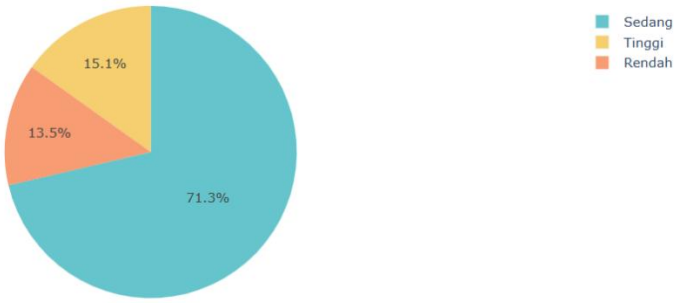
Instrumen yang digunakan adalah skala resiliensi akademik yang terdiri dari 27 item. Instrumen ini mengukur enam dimensi utama resiliensi, yaitu: (1) Social Skills, (2) Empathy, (3) Problem Solving, (4) Self-Efficacy, (5) Self-Awareness, dan (6) Aspiration Goals. Setiap item diukur menggunakan skala Likert 1-4. Skor total berkisar antara 27 hingga 108, di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat resiliensi akademik yang lebih baik.

Data dianalisis menggunakan statistika deskriptif untuk mengkategorikan tingkat resiliensi murid ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi berdasarkan nilai rata-rata dan standar deviasi. Selanjutnya, dilakukan uji asumsi normalitas dan homogenitas sebelum melakukan uji beda. Analisis inferensial menggunakan Independent Sample t-test untuk menguji perbedaan resiliensi berdasarkan jenis kelamin, serta uji One-way ANOVA untuk melihat perbedaan berdasarkan tipe sekolah. Guna memastikan objektivitas dan akurasi statistik, seluruh proses

komputasi data dalam penelitian ini dieksekusi secara modern menggunakan bantuan bahasa pemrograman Python dengan pustaka Pandas (Mckinney, 2010) serta SciPy (Virtanen et al., 2020) demi melahirkan landasan ilmiah bagi layanan BK yang transformatif di era global

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif yang dieksekusi menggunakan bantuan komputasi Python, ditemukan bahwa profil resiliensi akademik murid tingkat sekolah menengah (SMA/SMK/MA) secara umum berada pada kategori moderat atau sedang. Distribusi persentase tingkat resiliensi akademik disajikan pada Gambar 1 di bawah ini:



Gambar 1. Distribusi Tingkat Resiliensi Akademik Murid

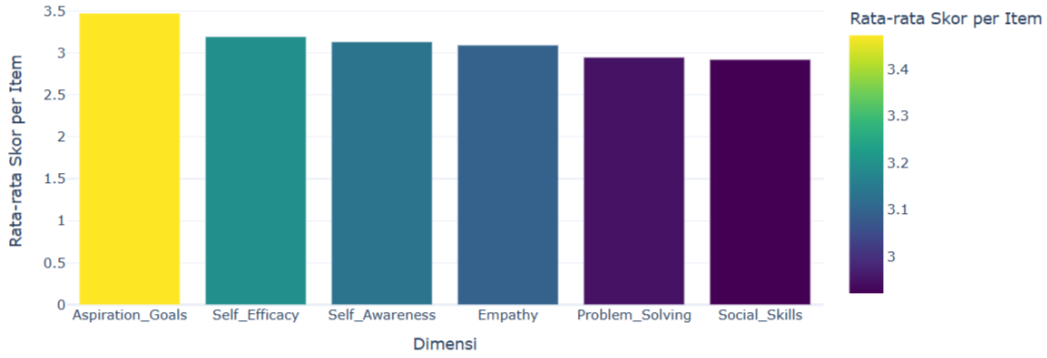
Temuan empiris menunjukkan bahwa mayoritas murid, yaitu sebesar 71,33% (1.493 murid), memiliki tingkat resiliensi akademik pada kategori sedang. Sementara itu, kelompok murid dengan resiliensi akademik tinggi tercatat sebesar 15,15% (317 murid), dan kelompok dengan kategori rendah berada pada angka 13,52% (283 murid). Secara akumulatif, nilai rerata (*mean*) skor total resiliensi murid adalah sebesar 83,48 dengan Standar Deviasi (SD) sebesar 7,52 dari skor maksimal teoretis sebesar 108.

Kondisi statistik ini mengindikasikan sebuah temuan krusial, yaitu secara umum, komunitas murid sekolah menengah di Sumatera sebenarnya telah memiliki modalitas psikologis yang cukup baik untuk bertahan menghadapi berbagai tekanan pembelajaran di era global. Nilai rerata 83,48 dari batas maksimal 108 mencerminkan bahwa murid tidak sepenuhnya rapuh saat dihadapkan pada disrupsi digital, beban tugas yang padat, maupun kecemasan masa depan. Kemampuan adaptif ini sejalan dengan konseptualisasi yang memandang resiliensi sebagai kapasitas dinamis individu untuk mempertahankan fungsi dirinya untuk mengatasi tantangan akademik (Rutter, 2012; Wu et al., 2013; Kothari et al., 2021; Nicoll, 2014). Murid dalam kategori sedang ini rata-rata mampu menerapkan *problem solving* dan *self-efficacy* ketika menghadapi hambatan belajar di kelas (Benard, 2004; Martin, 2013; Dewi et al., 2021; García-Parra, et al., 2021).

Kendati demikian, dominasi mutlak murid pada kategori sedang (71,33%) mempertegas bahwa resiliensi mereka belum berada pada level yang optimal dan sangat rentan mengalami kemerosotan jika dihadapkan pada stresor baru yang lebih berat. Kelompok ini berada pada zona ambang batas psikologis (*psychological threshold*). Jika mereka tidak mendapatkan penguatan, penumpukan beban tugas seperti yang dikeluhkan di SMA Pembangunan Padang (Saputra, 2021) atau munculnya gejala kecemasan seperti di SMK SMTI Padang (Septilawati, 2021) dapat dengan mudah menyeret mereka ke dalam kategori resiliensi rendah (13,52%). Terlebih lagi, hasil penelitian terdahulu secara konsisten mengonfirmasi adanya defisit serius pada fungsi-fungsi penopang resiliensi murid menengah, seperti rendahnya keterampilan sosial (García-Parra et al., 2021; Damayanti et al., 2022) minimnya empati antarteman sebaya (Pratiwi, 2022), hingga tingginya kerentanan stres akibat efikasi diri yang belum matang (Idaman et al., 2021; Abdolrezapour et al., 2023). Kesenjangan data ini menunjukkan urgensi nyata bagi arah transformasi layanan BK yang lebih inklusif dan tangguh.

Guru BK atau konselor sekolah tidak boleh lagi berasumsi bahwa murid yang terlihat baik di kelas tidak memerlukan intervensi. Layanan BK konvensional yang bersifat reaktif, hanya menangani murid yang sudah terlanjur mengalami masalah berat, harus diubah total menjadi pendekatan yang berbasis data (*data-driven guidance*). Data makro berbasis Python dalam penelitian ini membuktikan bahwa program BK di sekolah menengah harus didesain secara proaktif dan menyeluruh untuk menyasar kelompok mayoritas di kategori sedang agar kapasitas mereka tereskalasi menjadi tinggi. Strategi transformasi BK yang dapat diterapkan meliputi pengembangan Layanan BK Inklusif Berbasis Komunitas. Konselor dapat merancang bimbingan kelompok yang berfokus pada penguatan resiliensi (Weinert et al., 1965; Chenxi & Zhijiang, 2020).

Jika dilihat secara lebih mendalam berdasarkan dimensinya melalui perhitungan skor rata-rata per item, urutan kekuatan indikator penopang resiliensi akademik murid menunjukkan variasi yang kontras. Hasil analisis data komparatif antar-dimensi tersebut disajikan pada Gambar 2 di bawah ini:



Gambar 2. Rata-rata Skor per Item Berdasarkan Dimensi Resiliensi

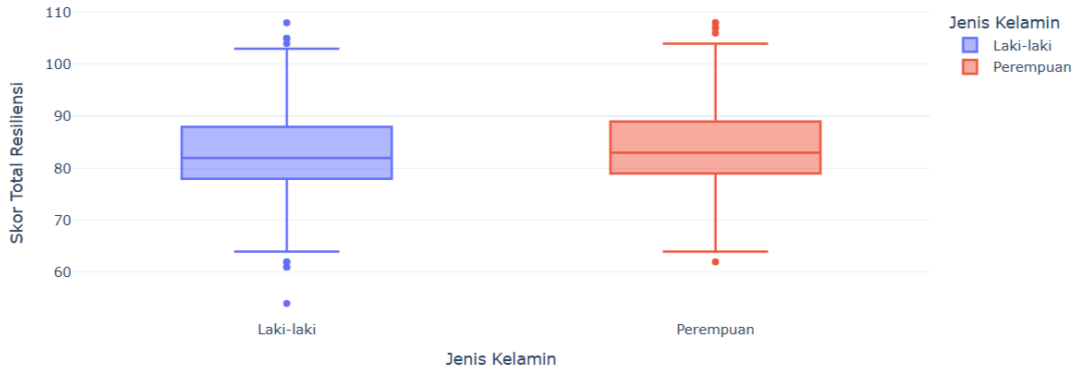
Berdasarkan Gambar 2, data menunjukkan bahwa dimensi *aspiration goals* (3,47) menduduki posisi tertinggi, disusul oleh *self-efficacy* (3,19) dan *self-awareness* (3,13). Angka ini mengindikasikan sebuah temuan positif di mana murid sekolah menengah di Sumatera secara umum memiliki orientasi masa depan, cita-cita, serta determinasi visi yang sangat kuat. *Self-efficacy* dan *self-awareness* yang berada pada rentang skor di atas 3,10 menjadi modalitas intrapersonal yang berharga. Karakteristik ini sejalan dengan pandangan bahwa optimisme visioner dan kesadaran diri yang kokoh berfungsi sebagai benteng pertahanan psikologis utama yang menjaga murid agar tidak mudah menyerah saat dihadapkan pada hambatan akademis yang berat di sekolah (Benard, 2004; Waxman et al., 2017).

Namun, kontras dengan aspek intrapersonal yang kuat, aspek interpersonal dan aplikatif murid justru berada pada level yang mengkhawatirkan, dengan *empathy* (3,09) di tingkat moderat, serta *problem solving* (2,95) dan *social skills* (2,92) di posisi terendah. Rendahnya kecakapan *problem solving* mencerminkan keterbatasan kognitif murid dalam mengurai masalah secara mandiri, yang berdampak pada munculnya kesulitan saat menuntaskan tugas-tugas kompleks (Saputra, 2021). Kondisi ini diperparah oleh dimensi *social skills* sebagai titik terlemah. Minimnya keterampilan sosial dan komunikasi interaktif ini membuat murid cenderung menarik diri dari lingkungan, kesulitan mencari dukungan sosial saat tertekan, atau bahkan mengekspresikannya melalui tindakan agresif dan ketidakpedulian emosional terhadap sesama rekan sebaya (Mahpud et al., 2021; Damayanti et al., 2022; Pratiwi, 2022). Kesenjangan yang lebar antara *aspiration goals* dan lemahnya *social skills* ini memicu konflik internal yang meningkatkan kerentanan stres akademik (Fitriani, 2021).

Ketimpangan profil dimensi ini menegaskan arah baru bagi transformasi layanan BK yang Inklusif. Guru BK tidak bisa lagi menyusun program bimbingan yang bersifat umum (*one-size-fits-all*), melainkan harus merancang intervensi terfokus berbasis data (*data-driven intervention*) yang memprioritaskan penanganan pada dua dimensi terbawah tersebut. Strategi konkret yang

direkomendasikan adalah mengimplementasikan bimbingan kelompok dengan metode *Social-Emotional Learning* (SEL) dan pelatihan resolusi konflik untuk mengeskalasi *social skills* dan *empathy* murid (Finklestein et al., 2022). Selain itu, konselor dapat mengintegrasikan teknik *Problem-Solving Therapy* (PST) dalam konseling kelompok untuk melatih nalar kritis murid dalam menghadapi stresor akademik. Melalui transformasi layanan BK yang proaktif dan inklusif ini, potensi intrapersonal murid yang sudah baik dapat diselaraskan dengan kecakapan interpersonal yang tangguh, guna mewujudkan komunitas pembelajar yang siap bersaing dalam masyarakat global (Kim et al., 2024).

Selain analisis berbasis dimensi, penelitian ini juga menguji komparasi tingkat resiliensi antar-subkelompok responden. Berdasarkan hasil uji-t independen (*independent samples t-test*), ditemukan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat resiliensi akademik murid laki-laki dan murid perempuan ((t = -3,063); (p = 0,002)). Representasi visual mengenai perbandingan nilai rerata (mean) resiliensi akademik berdasarkan jenis kelamin disajikan pada Gambar 3 di bawah ini:



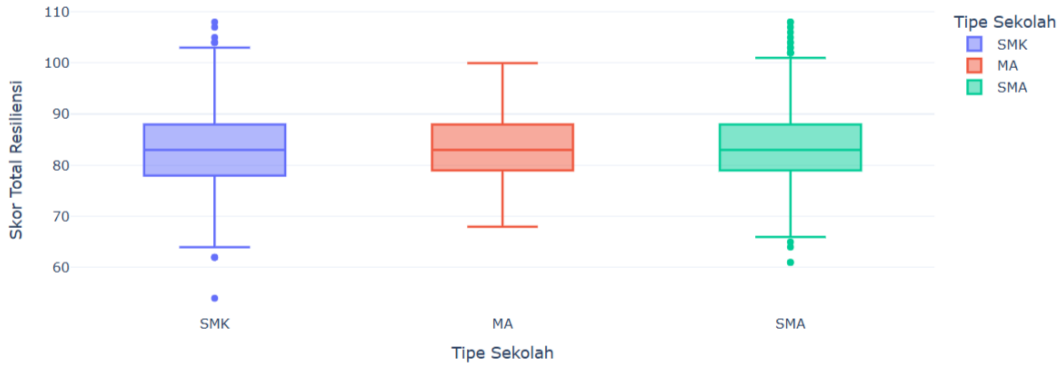
Gambar 3. Perbandingan Resiliensi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin

Visualisasi pada Gambar 3 secara empiris membuktikan bahwa terdapat kesenjangan kapasitas resiliensi yang dipengaruhi oleh faktor gender, di mana murid perempuan memiliki rata-rata skor resiliensi akademik yang lebih tinggi (83,97) dibandingkan dengan murid laki-laki (82,96). Signifikansi statistik yang ditunjukkan oleh nilai (p = 0,002) ((p < 0,05)) menegaskan bahwa perbedaan ini bukanlah suatu kebetulan acak, melainkan sebuah pola riil di lapangan. Secara psikologis, keunggulan murid perempuan dalam resiliensi akademik ini selaras dengan profil dimensi interpersonal yang dibahas sebelumnya. Murid perempuan pada usia remaja umumnya memiliki kematangan dimensi *social skills* dan *empathy* yang lebih baik, sehingga mereka lebih adaptif dalam mencari dukungan sosial (*social support*) dan mengomunikasikan stresor akademik yang mereka hadapi kepada teman sebaya maupun konselor sekolah (Benard, 2004; Yost, 2005; Claudel & Javier, 2024).

Sebaliknya, ketertinggalan skor pada murid laki-laki (82,96) mengindikasikan adanya kerentanan internal yang sering kali luput dari perhatian. Murid laki-laki cenderung menginternalisasi stres akademik mereka atau meluapkannya dalam bentuk tindakan agresif dan destruktif akibat rendahnya keterampilan sosial dalam mengelola emosi (Mahpud et al., 2021; Damayanti et al., 2022). Ketika dihadapkan pada kesulitan kognitif atau beban tugas yang menumpuk seperti yang terdokumentasi di berbagai sekolah menengah di Sumatera (Saputra, 2021; Septilawati, 2021), murid laki-laki sering kali enggan mencari bantuan karena tuntutan gender untuk terlihat kuat. Ketidakmampuan mengekspresikan tekanan ini secara sehat membuat mereka lebih rentan mengalami degradasi motivasi belajar, penurunan hasil akademik secara akumulatif, hingga risiko gangguan kecemasan yang laten (Suriastini, W., & Sikoki, 2020; Pasaribu et al., 2021).

Temuan komparatif ini memberikan implikasi taktis bagi arah transformasi layanan BK yang Inklusif. Guru BK atau konselor sekolah dituntut untuk memberikan afirmasi dan perhatian khusus melalui desain intervensi peningkatan resiliensi yang ramah gender, khususnya bagi murid laki-laki. Layanan BK konvensional harus bertransformasi dengan menghadirkan program proaktif seperti bimbingan kelompok berbasis permainan strategis (*game-based guidance*) atau *adventure-based counseling* yang secara khusus dirancang untuk menarik minat dan memfasilitasi kebutuhan katarsis emosi murid laki-laki (Scholkmann et al., 2024; Llistosella et al., 2024). Di sisi lain, konselor tetap harus mempertahankan ruang bimbingan yang inklusif agar murid perempuan dapat mengeskalasi kapasitas mereka menuju level optimal (Kim et al., 2024). Melalui diferensiasi layanan BK yang berbasis data ini, kesenjangan resiliensi antargolongan dapat dipangkas demi mewujudkan komunitas sekolah yang tangguh secara merata (Vandrevala et al., 2024).

Sebagai langkah penutup dalam analisis komparatif kelompok, penelitian ini menguji varians tingkat resiliensi lintas jalur institusi pendidikan menengah. Berdasarkan hasil uji ANOVA satu arah (one-way ANOVA), ditemukan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat resiliensi akademik murid ditinjau dari tipe sekolahnya ((F = 0,308); (p = 0,735)). Representasi visual mengenai perbandingan nilai rerata (mean) resiliensi akademik murid lintas satuan pendidikan (SMA, SMK, dan MA) disajikan pada Gambar 4 di bawah ini:



Gambar 4. Perbandingan Resiliensi Akademik Berdasarkan Tipe Sekolah

Data pada Gambar 4 membuktikan bahwa jalur institusi pendidikan, baik umum (SMA), vokasi (SMK), maupun keagamaan (MA), tidak menjadi faktor pembeda yang signifikan terhadap kapasitas resiliensi akademik murid. Angka signifikansi statistik sebesar (p = 0,735) ((p > 0,05)) menunjukkan secara mutlak bahwa variabilitas tingkat resiliensi murid sekolah menengah di Sumatera bersifat homogen. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun ketiga tipe sekolah tersebut memiliki karakteristik kurikulum dan fokus *output* lulusan yang berbeda, para murid di dalamnya menghadapi stresor psikososial dan akademis yang setara dalam masyarakat global saat ini (Daniel, 2020; Zhuang et al., 2025).

Kemiripan profil resiliensi ini menegaskan bahwa tekanan modernisasi, target capaian kurikulum, serta kecemasan akan kompetensi masa depan dirasakan secara merata oleh seluruh remaja di tingkat sekolah menengah. Tantangan berupa tumpukan tugas mandiri di SMA (Saputra, 2021), hambatan penyelarasan teori-praktik di SMK (Septilawati, 2021), hingga beban ganda kurikulum umum-agama di MA, bermuara pada satu titik kesimpulan: kebutuhan akan kapasitas adaptif untuk bertahan dari tekanan bersifat universal (Hafiva et al., 2020; Permatasari et al., 2021). Meratanya murid lintas jalur pada kategori resiliensi moderat ini mempertegas konsep bahwa lingkungan sekolah secara umum bertindak sebagai ruang stresor bersama (*shared stressor environment*) yang menguji mekanisme resiliensi remaja secara kolektif tanpa memandang latar belakang institusinya (Rutter, 2012; Thibodeaux, 2021; Ungar et al., 2021).

Implikasi dari temuan universal ini menjadi landasan pacu yang kuat bagi arah transformasi layanan BK yang Inklusif dan adil. Mengingat profil kerentanan psikologis murid bersifat lintas jalur, maka kebijakan pengembangan program BK terkait peningkatan resiliensi akademik tidak boleh dibeda-bedakan antarinstansi (Boston et al., 2024; Parrott et al., 2024). Organisasi profesi seperti ABKIN dapat memelopori standarisasi panduan kurikulum layanan BK nasional yang adaptif, di mana modul penguatan enam dimensi resiliensi dapat diadopsi dan diimplementasikan secara seragam baik di SMA, SMK, maupun MA. Melalui pendekatan layanan BK berbasis data makro yang bersifat universal dan inklusif ini, penguatan resiliensi individu dapat diakselerasi secara masif guna melahirkan komunitas generasi muda yang kokoh di era global.

KESIMPULAN

Penelitian berbasis komputasi Python ini menyimpulkan bahwa profil resiliensi akademik murid sekolah menengah di Sumatera berada pada tingkat moderat (71,33%), yang dicirikan oleh adanya ketimpangan tajam antara kekuatan faktor internal (aspiration goals, self-efficacy, self-awareness) dan kelemahan pada fungsi eksternal-aplikatif (problem solving, social skills). Meskipun analisis komparatif menunjukkan faktor gender berpengaruh secara signifikan, di mana murid perempuan memiliki resiliensi lebih tinggi, faktor tipe sekolah (SMA, SMK, MA) terbukti tidak memengaruhi profil tersebut, sehingga menegaskan bahwa tekanan akademis abad ke-21 bersifat universal. Temuan empiris ini sangat mendukung momentum "Transformasi BK untuk Masyarakat Global yang Tangguh dan Inklusif". Data ini membuktikan bahwa pembentukan masyarakat global yang tangguh harus dimulai dengan merekonstruksi layanan BK dari paradigma konvensional-reaktif menjadi berbasis data. Sifat inklusivitas layanan BK tecermin dari temuan universalitas lintas tipe sekolah ini, yang menegaskan bahwa seluruh murid di SMA, SMK, maupun MA berhak mendapatkan porsi intervensi psikologis yang setara untuk memulihkan dimensi sosial dan kecakapan pemecahan masalah mereka yang masih rendah.

Sesuai dengan sub-tema Resiliensi Individu dan Komunitas, temuan ini mengimplikasikan dua arah transformasi taktis bagi layanan bimbingan di sekolah demi membangun resiliensi yang merata. Pertama, konselor perlu menerapkan sistem Cyber-Counseling yang terstruktur, mengingat murid dalam mode pembelajaran daring atau hybrid rentan memiliki resiliensi yang lebih rendah; layanan BK digital harus bermutasi dari sekadar komunikasi teks pasif menjadi program pengembangan diri berbasis siber yang interaktif dan partisipatif guna menjangkau komunitas murid secara inklusif. Kedua, integrasi layanan harus diwujudkan melalui formula Blended Guidance, sebuah strategi hibrida yang secara cerdas memanfaatkan platform digital untuk mengeskalasi dimensi aspiration goals individu yang sudah tinggi, guna menstimulasi dan memotivasi peningkatan social skills mereka yang masih rendah melalui intervensi kelompok secara tatap muka. Melalui integrasi ini, transformasi BK tidak hanya memperkuat resiliensi pada level individu, melainkan mengeskalasi resiliensi komunitas sekolah secara utuh dalam menghadapi tantangan global.

DAFTAR PUSTAKA

Area, M. y Adell, J. (2021). Tecnologías digitales y cambio educativo. Una aproximación crítica. REICE. Revista Iberoamericana Sobre Calidad, Efi Cacia y Cambio En Educación, 19(4), 83–96. https://doi.org/https://doi.org/10.15366/reice2021.19.4.005

Aripin, M. S. (2020). Hubungan antara Kesadaran Diri (Self Awareness) dengan Perencanaan Karier pada Siswa SMK Al Azhaar Tulungagung. Journal of Chemical Information and Modeling, 21(1), 1–9. https://doi.org/10.1016/j.tmaid.2020.101607%0A-https://doi.org/-10.1016/j.ijsu.2020.02.034%0Ahttps://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/cjag.12228%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.ssci.2020.104773%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.jinf.2020.04.011%0Ahttps://doi.o

Benard, B. (2004). Resiliency: What We Have Learned. WestEd.

Boston, M., Bernie, D., Brogden, L., Forster, A., Galbrun, L., Hepburn, L., Lawanson, T., & Morkel, J.

(2024). Community resilience : A multidisciplinary exploration for inclusive strategies and scalable solutions. Resilient Cities and Structures, 3(1), 114–130. https://doi.org/10.1016/j.rcns.2024.03.005

Chenxi, L. I., & Zhijiang, L. (2020). I 4Ch 。 Kumpfer I General Health Question- I R esilience Scale for Chi- nese Adolescent R SCA . Questionnaire SCSQ . I Core Self- evaluations Scale CSES I General Health Questionnaire R esilience Scale for Chinese Adolescent R SCA . e I4 . e I2 . e I3 . . 4–8.

Claudel, A., & Javier, A. (2024). Students ' Assertiveness and Empathy Social Skills and Gender at the University of Seville.

Damayanti, P., Hendriana, H., & Rosita, T. (2022). Bimbingan Kelompok Online Dengan Teknik Diskusi Untuk Keterampilan Sosial Rendah. FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan), 5(1), 1–8. https://doi.org/10.22460/fokus.v5i1.8518

Daniel, S. J. (2020). Education and the COVID-19 pandemic. In Prospects (Vol. 49, Issues 1–2, pp. 91–96). https://doi.org/10.1007/s11125-020-09464-3

Dewi, N. K., Ramli, M., & Radjah, C. L. (2021). Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik melalui Pendekatan Solution Focus Brief Counseling (SFBC). Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, 4(2), 243–254.

Elkordy, A., Iovinelli, J. (2021). Competencies, culture, and change: A model for digital transformation in K-12 educational contexts. In Digital Transformation of Learning Organizations. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-030-55878-9_12

Finklestein, M., Pagorek-Eshel, S., Laufer, A. (2022). Adolescents' individual resilience and its association with security threats, anxiety and family resilience. Journal of Family Studies. https://doi.org/https://doi.org/10.1080/13229400.2020.1778504

Fitriani, M. (2021). Gambaran Stres Akademik Siswa SMP Saat Pembelajaran Daring (Online) di Kota Padang. Socio Humanus, 3(1), 76–85.

García-Parra, M., Negre, F., Verger, S. (2021). Educational programs to build resilience in children, adolescent or youth with disease or disability: A systematic review. Education Sciences. https://doi.org/https://doi.org/10.3390/educsci11090464

Hafiva, W., Yusri, F., & Aprison, W. (2020). Efektivitas Pendekatan Ego Untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa di SMAN 2 Padang Panjang. ISLAMIC COUNSELING Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 4(2), 223. https://doi.org/10.29240/jbk.v4i2.1474

Id, P. A., Ganjeh, S. J., & Ghanbari, N. (2023). Self-efficacy and resilience as predictors of students ' academic motivation in online education. 1–12. https://doi.org/-10.1371/journal.-pone.-0285984

Idaman, A. R., Syahrina, I., & Dewinda, H. (2021). Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Kematangan Karir Siswa Kelas XI di SMK Negeri 2 Padang. Psyche 165 Journal, 21(1), 261–268. http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203

Kim, H., Molina, C.E., Watkinson, J.S., (...), Li, D. (2024). Kim, H., Molina, C.E., Watkinson, J.S., (...), Li, D. Journal of Counseling and Development. https://doi.org/https://-doi.org/10.1002/-jcad.12507

Kothari, B. H., Godlewski, B., Lipscomb, S. T., & Jaramillo, J. (2021). Educational Resilience among Youth in Foster Care. Psychology in the Schools, 58(5), 913–934. https://doi.org/-10.1002/pits.22478

Llistosella, M., Castellví, P., García-ortiz, M., López-hita, G., Torné, C., Ortiz, R., Guallart, E., Uña-solbas, E., & Martín-sánchez, J. C. (2024). Effectiveness of a resilience school-based intervention in adolescents at risk : a cluster-randomized controlled trial. October, 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1478424

Mahpud, E., Hidayat, W., & Irmayanti, R. (2021). Teknik Diskusi Berbantuan Aplikasi Zoom Meeting Terhadap Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI SMK. FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan), 4(6), 431–437.

Martin, A. J. (2013). Academic Buoyancy and Academic Resilience: Exploring "Everyday" and

"Classic" Resilience in The Face of Academic Adversity. School Psychology International, 34(5), 488–500. https://doi.org/10.1177/0143034312472759
Mckinney, W. (2010). Data Structures for Statistical Computing in Python. 1(Scipy), 56–61.
Nicoll, W. G. (2014). Developing Transformative Schools: A Resilience-Focused Paradigm for Education. International Journal of Emotional Education, 6(1), 47–65.
Parrott, E., Bernardino, A., Lomeli-rodriguez, M., Burgess, R., Rahman, A., Direzkia, Y., & Joffe, H. (2024). Community Resilience after Disasters : Exploring Teacher, Caregiver and Student Conceptualisations in Indonesia. Sustainability (Switzerland). https://doi.org/Sustainability (Switzerland). https://doi.org/10.3390/su16010073
Pasaribu, A. I., Ritonga, M. N., & Lubis, R. (2021). Analisis Hasil Pembelajaran Matematika Secara Online Selama Masa Pandemi Covid-19 Bagi Siswa SMK Se Kecamatan Sosorgadong. JURNALMathEdu (Mathematic Education Journal), 4(1), 126–132.
Permatasari, N., Rahmatillah Ashari, F., & Ismail, N. (2021). Contribution of Perceived Social Support (Peer, Family, and Teacher) to Academic Resilience during COVID-19. Golden Ratio of Social Science and Education, 1(1), 01–12. https://doi.org/10.52970/grsse.v1i1.94
Pratiwi, K. U. S. (2022). Pengaruh Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Expressive Writing Untuk Meningkatkan Empati Pada Siswa Di Kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan Tahun Ajaran 2021/2022. Ability: Journal of Education and Social Analysis, 3(3), 116‑131.
Rutter, M. (2012). Resilience as A Dynamic Concept. Development and Psychopathology, 24(2), 335–344. https://doi.org/10.1017/S0954579412000028
Saputra, H. & O. (2021). Problematika Proses Pembelajaran Daring dalam Mata Pelajaran Sejarah di SMA Pembangunan Padang. 3(1), 88–95.
Scholkmann, A., Olsen, D. S., Wollscheid, S., Scholkmann, A., Olsen, D. S., Wollscheid, S., Scholkmann, A., & Olsen, D. S. (2024). Perspectives on disruptive change in higher education . A critical review of digital transformation during COVID-19 critical review of digital transformation during COVID-19. Higher Education Research & Development, 43(6), 1355–1369. https://doi.org/10.1080/07294360.2024.2325140
Septilawati, M. (2021). Teknik Solution Focus Brief Counseling (Sfbc) Untuk Mengurangi Stres Akademik Siswa Kelas X Smk Smti Padang. JIRA: Jurnal Inovasi Dan Riset Akademik, 2(4), 430–436. https://doi.org/10.47387/jira.v2i4.108
Suriastini, W., & Sikoki, B. L. (2020). Gangguan kesehatan mental meningkat tajam: Sebuah panggilan meluaskan layanan kesehatan jiwa. SurveyMETER, 20(2), 4.
Thibodeaux, J. (2021). Conceptualizing multilevel research designs of resilience. July 2020, 1–18. https://doi.org/10.1002/jcop.22598
Ungar, M., Theron, L., Murphy, K., Jefferies, P., & Golden, K. J. (2021). Researching Multisystemic Resilience : A Sample Methodology. 11(January), 1–18. https://doi.org/10.3389/-fpsyg.2020.607994
Vandrevala, T., Morrow, E., Coates, T., Boulton, R., Crawshaw, A. F., Dwyer, E. O., & Heitmeyer, C. (2024). Strengthening the relationship between community resilience and health emergency communication : a systematic review. BMC Global and Public Health. https://doi.org/10.1186/s44263-024-00112-y
Virtanen, P., Gommers, R., Oliphant, T. E., Haberland, M., Reddy, T., Walt, S. J. Van Der, Brett, M., Wilson, J., & Millman, K. J. (2020). Computing in Python. 17(March). https://doi.org/10.1038/s41592-019-0686-2
Waxman, H. C., Gray, J. P., & Padron, Y. N. (2017). Educational Resilience Permalink. Journal of Disaster, 3, 167–183.
Weinert, F. E., Corte, E. De, Defense, N., Act, E., Rapids, G., & City, N. Y. (1965). Educational (School) Counseling: United States (Issue d). University of North Carolina, Chapel Hill, North Carolina, USA.
Wu, G., Feder, A., Cohen, H., Kim, J. J., Calderon, S., Charney, D. S., & Mathé, A. A. (2013). Understanding Resilience. Frontiers in Behavioral Neuroscience, 7(JANUARY 2013), 1–15. https://doi.org/10.3389/fnbeh.2013.00010

Yoon, S., Howell, K., Dillard, R., Shockley McCarthy, K., Rae Napier, T., & Pei, F. (2021). Resilience Following Child Maltreatment: Definitional Considerations and Developmental Variations. Trauma, Violence, and Abuse, 22(3), 541–559. https://doi.org/10.1177/1524838019869094

Yost, B. L. (2005). Resiliency: What We Have Learned. Children, Youth and Environments, 15(1), 432–438. https://doi.org/10.7721/chilyoutenvi.15.1.0432

Zhuang, J., Chaskin, R., Wu, Q., (...), Fu, L. (2025). Academic resilience of Chinese rural left-behind adolescents: a multisystemic perspective. In Children and Youth Services Review. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2025.108486

BIODATA PENULIS KORESPONDEN



- **Nama Lengkap & Gelar** : Dr. Frischa Meivilona Yendi, S.Pd., M.Pd., Kons.
- **Institusi Asal** : Universitas Negeri Padang
- **Fakultas / Departemen** : Fakultas Ilmu Pendidikan / Bimbingan dan Konseling
- **Alamat Email Resmi** : frischa@fip.unp.ac.id
- **Nomor HP / WhatsApp** : 085266279821

- **Pengalaman Profesional & Akademik (Ringkas):**
- **Dosen Tetap** pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, sejak tahun 2015 hingga sekarang.
- **Anggota Aktif** Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) Wilayah Sumatera Barat.
- **Peneliti & Praktisi BK** yang aktif mempublikasikan artikel ilmiah dengan fokus kepakaran pada ranah *Psikologi Perkembangan Remaja, Resiliensi Akademik, serta Inovasi Teknologi Layanan Bimbingan dan Konseling*
- **Anggota Aktif** Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) Wilayah Sumatera Barat.
- **Peneliti & Praktisi BK** yang aktif mempublikasikan artikel ilmiah dengan fokus kepakaran pada ranah *Psikologi Perkembangan Remaja, Resiliensi Akademik, serta Inovasi Teknologi Layanan Bimbingan dan Konseling*