

ABSTRAK

Yogantara, I Wayan Gede (2025), *Pengaruh Penerapan Model Strength-Based Counseling Terhadap Peningkatan Tingkat Resiliensi Siswa di SMA Negeri 1 Bebandem*. Skripsi, Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha.

Skripsi ini sudah disetujui dan diperiksa oleh Pembimbing I: Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons dan Pembimbing II: Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S.Psi., M.A., M.Psi., Psikolog.

Penelitian ini bertujuan untuk menelaah pengaruh penerapan model *Strength-Based Counseling* terhadap peningkatan resiliensi siswa di SMA Negeri 1 Bebandem. Resiliensi dipahami sebagai kemampuan penting yang membantu peserta didik dalam menghadapi tekanan serta tantangan secara konstruktif, sehingga berkontribusi pada keberhasilan akademik sekaligus perkembangan pribadi mereka. Metode yang digunakan adalah *quasi-eksperimen* dengan rancangan *Pretest-Posttest Control Group Design*. Subjek penelitian melibatkan 32 siswa kelas XI yang dipilih secara purposive karena memiliki tingkat resiliensi rendah. Subjek kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang mendapatkan layanan *Strength-Based Counseling* sebanyak tujuh kali pertemuan, serta kelompok kontrol yang tidak memperoleh perlakuan. Teknik analisis data mencakup analisis deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, *Paired Sample t-Test*, dan *Independent Sample t-Test*. Hasil penelitian memperlihatkan adanya peningkatan rata-rata skor resiliensi pada kelompok eksperimen, dari 111,88 menjadi 141,19 setelah mengikuti intervensi. Dari hasil tersebut, 15 siswa berpindah ke kategori resiliensi sedang, sementara 1 siswa masuk kategori tinggi. Uji *Paired Sample t-Test* menunjukkan perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen ($p < 0,05$). Selain itu, hasil *Independent Sample t-Test* juga mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan pada skor *posttest* antara kelompok eksperimen dan kontrol ($p < 0,05$). Temuan ini membuktikan bahwa model *Strength-Based Counseling* efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa. Dengan demikian, pendekatan ini dapat dijadikan salah satu strategi alternatif dalam layanan bimbingan konseling sekolah untuk membantu peserta didik memperkuat ketahanan diri dalam menghadapi tantangan baik di lingkungan pendidikan maupun kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: Bimbingan dan Konseling, resiliensi, *Strength-Based Counseling*.

ABSTRACT

Yogantara, I Wayan Gede (2025), The Effect of Implementing the Strength-Based Counseling Model on Increasing the Level of Student Resilience at SMA Negeri 1 Bebandem. Thesis, Guidance and Counseling, Faculty of Education, Ganesha University of Education.

This thesis has been approved and reviewed by Supervisor I: Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons and Supervisor II: Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S.Psi., M.A., M.Psi., Psychologist.

This study aims to examine the effect of the application of the Strength-Based Counseling model on improving student resilience at SMA Negeri 1 Bebandem. Resilience is understood as an important ability that helps students face pressure and challenges constructively, thus contributing to their academic success and personal development. The method used was a quasi-experimental design with a Pretest-Posttest Control Group Design. The research subjects involved 32 grade XI students who were selected purposively because they had low resilience levels. The subjects were then divided into two groups, namely the experimental group who received Strength-Based Counseling services for seven meetings, and the control group who received no treatment. Data analysis techniques included descriptive analysis, normality test, homogeneity test, Paired Sample t-Test, and Independent Sample t-Test. The results showed an increase in the average resilience score in the experimental group, from 111.88 to 141.19 after participating in the intervention. From these results, 15 students moved to the moderate resilience category, while 1 student entered the high resilience category. The Paired Sample t-Test showed a significant difference between pre- and post-treatment scores in the experimental group ($p < 0.05$). Furthermore, the Independent Sample t-Test also indicated a significant difference in post-test scores between the experimental and control groups ($p < 0.05$). These findings demonstrate that the Strength-Based Counseling model is effective in improving student resilience. Therefore, this approach can be used as an alternative strategy in school guidance and counseling services to help students strengthen their resilience in facing challenges both in the educational environment and in everyday life.

Keywords: Guidance and Counseling, resilience, Strength-Based Counseling.