

Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Strength Bombardment* dalam Meningkatkan Resiliensi Diri pada Mahasiswa yang Mengalami *Fatherless*

Adeliya Ramadhani¹,

Alfin Siregar²,

Ade Chita Putri Harahap³

^{1/2/3}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Jl. Williem

Iskandar Pasar V Medan Estate 20371

adeliaramadhani760@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik strength bombardment dalam meningkatkan resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami fatherless. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi experiment*, tepatnya *non-equivalent control group design*, yang melibatkan dua kelompok: kelompok eksperimen yang diberikan intervensi konseling kelompok dengan teknik strength bombardment dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Populasi tersebut merupakan keseluruhan mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam stambuk 2024 dengan jumlah 186 mahasiswa. Sampel penelitian terdiri dari 12 mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang memenuhi kriteria fatherless, yang dibagi secara purposive ke dalam dua kelompok tersebut. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala resiliensi diri yang dikembangkan oleh Daulay & Indriani (2024), dengan pengukuran dilakukan pada tahap pretest dan posttest. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon pada SPSS versi 22, dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, seluruh subjek pada kedua kelompok memiliki tingkat resiliensi diri yang rendah (100%). Setelah diberikan intervensi, kelompok eksperimen mengalami peningkatan signifikan, dengan 66,6% mahasiswa berada pada kategori resiliensi tinggi, 16,7% pada kategori sangat tinggi, dan 16,7% pada kategori sedang, sedangkan kelompok kontrol tetap berada pada kategori rendah tanpa perubahan. Berdasarkan hasil ditemukan nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,027 < 0,05$. nilai Penelitian ini mengungkapkan bahwa konseling kelompok dengan teknik strength bombardment efektif dalam meningkatkan resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami fatherless.

Kata Kunci: Strength Bombardment, Resiliensi Diri, Konseling Kelompok, Fatherless

ABSTRACT

This study aims to examine the effectiveness of group counseling using the strength bombardment technique in enhancing self-resilience among students who experience fatherlessness. The research employed a quantitative approach with a quasi-experimental design, specifically a non-equivalent control group design, involving two groups: an experimental group that received group counseling with the strength bombardment technique, and a control group that did not receive any treatment. The population consisted of all students from the Islamic Guidance and Counseling Education Study Program, class of 2024, totaling 186 students. The sample comprised 12 students from the same program who met the criteria for fatherlessness, and were purposively assigned to the two groups. The research instrument used was a self-resilience scale developed by Daulay & Indriani (2024), with measurements taken during the pretest and posttest stages. Data analysis was conducted using the Wilcoxon test in SPSS version 22, with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results indicated that before the intervention, all subjects in both groups had low levels of self-resilience (100%). After the intervention, the experimental group showed a significant increase, with 66.6% of students categorized as having high resilience, 16.7% in the very high category, and 16.7% in the moderate category, while the control group remained in the low category without any change. Based on the results, the Sig. (2-tailed) value was $0.027 < 0.05$. This study reveals that group counseling using the strength



bombardment technique is effective in enhancing self-resilience among students who experience fatherlessness.

Key Word: Strength Bombardment, Self Resilience, Group Counseling, Fatherless

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi seorang individu dalam membentuk karakter, kepribadian, serta ketahanan menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Salah satu unsur vital dalam sebuah keluarga adalah keberadaan figur ayah, yang tidak hanya berfungsi sebagai kepala rumah tangga, tetapi juga berperan dalam memberikan perlindungan, dukungan emosional, bimbingan moral, serta teladan dalam pembentukan kepercayaan diri dan resiliensi seorang anak. Sayangnya, perubahan struktur dan dinamika keluarga modern menyebabkan semakin seringnya fenomena *fatherless* (ketiadaan figur ayah), baik karena faktor kematian, perceraian, atau absennya peran ayah secara emosional dan psikologis, meskipun secara fisik masih hadir bersama keluarga.

Fenomena *fatherless* sudah menjadi isu yang familiar di kehidupan saat ini. Secara sederhana, *fatherless* dapat diartikan sebagai kondisi ketiadaan peran ayah dalam kehidupan seorang anak, baik secara fisik maupun emosional (Wijaya, 2022). Kondisi ini tidak hanya terbatas pada anak-anak yang ayahnya meninggal dunia atau berpisah karena perceraian, tetapi juga mencakup situasi di mana seorang ayah hadir secara fisik namun tidak terlibat aktif dalam pengasuhan dan perkembangan anak (Rahayu et al., 2024). Menurut Inniss (2013) ketiadaan peran ayah (*fatherless*) dimaknai sebagai adanya jarak baik secara fisik maupun emosional antara seorang ayah dan anaknya. Fenomena *fatherless* ini juga didukung berdasarkan data dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF) pada tahun 2021 yang menyatakan bahwa sekitar 20,9% anak-anak di Indonesia tumbuh tanpa kehadiran sosok ayah. Di sisi lain, data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) menunjukkan bahwa jumlah anak usia dini di Indonesia mencapai 30,83 juta jiwa. Berdasarkan jumlah tersebut, sekitar 2,67% atau sekitar 826.875 anak usia dini tidak tinggal bersama kedua orang tua kandung mereka. Selain itu, 7,04% atau sekitar 2.170.702 anak usia dini hanya tinggal bersama ibu kandung. Oleh karena itu, dari total 30,83 juta anak usia dini di Indonesia, sekitar 2.999.577 anak kehilangan sosok ayah atau tidak tinggal bersama ayahnya (Lubis, 2023). Data berikut merupakan angka yang signifikan, belum termasuk anak-anak yang tidak menerima perhatian, kasih sayang, dan cinta dari ayah, meskipun ayah mereka hadir secara fisik. Tidak hanya itu saja, berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa kasus perceraian di Indonesia sangat meningkat. Sebanyak 463.654 kasus perceraian yang terjadi di tahun 2024 ini (Statistik, 2024). Hal ini, menjadi salah satu penyebab utama hilangnya figur ayah dalam kehidupan anak. Kondisi ini diperparah oleh budaya patriarki yang menempatkan ayah sebagai pencari nafkah saja, serta pergaulan bebas yang mengakibatkan ketidakstabilan hubungan orang tua dan absennya komitmen ayah (Michigan, 2021).

Tidak dapat dipungkiri, ketiadaan peran ayah berdampak luas terhadap perkembangan anak dan remaja, khususnya dalam pembentukan aspek psikologis seperti kontrol emosi, adaptasi sosial, dan ketangguhan dalam menghadapi stres dan tekanan hidup (Rachmawati & Rahmasari, 2024). Anak remaja yang mengalami *fatherless* cenderung menunjukkan resiliensi yang rendah, kesulitan dalam mengelola emosi, mengalami kecemasan yang berlebihan, rendah diri, kerap kali sulit menjalin hubungan interpersonal, hingga lebih beresiko mengalami depresi dan gangguan psikologis lainnya (Yuliana et al., 2023). Hal ini semakin nyata terlihat di kalangan mahasiswa, di mana tuntutan akademik bersamaan dengan tekanan peralihan ke masa



dewasa menuntut tingkat resiliensi yang lebih besar. Penelitian-penelitian sebelumnya pun telah menegaskan bahwa semakin rendah seorang ayah terlibat dalam kehidupan anak, maka semakin rendah pula tingkat resiliensi diri seorang mahasiswa (Indriyani, 2023).

Resiliensi atau kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari tekanan atau kegagalan hidup, merupakan modal penting yang harus dimiliki mahasiswa. Resiliensi tidak hanya berperan sebagai pelindung dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial, tetapi juga menjadi fondasi keberhasilan dalam kehidupan individu di masa depan (Nashori & Saputro, 2021). Mahasiswa yang mengalami *fatherless* sering kali menghadapi tantangan ganda, di mana mereka tidak hanya harus mengatasi tekanan akademik dan sosial, tetapi juga mengelola beban psikologis akibat ketiadaan figur dan dukungan seorang ayah.

Kenyataannya, banyak mahasiswa yang mengalami *fatherless* gagal dalam membangun resiliensi diri yang kuat. Hal ini didukung berdasarkan hasil pra penelitian dan wawancara yang menunjukkan bahwa, mahasiswa yang mengalami *fatherless* cenderung memiliki *self esteem* yang rendah, kesulitan dalam mengambil keputusan, sering mengalami *overthinking* terhadap masa depan, pesimis dalam menghadapi masalah dan merasa iri dengan teman-teman lainnya karena minim mendapatkan peran serta perhatian dari ayahnya disaat memasuki fase dewasa. Padahal, dalam situasi ideal, mahasiswa tetap diharapkan mampu mengembangkan resiliensi diri mereka secara mandiri guna menghadapi dinamika kehidupan kampus dan persaingan di masa depan.

Berdasarkan pernyataan di atas, mengindikasikan bahwa sangat penting bagi seorang mahasiswa untuk memiliki resiliensi diri yang baik. Hal ini berguna untuk membantu mahasiswa untuk dapat bangkit dan bertahan dalam berbagai permasalahan meskipun berada pada kondisi yang tertekan. Maka dari itu permasalahan mengenai resiliensi diri mahasiswa yang rendah dapat dibantu melalui penerapan layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang membantu untuk memberikan intervensi penyelesaian masalah dengan memanfaatkan dinamika kelompok (Yandri et al., 2022). Pemberian layanan konseling kelompok guna meningkatkan resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless* dapat dilakukan dengan salah satu teknik, yaitu teknik *strength bombardment*, yaitu dengan memberikan afirmasi positif terhadap kekuatan dan potensi setiap anggota kelompok (Putri & Nurjannah, 2024). teknik *strength bombardment* ini merupakan bantuan yang diberikan kepada klien yang mengalami ketidak-yakinan terhadap dirinya sendiri dalam menghadapi permasalahan hidup dengan cara memberikan penguatan (afirmasi diri) melalui hubungan yang tulus dan perhatian yang membuat klien merasa bahwa dirinya berharga (Juliza, 2022). Teknik ini terbukti mampu membantu individu membangun citra diri yang lebih positif, menumbuhkan kepercayaan diri dan meningkatkan ketahanan psikologis (Zebua et al., 2023). Individu yang dapat menginternalisasi penguatan dan mengubah pandangan terhadap dirinya sendiri menjadi lebih positif diharapkan dapat menjadi pondasi kekuatan dalam menghadapi berbagai masalah dan situasi yang sedang dihadapi, maupun yang mungkin akan dihadapi di masa depan (Erford, 2017). Dengan demikian, teknik *strength bombardment* dapat diterapkan melalui layanan konseling kelompok untuk membantu dalam mendengar kekuatan dari anggota kelompok.

Pada konteks mahasiswa yang mengalami *fatherless*, *strength bombardment* menjadi salah satu teknik yang tepat dalam membantu mereka guna mengenali dan memanfaatkan potensi diri, mengubah pola pikir yang negatif menjadi lebih positif, serta membantu individu untuk membangun kemampuan dalam menghadapi tantangan hidup dengan lebih percaya diri. Adanya pemaparan latar belakang masalah dalam penelitian ini, peneliti ingin meneliti tentang



“Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Strength Bombardment dalam Meningkatkan Resiliensi Diri Pada Mahasiswa yang Mengalami *Fatherless*”. Adapun tujuan dalam penelitian ini yaitu (1) menjelaskan kondisi resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless* sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan teknik *strength bombardment*, dan (2) menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik *strength bombardment* dalam meningkatkan resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless*.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif untuk mengumpulkan, menggunakan instrumen penelitian, analisis dan sifat kuantitatif melalui statistik guna adanya pencapaian tujuan dalam menguji hipotesis yang ditetapkan (Sugiyono, 2011). Adapun jenis penelitian yang digunakan *quasi experiment design*. jenis penelitian ini memiliki kelompok kontrol, namun tidak dapat berfungsi sepenuhnya dalam mengontrol variabel yang mungkin memiliki pengaruh dalam pelaksanaan eksperimen (Abdullah et al., 2022). *Quasi Experiment design* yang digunakan dalam penelitian ini iadalah *non-equivalent control group design*. Jenis desain penelitian ini menggunakan subjek penelitian yang tidak dipilih secara random untuk dilibatkan dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Abdullah et al., 2022). Dapat diartikan bahwa dalam menentukan subjek penelitian dalam kelompok kontrol dan kelompok eksperimen ditetapkan kriteria tertentu. Penelitian ini melibatkan dua kelompok, yakni kelompok eksperimen yang nantinya akan diberikan perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik *strength bombardment* dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan atau tetap menggunakan metode standar. Pengukuran dilakukan pada dua tahap, yakni sebelum perlakuan (*pretest*) untuk mengetahui kondisi awal masing-masing kelompok, dan setelah perlakuan (*posttest*) untuk mengukur dampak intervensi yang diberikan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) stambuk 2024 yang berjumlah 186 orang. Dari jumlah tersebut, peneliti menetapkan sebanyak 127 mahasiswa sebagai sampel penelitian. Fokus pengambilan sampel menggunakan tahapan *purposive sampling* yang ditujukan kepada mahasiswa yang mengalami kondisi *fatherless*, yaitu mahasiswa yang mengalami kehilangan sosok ayah secara fisik maupun psikologis. Selanjutnya, dari sampel yang memenuhi kriteria tersebut, dibentuk dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen terdiri dari 6 mahasiswa yang akan diberikan intervensi berupa layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *strength bombardment*. Adapun kelompok kontrol terdiri dari 6 mahasiswa lainnya yang tidak diberikan intervensi apapun. Pembagian ini bertujuan untuk mengukur efektivitas intervensi dalam meningkatkan resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami kondisi *fatherless*.

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian yaitu skala resiliensi diri yang dikembangkan oleh Daulay & Indriani (2024), yang memailiki beberapa indikator dalam penelitian yaitu: kompetensi pribadi, standar tinggi dan keuletan, kepercayaan pada insting, penerimaan positif, kemampuan mengontrol diri dan pengaruh spiritual.

Prosedur ini melewati 3 tahapan yaitu tahap persiapan yang dimulai dengan melakukan observasi awal, lalu masuk kepada tahap pelaksanaan eksperimen dengan memberikan skala *pre test* kepada seluruh populasi dan memilih mahasiswa yang memenuhi kriteria untuk dijadikan kelompok eksperimen dan kontrol, pelaksanaan eksperimen kepada kelompok eksperimen dilakukan sebanyak 4 kali kepada 6 orang mahasiswa dengan kondisi resiliensi yang berada pada kategori rendah, lalu memberikan *post-test* pada kelompok eksperimen dan



kelompok kontrol untuk mencari beda *mean* antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Penelitian ini melewati proses analisis dari hasil analisis data statistik non parametrik yang melewati uji *Wilcoxon* pada SPSS versi 22. Hal ini memiliki tujuan guna menjawab asumsi dari hipotesis dalam penelitian yang membahas tentang efektif atau tidak efektif konseling kelompok dengan teknik *strength bombardment* dalam meningkatkan resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik *strength bombardment* dalam meningkatkan resiliensi diri mahasiswa yang mengalami *fatherless* di Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam UIN Sumatera Utara. Penelitian ini menggunakan desain *Non-Equivalent Control Group Design* dengan dua kelompok yakni kelompok eksperimen ($n=6$) yang menerima intervensi, dan kelompok kontrol ($n=6$) yang tidak menerima intervensi.

Penelitian ini memiliki hasil penelitian dari skala resiliensi diri yang diberikan kepada 6 orang mahasiswa yang berada pada kelompok eksperimen dan 6 orang mahasiswa lainnya pada kelompok kontrol yang memiliki kondisi resiliensi diri dalam kategori rendah. Hasil penelitian dapat mengungkapkan kondisi resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless* sebelum dan sesudah diberikan *treatment* dari konseling kelompok dengan teknik *strength bombardment*, dan menjelaskan perbedaan kondisi resiliensi diri mahasiswa yang mengalami *fatherless* sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) dilakukan *treatment*. Adapun hasil dari *pretest* resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless* sebelum diberikan *treatment* yaitu:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi dan Persentase Pretest Kelompok Eksperimen

Interval	Kategori	<i>Pretest</i>	
		F	%
106 - 125	Sangat Tinggi	0	0
86 - 105	Tinggi	0	0
66 - 85	Sedang	0	0
46 - 65	Rendah	6	100%
25 - 45	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		6	100

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa mahasiswa yang mengalami *fatherless* dalam kelompok eksperimen 100% berada pada kondisi resiliensi diri yang tergolong rendah, dengan skor pada rentang 46–65. Tidak ada satu pun peserta yang termasuk dalam kategori sangat rendah, sedang, tinggi, maupun sangat tinggi. Lebih lanjut, jika ditinjau berdasarkan aspek-aspek pembentuk resiliensi, diketahui bahwa proporsi rendahnya resiliensi tersebar pada lima aspek utama. Sebesar 47,61% mahasiswa menunjukkan kelemahan pada aspek kompetensi pribadi, 46% pada aspek kepercayaan terhadap insting, 55,3% pada aspek penerimaan positif terhadap perubahan, 46,6% pada aspek kemampuan mengontrol diri, dan 57,5% lainnya pada aspek pengaruh spiritual. Hasil ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Strength Bombardment*, kondisi resiliensi diri mahasiswa yang mengalami *fatherless* masih belum optimal. Rendahnya resiliensi ini menggambarkan bahwa mahasiswa cenderung belum memiliki kemampuan yang cukup dalam menghadapi tekanan, tantangan, dan kesulitan yang berkaitan dengan ketiadaan sosok ayah.

Sebagai pembanding, peneliti juga menetapkan enam mahasiswa lainnya yang juga



mengalami kondisi *fatherless*, sebagai berikut:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi dan Persentase Pretest Kelompok Kontrol

Interval	Kategori	Pretest	
		F	%
106 - 125	Sangat Tinggi	0	0
86 - 105	Tinggi	0	0
66 - 85	Sedang	0	0
46 - 65	Rendah	6	100%
25 - 45	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		6	100

Berdasarkan data pada tabel di atas, diketahui bahwa pada kelompok kontrol, hasil *pretest* menunjukkan bahwa seluruh responden berada pada kategori resiliensi rendah. Ditinjau dari aspek pembentuk resiliensi, tercatat sebesar 47,1% berada pada aspek kompetensi pribadi, 48% pada aspek kepercayaan terhadap insting, 53,3% pada penerimaan positif terhadap perubahan, serta masing-masing 59% pada aspek kemampuan mengontrol diri dan pengaruh spiritual. Maka dapat dipahami bahwa resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless* sebelum diberikan intervensi termasuk dalam kategori yang rendah. Adanya hasil dari deskripsi data *posttest* resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless* sesudah diberikan intervensi sebagai berikut:

Tabel 3
Distribusi Frekuensi dan Persentase Hasil Posttest Kelompok Eksperimen

Interval	Kategori	Posttest	
		F	%
106 - 125	Sangat Tinggi	1	16,7%
86 - 105	Tinggi	4	66,6%
66 - 85	Sedang	1	16,7%
46 - 65	Rendah	0	0
25 - 45	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		6	100

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *Strength Bombardment*, terjadi peningkatan yang signifikan pada tingkat resiliensi diri mahasiswa yang mengalami *fatherless* dalam kelompok eksperimen. Sebanyak 66,6% mahasiswa berada pada kondisi resiliensi diri pada kategori tinggi dengan skor pada interval 86–105. Selain itu, masing-masing 16,7% mahasiswa dengan kondisi resiliensi diri pada kategori sangat tinggi pada interval 106–125 dan sedang pada interval 66–85. Tidak terdapat satu pun mahasiswa yang berada pada kategori rendah maupun sangat rendah, yang sebelumnya mendominasi hasil *pretest*. Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *Strength Bombardment* memberikan dampak positif terhadap peningkatan resiliensi diri mahasiswa, ditunjukkan melalui pergeseran tingkat resiliensi ke arah kategori yang lebih tinggi setelah intervensi diberikan.

Sementara itu, pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan atau intervensi



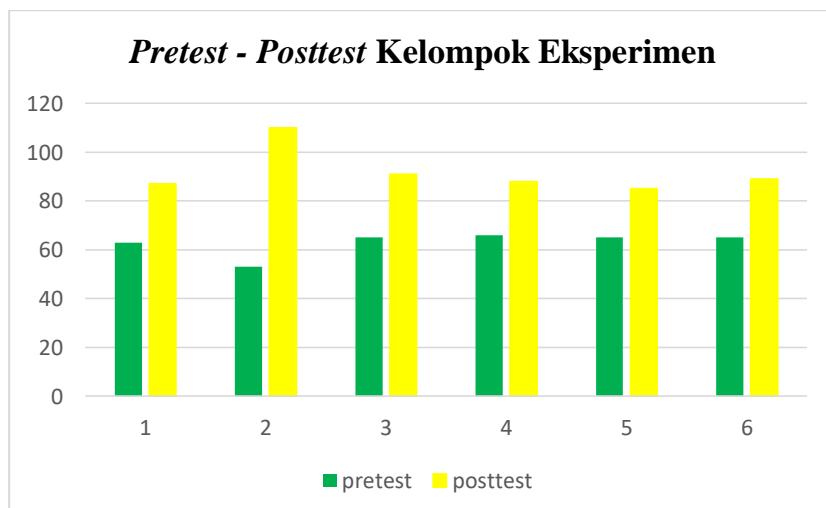
apapun, peneliti juga melakukan pengukuran ulang terhadap tingkat resiliensi diri mahasiswa yang mengalami *fatherless* melalui *posttest*. Adapun hasil *posttest* dalam kelompok kontrol disajikan sebagai berikut:

Tabel 4 Distribusi Frekuensi dan Persentase Hasil Posttest Kelompok Kontrol

Interval	Kategori	Posttest	
		F	%
106 - 125	Sangat Tinggi	0	0
86 - 105	Tinggi	0	0
66 - 85	Sedang	0	0
46 - 65	Rendah	6	100%
25 - 45	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		6	100

Berdasarkan tabel 4, hasil *posttest* pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa seluruh mahasiswa yang mengalami *fatherless* 100% masih berada pada kondisi resiliensi diri pada kategori rendah dengan skor pada interval 46-65. Tidak ada satu pun mahasiswa yang mengalami peningkatan ke kategori sedang, tinggi, ataupun sangat tinggi. Tidak terdapat pula mahasiswa yang berada pada kategori sangat rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa tanpa adanya perlakuan atau intervensi berupa layanan konseling kelompok, tingkat resiliensi diri mahasiswa yang mengalami *fatherless* tidak mengalami perubahan. Berikut akan disajikan pula perbandingan hasil melalui gambar diagram:

Gambar 1 Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen

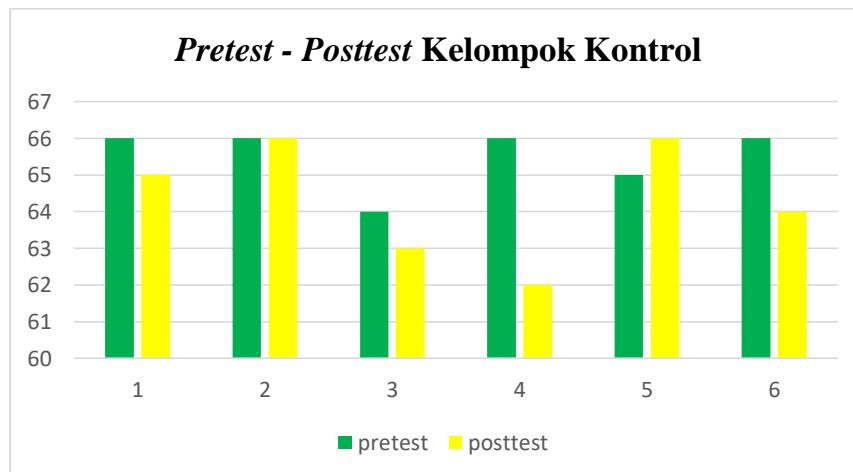


Gambar 1, memperlihatkan perbedaan hasil pengukuran resiliensi diri antara pretest dan posttest pada kelompok eksperimen. Dari gambar tersebut, terlihat adanya peningkatan yang signifikan pada tingkat resiliensi diri enam mahasiswa yang mengalami *fatherless* dan menjadi responden dalam kelompok eksperimen. Sebaliknya, pada kelompok kontrol, responden tidak menerima perlakuan apapun setelah pelaksanaan pretest. Oleh karena itu, perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol dapat dijadikan sebagai pembanding untuk mengukur efektivitas intervensi. Berikut ini disajikan gambaran



perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol.

Gambar 2 Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol



Gambar 2, memperlihatkan hasil perbandingan antara skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Berdasarkan hasil yang ditampilkan, diketahui bahwa tidak terdapat perubahan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* pada masing-masing subjek dalam kelompok ini. Sebagian besar peserta menunjukkan skor *posttest* yang relatif sama atau sedikit lebih rendah dibandingkan skor *pretest*. Kondisi ini menunjukkan bahwa tanpa adanya intervensi, tidak terjadi peningkatan tingkat resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless*. Selanjutnya analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui uji *Wilcoxon* dari SPSS versi 22 untuk menjawab hipotesis penelitian, sebagaimana hasil dari uji *Wilcoxon* yaitu:

Tabel 5 Hasil Deskriptif Statistik Uji Wilcoxon Pretest dan Posttest Resiliensi Diri Pada Mahasiswa yang Mengalami Fatherless

Descriptive Statistic					
	N	Mean	Deviation	Min	Max
Pretest Kelompok Eksperimen	6	62.83	4.916	53	66
Pretest Kelompok Kontrol	6	65.50	.837	64	66
Posttest Kelompok Eksperimen	6	91.67	9.201	85	110
Posttest Kelompok Kontrol	6	64.33	1.633	62	66

Berdasarkan tabel 5, hasil analisis deskriptif menunjukkan peningkatan skor resiliensi yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberikan intervensi. Rata-rata skor pretest kelompok eksperimen sebesar 62,83 meningkat menjadi 91,67 pada posttest, dengan kenaikan nilai minimum dari 53 menjadi 85 dan maksimum dari 66 menjadi 110. Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan peningkatan berarti, dengan rata-rata skor pretest sebesar 65,50 yang justru menurun menjadi 64,33 pada posttest, serta nilai minimum turun dari 64 menjadi 62 dan nilai maksimum tetap di angka 66. Perbandingan ini menunjukkan bahwa intervensi konseling kelompok dengan teknik *Strength Bombardment* berkontribusi positif dalam meningkatkan resiliensi pada kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami perubahan signifikan. Adapun hasil dari uji statistik resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless*, yaitu:



Tabel 6 Hasil Nilai Uji Wilcoxon Signed Rank

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest Eksperimen - Pretest Eksperimen	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	6 ^b	3.50	21.00
	Ties	0 ^c		
	Total	6		
Posttest Kontrol - Pretest Kontrol	Negative Ranks	4 ^d	3.25	13.00
	Positive Ranks	1 ^e	2.00	2.00
	Ties	1 ^f		
	Total	6		

- a. Posttest Eksperimen < Pretest Eksperimen
- b. Posttest Eksperimen > Pretest Eksperimen
- c. Posttest Eksperimen = Pretest Eksperimen
- d. Posttest Kontrol < Pretest Kontrol
- e. Posttest Kontrol > Pretest Kontrol
- f. Posttest Kontrol = Pretest Kontrol

Tabel 6 diatas mengungkapkan bahwa hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa seluruh peserta kelompok eksperimen ($N=6$) mengalami peningkatan skor resiliensi dari pretest ke posttest. Seluruh data termasuk dalam *positive ranks* dengan *mean rank* 3,50 dan *total sum of ranks* 21,00, tanpa adanya penurunan maupun skor yang tetap. Sebaliknya, pada kelompok kontrol, hanya satu peserta yang mengalami peningkatan, sementara empat peserta mengalami penurunan, dan satu lainnya tidak mengalami perubahan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi konseling kelompok dengan teknik *Strength Bombardment* efektif dalam meningkatkan resiliensi, sementara kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan berarti.

Tabel 7 Hasil Uji Wilcoxon Resiliensi Diri (Test Statistic)

Test Statistics ^a		
	Posttest Eksperimen - Pretest Eksperimen	Posttest Kontrol - Pretest Kontrol
Z	-2.207 ^b	-1.511 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.027	.131

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.



Tabel 7, diatas mengungkapkan bahwa hasil dari statistik melalui uji *Wilcoxon* yaitu nilai *signed ranks* apabila $p < 0,05$ maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian dapat diterima, akan tetapi jika hipotesis $p > 0,05$ artinya hipotesis tidak diterima. Hal ini memiliki arti bahwa hasil dari uji hipotesis didapatkan dalam penelitian ini yaitu nilai Z sebesar -2.207 dengan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0.027. Nilai signifikansi ini lebih kecil dari tingkat signifikansi yang ditetapkan ($\alpha = 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen. Dengan ini H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *strength bombardment* terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless*. Sementara itu, pada kelompok kontrol, diperoleh nilai Z sebesar -1.511 dengan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0.131. Karena nilai signifikansi ini lebih besar dari $\alpha = 0,05$, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa adanya intervensi, tidak terjadi peningkatan yang signifikan pada resiliensi diri mahasiswa yang mengalami *fatherless*.

Penelitian ini memiliki hasil penelitian yang didukung dengan penjelasan dalam pembahasan. Hasil *pretest* sebelum diberikan *treatment* baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol menjelaskan adanya 12 (dua belas) mahasiswa yang mengalami *fatherless* memiliki kondisi resiliensi diri yang tergolong rendah. Lebih jauh, rendahnya tingkat resiliensi yang tampak pada mahasiswa *fatherless* sebelum intervensi dapat dipahami melalui berbagai faktor yang memengaruhi kondisi psikologis mereka. Pertama, sebagian besar mahasiswa mengalami kurangnya dukungan emosional dari figur pengganti ayah, baik dari ibu, keluarga besar, maupun lingkungan sekitar. Ketiadaan sosok ayah sebagai sumber utama penguatan afektif dan kontrol sosial berdampak pada lemahnya kepercayaan diri dan ketahanan mental mereka. Kedua, banyak mahasiswa memperlihatkan keterbatasan dalam keterampilan coping, dengan kecenderungan menggunakan strategi maladaptif seperti menghindari masalah, menyalahkan diri sendiri, atau bersikap pasif terhadap tekanan (Slutsky et al., 2016).

Selain itu, pengalaman masa kecil yang ditandai oleh relasi keluarga yang tidak utuh dan minimnya bimbingan dari figur ayah turut mereduksi harga diri dan *self-efficacy* mahasiswa, sehingga menurunkan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tantangan hidup. Faktor lingkungan sosial yang kurang mendukung, seperti tidak adanya ruang aman untuk berekspresi atau ketiadaan teman yang memahami kondisi mereka, juga memperkuat isolasi emosional yang mereka alami (Nuraini et al., 2022). Hal ini kemudian memunculkan ketidakstabilan emosional, kecemasan berlebih, perasaan mudah gagal, serta rendahnya motivasi untuk mengatasi situasi stres. Di samping itu, keterbatasan akses terhadap layanan bimbingan dan konseling turut mempersempit peluang mahasiswa untuk mengembangkan potensi diri dan keterampilan adaptasi yang diperlukan.

Adapun hasil penelitian setelah pemberian *posttest* dan *treatment* kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang sama-sama memiliki kondisi resiliensi diri yang rendah mengungkapkan bahwa seluruh mahasiswa yang berada dalam kelompok eksperimen menalami peningkatan resiliensi diri menjadi kategori sangat tinggi, tinggi dan sedang. Berbanding terbalik dengan kelompok kontrol yang sama sekali tidak mengalami peningkatan. Resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless* yang berada dalam kelompok kontrol mengalami peningkatan karena adanya penerimaan yang baik selama *treatment* terjadi, hal ini dilihat dari mekanisme afirmasi positif yang diterapkan selama proses konseling kelompok. Teknik ini memberikan ruang bagi individu untuk menerima penguatan dari anggota kelompok



lain, sehingga tercipta pengalaman emosional yang mendukung terbentuknya citra diri yang lebih positif. Proses ini mendorong mahasiswa untuk mengenali, mengapresiasi, dan menginternalisasi kekuatan yang dimiliki, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan kepercayaan diri dan kemampuan menghadapi tantangan hidup (Hikmawan & Pratikto, 2021). Temuan ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Amalia (2024), yang menunjukkan bahwa teknik *strength bombardment* efektif dalam membangun citra diri positif dan meningkatkan resiliensi psikologis individu.

Secara teoritis, efektivitas teknik ini sejalan dengan prinsip dasar *Strength-Based Counseling*, di mana fokus konseling diarahkan pada penguatan potensi, kelebihan, dan kekuatan individu (Susanti et al., 2024). Teknik *Strength Bombardment* melibatkan proses saling memberikan afirmasi kekuatan antaranggota kelompok, yang menciptakan suasana supotif dan empatik (Rostini & Nurjannah, 2021). Dalam konteks mahasiswa yang mengalami *fatherless*, pendekatan ini sangat relevan karena mereka cenderung mengalami kekurangan dukungan emosional, kehilangan figur ayah sebagai sumber identitas dan penguatan diri, serta kesulitan membangun kepercayaan diri. Melalui penguatan yang diterima selama sesi konseling, mahasiswa mulai menyadari bahwa mereka memiliki nilai dan kekuatan yang selama ini tersembunyi atau terabaikan.

Berdasar hasil dari sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) yang didapatkan memiliki pengaruh dari efektifnya penerapan konseling kelompok dengan teknik *strength bombardment*, sehingga adanya perubahan sikap dan pemikiran dari mahasiswa yang berada di dalam kelompok eksperimen yang menyebabkan kondisi resiliensi diri yang tadinya rendah menjadi sangat tinggi, tinggi dan sedang. Resiliensi yang ada dalam diri individu dibentuk dengan menginternalisasikan kekuatan-kekuatan positif dalam diri mereka sehingga dengan menganggap bahwa dirinya mempunyai kekuatan akan dapat membentuk mereka lebih mudah untuk membangun ketahanan diri yang optimal (Lombu et al., 2023).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *strength bombardment* merupakan pendekatan yang efektif untuk meningkatkan resiliensi diri mahasiswa yang mengalami *fatherless*. Implikasi praktis dari temuan ini mengarah pada pentingnya pengintegrasian layanan konseling berbasis kekuatan (*strength-based counseling*) dalam program bimbingan dan konseling di lingkungan perguruan tinggi, sebagai upaya strategis dalam mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa, khususnya mereka yang berasal dari keluarga dengan dinamika yang kurang optimal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini, adapun kesimpulan yang menjelaskan tujuan dari adanya penelitian ini yaitu; **Pertama**, kondisi resiliensi diri mahasiswa yang mengalami *fatherless* sebelum adanya *treatment* yang berasal dari hasil *pretest* menyebutkan bahwa baik dari kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki kondisi resiliensi diri yang tergolong rendah. Sesuai dengan design penelitian yang menyatakan bahwa hanya kelompok eksperimen yang diberikan *treatment* maka dapat diketahui bahwa sesudah adanya *treatment* dapat diungkapkan dari hasil *posttest* yang menjelaskan bahwa kondisi resiliensi diri mahasiswa yang mengalami *fatherless* mengalami peningkatan yakni berada pada kategori sangat tinggi, tinggi dan sedang. Berbeda dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment*, tidak terdapat peningkatan terhadap kondisi resiliensi diri mereka. **Kedua**, adanya peningkatan resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless* sebelum dan sesudah diberikan *treatment* yang awalnya rendah menjadi meningkat, sehingga dengan hal ini



menjadi dasar adanya keberhasilan dari *treatment* yang dilakukan untuk meningkatkan resiliensi diri pada mahasiswa yang mengalami *fatherless*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, K., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, Masita, Ardiawan, K. N., & Sari, M. E. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif. In *Yayasan Penerbit Muhammad Zaini*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini. <https://www.infodesign.org.br/infodesign/article/view/355%0Ahttp://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/731%0Ahttp://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/269%0Ahttp://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/106>
- Amalia, I. (2024). *Pengaruh Teknik Strength Bombardment Terhadap Self Esteem Pada Seorang Karyawan di Sidoarjo*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Daulay, N., & Indriani, F. (2024). *Model Resiliensi Berbasis Indigenous Psychology Pada Mahasiswa PTKIN di Indonesia*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Erford, B. T. (2017). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Pustaka Pelajar.
- Hikmawan, A. C., & Pratikto, H. (2021). Konseling Eksistensial Teknik Strenght Bombardment untuk Menumbuhkan Kebermaknaan pada Pasien Skizofrenia Paranoid. *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4(1), 30-40. <https://doi.org/10.36835/jcbkp.v4i1.965>
- Indriyani, T. (2023). *Pengaruh Fatherless Terhadap Resiliensi Mahasiswa*. Universitas Lampung.
- Inniss, D. R. (2013). Emerging from the Daddy Issue: A Phenomenological Study of the Impact of the Lived Experiences of Men Who Experienced Fatherlessness on Their Approach to Fathering Sons. *Journal of the American Chemical Society*, 123(10), 2176-2181. <https://shodhganga.inflibnet.ac.in/jspui/handle/10603/7385>
- Juliza, A. (2022). *Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Strength Bombardment Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pasca Pandemi Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam* (Vol. 9). Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
- Lombu, J., Nugroho, A. R., & Gunawan, R. (2023). *Keefektifan Konseling Kelompok SFBC dalam Meningkatkan Resiliensi Siswa*. 7(2), 322-331. <https://doi.org/10.30653/001.202372.300>
- Lubis, Z. (2023). *Fenomena Fatherless dan Pentingnya Peran Ayah dalam Pertumbuhan Anak*. NU Online. <https://nu.or.id>
- Michigan. (2021). *Fatherlessness Produces A Ripple Effect*. Mary's Advocates. <https://marysadvocates.org/fatherlessness-produces-a-ripple-effect/>
- Nashori, F., & Saputro, I. (2021). *Psikologi Resiliensi*. Universitas Islam Indonesia.
- Nuraini, P., Tawil, & Ramli, M. (2022). Solution focus brief counseling strategi meningkatkan resiliensi mahasiswa. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(2), 122-129. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Putri, M., & Nurjannah. (2024). Konseling dengan Pendekatan Teknik Strength Bombardment dan Syukur untuk Mengatasi Insecure Pada Remaja. *Al- Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 7(2), 569-586.
- Rachmawati, T. S., & Rahmasari, D. (2024). Strategi Coping Remaja Akhir yang Mengalami Fatherless dalam Hidupnya Coping (Strategies Late Adolescents Who Experience Fatherless in Their Life). *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(01), 632-643. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11i1.62038>
- Rahayu, D. A., Wahyuni, & Anggraini, D. (2024). Dampak Fatherless Terhadap Anak Perempuan (Studi Kasus Mahasiswa UIN Alauddin Makassar). *Jurnal Macora*, 3(1), 131. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/31?from=1&to=34>
- Rostini, R., & Nurjannah. (2021). Teori dan Pendekatan Konseling SFBT (Solution Focused Brief Therapy) Berbasis Islam. *At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, 4(1), 6.
- Slutsky, J., Jadva, V., Freeman, T., & Persaud, S. (2016). Integrating donor conception into identity development: adolescents in fatherless families. *Original Articles : Mental Health, Sexuality and Ethics*, 106(7), 202-208. <https://doi.org/10.1016/j.fertnstert.2016.02.033>



- Statistik, B. P. (2024). *Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktornya Tahun 2024*. Badan Pusat Statistik Indonesia. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVm1TM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor.html?year=2023>
- Sugiyono. (2011). *Statistika Untuk Penelitian*. CV Alfabeta.
- Susanti, D., Agustine, T., & Yuliani, R. (2024). *Strength-Based Counseling (SBC): A Key Approach to Strengthening Adolescent Resilience in the Face of Social Media Challenges*. 3(December).
- Wijaya, M. H. S. (2022). *Fenomena Fatherless Pada Mahasiswa Fisip Universitas Sriwijaya* [Universitas Sriwijaya]. https://repository.unsri.ac.id/87462/8/RAMA_69201_07021381924120_0011098204_01_front_ref.pdf
- Yandri, H., Rahayu, G., & Neviyarni, S. (2022). Kebermaknaan Konseling Kelompok dalam Menanggulangi Masalah Kehidupan. *Indonesian Journal Of Counseling and Development*, 4(2), 59–69.
- Yuliana, E. L., Khumas, A., & Ansar, W. (2023). Pengaruh Fatherless Terhadap Kontrol Diri Remaja Yang Tidak Tinggal Bersama Ayah. *PINISI: Journal Of Art, Humanity, & Social Studies*, 3(5), 65–73.
- Zebua, E., Lase, F., Damanik, H. R., Munthe, M., & Laoli, J. K. (2023). *Pedoman Konseling Eksistensial: Suatu Panduan Untuk Konselor* (Cet. 1). Nas Media Pustaka.

