

## EFEKTIVITAS BIMBINGAN KLASIKAL BERBASIS *CINEMA THERAPY* DALAM MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK SISWA KELAS IX C MTS BUSTANUL ULUM PANTI TAHUN PELAJARAN 2023

<sup>1</sup>Ela Fatimah, <sup>2</sup>Fakhruddin Mutakin, <sup>3</sup>Arifin Nur Budiono  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Jember  
[elafatimah802@gmail.com](mailto:elafatimah802@gmail.com)

---

**Abstract:** *Academic resilience is the ability possessed by students to maintain academics at school. Resilient students are able to survive and recover from all the circumstances they are experiencing. Based on data obtained through observations and interviews with guidance and counseling teachers and also several teachers in other fields of study, it was found that there were classes that had low academic resilience. Research on the Effectiveness of Classical Tutoring Based on Cinema therapy in Increasing the Academic Resilience of Class IX C MTs Bustanul Ulum Panti Academic Year 2023 with 26 students studied as respondents selected using a purposive sampling technique (with certain criteria), namely 1) Registered as students class IX MTs Bustanul Ulum Panti academic year 2023; and 2) identified as a class with students who have low academic resilience based on measurements using the academic resilience scale. The type of research used in this research is experimental research with a pre-experimental design (the one group pre-test post test design). The data collection method used was a questionnaire about academic resilience. Data analysis uses the t test formula with the help of SPSS. The results of the t test using SPSS tools state that the calculated value of one-sided-p is 0.001 and two-sided-p is 0.002. With these results, Ha is accepted and H0 is rejected. So it can be concluded that these results show that there is a significant difference between the pre-test and post-test using cinema therapy techniques to increase students' academic resilience.*

**Keywords:** *Classical Guidance, Cinema therapy Techniques, Academic Resilience*

Abstrak: Resiliensi akademik adalah kemampuan yang dimiliki oleh siswa untuk mempertahankan akademik di sekolah. Siswa yang resilien mampu bertahan dan mampu bangkit dari segala keadaan yang sedang ia alami. Berdasarkan pada data yang didapatkan melalui observasi dan wawancara kepada guru BK dan juga beberapa guru bidang studi lain, maka di dapat terdapat kelas yang memiliki resiliensi akademik yang rendah. Penelitian tentang Efektivitas Bimbingan Klasikal Berbasis *Cinema therapy* Dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Siswa Kelas IX C MTs Bustanul Ulum Panti Tahun Pelajaran 2023 dengan responden yang diteliti sebanyak 26 siswa yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* (dengan kriteria-kriteria tertentu), yaitu 1) Tercatat sebagai siswa kelas IX MTs Bustanul Ulum Panti tahun pelajaran 2023; dan 2) teridentifikasi sebagai kelas dengan siswa yang memiliki resiliensi akademik yang rendah berdasarkan pengukuran dengan skala resiliensi akademik. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian eksperimen dengan desain *pre-experimen (the one grup pre-test post test design)*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan kuesioner (angket) tentang resiliensi akademik. Analisis data menggunakan rumus uji t dengan bantuan SPSS. Hasil dari uji t dengan alat bantu SPSS menyatakan bahwa, perhitungan nilai dari *one sided-p* sebesar 0,001 dan *two sided-p* sebesar 0,002. Dengan hasil tersebut maka Ha diterima dan Ho ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan hasil tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan antara *pre test* dan *post test* dengan menggunakan teknik *cinema therapy* untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa.

**Kata kunci:** *: Bimbingan Klasikal, Teknik Cinema therapy, Resiliensi Akademik*

## PENDAHULUAN

Salah satu fase perkembangan manusia adalah masa remaja. Masa remaja merupakan masa yang berarti bagi setiap individu, sehingga masa remaja merupakan masa persiapan setiap individu untuk mencari tahu tentang banyak hal. Masa remaja adalah masa yang paling tepat menggali banyak wawasan salah satunya dalam hal prestasi akademik peserta didik. Untuk meningkatkan prestasi akademik, setiap peserta memerlukan penguatan dan pertahanan diri yang kuat agar memiliki semangat dan kesungguhan belajar, sehingga mendapatkan hasil belajar yang optimal.

Kemampuan atau ketahanan yang dimiliki oleh individu, kelompok ataupun masyarakat dalam menghadapi berbagai permasalahan baik dalam kehidupan sehari-hari disebut sebagai resiliensi. Salah satu faktor penting yang mempengaruhi hasil belajar siswa di sekolah adalah kemampuan ketahanan dirinya dalam menghadapi suatu hal (resiliensi). Menurut Desmita (dalam Mega : 2016) menyatakan resiliensi adalah kemampuan seseorang dalam proses mengatasi gangguan berupa tekanan ataupun peristiwa yang menantang dalam kehidupan yang dialaminya dengan cara menambahkan perlindungan dan kemampuan untuk kembali pada kondisi sebelum terjadinya peristiwa tersebut. Selaras dengan itu, Oleh sebab itu, pentingnya peka terhadap resiliensi peserta didik, terutama resiliensi akademik.

Guru merupakan pekerjaan yang mulia dengan tugasnya mendidik dan mengajar peserta didik. Mendidik dan mengajar mempunyai definisi yang berbeda tentunya. Mendidik merupakan proses menanamkan nilai karakter terhadap peserta didik, sedangkan mengajar adalah proses yang terjadi untuk menyampaikan materi pembelajaran agar tercapai dengan baik dan optimal, begitu pula sama halnya dengan guru BK. Guru bimbingan dan konseling datang sebagai sosok penolong siswa yang memiliki permasalahan-permasalahan dalam belajar. Salah satu upaya yang bisa di berikan oleh guru BK atau konselor kepada peserta didik di sekolah adalah dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling.

Layanan BK adalah sarana yang dilakukan oleh konselor atau guru BK dalam mengatasi kesulitan-kesulitan yang dialami oleh peserta didik dalam belajar. Dengan adanya layanan, peserta didik bisa melakukan sharing atau bercerita tentang masalah yang sedang dihadapinya kepada guru BK di sekolah. Karena memang itulah salah satu peran penting guru BK atau konselor untuk peserta didik.

Beberapa layanan dalam bimbingan konseling memiliki prosedur yang berbeda. Meskipun memiliki prosedur pelaksanaan yang berbeda, pada dasarnya layanan bimbingan konseling memiliki tujuan yang sama, yaitu sebagai sarana pemecahan masalah untuk peserta didik di sekolah. Salah satu hal yang menjadi suksesnya proses belajar dilihat dari bagaimana seorang guru dalam mengelola kelas.

Sebagaimana menurut Yanti (dalam Mutiaramses, dkk : 2021), menyatakan bahwa tugas utama guru adalah menciptakan di dalam kelas agar terjadi interaksi belajar mengajar yang dapat memotivasi peserta didik untuk belajar dengan baik dan sungguh-sungguh.

Selaras dengan pernyataan diatas, peneliti memilih layanan bimbingan klasikal sebagai sarana bimbingan konseling dalam penelitian kepada peserta didik. Layanan bimbingan klasikal adalah kegiatan memberikan pembelajaran kepada peserta didik dengan materi yang berkaitan dengan bimbingan konseling. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Makhriyah dan Nurhoyo (dalam Umi Masrokhah: 2017) mengemukakan bimbingan klasikal adalah suatu layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa oleh guru BK atau konselor kepada sejumlah siswa dalam satuan kelas yang dilaksanakan di dalam kelas.

Dari beberapa layanan yang ada di bimbingan konseling, bimbingan klasikal adalah layanan yang mengikutsertakan banyak siswa untuk ikut serta dalam pembelajaran di dalam ruang kelas. Dalam layanan klasikal, guru BK diberikan kebebasan dalam menggunakan metode atau cara mengajar yang bisa menarik perhatian peserta didik. Ada banyak metode yang bisa di implementasikan dalam proses pembelajaran dalam kelas, yakni salah satunya adalah dengan menggunakan metode *Cinema therapy* atau Terapi Film.

*Cinema therapy* merupakan metode inovatif dari bimbingan dan konseling yang

merupakan pemanfatannya dari teknologi. Pengaplikasian metode *cinema therapy* ini menggunakan film sebagai sarana media pembelajaran dan komunikasi siswa. Bimbingan klasikal dengan teknik *Cinema therapy* dapat menjadi salah satu alternatif dalam upaya memberikan semangat kepada peserta didik dalam proses belajar di kelas. Selain itu, *cinema therapy* juga merupakan teknik yang sangat menarik untuk di aplikasikan dalam pembelajaran.

Hal yang menjadi penghambat peserta didik dalam memahami pelajaran di sekolah yaitu rasa bosan, yang disebabkan oleh pembelajaran yang sangat monoton atau terlalu berfokus pada teknik pembelajaran dalam konteks penjelasan yang membosankan, menulis, dan tugas yang dilakukan secara terus-menerus. Hal tersebut yang menjadi salah satu faktor yang menyebabkan resiliensi akademik peserta didik menurun. Masih banyak dampak lain yang akan di timbulkan dari peserta didik, seperti rasa malas mengerjakan tugas, menjadi sangat pasif dalam proses pembelajaran, kurangnya konsentrasi dalam pembelajaran, banyak siswa yang sering keluar, dan lain-lain. Seperti halnya yang terjadi pada siswa di MTs Bustanul Ulum Panti ditemukan ada beberapa peserta didik yang memiliki resiliensi akademik yang rendah, terutama di kelas IX. Dari hasil wawancara kepada guru BK di MTs Bustanul Ulum Panti, salah satu faktor yang mempengaruhi rendahnya resiliensi peserta didik terutama resiliensi akademik, yakni karena adanya rasa bosan saat proses

pembelajaran berlangsung. Hal tersebut dikarenakan metode pembelajaran di kelas yang didapatkan selalu sama, yaitu kurangnya pembelajaran dari guru bidang studi yang bisa menarik semangat peserta didik.

Sehubungan dengan itu, peneliti juga melakukan beberapa kali observasi selama masa magang I, II dan III di MTs Bustanul Ulum Panti, terutama di kelas VIII yang saat ini telah naik di kelas IX. Peneliti melihat tingkah laku dari beberapa siswa yang menunjukkan resiliensinya rendah, terutama resiliensi akademik. Seperti contohnya masih mencontek pekerjaan temannya (padahal sudah punya buku LKS masing-masing), ketika disuruh mengisi angket tugas magang mahasiswa atau hal lain, masih banyak siswa yang belum mampu mengerjakannya sendiri atau hanya sekedar ikut-ikutan saja, masih banyak yang sering membuat keributan di kelas saat proses pembelajaran berlangsung, yang bisa mengganggu konsentrasi belajar teman-temannya yang lain. Selain itu, permasalahan mengenai keterlambatan peserta didik ketika berangkat ke sekolah. Sebenarnya ada beberapa faktor yang menyebabkan peserta didik terlambat untuk berangkat ke sekolah, salah satu faktor penyebabnya adalah kebanyakan peserta didik di MTs Bustanul Ulum Panti merupakan anak pondok pesantren. Terkadang ada beberapa siswa yang sering datang terlambat, ketika ditanya alasannya mereka menjawab dikarenakan full kegiatan pondok disore hari hingga malam, sekitar pukul 21.00 malam. Dan berlanjut pada dini hari, sekitar

pukul 03.00 pagi. Hal ini yang menyebabkan sebagian siswa sering merasa ngantuk karena capek kegiatan di pondok, ada yang disebabkan karena antri untuk mandi dan bus yang telat menjemput.

Selain beberapa fenomena yang ada diatas, salah satu hal yang melatar belakangi peneliti melakukan kegiatan penelitian di MTs Bustanul Ulum Panti ialah karena di sekolah belum tersedia dan terprogram mata pelajaran BK di jadwal mata, sehingga cukup minim pemberian materi BK termasuk pemberian layanan bimbingan dan konseling di MTs Bustanul Ulum Panti. Sedangkan pada kenyataannya, sebagian besar individu atau peserta didik di MTs Bustanul Ulum Panti masih kesulitan dalam mengatasi permasalahan yang dihadapinya, terutama dalam resiliensi akademik. Untuk itu, perlunya setiap guru yang ada di lembaga termasuk guru BK harus selalu mengupayakan dalam membangkitkan dan membangun resiliensi terkhusus resiliensi akademik dalam diri siswa, agar mereka memperoleh hasil belajar secara optimal. Resiliensi bukanlah hal yang spektakuler, karena setiap individu pasti akan menghadapinya. Oleh sebab itu, peneliti disini ingin melakukan penelitian untuk membuktikan bahwasanya bimbingan klasikal berbasis *cinema therapy* sangat efektif untuk resiliensi peserta didik, tentunya untuk meningkatkan resiliensi peserta didik terutama dalam resiliensi akademik. Guru BK di MTs Bustanul Ulum juga memberikan support terhadap penelitian ini, karena masih sangat jarang peserta didik di

MTs Bustanul Ulum Panti menerima teknik pembelajaran *cinema therapy* yang terkonsep dalam bimbingan klasikal.

Selaras dengan penjelasan diatas, beberapa hal yang bisa membuat resiliensi akademik siswa menjadi rendah yaitu sebagai contoh seorang anak yang datang ke sekolah dalam keadaan kurang bersemangat atau ketahanan diri yang rendah itu dikarenakan adanya faktor yang mempengaruhinya seperti membantu pekerjaan orangtua dirumah sebelum berangkat ke sekolah. Ada banyak hal yang membuat setiap orang di dunia ini tidak punya pilihan lain dalam kehidupannya selain menjalani dan menerima keadaan tersebut. Anak yang resilen akan tetap semangat meskipun keadaan sekitarnya kurang mendukung atau menekan dirinya, tetapi tidak semua anak memiliki mental seperti itu karena pada dasarnya kemampuan seseorang dalam menghadapi permasalahan hidup berbeda-beda. Faktor atau penyebab kurangnya ketahanan diri datang dari dalam diri sendiri (faktor internal) dan juga dipengaruhi dari lingkungan sekitar atau dari luar (faktor eksternal). Maka dari itu, jika dirumah waktu seorang anak itu habis untuk membantu pekerjaan orang tuanya, lantas dimanakah tempat ia berbagi kebahagiaan jika bukan disekolah. Meskipun hal-hal kecil yang mampu membuat anak senang meskipun hanya dengan menonton sebuah film, jalan-jalan dan refreshing lain. Dengan adanya film pendidikan berjudul "Hichki", diharapkan mampu meningkatkan resiliensi bagi peserta didik, terutama untuk ketahanan dan kemampuan

siswa dalam menghadapi berbagai kesulitan di bidang akademik (resiliensi akademik).

## METODE

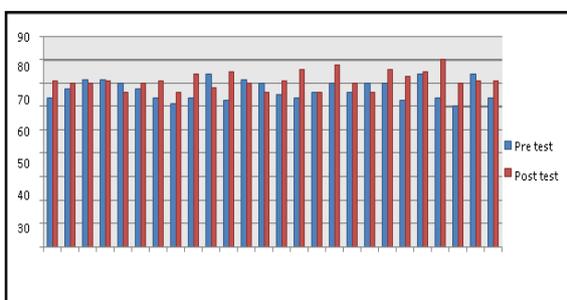
Adapun penelitian ini dirancang menggunakan metode pendekatan penelitian kuantitatif. Adapun jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah eksperimen dengan design *Pre- Experimental Designs (nondesigns)*, yaitu menggunakan model *One-Grup Pretest-Posttest Design*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas IX MTs Bustanul Ulum Panti yang berjumlah 108 siswa. Adapun pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yaitu 1) tercatat sebagai siswa kelas IX MTs Bustanul Ulum Panti tahun pelajaran 2023; dan 2) teridentifikasi sebagai kelas dengan siswa yang memiliki resiliensi akademik yang rendah berdasarkan pengukuran dengan skala resiliensi akademik sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 16 siswa perempuan dan 10 siswa laki-laki. Metode pengumpulan data pada penelitian ini yaitu menggunakan observasi, skala resiliensi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan uji-T dengan cara membandingkan hasil rerata pre- test dan post- test kelompok eksperimen dengan memakai metode statistik uji-t dengan rumus:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r\left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}}\right)\left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$$

## HASIL

Penelitian ini dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan, yaitu pertemuan pertama ini

dilaksanakan pada hari Sabtu, 29 Juli 2023 pukul 08.30 WIB – 09.25 WIB. Kegiatan ini dilaksanakan di ruang kelas IX C. Pertemuan ini dihadiri oleh seluruh siswa kelas IX C dengan jumlah 26 siswa yang merupakan sampel dalam penelitian. Selanjutnya pertemuan kedua ini dilaksanakan pada hari Selasa, 01 Agustus 2023 pukul 10.15 WIB – 13.30 WIB. Kegiatan ini dilaksanakan di ruang Laboratorium Komputer. Pertemuan ini dihadiri oleh seluruh siswa kelas IX C yang telah dipilih menjadi sampel dalam penelitian. Dan Pertemuan ketiga ini dilaksanakan pada hari Rabu, 02 Agustus 2023 pukul 07.15 WIB – 08.25 WIB. Kegiatan ini dilaksanakan di ruang kelas IX C. Pertemuan ini dihadiri seluruh siswa kelas IX C yang dipilih untuk menjadi sampel penelitian.



**Grafik 1. Hasil Pre test dan Pos test**

Berdasarkan Grafik diatas, rata-rata pengukuran resiliensi akademik siswa IX C sebelum diberikan perlakuan yaitu dengan nilai sedang. Pengukuran tersebut dilakukan melakukan angket resiliensi akademik dengan 20 item. Kelas IX C mengaku bahwasanya kelas mereka merupakan kelas yang memiliki resiliensi akademik yang rendah, dengan keadaan perilaku dan ucapan yang

menunjukkan resiliensi mereka rendah. Pengakuan tersebut diucapkan saat peneliti menjelaskan synopsis film yang akan ditayangkan.

Dari pengakuan tersebut, peneliti meminta kepada siswa untuk fokus dan berkonsentrasi saat film berlangsung. Selain fokus dan berkonsentrasi, peneliti juga menekankan rasa nyaman dan enjoy kepada siswa. Dengan begitu siswa lebih meresapi dan menghayati setiap scene yang ada dalam film. Dengan menonton film secara langsung memberikan pemahaman kepada siswa mengenai peran pemain film dan masalah-masalah yang dihadapi sehingga siswa mampu mengembangkan dirinya agar dapat memecahkan masalah sesuai dengan yang siswa saksikan pada film tersebut. Pada pertemuan ketiga saat membahas refleksi, siswa serentak mengungkapkan bahwa akan lebih menjaga sopan santun baik dari sikap maupun perkataan ketika di sekolah. Selain itu siswa mengungkapkan dengan lantang bahwa ketika ada masalah yang terjadi mereka berjanji akan berusaha semaksimal mungkin untuk terus maju meskipun pernah gagal dan terpuruk. Karena dikelas tersebut, ada dua orang siswa yang keluar dikarenakan masalah ekonomi keluarga, dan satu anak lagi tinggal kelas dikarenakan jarang masuk sekolah.

Mengingat dalam film terdapat banyak sekali contoh sikap yang bisa diambil dan diterapkan ketika ada masalah datang, dengan solusi yang efektif dan nyata seperti dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut bisa

membuat resiliensi siswa kelas IX C meningkat, terlihat saat film berlangsung atau saat mereka menonton, dan skor nilai yang diperoleh saat *post test* dilakukan.

Berdasarkan hasil uji t menggunakan alat bantu SPSS dapat diketahui bahwa nilai dari sig (*one sided p*) sebesar 0,001 dan (*two sided p*) 0,002. Jika nilai sig (*one sided p* dan *two sided p*) lebih besar atau signifikan > 0,05 maka H<sub>0</sub> diterima dan H<sub>a</sub> ditolak. Artinya adalah tidak ada pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen. Namun apabila nilai sig (*one sided p* dan *two sided p*) < 0,05 maka H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>a</sub> diterima. Karena nilai sig (*one sided p* dan *two sided p*) 0,001 dan 0,002 lebih kecil dari 0,05 maka dapat dinyatakan bahwa H<sub>a</sub> (hipotesis alternatif) diterima dan H<sub>0</sub> (hipotesis nol) ditolak. Artinya ada perbedaan antara rata-rata yang signifikan antara *pre test* dan *post test* dengan menggunakan teknik *cinema therapy*. Jadi, berdasarkan uji t *pre test* dan *post test* resiliensi akademik dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan klasikal berbasis *cinema therapy* efektif untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa kelas IX C di MTs Bustanul Ulum Panti.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan tentang efektivitas bimbingan klasikal berbasis *cinema therapy* untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa menunjukkan bahwa terjadinya peningkatan *pre test* dan *post test* pada skor pre-test jumlah skor siswa adalah 1.746 dengan rata-rata 67. Sedangkan skor pada skor post-test terjadi

peningkatan skor menjadi 1.851 dengan rata-rata 71.

Berdasarkan analisis data statistik di atas, dapat diketahui bahwa hipotesis alternatif (H<sub>a</sub>) diterima dan (H<sub>0</sub>) ditolak pada taraf signifikan 0,001 dan 0,002 dengan db atau df 25. Ini berarti bahwa Bimbingan klasikal berbasis *Cinema therapy* secara signifikan dapat meningkatkan resiliensi akademik siswa kelas IX C Madrasah Tsanawiyah Bustanul Ulum Panti Jember.

Data empirik ini didukung oleh teori dalam penelitian terdahulu oleh Lestari, dkk (2022) tentang “Pengaruh Biblio Konseling Dengan Teknik *Cinema therapy* Terhadap Peningkatan Resiliensi Diri Siswa” dengan hasil penelitian yaitu meningkatnya resiliensi siswa setelah diberikan treatment *cinema therapy*.

Hasil penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa Wantu dan Ade (2017) tentang “Pengaruh Bimbingan Klasikal Teknik *Cinema therapy* Terhadap Etika Pergaulan Siswa” dengan hasil penelitian yaitu terdapat pengaruh bimbingan klasikal teknik *cinema therapy* terhadap etika pergaulan siswa, selain itu telah di ujikan bahwasanya bimbingan klasikal adalah layanan yang sangat tepat jika dilakukan secara intensif, serta *cinema therapy* adalah upaya guru BK dalam meningkatkan pemahaman siswa terkait etika pergaulan. Selain itu, Mella Rahmadani (2020) dalam penelitiannya “Pengaruh Bimbingan Klasikal Dengan Teknik *Cinema therapy* Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri” dengan hasil

penelitian yaitu meningkatnya kepercayaan diri siswa setelah diberikan treatment *cinema therapy*.

Menurut Syamsu Yusuf, dalam Arwendri, Dedet (2022) Bimbingan klasikal merupakan: Bimbingan klasikal merupakan salah satu strategi layanan dasar serta layanan peminatan dan perencanaan individual pada komponen program bimbingan dan konseling. Bimbingan klasikal diberikan kepada semua peserta didik/konseli dan bersifat pengembangan, pencegahan, dan pemeliharaan.

Menurut Fuad Nashori (2021: 11) menyatakan dalam bukunya bahwa secara etimologis resiliensi diadaptasi dari kata *resilience* yang berarti daya lenting atau kemampuan untuk kembali dalam bentuk semula. Resiliensi adalah proses adaptasi dalam menghadapi berbagai kesulitan, rasa trauma, tragedi atau kejadian yang membuat tidak nyaman, ancaman atau bahkan beberapa hal signifikan yang dapat membuat individu stress atau bahkan sampai depresi.

Menurut Cassidy (dalam Binus, 2018) terdapat 3 faktor resiliensi akademik yang menjadi dimensi dari alat ukur *The Academic Resilience Scale-30 (ARS-30)*, yaitu: 1) *Perseverance*. Faktor yang menampilkan kerja keras dan usaha untuk mencoba, pantang menyerah, menempel pada rencana dan tujuan, menerima dan memanfaatkan *feedback*, pemecahan masalah yang imajinatif dan mengatasi kesulitan dengan menganggap sebagai peluang untuk menghadapi tantangan. 2) *Reflecting and Adaptive Help Seeking*. Faktor

ini menampilkan tema termasuk merefleksikan kekuatan dan kelemahan, mengubah pendekatan untuk belajar, mencari bantuan, dukungan dan dorongan, pemantauan upaya, dan pencapaian serta pemberian rewards (hadiah) dan punishments (sanksi). 3) *Negative Affect and Emotional Response*. Karakteristik utama dari faktor ini adalah *anxiety* (kecemasan), *catastrophising*, menghindari respon emosi negatif, optimisme, dan *hopelessness* dan serupa untuk penerimaan dampak negatif, serta *meaningfulness* (keyakinan bahwa seseorang memiliki tujuan dalam hidup dan sesuatu untuk hidup).

Berdasarkan hal tersebut, maka seorang konselor tentu harus memiliki beberapa cara untuk meningkatkan untuk mengentaskan permasalahan tersebut. Salah satunya tentang rendahnya kemampuan untuk bangkit ketika sesuatu yang terjadi tidak berjalan sesuai dengan harapan, maka upaya yang dapat konselor lakukan dalam meningkatkan resiliensi akademik siswa dengan melakukan salah satu layanan BK, yaitu layanan bimbingan klasikal menggunakan teknik *cinema therapy*. Dengan demikian penelitian ini dapat dijadikan sebagai alternatif untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa dengan mempertimbangkan waktu, proses serta keefektifan dalam melaksanakan teknik ini.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan pada hasil *pre test* dan *post test* siswa dengan uji t menggunakan bantuan SPSS dapat

disimpulkan bahwa Bimbingan klasikal berbasis *Cinema therapy* secara signifikan dapat meningkatkan resiliensi akademik siswa kelas IX C Madrasah Tsanawiyah Bustanul Ulum Panti Jember dengan tahun pelajaran 2023.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Arwendri, Dedet (2022) Pengaruh Bimbingan Klasikal Terhadap Pemahaman Siswa Tentang Bahaya Perkelahian Massal (Tawuran) Di Kelas XI TKR SMK N 1 Bataputih. *Skripsi*. Sumatera Barat : IAIN Batusangkar.
- Binus. (2018). Resiliensi Akademik. Retrieved <https://library.binus.ac.id>
- Lestari, dkk. (2021) Pengaruh Biblio Konseling Dengan Teknik Cinematherapy Terhadap Peningkatan Resiliensi Diri Siswa Di SMPN 2 Tanjung Emas Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*. Retrieved from <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5258>
- Masrokhah, Umi (2017) Efektivitas Layanan Bimbingan Klasikal Menggunakan Teknik Sosiodrama Dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa (Studi Pra Eksperimen Pada Siswa/i Kelas VII SMP Taman Dewasa Jetis Yogyakarta, Tahun Ajaran 2016/2017. *Skripsi*. Yogyakarta : Universitas Sanata Dharma.
- Mega, Alvionita Valentina. (2016) Resiliensi Siswa SMA Negeri 1 Wuryantoro (Studi Deskriptif pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Wuryantoro Tahun Ajaran 2015-2016 dan Implikasinya Terhadap Usulan Topik-Topik Bimbingan Pribadi-Sosial). *Skripsi*. Yogyakarta : Universitas Sanata Dharma.
- Mutiaramses, dkk. (2021). Peran Guru Dalam Pengolaan Kelas Terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*. Retrieved from <https://doi.org/10.23969/jp.v6i1.4050>
- Nashori, Fuad. (2021). *Psikologi Resiliensi*. Sleman : Universitas Sebelas Maret.
- Rahmadani, Mella (2020). Pengaruh Bimbingan Klasikal Dengan Teknik *Cinema therapy* Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri. *Publikasi IAIN Batusangkar*. Retrieved from <https://ecampus.iainbatusangkar.ac.id/h/batusangkar/CgI6i1BsvXoDIQY8vbQySa58cOhO.pdf>
- Wantu, Tuti & Ade, A.M. (2017). *Pengaruh Bimbingan Klasikal Teknik Cinema Therapy Terhadap Etika Pergaulan Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 2 Kota Gorontalo*. Dipresentasikan di Nasional Revitalisasi Laboratorium Dan Jurnal Ilmiah Dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan Dan Konseling Berbasis KKNI, 4-6 Agustus (Hal 273-281).