

Pengembangan panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa sekolah menengah kejuruan

Yuniar Fitri Ahfadzi^{1*}, Khairul Bariyyah², Laily Tiarani Soejanto¹

¹Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang, Indonesia, ²Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Kanjuruhan Malang, Indonesia

* Corresponding author, e-mail: yuniarfitriahfadzi@gmail.com

Abstract: Resilience is the capacity of an individual to rise, confront, and surmount problems or situations that deviate from their plans. Resilience is the strength or endurance of a person to face, overcome, and become stronger when encountering problems. One method to enhance student resilience is educational cinema. The purpose of this developmental research was to create a product in the form of a guide for school counselors that can assist in improving student resilience. This guide is intended to be acceptable and meet the standard evaluation criteria of utility, feasibility, appropriateness, suitability, and attractiveness, and to produce an effective student resilience enhancement counseling model using the educational cinema method. The outcome of this research is a student resilience enhancement counseling model utilizing educational cinema techniques. This model has undergone a material expert evaluation phase, receiving a total score of 128 with an average of 3.76 and a percentage of 94%. This indicates that the product is highly valid and very suitable for use. The product design expert evaluation yielded a total score of 96.5, with an average of 3.86 and a percentage of 96%, suggesting that the product is highly valid and very suitable for use. Finally, the assessment from potential product users (Counselors) resulted in a total score of 117 with an average of 3.9 and a percentage of 97%, signifying that the product is highly valid and very suitable for use.

Keywords: Educational cinema technique, resilience, students

Article History: Received on 21/09/2023; Revised on 24/10/2023; Accepted on 28/11/2023; Published Online: 30/12/2023.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2023 by author.

PENDAHULUAN

Setiap individu memiliki ketahanan diri dalam menghadapi hidup. Ketahanan dalam menghadapi hidup disebut resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit, menghadapi dan mengatasi masalah atau situasi yang tidak sesuai dengan rencananya (Reivich & Shatté, 2002). Grothberg mengartikan resiliensi sebagai kekuatan atau daya tahan seseorang untuk menghadapi, mengatasi, menjadi lebih kuat, dan bahkan mengubah pengalaman tidak menyenangkan (Neenan & Dryden, 2021).

Reivich dan Shatter (2002) menjelaskan beberapa kemampuan yang dapat membentuk resiliensi individu, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan *reaching out*. Reivich dan Shatter juga berpendapat bahwa hampir tidak ada satupun individu yang secara keseluruhan memiliki tujuh kemampuan tersebut dengan baik (Machmud & Ramadhan, 2022).

Resiliensi penting untuk menjadi kemampuan seorang individu karena resiliensi dapat menjadi sumber dari kebahagiaan dan kesuksesan bagi seseorang. Namun tidak semua individu memiliki kemampuan resiliensi yang tinggi dalam menghadapi permasalahan hidup. Rendahnya resiliensi pada remaja inilah yang menjadi salah satu penyebab munculnya perilaku yang kurang sesuai. Individu yang memiliki resiliensi rendah cenderung akan lebih sulit mencari hal yang baik, berfikir terlalu pesimis, dan menjadikan emosi sebagai dasar untuk setiap hal yang dilakukan. Untuk individu yang memiliki kemampuan resiliensi lebih tinggi akan tetap berprestasi dan memunculkan perilaku yang baik, hal inilah yang membuat individu tersebut terlihat memiliki resiliensi yang tinggi bahkan ketika dalam situasi yang tidak disenangi. (Shao & Kang, 2022)

Bimbingan dan konseling berperan membantu siswa dalam menemukan cara mengatasi hambatan perkembangan di sekolah, salah satunya mengembangkan ketahanan resiliensi. Terdapat banyak cara untuk meningkatkan resiliensi yaitu salah satu contohnya dengan menggunakan media. Seperti kita ketahui bersama perkembangan teknologi saat ini semakin canggih namun masih banyak yang belum memanfaatkannya dengan baik, misalnya penggunaan sinema. (Gammel & Wang, 2022)

Sinema edukasi adalah salah satu cara kekinian yang dapat dimanfaatkan dengan benar, baik secara individu maupun secara kelompok dengan mengarahkan pada penggunaan film sebagai bentuk dukungan proses pendidikan dan pengembangan diri individu. Film atau sinema edukasi yang merupakan gambar bergerak yang dapat membangkitkan ingatan, menunjukkan tingkah laku, membangkitkan emosi, juga dapat memunculkan pandangan bagi penontonnya. Pandangan individu selalu dikaitkan dengan kehidupan nyata yang bersifat berubah-ubah (Packer, 2007) Dari pernyataan tersebut menunjukkan bahwa sinema edukasi merupakan media atau metode terapi yang inovatif untuk meningkatkan resiliensi siswa, karena di dalam film terdapat pembelajaran yang dapat memberikan respon emosional, serta sebagai sarana pengembangan pemikiran baru yang dihasilkan melalui pemahaman individu yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Carpenter et al., 2017).

Tujuan sinema edukasi ini adalah sebagai media hiburan, edukasi, serta penguatan yang di dapatkan dari hasil proses pembelajaran sosial. Selain itu, dengan menonton film dapat menunjukkan gambaran sebuah emosi dengan cara memahami alur cerita dalam film. Manfaat dari *cinema therapy* yaitu mampu meningkatkan aktivitas pelepasan emosional yang terpendam sehingga akan memunculkan perasaan lega dan dapat memicu semangat untuk membuka perspektif baru, mendapatkan harapan dan semangat, dapat menemukan kekuatan yang ada di dalam diri, serta dapat memperbaiki komunikasi antar sesama (Niemiec, 2020)

Hubungan antara sinema edukasi dengan resiliensi adalah sinema edukasi merupakan media atau metode terapi yang inovatif untuk meningkatkan resiliensi siswa, karena di dalam

film terdapat pembelajaran yang dapat memberikan respon emosional, serta sebagai sarana pengembangan pemikiran baru yang dihasilkan melalui pemahaman individu yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Eppler & Hutchings, 2020). Selain itu, melalui media sinema edukasi dapat meningkatkan aktivitas pelepasan emosional yang terpendam sehingga akan memunculkan perasaan lega dan dapat memicu semangat untuk membuka perspektif baru, mendapatkan harapan dan semangat, dapat menemukan kekuatan yang ada di dalam diri, serta dapat memperbaiki komunikasi antar sesama (Geller, 2020).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan cinema therapy efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa SMK, hal ini didukung oleh hasil penelitian Terry (2019) yang menunjukkan sebelum diberikan sinema edukasi, resiliensi ketujuh siswa berkategori rendah sesuai dengan hasil pre test, namun setelah mendapatkan sinema edukasi, resiliensi ketujuh siswa mengalami peningkatan dengan kategori sedang dapat dilihat dari skor post test. Perubahan tersebut dapat dilihat dari meningkatnya komponen individu setelah pemberian sinema edukasi karena adanya kesamaan antara karakter kondisi yang terjadi dalam film dengan siswa (Terry, 2020).

Penelitian ini berdasarkan rendahnya tingkat resiliensi Siswa SMKN 2 Malang, serta belum adanya bimbingan mengenai resiliensi menggunakan teknik sinema edukasi di SMKN 2 Malang, maka dari itu peneliti bermaksud untuk mengembangkan suatu produk berupa panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa SMKN 2 yang yang akseptabel dan memenuhi kriteria standar evaluasi kegunaan (*utility*), kelayakan (*feasibility*), ketepatan (*accuracy*), kepatutan (*propriety*) dan kemenarikan.

METODE

Model pengembangan paket panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa SMKN 2 Malang ini diadaptasi dari model pengembangan Borg dan Gall (1983), langkah – langkah dari model pengembangan ini yaitu: (1) Melakukan penelitian dan pengumpulan data; (2) Melakukan perencanaan; (3) Mengembangkan produk awal; (4) Melakukan uji lapangan awal; (5) Melakukan revisi terhadap produk utama; (6) Melakukan uji lapangan utama; (7) Melakukan revisi terhadap produk operasional.

Instrument dalam penelitian ini terdiri dari dua jenis. Instrument pertama adalah skala resiliensi yang telah dikembangkan oleh (Elia, 2021) dalam penelitiannya yang berjudul “Pengembangan Inventori Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kota Malang” , dan telah melalui proses validasi oleh (1 ahli BK, 1 ahli Bahasa Indonesia, dan 1 ahli Psikologi) yaitu Romia Hari Susanti, M.Pd, Dr. Rahutami, M.Pd, dan Sarah Emmanuel Haryono, M.Psi. skala ini terdiri dari 56 item yang memuat tujuh indikator resiliensi yaitu (1) regulasi emosi, (2) *impuls control*, (3) *optimism*, (4) efikasi diri, (5) *casual analysis*, (6) empati, dan (7) *reaching out*. Instrument yang kedua adalah lembar penilaian ahli materi Bimbingan dan Konseling, ahli desain produk, dan calon pengguna produk (Konselor).

Identifikasi masalah siswa menggunakan instrument skala resiliensi pada siswa SMKN 2 Malang. Sedangkan untuk menilai kelayakan produk, peneliti melibatkan penilaian ahli materi Bimbingan dan Konseling, yaitu dosen Bimbingan dan Konseling yang memiliki keahlian dalam bidang inovasi Bimbingan Konseling. Selanjutnya, penilaian pengguna

produk dilakukan oleh Konselor sekolah yang memiliki keahlian dalam memberikan layanan Konseling untuk mendorong perubahan perilaku siswa di sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tujuan penelitian maka hasil penelitian dapat diuraikan sebagai berikut: (1) Tingkat resiliensi siswa; (2) Draf hipotetik berupa buku panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa SMKN 2 Malang; (3) Kelayakan buku panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa SMKN 2 Malang.

Tingkat Resiliensi Siswa

Identifikasi tingkat resiliensi siswa SMKN 2 Malang diukur menggunakan skala resiliensi yang kemudian mendapatkan hasil minimum 56 (sangat rendah) dan nilai maksimum 245 (sangat tinggi). Identifikasi tingkat resiliensi ini melibatkan sampel sebanyak 30 siswa. Berikut adalah paparan hasil pre-test siswa SMKN 2 Malang:

Tabel 1. Hasil *Pre-test* Tingkat Resiliensi Siswa SMKN 2 Malang

Skor Interval	Kategori	Jumlah Siswa	Prosentase
208 - 245	Sangat Tinggi	0	0 %
170 - 207	Tinggi	10	33, 3 %
132 - 169	Sedang	9	30 %
94 - 131	Rendah	9	30 %
56 - 93	Sangat Rendah	2	6, 67 %
	Total	30	100%

Sumber: Data diperoleh dari hasil pengumpulan data penelitian

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah sampel yang terlibat dalam pengisian skala resiliensi adalah 30 siswa SMKN 2 Malang. Rentang data skor kategori resiliensi siswa mulai dari kategori sangat tinggi sebesar 208 – 245, kategori tinggi sebesar 170 – 207, kategori sedang sebesar 132 – 169, kategori rendah sebesar 94 – 131, dan kategori sangat rendah adalah 56 – 93. Berdasarkan hasil data pre-test diketahui bahwa tingkat resiliensi Siswa SMKN 2 Malang sebesar 0 % termasuk kategori sangat tinggi, 33,3% termasuk kategori tinggi, 30% termasuk kategori sedang, 30 termasuk kategori rendah, dan 6,67 % termasuk kategori sangat rendah.

Draf Hipotesis Produk

Pada panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa SMKN 2 Malang terdiri dari : (1) kata pengantar, berisi deskripsi singkat mengenai detail isi panduan bimbingan, (2) daftar isi, berisi petunjuk halaman setiap isi dari panduan bimbingan, (3) pendahuluan, berisi rasional, teknik sinema edukasi, tahap sinema edukasi, sasaran peserta bimbingan, kompetensi yang diharapkan dan skenario kegiatan, (4) prosedur bimbingan yang terdiri dari petunjuk umum, petunjuk khusus, prosedur pelaksanaan bimbingan, (5) evaluasi pelaksanaan panduan bimbingan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa SMKN 2 Malang yang terdiri dari prosedur evaluasi, instrumen evaluasi, dan pedoman analisis instrumen evaluasi, (6) penutup, (7) daftar rujukan, (8) riwayat hidup pengembangan panduan bimbingan.

Buku panduan bimbingan klasikal ini memiliki tujuan umum yaitu untuk memudahkan konselor dalam memberikan layanan kepada siswa di sekolah. Bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa ini memiliki tujuh topik utama yang menjadi tema pembahasan dalam setiap sesi yaitu, regulasi emosi, *impuls control*, *optimism*, efikasi diri, *casual analysis*, empati, *reaching out*. Ketujuh tema dalam bimbingan klasikal tersebut bertujuan untuk meningkatkan resiliensi siswa. Bimbingan klasikal teknik sinema edukasi dilaksanakan selama 45 menit dalam setiap pertemuan. Buku pandangan ini juga memuat langkah-langkah operasional pada setiap pertemuan bimbingan sehingga dapat memudahkan konselor sekolah dalam mengimplementasikannya.

Kelayakan Buku Panduan Bimbingan Klasikal Teknik Sinema Edukasi untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa

Expert judgement diperoleh dari ahli materi Bimbingan dan Konseling, ahli desain, dan calon pengguna produk (Konselor). Pertama, penelitian ini melibatkan tiga orang ahli materi Bimbingan dan konseling, yaitu dosen program studi Bimbingan dan Konseling yang memiliki keahlian inovasi Bimbingan dan Konseling. Kedua, penelitian ini melibatkan dua orang ahli desain produk, yaitu dosen Bimbingan dan Konseling yang memiliki rekam jejak dalam pengembangan media Bimbingan dan Konseling. Ketiga, penilaian melibatkan calon pengguna produk (Konselor) sekolah yang memiliki keahlian dalam memberikan layanan konseling untuk mendotong perubahan perilaku konseli. Berikut adalah hasil dari penilaian ahli materi Bimbingan dan Konseling, ahli desain produk, dan calon pengguna produk (Konselor). Untuk mengetahui kelayakan produk, peneliti menggunakan analisis kuantitatif deskriptif. Instrumen yang dinilai secara kuantitatif diperoleh dari penilaian ahli dengan mengisi angket penilaian yang disediakan. Sedangkan penilaian deskriptif diperoleh dengan menyimpulkan saran-saran yang diberikan oleh ahli.

Tabel 2. Hasil Penilaian Aspek Ketepatan, Kemudahan, Kegunaan, Kemenarikan oleh Ahli Materi

Hasil Data Uji Coba Ahli Materi & Ahli Desain Produk			
	Aspek	Penilaian/ Prosentase	Kategori
Data Uji Coba Ahli Materi	Ketepatan	92 %	Sangat tepat
	Kemudahan	90%	Sangat mudah
	Kegunaan	97%	Sangat berguna
	Kemenarikan	92%	Sangat menarik
	Total Rata-rata	94 %	Sangat Layak
Data Uji Coba Ahli Desain Produk	Ketepatan	95%	Sangat tepat
	kemudahan	95%	Sangat mudah
	Kegunaan	100%	Sangat berguna
	Kemenarikan	95%	Sangat menarik
	Total Rata-rata	96%	Sangat Layak

Sumber: Data diperoleh dari hasil pengumpulan data penelitian

Pada tabel 2 menunjukkan hasil penilaian atau prosentase dari aspek ketepatan kemudahan, kegunaan, dan kemenarikan oleh ahli materi dan ahli desain produk. Berdasarkan perhitungan total nilai yang diberikan oleh ahli materi pada keseluruhan aspek mendapat nilai total rata-rata prosentase 94% yang dapat diartikan bahwa produk memiliki ekuivalen sangat layak untuk digunakan karena memiliki validitas sangat tinggi. Selanjutnya

penilaian oleh ahli desain produk yang memiliki total rata-rata 96% yang dapat diartikan bahwa produk memiliki ekuivalen sangat layak untuk digunakan karena memiliki validitas sangat tinggi.

Tabel 3. Hasil Penilaian Aspek Ketepatan, Kemudahan, Kegunaan, Kemenarikan oleh Calon Pengguna Produk (Konselor)

Hasil Data Uji Coba Calon Pengguna Produk		
Aspek	Penilaian/ Prosentase (%)	Keategori
Ketepatan	100	Sangat tepat
Kemudahan	90	Sangat mudah
Kegunaan	97	Sangat berguna
Kemenarikan	100	Sangat menarik
Total Rata-rata	97	Sangat Layak

Sumber: Data diperoleh dari hasil pengumpulan data penelitian

Pada tabel 3 menunjukkan hasil penilaian atau prosentase dari aspek ketepatan kemudahan, kegunaan, dan kemenarikan oleh calon pengguna produk (Konselor). Berdasarkan perhitungan total nilai yang diberikan oleh calon pengguna produk (Konselor) pada keseluruhan aspek mendapat nilai total rata-rata prosentase 97% yang dapat diartikan bahwa produk memiliki ekuivalen sangat layak untuk digunakan karena memiliki validitas sangat tinggi.

Hasil Analisis Uji Coba Lapangan Terbatas

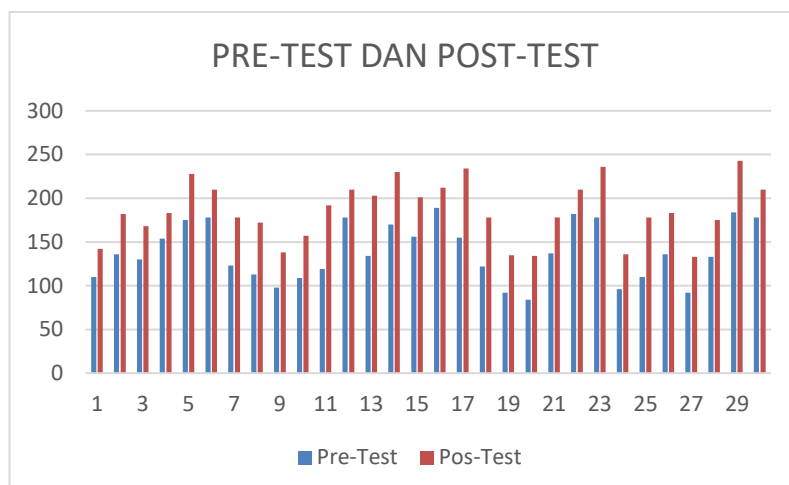
Tabel 4. Tingkat Resiliensi Siswa SMKN 2 Malang setelah dilakukannya Bimbingan Klasikal Teknik Sinema Edukasi untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMKN 2 Malang

Skor Interval	Kategori	Pre-Test		Post-Test	
		Jumlah siswa	Prosentase	Jumlah siswa	Prosentase
208 - 245	Sangat Tinggi	0	0%	11	36,67%
170 - 207	Tinggi	10	33,3 %	12	40%
132 - 169	Sedang	9	30%	7	23,33%
94 - 131	Rendah	9	30%	0	0 %
56 - 93	Sangat Rendah	2	6,67%	0	0 %

Sumber: Data diperoleh dari hasil pengumpulan data penelitian

Pada tabel 4 menunjukkan hasil dari tingkat resiliensi Siswa setelah dilakukannya Bimbingan Klasikal Teknik Sinema Edukasi untuk meningkatkan resiliensi Siswa SMKN 2 Malang. Terlihat bahwa hasil dari *pre-test* dan *post-test* menunjukkan perubahan yang signifikan. Dari hasil diatas, maka dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Klasikal dengan teknik sinema edukasi efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa.

Berdasarkan grafik pada gambar 1 menunjukan bahwa terdapat perbedaan skor antara sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) perlakuan yakni adanya peningkatan resiliensi siswa SMKN 2 Malang. Berdasarkan data diatas, diketahui bahwa setelah diberikan perlakuan bimbingan klasikal dengan teknik sinema edukasi resiliensi Siswa SMKN 2 Malang meningkat, sehingga dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Klasikal Teknik Sinema Edukasi efisien untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMKN 2 Malang.

Gambar 1. Grafik Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Uji T tes

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest	30	138.37	32.596	5.951
Posttest	30	185.63	33.169	6.056

One-Sample Test

Test Value = 0

	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pretest	23.250	29	.000	138.367	126.20	150.54
Posttest	30.654	29	.000	185.633	173.25	198.02

Berdasarkan hasil uji T tes yang telah dilakukan terhadap hasil dari *pre-test* dan *post-test* menunjukkan muncul hasil 000 <0,05. Sehingga teknik sinema edukasi efektif untuk meningkatkan resiliensi Siswa SMKN 2 Malang. Berdasarkan uji coba terbatas yang telah dilakukan peneliti di lapangan mendapatkan hasil yang dapat disimpulkan bahwa panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa SMKN 2 Malang, sangat berguna, layak, tepat, dan menarik untuk digunakan atau diterapkan kepada siswa SMK. Teknik sinema edukasi juga terbukti efektif dan mampu membantu siswa untuk meningkatkan resiliensi nya, hal ini dibuktikan dengan hasil pengisian skala pengukuran resiliensi di awal pertemuan (*pretest*) dan di akhir pertemuan (*posttest*), serta pengisian lembar refleksi isi film, refleksi diri, dan lembar komitmen perilaku setelah menonton sinema edukasi yang telah ditampilkan.

SIMPULAN

Penelitian ini berjudul “Pengembangan Panduan Bimbingan Klasikal Teknik Sinema Edukasi untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMKN 2 Malang” adalah pengembangan buku panduan yang menerapkan teknik sinema edukasi. Panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi ini akan digunakan oleh guru BK/Konselor sekolah sebagai upaya dalam membantu

siswa dalam menemukan cara mengatasi hambatan perkembangan di sekolah, salah satunya mengembangkan ketahanan resiliensi.

Produk yang dikembangkan berupa buku panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa siswa yang berisi tentang tahap-tahap dalam bimbingan klasikal dan teknik sinema edukasi dari tahap persiapan hingga tahap pengakhiran. Berdasarkan uji coba terbatas yang telah dilakukan peneliti di lapangan mendapatkan hasil yang dapat disimpulkan bahwa panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi untuk meningkatkan resiliensi siswa SMKN 2 Malang, sangat berguna, layak, tepat, dan menarik untuk digunakan atau diterapkan kepada siswa SMK.

Konselor sebagai pelaksanaan kegiatan selanjutnya hendaknya mempelajari buku panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi secara mendalam, agar layanan bimbingan dapat dilaksanakan dengan baik dan efektif. Konselor sebagai pelaksana kegiatan hendaknya menggunakan panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi dalam membantu meningkatkan resiliensi siswa disekolah. Panduan bimbingan klasikal teknik sinema edukasi ini dapat digunakan oleh lembaga sekolah sebagai pedoman dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling bidang pribadi dalam meningkatkan resiliensi siswa SMK.

Penelitian ini dikembangkan hanya sampai tahap uji coba produk utama pada lapangan terbatas tidak sampai uji coba secara luas karena keterbatasan waktu yang dimiliki peneliti. Oleh karena itu, untuk peneliti selanjutnya agar bisa memperluas penelitian hingga uji coba lapangan lebih luas agar panduan yang dikembangkan lebih bermanfaat untuk semua kalangan.

REFERENSI

- Carpenter, B. C., Redcay, A., & Freeman, A. (2017). Tools for enhancing resilience and addressing internalized heterosexism: Bibliotherapy and cinematherapy in groupwork for individuals who come out as an adult. *Groupwork*, 27(3).
- Cartwright-Stroupe, L. M., & Shinnars, J. (2021). Moving forward together: what hope, efficacy, optimism, and resilience tell us about generation Z. *The Journal of Continuing Education in Nursing*, 52(4), 160–162.
- Eppler, C., & Hutchings, J. (2020). The use of cinematherapy to illustrate systemic resilience. *Journal of Clinical Psychology*, 76(8), 1463–1471.
- Gammel, I., & Wang, J. (2022). *Creative resilience and COVID-19: Figuring the everyday in a pandemic*. Routledge.
- Geller, J. D. (2020). Introduction: Psychotherapy through the lens of cinema. *Journal of Clinical Psychology*, 76(8), 1423–1437.
- Goh, E., & Kim, H. J. (2021). Emotional intelligence as a predictor of academic performance in hospitality higher education. *Journal of Hospitality & Tourism Education*, 33(2), 140–146.
- Guhn, A., Merkel, L., Hübner, L., Dziobek, I., Sterzer, P., & Köhler, S. (2020). Understanding versus feeling the emotions of others: how persistent and recurrent depression affect empathy. *Journal of Psychiatric Research*, 130, 120–127.
- Machmud, A., & Ramadhan, I. A. (2022). High school learning outcomes: The effect of self-

- regulation, resilience, and family environment. *Cakrawala Pendidikan*, 41(3), 764–778.
- Maibom, H. (2020). *Empathy*. Routledge.
- Neenan, M., & Dryden, W. (2021). Understanding and developing resilience. In *Cognitive Behavioural Coaching in Practice* (pp. 199–220). Routledge.
- Niemiec, R. M. (2020). Character strengths cinematherapy: Using movies to inspire change, meaning, and cinematic elevation. *Journal of Clinical Psychology*, 76(8), 1447–1462.
- Packer, S. (2007). *Movies and the modern psyche*. Bloomsbury Publishing USA.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.
- Rova, E. (2020). *Analisis Hubungan Resiliensi Dengan Efikasi Diri Anak Korban Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar Di Kenagarian Muara Kiawai Pasaman Barat Tahun 2019*. Universitas Andalas.
- Salim, F., & Fakhurrozi, M. M. (2020). Efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 175–187.
- Shao, Y., & Kang, S. (2022). The association between peer relationship and learning engagement among adolescents: The chain mediating roles of self-efficacy and academic resilience. *Frontiers in Psychology*, 13, 938756.
- Sri Mulyani, S. M. N., Raras, R. S., & Marhamah, M. (2020). Dynamics of resilience on women as intimate partner violence survivors. *Journal of Educational and Social Research*, 10(3), 141–150.
- Terry, A. A. (2020). Penerapan Sinema Edukasi Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Buduran Sidoarjo. *Jurnal BK Unesa*, 11(1).
- Wedyaswari, M., Cahyadi, S., Susiati, E., & Yuanita, R. A. (2019). Rancangan Pendampingan “4 Skills Of Resilience” Untuk Pengembangan Resiliensi Bidang Akademik Pada Mahasiswa Bidik Misi. *Journal of Psychological Science and Profession*, 3(2), 89–98.