Education Achievment: Journal of Science and Research
Volume 5 Issue 3 November 2024
Journal Homepage:
http://pusdikra-publishing.com/index.php/jsr

Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik dalam Meningkatkan Self Efficacy Siswa SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan

Nurul Zanna Rambe[1], Purbatua Manurung[2], Harwansyah Putra Sinaga[3]
[1,2,3] *Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia*
Corresponding Author: nurulzannarambe@gmail.com

ARTICLE INFO
Article history:
Received
05 August 2024
Revised
15 August 2024
Accepted
07 September 2024

ABSTRACT

This research aims to increase students' self-efficacy through group counseling services using symbolic modeling techniques in class XI MATLANSOS SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan. The research method used was Counseling Guidance Action Research (PTBK), with research subjects of 8 students selected based on low and medium levels of self-confidence. Data collection techniques include self-efficacy scales, interviews, and observations. Data analysis was carried out descriptively qualitatively using the data analysis model from Miles and Huberman. The research results showed a significant increase in students' self-confidence levels after being given intervention through symbolic modeling technique group counseling services. In cycle I, the percentage increase in student self-confidence reached 63%, and in cycle II, this percentage increased to 100%. This shows that the intervention carried out is effective in increasing students' self-efficacy, so that they become more confident in speaking and actively participating in class.

Key Word *Self-Efficacy, Modeling Simbolik, Konseling Kelompok*

How to cite https://pusdikra-publishing.com/index.php/jsr

This work is licensed under a
Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

PENDAHULUAN

Self efficacy merupakan keyakinan atau kepercayaan seorang individu terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam melaksanakan dan menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapi, sehingga mampu mengatasi rintangan dan mencapai tujuan yang diharapkan. Pada dasarnya setiap individu memiliki kemampuan untuk menilai dirinya sendiri yang kemudian akan membawa dampak pada setiap usaha maupun tindakan yang dilakukan. Kemampuan menilai diri akan timbul apabila individu memiliki sebuah tuntutan.

Individu mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk melakukan tindakan yang diharapkan. Individu dengan *self efficacy* tinggi akan memilih melakukan usaha lebih besar dan lebih pantang menyerah. *Self efficacy* mempunyai peran penting pada pengaturan motivasi siswa. Siswa percaya akan kemampuannya memiliki motivasi tinggi dan berusaha untuk sukses. Bandura (dalam Humeira,2014:3) menjelaskan

bahwa *self efficacy* berperan penting terhadap motivasi akademik yang menunjang keberhasilan siswa dalam belajar untuk mencapai prestasi. Minat belajar akan rendah apabila siswa tidak mempunyai *self efficacy* yang baik dalam diri.

Self efficacy merupakan salah satu faktor internal yang sangat penting dan memiliki pengaruh yang dominan terhadap tindakan siswa. *self efficacy* mempengaruhi pemilihan tugas, usaha seseorang, ketekunan, ketahanan., dan prestasi (Bandura Humeira, 2014:4). Lemahnya *self efficacy* membuat seorang siswa lemah dalam melakukan aktivitas belajar dengan baik. Hal tersebut berdampak enggannya siswa bersaing mencapai prestasi yang maksimal. Jadi *self efficacy* adalah keyakinan seseorang untuk melakukan suatu guna menghasilkan sesuatu yang diharapkan dengan aspek penelitian keyakinan diri (1) memperoleh sumber daya sosial, (2) prestasi akademik, (3) pembelajaran mandiri, (4) ekstrakulikuler, (5) peraturan diri, (6) memenuhi harapan orang lain, (7) diri sosial, (8) dukungan orang tua.

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikir positif dan dapat menerimanya. Menurut Thantaway dalam kamus istilah Bimbingan dan Konseling percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Dari uraian diatas percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki seseorang diri keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai tujuan dalam hidupnya.

﴿١٣٩﴾ وَلَا تَهِنُوْا وَلَا تَحْزَنُوْا وَاَنْتُمُ الْاَعْلَوْنَ اِنْ كُنْتُمْ مُّؤْمِنِيْنَ

Artinya:

"Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman". (Qur'an Surah Ali Imran Ayat 139)

Ayat tersebut menjelaskan pentingnya agar percaya diri dalam islam. Dari ayat diatas nampak bahwa orang yang percaya diri dalam Al-Qur'an disebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta tidak gelisah adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang istiqomah percaya diri membuat kita tidak lemah dan menjadi kuat dalam mengambil tindakan, percaya diri akan membuat kita selalu bertindak dalam keadaan sesulit apapun. Kepercayaan diri jga sangat penting bagi siswa untuk dapat mengembangkan potensinya. Jika siswa memiliki bekal percaya diri yang baik, maka siswa tersebut akan dapat mengembangkan potensinyan dengan mantap. Dengan percaya diri saat maju di depan kelas, dapat meningkatkan keberanian siswa dalam

menjawab pertanyaan. Selain memiliki percaya yang tinggi dalam diri siwa dapat membantu mencapai prestasi dan hasil belajar yang lebih baik.

Berdasarkan hal tersebut maka, perlu diadakannya upaya untuk meningkatkan *self efficacy* yang rendah dikalangan siswa SMA N. 1 Percut Sei Tuan tersebut. Untuk meningkatan *self efficacy* siswa dapat digunakan pendekatan behavioral yang mempelajari tingkah laku. Konseling behavioral memiliki peranan penting dalam mnegubah tingkah laku siswa yang baru melalui proses belajar atau pembiasaan. Salah satu teknik dari pendekatan behavioral yang dapat digunakan adalah teknik modeling simbolik.

Dalam Bahasa Indonesia dijelaskan bahwa *self efficacy* adalah Judgement seseorang atas kemampuannya untuk merencanakan dan melaksanakan tindakan yang mengarah pada pencapaian tujuan tertentu. Konsep dasar teori *self efficacy* adalah keyakinan bahwa pada setiap individu mempunyai kemampuan mengontrol pikiran, perasaan, dan perilakunya. *Self efficacy* merupakan masalah persepsi subyektif artinya *Self efficacy* tidak selalu menggambarkan kemampuan yang sebenarnya, tetapi terkait dengan keyakinan yang dimiliki individu Bandura (Ferdyansyah A, dkk , 2020).

Menurut Cervon & Pervin (Febrianti dkk,2022) Teknik modeling berakar dari teori Albert Bandura dengan teori belajar sosial. Teknik modeling simbolik merupakan cara atau prosedur yang dilakukan dengan menggunakan media seperti film, video, buku pedoman. Teknik modeling simbolik merupakan suatu prosedur pemberian bantuan kepada konseli dalam upaya memodifikasi pikiran atau pola pikir seseorang, sikap dan keyakinan yang dimiliki berdasarkan dengan apa yang dilihat dan didengar. Layanan yang digunakan dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dipilih karena untuk meningkatkan *self efficacy* tidak hanya melibatkan diri sendiri namun melibatkan orang lain agar terjadinya interaksi yang dinamis.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling. Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) merupakan salah satu cara yang strategis bagi guru BK untuk memperbaiki layanan pendidikan yang harus diselenggarakan dalam konteks layanan kelas dan peningkatan kualitas program sekolah secara keseluruhan (Sukiman, 2011: 84). Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa kelas 11 SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan. Penelitian ini bertempat di SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan, yang beralamatkan di Jl. Irian Barat Desa Sampali No. 37, Estate, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20371.

Penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling. Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) merupakan salah satu cara yang strategis bagi guru BK untuk memperbaiki layanan pendidikan yang harus

diselenggarakan dalam konteks layanan kelas dan peningkatan kualitas program sekolah secara keseluruhan. Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut: Skala self efficacy , Wawancara dan Observasi. Pada penelitian ini penulis mengguankan analisis data deskriptif kualitatif, penilaian yang dilakukan pada penelitian ini yaitu menjelaskan tentang pemahaman diri siswa yang diperoleh dari hasil pengamatan penulis. Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan seiring dengan proses pengumpulan data dan setelah data terkumpul. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik analisis data yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Observasi Awal dan Identifikasi Masalah

Pada tahap awal penelitian, peneliti melakukan observasi terhadap siswa kelas XI MATLANSOS di SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan untuk memahami kondisi mereka selama proses pembelajaran. Observasi ini menunjukkan bahwa banyak siswa terlihat malu dan ragu untuk tampil di depan kelas. Mereka juga cenderung grogi saat diminta berbicara, baik dalam memberikan pendapat maupun menjawab pertanyaan. Hal ini mencerminkan adanya masalah pada tingkat kepercayaan diri siswa yang cukup signifikan, yang dapat memengaruhi partisipasi mereka dalam kegiatan pembelajaran.

Untuk memperdalam pemahaman mengenai masalah ini, peneliti kemudian menyebarkan angket kepada siswa. Angket ini dirancang untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa dalam konteks pembelajaran di kelas. Hasil dari angket ini mengungkapkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori sedang dalam hal percaya diri, namun terdapat juga beberapa siswa yang masuk dalam kategori rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian besar siswa memiliki kepercayaan diri yang cukup, ada sejumlah siswa yang memerlukan perhatian lebih karena tingkat kepercayaan diri mereka berada di bawah rata-rata. Berdasarkan hasil observasi dan analisis angket, peneliti mengidentifikasi 8 siswa sebagai subjek penelitian yang akan mengikuti layanan konseling kelompok. Siswa yang dipilih terdiri dari 5 siswa dengan tingkat kepercayaan diri rendah dan 3 siswa dengan tingkat kepercayaan diri sedang. Tujuan dari pemilihan ini adalah untuk memberikan intervensi yang lebih terfokus kepada siswa yang membutuhkan dukungan dalam meningkatkan kepercayaan diri mereka, sehingga diharapkan dapat meningkatkan partisipasi dan keterampilan berbicara mereka di kelas.

Tabel 1.
Hasil Analisis Kondisi Awal Angket Percaya Diri Seluruh Siswa Kelas XI MATLANSOS

No.	Inisial	Skor	Kategori
1	SU	80	Sedang
2	NNK	83	Sedang
3	AAF	86	Sedang
4	CS	97	Tinggi
5	PNS	87	Sedang
6	NRA	97	Tinggi
7	JA	90	Sedang
8	AQA	90	Sedang
9	DA	100	Tinggi
10	PAP	81	Sedang
11	LA	82	Sedang
12	FA	86	Sedang
13	PANA	86	Sedang
14	AQ	88	Sedang
15	T	83	Sedang
16	SA	89	Sedang
17	MZA	81	Sedang
18	ZW	91	Tinggi
19	AA	83	Sedang
20	A	81	Sedang
21	FAN	80	Sedang
22	PW	81	Sedang
23	APRS	85	Sedang
24	BNB	87	Sedang
25	AK	83	Sedang
26	FZ	90	Sedang
27	SM	83	Sedang
28	MRA	73	Sedang
29	FR	78	Sedang
30	MR	50	Rendah
31	HAF	55	Rendah
32	FAG	60	Rendah
33	RA	58	Rendah
34	ACN	84	Sedang

35	PCR	55	Rendah
36	SDK	81	Sedang
Jumlah		**2924**	

Berdasarkan hasil analisis data yang diatas jelas terlihat masih banyak siswa yang rendah percaya diri maka dari itu kelas XI MATLANSOS dapat dikatakan kelas yang memiliki percaya diri cukup rendah. Karena peneliti menggunakan layanan konseling kelompok maka dari itu peneliti hanya memerlukan 8 orang siswa saja untuk dijadikan subjek. Peneliti mengambil siswa berdasarkan nilai angket yang kategori rendah 5 siswa dan kategori sedang 3 siswa, agar terdapat dinamika saat melakukan layanan konseling kelompok dan peneliti juga menerima saran dari guru BK dalam penentuan subjek.

Hasil Analisis Angket Pra-Siklus

Setelah melakukan observasi awal, peneliti melanjutkan dengan penyebaran angket pra-siklus kepada siswa kelas XI MATLANSOS di SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan. Angket ini dirancang untuk mengevaluasi tingkat kepercayaan diri siswa sebelum intervensi dilakukan. Hasil dari angket pra-siklus memberikan gambaran lebih mendalam mengenai kondisi kepercayaan diri siswa dalam berbicara dan berpartisipasi di kelas. Dari hasil angket pra-siklus, ditemukan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam mengekspresikan pendapat mereka secara terbuka. Mereka merasa takut salah atau ditertawakan oleh teman-teman mereka, sehingga memilih untuk diam saat sesi diskusi atau presentasi di kelas. Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun siswa memiliki pemahaman yang cukup terhadap materi, mereka enggan untuk tampil dan berbicara di depan umum.

Analisis lebih lanjut dari angket pra-siklus menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa perlu ditingkatkan melalui pendekatan yang lebih mendukung dan kondusif. Data yang diperoleh dari angket ini akan menjadi dasar bagi peneliti untuk merancang intervensi berupa layanan konseling kelompok yang difokuskan pada peningkatan kepercayaan diri siswa, dengan harapan dapat memperbaiki partisipasi aktif mereka dalam pembelajaran.

Tabel 2.
Hasil Analisis Angket Percaya Diri Siswa Kelas XI MATLANSOS Dalam Mengikuti Layanan Konseling Kelompok Teknik Modeling Simbolik

No	Inisial	Skor	Kategori
1	SDK	81	Sedang
2	FAG	76	Sedang
3	RA	60	Rendah
4	PCR	60	Rendah

5	MR	60	Rendah
6	FR	78	Sedang
7	ANC	84	Sedang
8	HAF	77	Sedang
Jumlah		576	

Keterangan:

Skor	Interval Presentase	Kriteria
91-120	75% - 100%	Tinggi
61-90	50% - 75%	Sedang
30-60	25% - 50%	Rendah

Data tersebut dibandingkan dengan data sebelum melakukan tindakan, terdapat 5 orang siswa yang menunjukkan perubahan, yaitu 4 orang siswa yang berubah dari kategori rendah menjadi sedang, 1 orang siswa tetap pada kategori rendah. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa 5 orang siswa tersebut mulai ada peningkatan percaya diri yang artinya percaya diri yang dilakukan siswa sudah mulai menigkat. Maka analisis datanya adalah sebagai berikut.

$P = \frac{f}{N} \times 100 =$

$P = \frac{5}{8} \times 100\%$

$P = 63\%$

Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus I dengan 2 kali pertemuan, tindakan yang dilakukan peneliti belum optimal. Dimana hasil persentase hanya mencapai 63%. Namun jika dibandingkan dengan persentase sebelum dilaksanakan tindakan kepada siswa kelas XII MATLANSOS mulai ada peningkatan.

Pembahasan

Kegiatan Layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik dalam meningkatkan percaya diri siswa kelas XI MATLANSOS SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan terlaksana dengan baik, dan dapat dibuktikan dari hasil pencapaian siklus II dengan skor 100%. Sebelum melakukan tindakan dengan memberikan layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik peneliti menyebarkan angket kepada seluruh siswa kelas XI MATLANSOS, maka diperolehlah hasil angket yang menyatakan kebanyakan dari siswa percaya dirinya rendah.

Saat tindakan berlangsung pada siklus I dengan pemberian layanan konseling kelompok dengan dua kali pertemuan. Pertemuan pertama masih terkesan biasa saja, dan pertemuan kedua siswa sudah mulai teransang dan aktif dalam kegiatan yang berlangsung, dengan sudah memberikan pendapat dan bertanya. Dan pada siklus ke II dinamika yang terjadi pada anggota kelompok sangatlah hidup dari pertemuan

pertama, adanya tingkatan perubahan yang terjadi dari siswa yang masih enggan bertanya, sudah mulai berani mengajukan pertanyaan. Dan antusias siswa yang semakin tinggi dan aktif dalam berlangsungnya layananan dan teknik.

Peneliti menargetkan keberhasilan tindakan diatas 75% dari hasil analisis angket dari Pra-tindakan, siklus I, sampai ke siklus II. Dimana hasil angket yang diperoleh dari sebelum tindakan 36% dan setelah tindakan di siklus I 63%, dan siklus II meningkat menjadi 100%. Dan ini terlihat jelas bahwa setiap siklusnya mengalami peningkatan dan sudah mencapi target keberhasilan tindakan yang diharapkan.

Hipotesis penelitian ini adalah meningkatkan percaya diri melalui layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik pada siswa kelas XI MATLANSOS SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa percaya diri siswa meningkat setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik, hal ini dibuktikan berdasarkan hasil analisis angket. Maka dalam penelitian ini hipotesis yang diujikan adalah "Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modeling Simbolik Dalam Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan." dapat diterima, artinya layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik dapat meningkatkan percaya diri siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diuraikan pada Bab IV, maka dapat disimpulkan : Percaya diri kelas XI MATLANSOS SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik cenderung rendah. Pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik untuk meningkatkan percaya diri siswa mempunyai pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan percaya diri melalui layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik pada siswa kelas XI MATLANSOS SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan.

Pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik untuk meningkatkan percaya diri siswa mempunyai pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan percaya diri siswa melalui layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik pada siswa kelas XI MATLANSOS SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan. Di prasiklus persentase 38% dan mengalami peningkatan 25% di siklus I dengan hasil persentase 63% dan di siklus II layanan yang diberikan oleh peneliti mengalami peningkatan 37% dan mampu mencapai persentase 100%. Jika dibandingkan dengan persentase siklus I, percaya diri siswa setelah melakukan tindakan pada siklus II terjadi peningkatan yang artinya percaya diri siswa meningkat. Oleh karena itu, kepercayaan diri siswa dapat di atasi melalui layanan konseling kelompok teknik modeling simbolik pada siswa kelas XI MATLANSOS SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan.

DAFTAR PUSTAKA

Alwisol. (2017). Psikologi kepribadian. UMM Press : Malang, 287

Amdani Sarjun, (2016) Panduan Operasional Penyelenggara Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas Jakarta,1

Amdani Sarjun, (2016) Panduan Operasional Penyelenggara Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas Jakarta, 50

Bandura & Wood, (1989) *Effect of percieved controllability and performance atandards on self regulating of complex decision making. Journal of personalityand social psychology,* 805-814.

Bandura (2001), *Self Efficacy and healt. Internasional encyclopedia of the social and behavioral sciences oxford:elsevier science.*

Bandura (2005). *Theories of personality, sixt edition. Social Cognitive Theory.The Mc Graw-Hiil companies*. 470

Bandura, A. (1991) *Self Efficacy Mechanism in Psyhological and Health-*Promoting Behavior, Prentice Hall New Jersey

Bandura, a. (1997) *Self- Efficacy*, *The Ecercise* of *Control*. *New york :W.H Freeman and Company.*

Departemen Agama (2007) RI AL-Qur'an dan Terjemahannya Bandung : Kiaracondong , 50

Dewa Ketut Sukardi, (2010) Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Bandung: PT . Rieneka Cipta, 67

Erman Amti, (2015) Dasar-dasar Bimbingan Konseling Jakarta : PT Rieneka Cipta,105

Febrianti, E. A. & Nawantara, R. D. (2022) Teknik Modeling Simbolis (Alternatif Strategi Pelaksanaan Layanan Konseling di Sekolah)

Hartono Soemardji, (2012) Psikologi Konseling, Jakarta : Kencana Prenada Media *Group,* 39-43.

Herdiansyah, (2011) Metodologi Penelitian Kualitatif Jakarta : Selemba Humanika, 131-132

Moeloeng, (2008) Metodologi Penelitian Kualitatif Bandung, 186.

Prayitno, (1995) Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok, Padang : Ghalia

Ralf Schwarzer, dkk. (2002).*Is General Self-Efficacy a Universal Consstruct.*

S. Nasution (2007) Metode *Research* jakarta : Bumi Aksara, 75

Sinaga, M.H.P, (2022), The role of guidance and counseling service in helping students with academic stress, Journal of Professionals in Guidance and Counseling, 3(2), , 78-86

Septi Rahayu, (2013) Mengatasi masalah percaya diri siswa melalui layanan konseling kelompok pada siswa, Jurnal Skripsi program starta. Universitas Negeri Semarang UNNES, h.38