

**BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK
MODELLING UNTUK MENINGKATKAN
SELF-EFFICACY SISWA-SISWI DI MA DARUT
THOLIBIN BALIK BUKIT LAMPUNG BARAT**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam



Oleh:

RIZAL MAHENDRA

NPM: 1841040376

Program Studi : Bimbingan Dan Konseling Islam

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

RADEN INTAN LAMPUNG

1445 H / 2024 M

**BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK
MODELLING UNTUK MENINGKATKAN
SELF-EFFICACY SISWA-SISWI DI MA DARUT
THOLIBIN BALIK BUKIT LAMPUNG BARAT**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh:

RIZAL MAHENDRA

NPM: 1841040376

Program Studi : Bimbingan Dan Konseling Islam

Pembimbing I: Dr. Mubasit, S.Ag., M.M

Pembimbing II: Umi Aisyah, M.Pd.I

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

RADEN INTAN LAMPUNG

1445 H / 2024 M

ABSTRAK

Seorang siswa dan santri yang tinggal di pesantren dituntut untuk memiliki *self efficacy* yang tinggi karena santri perlu mengembangkan efikasi dalam dirinya agar mampu mengetahui kemampuan yang dimiliki dalam melakukan tugas atau suatu tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu. Ketentuan-ketentuan dalam proses pembelajaran yang harus dipenuhi oleh siswa-siswi yaitu mengerjakan tugas, menanggapi materi pelajaran yang sedang dibahas, dan dapat mengerjakan ujian dengan baik. Ketika kegiatan sekolah selesai, kegiatan pondok juga menuntut agar santri bisa menuntaskan hapalan serta mengikuti segala kegiatan yang ada di pondok pesantren. Untuk memenuhi tuntutan-tuntutan dalam proses pembelajaran, siswa-siswi sering mengalami masalah. Salah satu masalah yang dapat menghambat peserta didik dalam memenuhi tuntutan dalam pembelajaran adalah rendahnya keyakinan peserta didik terhadap kemampuannya untuk bisa memenuhi tuntutan-tuntutan dalam pembelajaran. Sehingga, ketidakyakinan tersebut menimbulkan rasa pesimis dengan kemampuannya sendiri. Hal seperti ini yang membuat para santri kurang yakin dengan kemampuan mereka sehingga mudah putus asa dan kurang bersemangat dalam menjalani aktivitasnya. Oleh sebab itu, siswa perlu mendapatkan layanan bimbingan untuk meningkatkan *self efficacy* nya, Maka dari itu, guru BK memberikan layanan bimbingan kelompok kepada siswa dengan teknik *modelling*. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengerahui proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa di Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

Jenis penelitian ini yaitu *field research* (Penelitian Lapangan), dengan sifat penelitian metode kualitatif deskriptif yaitu yang menggambarkan secara lengkap data yang diperoleh dari wawancara, dokumentasi dan observasi. Sumber data dalam penelitian ini yaitu terdiri dari 10 orang yang meliputi 8 siswa-siswi, 1 guru BK dan Kepala Sekolah. Teknik analisis data pada penelitian ini yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya yang dilakukan guru BK melalui tahapan-tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok, yaitu: 1) tahap persiapan meliputi; menentukan ruangan, materi, teknik, dan waktu pelaksanaan. 2) tahap pelaksanaan meliputi a) tahap pembentukan meliputi; menyiapkan materi berupa video/film yang akan diberikan, berdoa dipimpin oleh pemimpin kelompok, memperkenalkan diri masing-masing, pemimpin kelompok mengungkapkan pengertian dan tujuan layanan bimbingan kelompok

teknik *modelling*, menjelaskan cara-cara dan asas-asas dalam bimbingan kelompok, dan terakhir menyepakati waktu selama berjalannya bimbingan kelompok b) tahap peralihan meliputi; menjelaskan kembali mengenai pengertian dan tujuan layanan bimbingan kelompok, menanyakan kesiapan anggota kelompok, membahas suasana yang terjadi, dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota c) tahap kegiatan meliputi; membahas topik yang telah dipersiapkan, membahas topik bahasan secara bersama-sama dengan tujuan memperoleh pemahaman baru dengan tingkah laku model yang disediakan dalam bentuk rekaman video, film, slide dan gambar, pada tahap ini persiapan teknik modeling simbolik dilaksanakan dengan tujuan belajar mengamati dan meniru tingkah laku model yang disajikan d) tahap pengakhiran Pada tahap ini merupakan tahap berhentinya kegiatan. Dalam pengakhiran ini terdapat kesepakatan kelompok, apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan dan bertemu kembali serta berapa kali kelompok itu bertemu. 3) tahap evaluasi meliputi; evaluasi program, proses dan hasil. Dalam tahap evaluasi ini perubahan *self efficacy* siswa terlihat dari indikator penilaian *self efficacy*, yaitu: Siswa telah memiliki keyakinan mampu untuk menyelesaikan tugas, siswa dapat memberikan motivasi pada diri sendiri, siswa dapat melakukan usaha dengan sungguh-sungguh, berusaha keras, rajin, bertanggung jawab sehingga target atau tugas yang telah ditetapkan dapat tercapai, siswa mengerahkan segala kekuatannya demi terselesaikannya suatu tugas, siswa tidak lagi takut gagal.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik *Modelling*, *Self Efficacy*



SURAT PERYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rizal Mahendra
NPM : 1841040376
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Bimbingan Kelompok Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Siswa Di Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.” adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun sanduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. klumi

Bandar Lampung, Agustus 2023

Penulis,

Rizal Mahendra

NPM. 1841040376



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jl. Bukit Kolih, Endro Surawati Sukarame, Bandar Lampung, Telp. (0711) 703789

PERSELUJUAN

Judul Skripsi

BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK
MODELING UNTUK MENINGKATKAN
SELF-EFFICACY SISWA-SISWI DI MA

DARUT THOLIBIN BALIK BUKIT
LAMPUNG BARAT

Nama

Rizal Mahendra

NPM

1841040376

Jurusan

Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas

Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

Telah dimunagoshahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah

Fakultas Dakwa dan Ilmu Komunikasi
Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Mubasit, S.Ag., MM

Umi Aisyah, M.Pd.I

NIP. 197311141998031002

NIP. 198909012018012003

Mengesahkan

Ketua Jurusan Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Dr. Sri Ilham Tasnion, M.Pd

NIP. 196909151994032002

iii



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jalan Jati Tumbuh, H. Endang Nurrohmah, Telp. (0771) 940130, Subartimulya, Bandar Lampung

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK MODELING UNTUK MENINGKATKAN SELF-EFFICACY SISWA SISWI DI MA DARUT THOLIBIN BALIK BUKIT LAMPUNG BARAT" disusun oleh: Rizal Mahendra, NPM: 1841040376, Program studi: Bimbingan dan Konseling Islam, Telah di ujikan dalam sidang Manaqosyah di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, pada Hari/Tanggal: Selasa, 02 Desember 2020, Pukul 14.30-16.00

TIM PENGUJI

Ketua : Dr. H. Zamhariri, M.Sos.I

Sekretaris : Fiqih Amalia, M.Psi, Psikolog

Penguji I : Hj. Mardiyah, S.Pd., M.Pd

Penguji II : Dr. Mubasit, S.Ag, MM

Penguji Pendamping : Umi Aisyah, M.Pd.I

Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Dr. H. Abdul Syukur, M.Ag

NIP. 196511011995031001

MOTTO

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ
وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

Artinya: “Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri tauladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mendapatkan (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.” (QS. Al-Ahzab : 21)



PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur pada Allah SWT atas terselesaikannya penulisan Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua yang paling saya sayangi, Bapak Barzawan dan Ibu sriyanti, yang telah memberikan kasih sayang dan kepercayaan penuhnya sampai saat ini. Dengan tulus dan ikhlas membesarkan dan mendidik hingga saya sampai berada disini, berkat do'a dan pengorbanannya yang selalu tercurah demi keberhasilan saya.
2. Adik-adikku tercinta rangga dan suci yang telah menjadi penyemangat untuk segera menyelesaikan Skripsi ini.



RIWAYAT HIDUP

Peneliti bernama Rizal.Mahendra, lahir di Desa Kegeringan Kecamatan Batu Brak Kabupaten Lampung Barat, pada tanggal 08 juni 2000. Peneliti merupakan anak pertama dari tiga bersaudara pasangan Bapak Barzawan dengan Ibu Sriyanti.

Pendidikan formal yang telah diselesaikan peneliti sebagai berikut.

1. SD Negeri 1 Kegeringan Kecamatan Batu Brak Kabupaten Lampung Barat lulus pada tahun 2012.
2. SMP Negeri 1 Batubrak Kecamatan Batu Brak Kabupaten Lampung Barat lulus pada tahun 2015.
3. SMK Negeri 1 Liwa Kecamatan Balik Bukit Kabupaten Lampung Barat lulus pada tahun 2018.

Pada tahun 2018 peneliti terdaftar sebagai Mahasiswa S-1 Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Raden Intan Lampung melalui jalur Mandiri. Selama perkuliahan peneliti mengikuti organisasi yang ada pada kampus yaitu PMII.



Bandar Lampung, Agustus 2023

Yang Membuat,

Rizal Mahendra

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT karena berkat Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat beserta salam semoga senantiasa terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya, hingga kepada umatnya hingga akhir zaman, Aamiin.

Penulisan Skripsi ini merupakan salah satu persyaratan untuk menyelesaikan program Strata Satu (S1) Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi di UIN Raden Intan Lampung.

Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Abdul Syukur M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dan Ibu Umi Aisyah, M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.
3. Bapak Dr. Mubasit,S.Ag.,M.M selaku pembimbing I (satu) dan Ibu Umi Aisyah,M.Pd.I selaku pembimbing II (dua). Ditengah kesibukan aktivitasnya, beliau masih meluangkan waktu, tenaga, serta fikirannya untuk memberi bimbingan, masukan dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini kepada penulis, sehingga penulis memahami apa yang penulis teliti dan penulis tulis dengan detail.
4. Kyai H. Agus Mualif selaku Pengasuh Pondok Pesantren Dharut Tholibin , Siti Komariyah selaku Kepala MA Daruth Tholibin Bapak Samsul Bahri, S.Ag selaku guru BK MA Daruth Tholibin yang membantu serta memudahkan penulis dalam melakukan penelitian dan menyediakan tempat, waktu dan data-data yang diperlukan oleh penulis.
5. Adik-adikku di Pondok Pesantren Dharut Tholibin , Ria, Muhamad, Amel, Azka, Marlon, Mela, Rara, dan Angga telah membantu penulis untuk mendapatkan wawancara mengenai bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang selalu mengarahkan penulis untuk mencapai tahap maksimal dalam penulisan skripsi ini dan terimakasih atas didikannya selama diperkuliahan, semoga ilmu yang Bapak dan Ibu berikan bermanfaat bagi penulis di masa depan.

7. Ahmad Fajri sebagai teman yang selalu memacu semangat penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman seperjuanganku angkatan 2018 jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang selalu membantu dan memberi arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung yang sangat berjasa dalam mendidik dan membimbing penulis untuk lebih baik lagi.
10. Semua pihak yang ikut serta dalam membantu penyelesaian skripsi ini.

Semoga segala keikhlasan dan ketulusan hati ini yang diberikan mendapat balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi sedikit harapan semoga skripsi ini dapat bergna dan bermanfaat agi kita semua, Amin Yarobbal ‘Alamin.

Bandar Lampung, Agustus 2023
Penulis,



Rizal Mahendra

DAFTAR ISI

| | |
|------------------------------------|-------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| ABSTRAK..... | ii |
| PERNYATAAN | iii |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING..... | iii |
| PENGESAHAN | iv |
| MOTTO..... | v |
| PERSEMBAHAN..... | vi |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP..... | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL..... | xii |
| DAFTAR GAMBAR | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiv |

BAB I PENDAHULUAN

| | |
|--|----|
| A. Penegasan Judul..... | 1 |
| B. Latar Belakang Masalah | 3 |
| C. Identifikasi Masalah | 9 |
| D. Fokus dan Sub Fokus Penelitian..... | 10 |
| E. Rumusan Masalah..... | 10 |
| F. Tujuan dan Manfaat Penelitian | 10 |
| G. Penelitian Terdahulu yang Relevan | 11 |
| H. Metode Penelitian | 15 |
| I. Sistematika Penulisan | 21 |

BAB II BIMBINGAN KELOMPOK, TEKNIK *MODELLING DAN SELF EFFICACY*

| | |
|--|-----------|
| A. Bimbingan Kelompok | 25 |
| 1. Pengertian Bimbingan Kelompok | 25 |
| 2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok | 26 |
| 3. Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok | 27 |
| 4. Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok .. | 27 |
| 5. Asas-Asas Pada Layanan | |

| | |
|--|-----------|
| Bimbingan Kelompok | 28 |
| 6. Isi Layanan Bimbingan Kelompok | 29 |
| 7. Teknik Bimbingan Kelompok | 30 |
| 8. Tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Modelling</i> | 34 |
| B. Teknik <i>Modelling</i> | 36 |
| 1. Pengertian Teknik <i>Modelling</i> | 36 |
| 2. Tujuan dan Manfaat Teknik <i>Modelling</i> | 39 |
| 3. Prinsip-prinsip <i>Modelling</i> | 39 |
| 4. Jenis <i>Modelling</i> | 40 |
| C. <i>Self Efficacy</i> | 42 |
| 1. Pengertian <i>Self Efficacy</i> | 42 |
| 2. Dimensi <i>Self Efficacy</i> | 44 |
| 3. Perkembangan <i>Self Efficacy</i> | 45 |
| 4. Indikator Penilaian <i>Self Efficacy</i> | 46 |
| 5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i> | 47 |
| 6. Upaya Meningkatkan <i>Self Efficacy</i> | 48 |

BAB III BIMBINGAN KELOMPOK DI MADRASAH

ALYIAH DARUT THOLIBIN BALIK BUKIT

LAMPUNG BARAT

A. Gambaran Umum Madrasah Aliyah Darut- Tholibin Balik Bukit Lampung Barat53

1. Sejarah Pondok Pesantren Darut Tholibin
Balik Bukit Lampung Barat53
2. Visi, dan Misi Madrasah Aliyah
Darut Tholibin Balik Bukit Lampung
Barat53
3. Struktur Organisasi Madrasah
Aliyah Darut Tholibin Balik
Bukit Lampung Barat54
4. Data Guru Madrasah Aliyah
dan pengasuh Darut Tholibin
Balik Bukit Lampung Barat54

| | |
|--|-----------|
| B. Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Modelling</i> Untuk Meningkatkan <i>Self Efficacy</i> Siswa Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat | 56 |
| 1. <i>Self Efficacy</i> Siswa Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat | 56 |
| 2. Proses Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Modelling</i> Di Madrasah Aliyah Darut Tholibin..... | 62 |

| | |
|---|-----------|
| BAB IV ANALISIS PROSES BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK <i>MODELLING</i> UNTUK MENINGKATKAN <i>SELF-EFFICACY</i> SISWA DI MADRASAH ALIYAH DARUT THOLIBIN BALIK BUKIT LAMPUNG BARAT | 81 |
|---|-----------|

| | |
|----------------------|----|
| BAB V PENUTUP | |
| A. Kesimpulan | 95 |
| B. Saran | 97 |

DAFTAR RUJUKAN

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 3.1 Data Guru dan Pegawai di Madrasah Aliyah Darut Tholibin | 55 |
|--|----|



DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|-----|
| Gambar 3.1 Struktur Organisasi Madrasah Aliyah Darut Tholibin | 106 |
| Gambar 3.2 Struktur Organisasi Siswa Intra Madrasah Aliyah Darut Tholibin | 106 |
| Gambar 3.3 Data Guru dan Pegawai MTs Daruth Tholibin Serdang | 107 |
| Gambar 3.4 Grafik Data Anak Lksa Darut Tholibin..... | 108 |
| Gambar 3.5 Visi dan Misi LKSA Darut Tholibin..... | 108 |
| Gambar 3.6 Peneliti memberikan materi pada peserta didik | 109 |
| Gambar 3.7 Peneliti melakukan wawancara dengan peserta didik..... | 109 |
| Gambar 3.8 Peneliti melakukan penayangan vidio pada peserta didik..... | 110 |
| Gambar 3.9 Peneliti menjelaskan vidio yang ditayangkan pada peserta didik | 110 |
| Gambar 4.1 Peneliti melakukan presentasi dengan peserta didik..... | 111 |
| Gambar 4.2 Peneliti melakukan dokumentasi bersama dengan peserta didik | 112 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk memudahkan dan mencegah adanya kesalahpahaman terhadap pemaknaan judul maka diperlukan adanya uraian terhadap arti kata yang dimaksudkan dalam penulisan proposal. Dengan adanya uraian tersebut diharapkan tidak terjadi kesalahpahaman terhadap pemaknaan judul dan juga diharapkan akan memperoleh gambaran yang jelas dari makna yang dimaksud.

Bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan kepada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu, bimbingan kelompok diberikan dalam suasana kelompok selain itu juga bisa dijadikan media penyampaian informasi sekaligus juga bisa membantuseorang menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat.¹ Bimbingan kelompok adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk berpartisipasi aktif dan berbagai pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.² Bimbingan kelompok yang dimaksudkan didalam penelitian ini adalah bimbingan yang diberikan di dalam sebuah kelompok dengan cara menonton film sebagai sarana untuk meningkatkan *self efficacy* santri yang didampingi oleh guru madrasah aliyah dan juga peneliti.¹

¹ Prayitno dan Amti, *Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktek* (Jakarta: Asdi Mahasatya, 2015), h.2.

²Rusmana dan Nandang. *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah Metode, Teknik Dan Aplikasi* (Bandung: Rizkqi Press, 2009), h.13

³ Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Pespektif Islam* (Jakarta: kencana, 2004), 43.

⁴ Ni Wayan Rumiani, Ni Ketut Suarni, Dewi Arum Widhyanti Metra Putri, "Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modeling Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII 6 SMPN

Teknik *modelling* adalah teknik konseling dalam pendekatan *behavioral* yang berakar dari teori Albert Bandura dalam teori belajar sosial, yaitu untuk mengubah menambah maupun mengurangi tingkah laku individu dengan belajar melalui observasi langsung untuk meniru perilaku orang maupun tokoh yang ditiru (model) sehingga individu memperoleh tingkah laku baru yang diinginkan.³ Teknik *modelling* merupakan cara atau prosedur yang dilakukan menggunakan media seperti film, video, dan buku pedoman. *Modelling* simbolik dilakukan dengan cara mendemonstrasikan perilaku yang dikehendaki atau yang hendak dimiliki siswa melalui media, dalam penelitian ini menggunakan film.⁴ Teknik *modelling* yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah sikap yang ditunjukkan oleh seseorang di dalam sebuah film dimana dari seseorang tersebut santri dapat belajar mengenai berbagai perilaku baru yang akan meningkatkan *self efficacy* mereka.

Self Efficacy adalah kemampuan menilai diri sebagai bagian dari evaluasi individu mengenai keyakinan atas kemampuan dirinya untuk melaksanakan suatu tugas, mencapai

tujuan, dan mengatasi masalah dengan tuntutan yang ada. *Self Efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan apa yang dipersyaratkan.⁵ Menurut Bandura dalam Feist mendefinisikan *self Efficacy* sebagai keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan.⁶ *Self efficacy* yang dimaksudkan di dalam penelitian ini adalah kemampuan santri untuk mengatur diri sendiri dan mengimbangi berbagai tugas sekolah dan juga tugas-tugas yang ada di pesantren sehingga mereka tidak terbebani dengan tugas-tugas tersebut dan lebih percaya diri dalam menjalani tugas-tugas tersebut.

Siswa Madrasah Aliyah merupakan remaja akhir, yang memiliki karakteristik unik karena berada pada sebuah lembaga pendidikan yang berbasis agama.⁷ Yang menjadi subyek dalam penelitian ini merupakan Siswa Madrasah Aliyah yang tinggal di Pondok Pesantren Dharut Tholibin.

Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat adalah salah satu pondok pesantren yang ada di Lampung Barat yang berada di Pekon Way Mengaku Kecamatan Balik Bukit Kabupaten Lampung Barat. Yang menggunakan kurikulum yang berlaku ditambah dengan ilmu agama. Pesantren Darut-Tholibin mempunyai Madrasah Aliyah dikelola di dalam pondok pesantren.²

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diperjelas kembali bahwa yang dimaksud dalam pembahasan proposal judul ini adalah bimbingan kelompok dengan cara menonton film untuk membangun semangat mereka dalam meniru tokoh yang ada di dalam film tersebut sehingga akan memicu semangat dan meningkatkan kemampuan siswa madrasah Aliyah untuk mengatur diri sendiri dan mengimbangi berbagai tugas sekolah dan juga tugas-tugas yang ada di pesantren sehingga mereka tidak terbebani dengan tugas-tugas tersebut dan lebih percaya diri dalam menjalani tugas-tugas tersebut.

B. Latar Belakang Masalah

Siswa merupakan anak usia remaja yang berada disekolah yang berperan menerima pengetahuan dan wawasan yang diberikan oleh guru, siswa juga dituntut untuk memenuhi

⁵ Ade Herdian, Frischa Meivilona Yendi, “Teknik Modelling: Sebuah Alternatif dalam Peningkatan Self-Efficacy Akademik”, *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* Vol. 4 No.3 (2019)

⁶ Feist, Jess dan Gregory J. Feist, *Teori Kepribadian Theories of Personality* (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), h. 212.

⁷ Budi Astuti (Dosen BK FIP Universitas Negeri Yogyakarta), “Mengenal Perkembangan Siswa Madrasah Aliyah”, Makalah Pada Pelatihan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madrasah Aliyah Negeri atau Swasta Hotel Lingga Bandung, 04-05 November 2008

⁸ Ade Herdian, Frischa Meivilona Yendi, “Teknik Modelling: Sebuah Alternatif dalam Peningkatan Efficacy Akademik”, *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* Vol.4 No.1 (2019)

ketentuan-ketentuan dalam proses pembelajaran. Ketentuan-ketentuan dalam proses pembelajaran tersebut misalnya, peserta didik diwajibkan mengerjakan tugas, menanggapi materi pelajaran yang sedang dibahas, dan dapat mengerjakan ujian dengan baik.⁸

Selain kegiatan sekolah, siswa yang berperan juga sebagai santri juga memiliki kegiatan yang lebih beragam. Siswa yang berperan sebagai santri yang berada di pondok pesantren memiliki tugas yang lebih banyak dibandingkan dengan anak yang berada disekolah pada umumnya, disekolah sebagai peserta didik yang menerima pengetahuan dan wawasan yang diberikan oleh guru, juga dituntut untuk memenuhi ketentuan- ketentuan dalam proses pembelajaran.

Ketentuan-ketentuan dalam proses pembelajaran tersebut misalnya, peserta didik diwajibkan mengerjakan tugas, menanggapi materi pelajaran yang sedang dibahas, dan dapat mengerjakan ujian dengan baik. Ketika kegiatan sekolah selesai, kegiatan pondok juga menuntut agar santri bisa menuntaskan hapalan serta mengikuti segala kegiatan yang ada di pondok pesantren. Untuk memenuhi tuntutan-tuntutan dalam proses pembelajaran, peserta didik dapat mengalami masalah. Salah satu masalah yang dapat menghambat peserta didik dalam memenuhi tuntutan dalam pembelajaran adalah rendahnya keyakinan peserta didik terhadap kemampuannya untuk bisa memenuhi tuntutan-tuntutan dalam pembelajaran.⁹

Seorang siswa dan santri yang tinggal di pesantren dituntut untuk memiliki *self efficacy* yang tinggi karena santri perlu mengembangkan efikasi dalam dirinya agar mampu mengetahui kemampuan yang dimiliki dalam melakukan tugas atau suatu tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu. Santri yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan selalu merasa optimis dalam menghadapi setiap masalah yang ada di dalam kelas maupun di luar kelas, tidak ragu memilih sebuah pilihan, memiliki pandangan masa depan yang cerah, menerima kekurangan serta menerima kritikan. Perilaku-perilaku tersebut akan mendorong santri menjadi individu yang mampu mengaktualisasikan dirinya secara optimal. santri dengan efikasi

diri tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian disekitarnya, sedangkan santri dengan efikasi diri yang rendah menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada di sekitarnya.

Dalam situasi yang sulit, seorang santri dengan efikasi diri yang rendah cenderung mudah menyerah. Sementara santri dengan efikasi diri yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada.¹⁰ Hal ini dapat terjadi mengingat padatnya kegiatan santri yang ada di pondok pesantren karena mereka memiliki peran ganda yaitu sebagai seorang santri dan juga sebagai siswa sekolah.

Berdasarkan hasil observasi pada Pondok Pesantren Darut Tholibin Kecamatan Balik Bukit Lampung Barat, Padatnya kegiatan di pondok maupun kegiatan sekolah membuat mereka harus pintar dalam membagi waktu. Apalagi bagi mereka seorang santri yang mempunyai tenggat hapalan kitab-kitab tertentu dan juga bagi beberapa santri yang memiliki tuntutan hafalan al-Quran. Terkadang hal seperti ini yang membuat mereka menjadi kurang yakin akan kemampuannya, merasa terbebani yang menimbulkan permasalahan. Menjadi seorang santri mereka harus mampu membagi waktu antara kegiatan sekolah maupun kegiatan pondok. Selain itu mereka juga menghadapi beberapa hambatan dalam mengerjakan tugas sekolah ataupun ketika proses menghafal Al-Qur'an. Hambatan yang sering terjadi biasanya muncul rasa malas, mengantuk karena padatnya

kegiatan pondok, kecapekan, menemui kesulitan dalam belajar ataupun kesulitan dalam menghafal Al-Qur'an sering bolos kegiatan dan sering terlambat dalam mengikuti kegiatan pondok karena mereka susah manajemen waktu yang mereka miliki. Disamping itu mereka juga mengalami rasa bosan, jenuh dalam proses menghafal, terkadang timbul rasa pesimis dengan kemampuannya dalam mengerjakan tugas sekolah ataupun dalam menghafal. Hal seperti ini yang membuat para santri kurang yakin dengan kemampuan mereka sehingga mudah putus asa dan kurang bersemangat dalam menjalani aktivitasnya. Keadaan ini jika diteruskan akan menghambat produktivitas mereka dalam

mencapai keberhasilan menuju cita-citanya.¹¹

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self efficacy* peserta didik adalah dengan penggunaan layanan konseling bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok sendiri dapat diartikan sebagai suatu layanan yang digunakan untuk pengembangan diri seseorang dilakukan secara berkelompok yang terencana dan terorganisasi.

Selanjutnya, bimbingan kelompok juga menjadi pilihan diberbagai latar sekolah, perguruan tinggi, masyarakat, lembaga pemerintah hingga lembaga masyarakat luas. Hal ini mengacu bahwa bimbingan kelompok sendiri jika dilihat dari sisi kuantitas, sisi efisiensi, sisi strategi, sisi kualitas dan efektivitas, dan sisi materinya sangat mudah diaplikasikan dalam hal apapun. Misalnya dari segi kualitas, dapat memudahkan konselor dalam penggunaan dinamika kelompok yang memberikan ketentuan secara konstruktif sampai tujuan dari layanan bimbingan kelompok berjalan lancar. Dari segi materipun bimbingan kelompok mampu menyesuaikan dengan kebutuhan anggota kelompok berdasarkan kesepakatan bersama.¹²

Pada umumnya bimbingan kelompok menggunakan konsep dinamika kelompok, yaitu teknik yang melibatkan anggota kelompok seperti sosial drama, bermain peran dan semua gaya atau perlakuan lainnya. Teknik modelling merupakan diantara proses layanan yang melibatkan kelompok. Bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* tersebut merupakan istilah yang sangat umum untuk menunjukkan sebuah terjadinya proses pembelajaran melalui sebuah pengamatan atau mengamati dari orang lain sehingga perubahan yang terjadi melalui peniruan tertentu.¹³

Bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* adalah bimbingan kelompok dengan terapi tingkah laku yang sistematis tentang prinsip-prinsip belajar dan perubahan tingkah laku menggunakan model yang mendemostrasikan tingkah laku yang ingin dibentuk. Pada prinsipnya, bertujuan untuk memperoleh perilaku baru, mengeliminasi perilaku lama yang merusak diri dan memperkuat, serta mempertahankan perilaku yang diinginkan yang lebih sehat. Tujuan bimbingan kelompok teknik

modelling adalah untuk merubah perilaku dengan mengamati model yang akan ditiru agar siswa memperkuat perilaku yang sudah terbentuk.³

Melalui layanan bimbingan kelompok, siswa diberikan bahasan mengenai *self efficacy* yang pada nantinya diharapkan dapat meningkatkan perkembangan diri santri, dan untuk mencegah timbulnya permasalahan pada santri dan menghambat perkembangan potensi santri dan dapat menunjang perkembangan yang optimal bagi santri.¹⁵

Permasalahan rendahnya *self efficacy* santri atau siswa ini sudah banyak terjadi, hal ini dapat dilihat dari penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Hardianto, Erlamsyah, & Nurfahanah yang menemukan rendahnya keyakinan diri peserta didik terhadap kemampuannya untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah, sehingga menimbulkan perilaku mencontek.¹⁶ Selanjutnya masalah rendahnya *self efficacy* akademik juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Johanda, Karneli, dan Ardi yang menemukan rendahnya keyakinan diri siswa terhadap kemampuannya dalam mengerjakan tugas sekolah.¹⁷

Penelitian terdahulu juga menyatakan bahwa pemberian teknik modeling melalui konseling kelompok terbukti dapat meningkatkan *self efficacy* dimana semakin baik pemberian teknik modeling melalui konseling kelompok digunakan dalam

¹⁶ Hardianto, Erlamsya dan Nurfahanah, “Hubungan antara Self-Efficacy Akademik dengan Hasil Belajar Siswa”, *Jurnal Konselor* (2016), <https://doi.org/10.24036/02014312978-0-00>.

¹⁷ Johanda, Karneli dan Ardi, “Self Efficacy Siswa dalam Menyelesaikan Tugas Sekolah SMP Negeri 1 Ampek Angkek”, *Jurnal Neokonseling* (2019).

¹⁸ Prapti Madyo Ratri, Wiwien Dinar Pratisti, “Teknik Modeling dan Bimbingan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa SMP X Surakarta”, *Jurnal Ilmiah Psikologi* Vol.4 No.2 (2019)

¹⁹ Aliqol Ana, Mungin Edy Wibowo dan Wagimin, “Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Self Efficacy dan Harapan Hasil (Outcome Expectations)Karir Siswa”, *Jurnal Bimbingan Konseling (JUBK)* Vol.6 No.1 (2017)

menangani siswa yang memiliki *self efficacy* akademik yang rendah semakin baik hasil yang didapatkan. Selain itu, teknik *modelling* dan bimbingan konseling kelompok efektif dapat meningkatkan motivasi belajar siswa SMP dengan Tingkat motivasi belajar siswa sebelum diberikan intervensi termasuk dalam kategori sedang, sedangkan setelah diberikan intervensi tingkat motivasi belajar siswa dalam kategori tinggi dan sangat tinggi.¹⁸

Hasil penelitian penerapan bimbingan kelompok teknik *role playing* efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* karir dan harapan hasil (*outcome expectation*) siswa.¹⁹ Tingkat efikasi diri remaja panti asuhan berada pada pada kategori rendah sedang. Layanan bimbingan kelompok yang dilakukan dapat meningkatkan efikasi diri, hal itu terlihat dari peningkatan skor rata-rata, dan melalui analisis statistik diketahui bahwa $t_{hit} > 2,897$ lebih besar dari $t_{tab} (2.000)$, dan nilai signifikansi $0,005 < 0.05$. Dengan demikian layanan bimbingan kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan⁴

efikasi diri remaja panti asuhan. Bimbingan kelompok teknik *modelling* memiliki pengaruh, mempunyai sumbangsih tinggi dalam meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-Hidayah Tulungagung²¹ Masalah rendahnya *self efficacy* akademik pada peserta didik dapat dilihat pada penelitian sebelumnya yang dilakukan Hardianto, Erlamsyah, & Nurfahanah yang menemukan rendahnya keyakinan diri peserta didik terhadap kemampuannya untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah, sehingga menimbulkan perilaku mencontek.²² Selanjutnya masalah rendahnya *self efficacy* akademik juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Johanda,

⁴ ¹⁴ Muzdalifah dan Nur'aini, "Pengaruh Bimbingan Kelompok dan Self-Efficacy terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa", *Analitika* Vol.10 No.1 (2018)

¹⁵ Solihin, Arifin Nur Budiono, Wahyuni, "Upaya Meningkatkan Self Efficacy Siswa Melalui Pemberian Bimbingan Kelompok di MTs Al-Ma'arif Wuluhan", *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*

Karneli, & Ardi yang menemukan rendahnya keyakinan diri siswa terhadap kemampuannya dalam mengerjakan tugas sekolah.²³

Berdasarkan hasil Observasi penelitian dan penelitian terdahulu bahwa bahwa dalam aktivitas keseharian siswa yang juga berperan sebagai santri, mereka mengalami hambatan-hambatan yang mengganggu proses belajar mereka. Tuntutan hafalan, muroja'ah dan banyaknya tugas akademik membuat mereka harus mampu mengimbangnya dengan baik. Sebagai santri mereka harus telaten, sabar dan tekun demi mencapai kesuksesan dan cita-citanya. Oleh karena itu, mereka harus meyakini setiap kemampuan yang ada pada diri mereka, baik dalam hal tugas akademik maupun pesantren. Dengan demikian diperlukan adanya penelitian terkait Bimbingan Kelompok Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Siswa di Madrasa Aliyah Darut- Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.⁵

C. Identifikasi Masalah

1. Padatnya kegiatan di pondok maupun kegiatan sekolah membuat membuat siswa kesulitan manajemen waktu. Apalagi bagi mereka seorang santri yang mempunyai tenggat hapalan kitab-kitab tertentu dan juga bagi beberapa santri yang memiliki tuntutan hafalan al-Quran.
2. Rasa malas, kecapekan dan mengantuk karena padatnya kegiatan pondok dan sekolah.

⁵ ²⁰ Nurul Aetika, *Self Efficacy* Remaja Panti Asuhan dan Peningkatannya Melalui Pendekatan Bimbingan Kelompok”, *Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling* Vol.5 No.2 (2015)

²¹ Rizky Faridatul Latifah dan Febranti Putri Navion, “Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Modelling untuk Meningkatkan Self Efficacy Mahasantri”, *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol.4 No.1 (2021)

²² Hardianto, Erlamsyah dan Nurfahanah, “Hubungan antara Self-Efficacy Akademik dengan Hasil Belajar Siswa”, *Jurnal Konselor* (2016) <https://doi.org/10.24036/02014312978-0-00>.

²³ Johanda, Karneli dan Ardi, “Self Efficacy Siswa dalam Menyelesaikan Tugas Sekolah SMP Negeri 1 Ampek Angkek”, *Jurnal Neokonseling* (2019).

3. Sering bolos kegiatan dan sering terlambat dalam mengikuti kegiatan pondok karena mereka susah memanajemen waktu yang mereka miliki.
4. mereka juga mengalami rasa bosan, jenuh dalam proses menghafal, terkadang timbul rasa pesimis dengan kemampuannya dalam mengerjakan tugas sekolah ataupun dalam menghafal.

D. Fokus dan Sub-Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan kepada proses bimbingan kelompok teknik *modelling* untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

Adapun sub fokus pada penelitian ini adalah: Proses Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan fokus dan subfokus penelitian yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah terkait dengan penelitian yaitu: Bagaimana Proses Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat?

F. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Untuk Mengetahui Proses Bimbingan Kelompok Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut- Tholibin Balik Bukit Lampung Barat

2. Manfaat Penelitian

Secara Teoritis, diharapkan dapat menjadi kontribusi terhadap perkembangan ilmu pengetahuan:

- a. Bagi Akademis, memberikan masukan bagi pengembangan ilmu pengetahuan secara umum maupun bimbingan ilmu bimbingan konseling Islam.
- b. Bagi Penulis, dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan bagi penulis mengenai Bimbingan Kelompok Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan *Self- Efficacy* Siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

Secara Praktis, diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan:

- a. Untuk Pengurus Pondok Pesantren, sebagai masukan dan sekaligus evaluasi diri khususnya bagi Pengurus Pondok dan sekolah dalam hal bimbingan dan konseling untuk meningkatkan *self- efficacy* santri.
- b. Untuk Siswa dan santri, sebagai salah satu informasi untuk meningkatkan *self efficacy* agar mereka bisa mengatasi berbagai permasalahan yang ada di sekolah dan Pondok Pesantren.

G. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Sebagai acuan dalam penelitian ini, penulis menggunakan kajian pustaka penelitian terdahulu sebagai landasan berpikir dan sebagai acuan untuk mengembangkan pemikiran penulis. Adapun tinjauan pustaka yang penulis gunakan adalah sebagai berikut:

1. Nurul Atieka Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Metro Tahun 2015 yang berjudul “*Self Efficacy* Remaja Panti Asuhan dan Peningkatannya Melalui Pendekatan Bimbingan Kelompok”.²⁴ Fokus Penelitian ini untuk mengetahui gambaran serta meningkatkan efikasi diri remaja panti asuhan dengan memberikan bimbingan kelompok, metode yang digunakan pendekatan kuantitatif dengan populasi penelitian yaitu remaja panti asuhan usia sekolah menengah atas dengan jumlah 120 . Sampel penelitian berjumlah 51 remaja panti asuhan untuk kelompok kontrol, dan 14 remaja panti asuhan untuk kelompok eksperimen. Penentuan sampel dengan menggunakan teknik

proportional Random sampling. Hasil penelitiannya adalah Efikasi remaja panti asuhan kota Metro berada pada kategori rendah dan sedang. Panti asuhan yang memiliki fasilitas dan kesempatan yang cukup luas bagi anak asuhnya untuk melakukan sosialisasi dengan lingkungan dan akses pendidikan, cenderung berada pada kategori sedang. Sementara, panti asuhan yang terbatas fasilitas dan akses pengembangan diri bagi penghuninya cenderung efikasi diri remaja panti berada pada kategori rendah.⁶

Perbedaannya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada objek penelitiannya yaitu peningkatan *self efficacy* pada siswa Madrasah Aliyah yang tinggal di pondok pesantren sedangkan pada penelitian terdahulu ini pada anak panti asuhan dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif sedangkan penelitian terdahulu menggunakan pendekatan kuantitatif.

2. Rizky Faridatul Latifah, Febranti Putri Navion Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung Tahun 2021 dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Modelling untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Mahasantri”.²⁵ Fokus penelitian ini untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik modelling dalam meningkatkan self-efficacy mahasantri. Metode yang dipilih adalah kuantitatif eksperimen jenis quasi eksperimental design model nonequivalent control group design. Populasi penelitian ini berjumlah 20 mahasantri dengan sampel 12 mahasantri dengan self-efficacy sedang dan rendah berdasarkan hasil pre-test yang kemudian dilakukan pembagian kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kontrol. Metode analisis menggunakan uji paired sample t test, uji independent sample t test dan uji N

⁶ ²⁴ Nurul Aetika, *Self Efficacy* Remaja Panti Asuhan dan Peningkatannya Melalui Pendekatan Bimbingan Kelompok”, *Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling* Vol.5 No.2 (2015).

²⁵ Rizky Faridatul Latifah dan Febranti Putri Navion, “Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Modelling untuk Meningkatkan Self Efficacy Mahasantri”, *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol.4 No.1 (2021).

Gain Score. Hasil penelitiannya adalah bimbingan kelompok teknik *modelling* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *self efficacy* mahasiswa yang dibuktikan pada perbedaan nilai pre-test dan post-test pada kedua kelompok. Perilaku mahasiswa yang menggambarkan *self-efficacy* rendah seperti malas dalam menghafal, menunda-nunda dalam mengerjakan tugas, menghindari tugas yang sulit mengalami penurunan setelah mendapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik *modelling*. Penggunaan teknik *modelling* dirasa bisa memberikan sumbangsih untuk menuntaskan permasalahan dan membantu mahasiswa memperoleh perilaku baru dari tokoh yang memerankan dalam video kemudian dapat menirunya untuk dijadikan patokan ke arah yang lebih positif pada kehidupan mahasiswa. Sehingga mahasiswa dapat mencontoh ataupun mengurangi perilaku mereka sehingga dapat mengokohkan perilaku yang sudah tertata kemudian mengurangi perilaku yang kurang baik untuk membentuk perilaku baru.

Perbedaannya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada metode penelitian yang akan dilakukan yaitu menggunakan pendekatan kualitatif dan objek yang dijadikan penelitian siswa Madrasah Aliyah yang juga berperan sebagai santri yang ada dipondok sementara penelitian terdahulu adalah mahasiswa dimana mahasiswa ini adalah mahasiswa dan juga santri.

3. Ovidia Risma Safitri dan Najlatun Naqiyah Mahasiswa Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya Tahun 2021 dengan judul “Studi kepustakaan teknik modeling untuk *academic efficacy* peserta didik sekolah menengah”.²⁶ Fokus penelitian ini bahwa teknik modeling bisa diterapkan untuk memaksimalkan *academic efficacy* didalam diri peserta didik. Dalam penelitian ini mengimplementasikan jenis penelitian studi kepustakaan yang bersumber data sebanyak 12 jurnal dengan pengumpulan data secara dokumentasi. Analisis data yang dipergunakan pada penelitian kali ini merupakan teknik analisis isi. Berdasarkan dari studi kepustakaan dengan sumber kajian sebanyak 12 jurnal

menunjukkan bahwa teknik modeling efektif digunakan untuk peningkatkan *academic efficacy* peserta didik pada taraf sekolah menengah. Peningkatan tersebut terjadi pada peserta didik dengan tingkat *academic efficacy* rendah hingga meningkat menjadi tinggi. Penerapan teknik modeling dilakukan melalui pemberian layanan berupa bimbingan kelompok, konseling kelompok, maupun layanan penguasaan konten. Bentuk-bentuk teknik *modelling* yang digunakan juga bervariasi dari *live model*, *symbolic model*, dan *multiple model*.

Perbedaan dengan penelitian ini adalah metode penelitiannya menggunakan pendekatan kualitatif dan lebih berfokus pada siswa yang berperan juga sebagai santri dan berfokus pada *self efficacy* secara keseluruhan baik akademik maupun di pondok sementara penelitian terdahulu berfokus pada *academic efficacy* siswa dan metode yang digunakan juga metode penelitian kepustakaan.

4. Ade Herdian dan Frischa Meiviolana Yendi Universitas Negeri Padang dengan judul “Teknik Modelling: Sebuah Alternatif dalam peningkatan *Self Efficacy* Akademik”,²⁷ Fokus penelitian ini bahwa teknik modeling bisa diterapkan untuk memaksimalkan *academic efficacy* didalam diri peserta didik. Berkaitan dengan masalah rendahnya *self efficacy* akademik pada peserta didik, maka guru Bimbingan dan Konseling dapat menggunakan contoh seseorang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi pada klien. Klien dapat mengamati perilaku model, sehingga klien dapat mencontoh perilaku model yang memiliki *self efficacy* akademik tinggi tersebut.⁷

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah teknik modeling yang digunakan yaitu dengan menggunakan film sementara penelitian ini tidak dijelaskan teknik modeling

⁷ ²⁶ Olivia Risma Safitri dan Najlatun Naqiyah, “Studi Kepustakaan Teknik Modeling untuk *Academic Efficacy* Peserta Didik Sekolah Menengah”, *Jurnal Kopasta* Vol.8 No.1 (2021)

²⁷ Ade Herdian dan Frischa Meiviolana Yendi, “Teknik Modelling: Sebuah Alternatif dalam peningkatan *Self Efficacy* Akademik”, *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* Vol.4 No.3 (2019)

apa yang digunakan dan metode yang digunakan pun tidak dijelaskan didalam jurnalnya hanya solusi permasalahan *self efficacy* nya saja yaitu dengan teknik modelling.

5. Novia Indawasih, Retnaningdyastuti, Agus Setiawan Universitas PGRI Semarang dengan judul “Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik Terhadap Efikasi Diri Siswa”.²⁸ Fokus penelitian ini pada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik terhadap efikasi diri siswa. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif melalui metode penelitian True Experimental Design dengan model Pre-test Post-test Control Group Design. Hasil penelitian menyatakan ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik terhadap efikasi diri siswa kelas XI jurusan Desain Grafis SMK N 11 Semarang pada taraf signifikansi 5%. Dengan demikian menunjukkan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik terhadap efikasi diri siswa.

Perbedaan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian ini adalah metode yang digunakan yaitu metode kualitatif sementara penelitian ini menggunakan metode kuantitatif.

H. Metode Penelitian

Untuk menghindari dan memahami suatu permasalahan agar hasil penelitian yang dilaksanakan dapat mencapai hasil yang optimal sebagaimana diharapkan maka perlu bagi seorang peneliti menggunakan suatu metode dalam melaksanakan penelitian.

1. Jenis Penelitian dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan (*Field research*) yaitu penelitian yang dilakukan dilapangan dalam kancah yang sebenarnya. Karena pada dasarnya penelitian lapangan merupakan penelitian yang dilakukan

untuk menggali data yang bersumber dari lokasi atau lapangan penelitian. Sehingga dengan metode ini akan mendapatkan informasi-informasi dan data yang terdapat pada Siswa Madrasah Aliyah yang berperan sebagai siswa dan santri di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

b. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif, yaitu jenis penelitian yang memberikan gambaran atau uraian atas suatu keadaan sejernih mungkin tanpa ada perlakuan terhadap objek yang diteliti. Penelitian kualitatif adalah suatu proses penelitian dan pemahaman yang berdasarkan pada metodologi yang menyelidiki suatu fenomena sosial dan masalah sosial.²⁹ Dalam pendekatan ini penulis mengembangkan permasalahan-permasalahan studi pada situasi dan kondisi yang secara alami dari responden⁸

serta memberikan laporan terperinci untuk memperoleh kebenaran dalam bentuk dukungan data empiris lapangan. Bentuk penelitian kualitatif yang akan digunakan peneliti karena untuk mengetahui Bagaimana Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

2. Sumber Data

Yang menjadi bahan acuan (sumber) dalam penelitian ini, peneliti membaginya dalam dua kategori yaitu :

⁸ ²⁸ Novia Indawasih, Retnaningdyastuti, Agus Setiawan , “Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik Terhadap Efikasi Diri Siswa”, *JANACITTA: Journal of Primary and Children's Education* Vol.2 No.1 (2019)

²⁹ Noor Juliansyah, *Metodelogi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi Dan Karya Ilmiah*, (Jakarta: Kencana, 2013), h. 34.

a. Data Primer

Data primer adalah sumber data yang berlangsung memberikan data kepada pengumpul data.³⁰ Sumber data ini diperoleh secara langsung melalui wawancara, pendapat dari individu atau kelompok, kejadian atau hasil pengujian, observasi dan juga dokumentasi. Untuk mendapatkan data primer peneliti harus mengumpulkan secara langsung. Data primer yang dimaksud dalam penelitian ini adalah data hasil wawancara dengan Siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 30 orang siswa. Dalam penelitian ini pemilihan informan menggunakan teknik penelitian *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu. Untuk memperoleh data, peneliti mengambil beberapa orang yang tepat untuk dijadikan informan dengan kriteria sebagai berikut.

- 1) Siswa dan santri pondok Santri yang berperan sebagai siswa dan juga santri (masih berkegiatan sekolah) di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat yang menginap di pondok pesantren.
- 2) Tidak memiliki keyakinan diri (kepercayaan diri)
- 3) Tidak percaya dengan kemampuan diri yang dimiliki
- 4) Tidak menganggap kesulitan sebagai tantangan, dan
- 5) Sulit menyesuaikan diri.

Setelah adanya kriteria yang ditetapkan oleh penulis menetapkan 8 siswa Madrasah Aliyah yang termasuk dalam kriteria tersebut. Selain itu dalam penelitian ini sumber data primer lainnya adalah 1 Guru BK dan kepala Sekolah Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat. Sehingga, jumlah sumber data dalam penelitian ini sebanyak 10 orang.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen.³¹ Dalam hal ini peneliti memperoleh data sekunder dari buku, jurnal, skripsi, serta data lainnya yang dapat membantu agar data menjadi relevan dalam penelitian.

3. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data dan informasi yang diperoleh dalam penelitian ini penulis akan menggunakan metode sebagai berikut :

a. Observasi

Observasi adalah suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses pengamatan dan ingatan, penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar.³². Metode observasi penulis gunakan untuk membuktikan data yang diperoleh selama penelitian. Dengan menerapkan metode observasi non- partisipan, dimana penulis berlaku sebagai pengamat dan tidak ambil bagian dalam aktivitas yang dilaksanakan oleh para masyarakat. Penulis menggunakan metode ini sebagai pelengkap yaitu untuk membuktikan kebenaran data yang diperoleh dari hasil wawancara yang telah dilakukan.

b. Wawancara (*interview*)

Wawancara(*interview*) adalah suatu percakapan tanya jawab dalam penelitian yang berlangsung secara lisan, antara dua orang atau lebih yang duduk secara fisik mendengarkan secara langsung informasi-informasi atau keterangan- keterangan dan diarahkan suatu masalah.³³

Jenis *interview* yang penulis gunakan adalah

interview bebas terpimpin yaitu *interview* yang membuat pokok-pokok masalah yang akan diteliti. Pedoman *interview* berfungsi sebagai pengendali jangan sampai proses *interview* kehilangan arah.³⁴ Tujuannya untuk mendapatkan informasi yang menyangkut karakteristik atau sifat permasalahan dari objek penelitian. Yang akan diwawancara dalam penelitian ini adalah Siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat dan sebagai tambahan data peneliti juga akan mewawancarai Guru BK dan pengasuh atau pengurus Pondok Pesantren Darut- Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode pengumpulan data melalui peninggalan arsip-arsip dan termasuk juga buku-buku, surat kabar, majalah dan sebagainya yang berkaitan tentang masalah penelitian.³⁵ Metode dokumentasi ini biasanya melalui hasil rekaman, dokumen, catatan harian, laporan, *flashdisk*, serta *website* resmilainnya. Penulis menggunakan metode dokumentasi ini untuk mendapatkan data-data yang bersumber pada dokumentasi yang tertulis yang sesuai dengan keperluan penelitian.

4. Analisis Data

Analisis data merupakan suatu cara yang dipergunakan untuk menganalisis data, mempelajari, serta menganalisis data-data tertentu sehingga dapat diambil suatu kesimpulan yang konkret tentang persoalan yang diteliti dan yang sedang dibahas.³⁶ Analisis data juga disebut pengolaan data dan penafsiran data. Analisis data merupakan rangkaian kegiatan penelaan, pengelompokkan, sistemisasi penafsiran dan verifikasi data agar semua fenomena memiliki nilai sosial, akademis dan ilmiah.³⁷

Menurut Suharsimi Arikunto analisis data adalah

proses mencari dan menyusun data secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data kedalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.³⁸

Analisis menurut Miles dan Huberman (1992) dibagi dalam tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan. Ketiga alur tersebut adalah (1) reduksi data (*data reduction*); (2) penyajian data (*data display*); dan (3) penarikan simpulan.³⁹

a. Reduksi Data (Data Reduction)

Reduksi data diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data yang muncul dari catatan-catatan lapangan.⁴⁰ Reduksi data berlangsung secara terus menerus selama pengumpulan data berlangsung. Reduksi data merupakan bagian dari analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan mengorganisasi data dengan cara sedemikian rupa hingga simpulan-simpulan akhirnya dapat ditarik dan diverifikasi. Dengan reduksi data, data kualitatif dapat disederhanakan dan ditransformasikan dalam aneka macam cara melalui seleksi ketat. Melalui ringkasan atau uraian singkat, menggolongkannya dalam satu pola yang lebih luas, dan sebagainya.

Reduksi data merupakan proses berpikir sensitif yang memerlukan kecerdasan dan keluasan dan kedalaman wawasan yang tinggi. Bagi peneliti yang masih baru, dalam melakukan reduksi data dapat mendiskusikan pada teman atau orang lain yang dipandang ahli. Melalui diskusi itu, maka wawasan peneliti akan

berkembang, sehingga dapat mereduksi data-data yang memiliki nilai temuan dan pengembangan teori yang signifikan.⁴¹

Berdasarkan pengertian diatas, maka reduksi data adalah menganalisis dari data-data yang telah diperoleh di lapangan baik dari hasil wawancara, observasi maupun dokumentasi, kemudian data tersebut di simpulkan dengan cara dianalisis secara terstruktur.

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Penyajian yang dimaksud Miles dan Huberman, sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan simpulan dan pengambilan tindakan. Penyajian yang paling sering digunakan pada data kualitatif pada masa yang lalu adalah bentuk teks naratif.⁴²

Berdasarkan pengertian diatas, maka dalam penelitian ini penyajian data dibuat sedemikian rupa sehingga informasi yang telah diperoleh pada reduksi sebelumnya dapat disajikan dalam bentuk yang lebih tersusun rapi agar mudah dipahami.

c. Penarikan Simpulan dan Verifikasi

Langkah ketiga dari analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman adalah penarikan simpulan dan verifikasi. Simpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila simpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka simpulan yang dikemukakan merupakan simpulan yang kredibel. Simpulan yang dibuat harus relevan dengan fokus penelitian, tujuan penelitian dan temuan penelitian yang sudah dilakukan interpretasi dan pembahasan. Ingat simpulan penelitian bukan ringkasan penelitian.⁴³

Berdasarkan pengertian diatas, langkah terakhir dalam menganalisis data adalah verifikasi data yaitu berupa

kesimpulan awal yang disampaikan oleh penulis hanya bersifat sementara karena masih dapat berubah jika tidak didukung dengan bukti yang kuat. Oleh karena itu dalam penyajian data dapat disertai data pendukung seperti, catatan, foto, atau dokumen lainnya yang berkaitan dengan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Modelling* untuk Meningkatkan *Self-*

Efficacy Siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

. Sistematika Penulisan Bab I Pendahuluan

Pada awal bab ini penulis menjelaskan tentang penegasan judul, latar belakang masalah, identifikasi masalah, fokus dan sub-fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian dan terakhir menjelaskan tentang sistematika pembahasan.

Bab II Landasan Teori

Penulis memaparkan tentang landasan teori yang akan digunakan sebagai pedoman dalam penyusunan penelitian. Landasan teori terdiri dari 3 sub bab yaitu sub bab pertama tentang bimbingan kelompok meliputi: pengertian bimbingan kelompok, tujuan layanan bimbingan kelompok, fungsi bimbingan kelompok, manfaat layanan bimbingan kelompok, asas-asas pada layanan bimbingan kelompok, isi layanan bimbingan kelompok, teknik bimbingan kelompok dan tahap pelaksanaan bimbingan kelompok teknik *modelling*. Untuk sub bab kedua tentang teknik *modelling* meliputi: pengertian teknik *modelling*, tujuan dan manfaat teknik *modelling*, prinsip-prinsip *modelling*, jenis *modelling*. Sementara untuk sub bab ketiga yaitu *self efficacy* yang meliputi: pengertian *self efficacy*, dimensi *self efficacy*, perkembangan *self efficacy*, indicator penilaian *self efficacy*, faktor-faktor yang mempengaruhi *self efficacy*.

Bab III Deskripsi Objek Penelitian

Membahas tentang gambar umum objek penelitian. Bab ini berisi tentang gambaran umum pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Kabupaten Lampung Barat. Gambaran ini terdiri dari dua sub bab. Sub bab pertama tentang gambaran umum Pesantren Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat yang meliputi: sejarah pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat, Moto, Visi, dan Misi Pesantren Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat, Struktur organisasi Pesantren dan sekolah Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat, data pengasuh Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat dan data santri Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat. Sementara untuk sub bab kedua tentang proses bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

Bab IV Analisis Penelitian

Membahas tentang analisis data dan temuan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan fakta dan terarah. Bab ini berisi tentang analisis proses bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Darut-Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

Bab V Penutup

Berisi tentang kesimpulan yang sudah didapat oleh peneliti dari hasil analisis teori dan kejadian yang ada dilapangan yang sudah di jelaskan, dan juga saran kepada pihak terkait dengan penelitian dan diharapkan saran tersebut dapat membantu berbagai pihak yang membutuhkan.



BAB II

BIMBINGAN KELOMPOK, TEKNIK *MODELLING*, DAN *SELF EFFICACY*

A. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan kepada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu, bimbingan kelompok diberikan dalam suasana kelompok selain itu juga bisa dijadikan media penyampaian informasi sekaligus juga bisa membantuseorang menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat sehingga diharapkan berdampak positif bagi siswa yang nantinya dapat mengubah perilaku menyimpang.¹

Bimbingan kelompok adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk berpartisipasi aktif dan berbagai pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.²

Bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu atau siswa melalui kegiatan kelompok, dalam bimbingan kelompok aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan bagi masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan.³

Berdasarkan beberapa pendapat dan pengertian yang dikemukakan oleh para ahli di atas, maka yang dimaksud dengan Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang yang terdiri dari anggota kelompok (klien) dan Pimpinan kelompok (konselor) dengan memanfaatkan dinamika kelompok, yaitu adanya

interaksi antara pimpinan kelompok dengan anggota kelompok yang saling mengutarakan pendapat, memberikan tanggapan, saran, dan lain sebagainya hingga semua pendapat dapat disimpulkan bersama, dan di mana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu dalam mencapai perkembangan pengetahuan yang optimal.

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Secara umum layanan bimbingan kelompok menurut Tohirin yang bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif,

yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi yang baik verbal maupun nonverbal para siswa.⁴

Namun tujuan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno adalah sebagai berikut:

a. Tujuan Umum

Tujuan umum dari layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya sosialisasi peserta didik, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok. Sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi/ berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, fikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang tidak objektif. Melalui layanan bimbingan kelompok diharapkan hal-hal yang mengganggu atau menghampiri perasaan dapat diungkapkan.

b. Tujuan Khusus

Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu, melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya

tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi verbal maupun non verbal ditingkatkan. Dengan diadakannya, bimbingan kelompok akan timbul interaksi dengan anggota-anggota kelompok mereka memenuhi kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman sebaya dan diterima oleh mereka. Kebutuhan bertukar pikiran dan berbagai perasaan, kebutuhan menemukan nilai- nilai atau kehidupan sebagai pegangan dan kebutuhan untuk menjadi lebih mandiri.⁵

3. Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok

Fungsi dari layanan bimbingan kelompok menurut Prayitno diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Memberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan memberikan tanggapan tentang berbagai hal yang terjadi di lingkungan sekitar.
- b. Mempunyai pemahaman yang efektif, objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal tentang apa yang mereka bicarakan
- c. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan sendiri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.
- d. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap sesuatu hal yang buruk dan memberikan dukungan terhadap sesuatu hal yang baik.
- e. Melaksanakan kegiatan-kegiatan yang nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana apa yang mereka programkan semula.⁶

4. Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok

Adapun manfaat dari layanan bimbingan kelompok adalah untuk memberikan pemahaman dan pengembangan tentang menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh siswa. Manfaat lain dari layanan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

- a. Tenaga pembimbing masih sangat terbatas dan jumlah siswa yang perlu dibimbing begitu banyak, sehingga pelayanan bimbingan secara perorangan tidak akan merata.
- b. Melalui bimbingan kelompok, siswa akan dilatih dalam menghadapi suatu tugas secara bersama. Dengan demikian, sedikit banyaknya di didik untuk hidup bersama. Hal tersebut dibutuhkan selama proses kehidupannya.
- c. Dalam mendiskusikan permasalahan secara bersama-sama, siswa didorong untuk berani mengemukakan pendapatnya dan menghargai pendapat orang lain. Selain itu, beberapa siswa akan lebih berani dalam membicarakan kesukarannya dengan penyuluh setelah mereka mengerti bahwa temantemannya juga mengalami kesukaran atas masalah yang juga sama-sama dihadapi siswa lain.
- d. Banyak informasi yang dibutuhkan oleh siswa dapat diberikan secara kelompok dan cara tersebut lebih ekonomis.
- e. Melalui bimbingan kelompok, beberapa siswa menjadi lebih sadar bahwa mereka sebaiknya menghadap penyuluh untuk mendapatkan bimbingan secara lebih mendalam.
- f. Melalui bimbingan kelompok, seorang ahli bimbingan yang baru saja diangkat dapat memperkenalkan diri dan berusaha mendapat kepercayaan dari siswa.⁷

5. Asas-Asas Pada Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam melaksanakan penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok, hal yang perlu diperhatikan selanjutnya adalah asas-asas bimbingan kelompok. Pemenuhan asas-asas bimbingan kelompok itu akan memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan. Apabila asas-asas ini

tidak dijalankan dengan baik, maka penyelenggaraan bimbingan kelompok akan berjalan tidak maksimal atau berhenti sama sekali. Mengenai asas-asas dalam bimbingan kelompok ini, mengemukakan bahwa di dalam asas-asas bimbingan kelompok harus memiliki beberapa asas-asas. Adapun asas-asas tersebut yaitu:

- a. Asas Keterbukaan, dalam hal ini asas bimbingan kelompok yang menghendaki agar anggota kelompok untuk bersikap terbuka dalam memberikan informasi.
- b. Asas Kesukarelaan, dalam hal ini asas bimbingan kelompok menghendaki para peserta kelompok untuk sukarela dalam mengikuti kegiatan.
- c. Asas Kekinian, dalam hal ini adalah segala sesuatu yang terjadi di dalam bimbingan kelompok.
- d. Mengenai topik pembahasannya bersifat sekarang atau masa terjadinya.
- e. Asas Kenormatifan, dalam hal ini yaitu asas yang menghendaki tata krama dan cara berkomunikasi yang baik, sesuai dengan batas norma yang berlaku.⁸

6. Isi Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno bahwa isi layanan bimbingan kelompok membahas materi atau topik-topik umum baik topik tugas maupun topik bebas. Yang dimaksud dengan topik tugas adalah topik atau bahasan yang diberikan kepada pembimbing (pimpinan kelompok) kepada kelompok untuk dibahas. Sedangkan topik bebas adalah suatu topik atau pokok bahasan yang dikemukakan secara bebas oleh kelompok. Secara bergilir anggota kelompok mengemukakan topik secara bebas, selanjutnya memilih yang akan dibahas terlebih dahulu dan seterusnya. Topik-topik yang dibahas dalam layanan bimbingan kelompok baik topik bebas maupun topik tugas dapat mencakup bidang-bidang pengembangan kepribadian, hubungan sosial, pendidikan karier, kehidupan berkeluarga, kehidupan

beragama, dan lain sebagainya. Topik pembahasan bidang-bidang diatas dapat diperluas kedalam sub bidang-bidang yang relevan. Misalnya pengembangan bidang pendidikan dapat mencakup masalah cara belajar, kesulitan belajar, gagal ujian, dan lain sebagainya.⁹

7. Teknik Bimbingan Kelompok

Penggunaan tehnik dalam kegiatan bimbingan kelompok mempunyai banyak fungsi selain dapat lebih memfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai tetapi juga dapat membuat suasana yang terbangun dalam kegiatan bimbingan kelompok agar lebih bergairah dan tidak cepat membuat siswa jenuh mengikutinya. Beberapa teknik yang biasa digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu, antara lain:

a. Teknik Pemberian Informasi (*Expository*)

Teknik pemberian informasi disebut juga dengan metode ceramah, yaitu pemberian penjelasan oleh seorang pembicara kepada sekelompok pendengar. Pelaksanaan tehnik pemberian informasi mencakup tiga hal, yaitu: perencanaan, pelaksanaan, penilaian. Keuntungan tehnik pemberian informasi antara lain adalah:

- 1) Dapat melayani banyak orang
- 2) Tidak membutuhkan banyak waktu sehingga efisien
- 3) Tidak terlalu banyak memerlukan fasilitas
- 4) Mudah pelaksanaannya

dibandingkan dengan teknik

lain. Sedangkan

kelemahannya adalah antara

lain:

- 1) Sering dilaksanakan secara monolog

- 2) Individu yang mendengarkan kurang aktif
- 3) Memerlukan keterampilan bicara, supaya penjelasan menjadi menarik

Untuk mengatasi kelemahan-kelemahan tersebut, pada waktu memberikan informasi, ada beberapa hal yang harus diperhatikan, yaitu:

- 1) Sebelum memilih teknik pemberian informasi, perlu dipertimbangkan apakah cara tersebut merupakan cara yang paling tepat untuk memenuhi kebutuhan individu yang dibimbing
- 2) Mempersiapkan bahan informasi dengan sebaik-baiknya
- 3) Usahakan untuk menyiapkan bahan yang dapat dipelajari sendiri oleh pendengaran atau siswa
- 4) Usahakan berbagai variasi penyampaian agar pendengaran menjadi lebih aktif
- 5) Gunakan alat bantu yang dapat memperjelas pengertian pendengar terhadap layanan yang disampaikan

b. Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok adalah percakapan yang telah direncanakan antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau untuk memperjelas suatu persoalan. Ada tiga macam tujuan diskusi kelompok yaitu:

- 1) Untuk mengembangkan diri sendiri
- 2) Untuk mengembangkan kesadaran

tentang diri

- 3) Untuk mengembangkan pandangan baru mengenai hubungan antar manusia

c. Teknik Pemecahan Masalah (*Problem Solving*)

Tehnik pemecahan masalah mengajarkan pada individu bagaimana pemecahan masalah secara sistematis. Langkah-langkah pemecahan masalah secara sistematis adalah:

- 1) Mengidentifikasi dan merumuskan masalah
- 2) Mencari sumber dan memperkirakan sebab-sebab masalah
- 3) Mencari alternatif pemecahan masalah
- 4) Menguji masing-masing alternatif
- 5) Memilih dan melaksanakan alternatif yang paling menguntungkan
- 6) Mengadakan penilaian terhadap hasil yang dicapai.

d. Permainan Peran (*Role Playing*)

Permainan peran (*role playing*) adalah suatu alat belajar yang menggambarkan keterampilan-keterampilan dan pengertian-pengertian mengenai hubungan antara manusia dengan jalan memerankan situasi-situasi yang paralel dengan yang terjadi dalam kehidupan yang sebenarnya. Ada dua macam

permainan peran, yaitu sosiodrama adalah permainan peran yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Sedangkan psikodrama adalah permainan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang

dirinya, dapat menemukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksi terhadap tekanan-tekanan yang terjadi pada dirinya.

e. Permainan Simulasi (*Simulation Games*)

Permainan simulasi adalah permainan yang dimaksudkan untuk merefleksikan situasi-situasi yang terdapat dalam kehidupan sebenarnya, menurut Adams dalam Romlah Permainan simulasi dapat dikatakan merupakan permainan peranan dan teknik diskusi.

f. *Home Room*

Home room yaitu suatu program kegiatan yang dilakukan dengan tujuan agar guru dapat mengenal murid-muridnya lebih baik, sehingga dapat membantunya secara efisien. Kegiatan ini dilakukan di kelas dalam bentuk pertemuan antara guru dengan murid diluar jam pelajaran untuk membicarakan beberapa hal yang dianggap perlu. Dalam program *home room* ini hendaknya diciptakan suatu situasi yang bebas dan menyenangkan, sehingga murid-murid dapat mengutarakan perasaannya seperti di rumah. Dalam kesempatan ini diadakan Tanya jawab, menampung pendapat, merencanakan suatu kegiatan, dan sebagainya.

g. Karyawisata / *Field Trip*

Kegiatan rekreasi yang dikemas dengan metode mengajar untuk bimbingan kelompok dengan tujuan siswa dapat memperoleh penyesuaian dalam kelompok untuk dapat

kerjasama dan penuh tanggungjawab. Metode karyawisata berguna bagi siswa untuk membantu mereka memahami kehidupan nyata dalam lingkungan beserta segala masalahnya. Misalnya, siswa diajak ke museum, kantor, percetakan, bank, pengadilan, atau kesuatu tempat yang mengandung nilai sejarah/kebudayaan tertentu.¹⁰

8. Tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Teknik *Modelling*

Tahap-tahap Bimbingan Kelompok Adapun pelaksanaan bimbingan kelompok berlangsung melalui empat tahap. Menurut Prayitno, tahap-tahap dalam bimbingan kelompok yaitu, sebagai berikut:

a. Tahap pembentukan

Tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada kegiatan lebih lanjut dalam kegiatan kelompok. Dalam tahap pembentukan kegiatan meliputi:

- 1) mengungkapkan pengertian dan tujuan layanan bimbingan kelompok,
- 2) menjelaskan cara-cara dan asas-asas dalam bimbingan kelompok,
- 3) saling memperkenalkan diri, dan
- 4) permainan pengakraban.

b. Tahap peralihan

Tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada kegiatan lebih lanjut

dalam kegiatan kelompok. Dalam tahap peralihan kegiatan meliputi:

- 1) menjelaskan kembali mengenai pengertian dan tujuan layanan bimbingan kelompok,
- 2) menanyakan kesiapan anggota kelompok,
- 3) membahas suasana yang terjadi, dan
- 4) meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota

c. Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan tahap sebenarnya dari kelompok, namun kelangsungan kegiatan kelompok pada tahap ini amat tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Jika dua tahap sebelumnya berhasil dengan baik, maka tahap ketiga itu akan berhasil dengan lancar. Dalam tahap kegiatan meliputi:

- 1) membahas topik yang telah dipersiapkan,
- 2) membahas topik bahasan secara bersama-sama dengan tujuan memperoleh pemahaman baru dengan tingkah laku model yang disediakan dalam bentuk rekaman video, film, slide dan gambar,
- 3) pada tahap ini persiapan teknik modeling simbolik dilaksanakan dengan tujuan belajar mengamati dan meniru tingkah laku model yang disajikan.

d. Tahap pengakhiran

Pada tahap ini merupakan tahap berhentinya kegiatan. Dalam pengakhiran ini terdapat kesepakatan kelompok, apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan dan bertemu kembali serta berapa kali kelompok itu bertemu. Dengan kata lain kelompok yang menetapkan sendiri kapan kelompok itu akan melakukan kegiatan. Dalam tahap pengakhiran, kegiatan meliputi:

- 1) pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir,
- 2) pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan,
- 3) membahas kegiatan lanjutan, dan
- 4) mengemukakan pesan dan harapan.¹¹

B. Teknik *Modelling*

1. Pengertian Teknik *Modelling*

Modelling merupakan belajar melalui tingkah laku yang teramat, menggeneralisir atau mengurangi tingkah laku teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif.¹²

Teknik modeling adalah Teknik konseling dalam pendekatan *behavioral* yang berakar dari teori Albert Bandura dalam teori belajar sosial, yaitu untuk mengubah menambah maupun mengurangi tingkah laku individu dengan belajar melalui observasi langsung untuk meniru perilaku orang maupun tokoh yang ditiru (model) sehingga individu memperoleh tingkah laku baru yang diinginkan.¹³

Badura memberikan sedikit pernyataan berbeda mengenai modeling bahwa pemodelan melibatkan proses-proses kognitif, jadi tidak hanya meniru, lebih dari sekedar menyesuaikan diri dengan tindakan orang lain karena sudah melibatkan perepresentasian secara simbolis dan menyimpannya untuk di masa depan.¹⁴ Hal yang sama juga disampaikan Zamroni bahwa teknik modelling dalam konseling adalah teknik dengan memberikan contoh yang bersumber dari luar diri klien untuk dijadikan pedoman.¹⁵

Bisri, Purwanto dan Japar juga menjelaskan bahwa teknik *modelling* dalam konseling adalah teknik yang dapat memberikan intervensi langsung kepada klien dengan membawa contoh dari luar diri klien untuk dijadikan pedoman oleh klien.¹⁶ Teknik *modelling* merupakan sebuah teknik untuk layanan konseling yang memanfaatkan situasi belajar dengan menempuh kegiatan mengamati model yang ada dan memperhatikan peralihan tindakannya.¹⁷ Diperjelas lagi dengan pendapat dari Schunk dalam Ragil teknik *modelling* berpedoman pada proses mengamati pola pikir, tindakan, dan keyakinan peserta didik setelah menyaksikan satu atau lebih model yang ditampilkan.¹⁸

Menurut Perry dan Purukuwa *modelling* sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seorang individu maupun kelompok, sebagai model tersendiri. Oleh karena itu, teknik *modelling* ini relevan untuk diterapkan pada konseli yang mengalami gangguan-gangguan reaksi emosional atau pengendalian diri, kurang terampilannya kecakapan-kecakapan sosial, kecakapan wawancara, ketegasan, juga

mengatasi berbagai kecemasan dan rasa takut seperti phobia, kecemasan dengan seranganserangan panik, dan obsesif kompulsif.¹⁹

Teknik tersebut sesuai diterapkan pada konseli yang mempunyai kesulitan untuk belajar tanpa contoh, sehingga dia memerlukan contoh / model perilaku secara konkret untuk dilihat / diamati sebagai pembelajaran pembentukan tingkah laku konseli. Sehingga konseli bisa belajar sendiri menunjukkan perilaku yang dikehendaki tanpa harus mengalaminya langsung (*trial and error*). Kelebihan yang terdapat dari teknik *modelling* itu sendiri yaitu: Pemberian pengalaman-pengalaman belajar sebagai proses penghapusan hasil belajar yang maladaptif, model sebagai stimulus terjadinya pikiran, sikap, dan perilaku bagi pengamat (konseli), Individu (konseli) mengamati model (tingkah laku yang nampak dan spesifik).²⁰

Menurut Pambudi, Mulawarman, dan Japar dalam proses konseling dengan menggunakan teknik *modelling* ada beberapa langkah yang dapat dilakukan, yaitu:

- a. meminta klien untuk memperhatikan apa yang harus dipelajari
- b. memilih model yang serupa dengan klien dan memilih siapa yang dapat mendemonstrasikan perilaku model, serta mendemonstrasikannya kepada klien
- c. meminta klien untuk menyimpulkan apa yang dilihat selama model didemonstrasikan,
- d. klien diminta untuk menerapkan tingkah laku yang telah didemonstrasikan.²¹

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa teknik *modelling* adalah salah satu teknik dalam pelayanan konseling dengan menggunakan model atau contoh yang berasal dari luar diri klien dengan tujuan agar perilaku yang ada pada model tersebut dapat diamati klien dan dapat ditiru klien sebagai pedoman dalam berperilaku.

2. Tujuan dan Manfaat Teknik *Modelling*

Menurut Wilis perilaku model digunakan untuk membentuk perilaku baru pada klien, dan memperkuat perilaku yang sudah dibentuk. Tujuan teknik *modelling* lainnya adalah:

- a. Membantu konseli untuk merespon hal-hal yang baru
- b. Mengurangi respon-respon yang tidak sesuai
- c. Untuk memperoleh tingkah laku social yang

lebih adaptif.²² Manfaat Teknik *Modelling* Menurut Badura adalah:

- a. Pengambilan respon atau keterampilan baru dan diperlihatkan dalam perilakunya setelah memadukan apa yang diperoleh dari pengamatannya dengan pola perilaku baru
- b. Hilangnya respon takut setelah melihat model melakukan sesuatu hal yang selama ini menimbulkan rasa takut oleh individu
- c. Pengambilan suatu respon dari respon-respon yang diperlihatkan oleh tokoh tokoh yang memberikan jalan untuk ditiru.²³

3. Prinsip-Prinsip *Modelling*

Menurut Komalasari prinsip-prinsip *modelling* adalah sebagai berikut:

- a. Belajar bisa memperoleh melalui pegalaman langsung maupun tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut konsekuensinya.
- b. Kecakapan sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model yang ada.
- c. Reaksi-reaksi emosional yang terganggu bisa dihapus dengan mengamati orang lain yang mendekati obyek atau situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat menakutkan dengan tindakan yang dilakukannya.

- d. Pengendalian diri dipelajari melalui pengamatan atas model yang dikenai hukuman.
- e. Status kehormatan sangat berarti.
- f. Individu mengamati seorang model dan dikuatkan untuk mencontohkan tingkah laku model.
- g. *Modelling* dapat dilakukan dengan model symbol melalui film dan alat visual lainnya.²⁴

4. Jenis *Modelling*

Jenis *modelling* ada tiga bagian yaitu:

a. *Modelling* Langsung

Modelling langsung merupakan cara/prosedur dilakukan dengan menggunakan model langsung seperti konselor, guru, teman sebaya maupun pihak lain dengan cara mendemonstrasikan perilaku yang dikehendaki atau hendaknya dimiliki oleh klien. Konselor harus pula menekankan bagian-bagian penting dari perilaku.

Langkah-langkah yang dilakukan dalam modeling langsung adalah:

- 1) Meminta klien untuk mendemonstrasikan suatu perilaku tujuan sebelum perilaku tersenut didemonstrasikan oleh orang lain.
- 2) Memilih model yang paling relevan untuk mendemonstrasikan perilaku yang dikehendaki klien.
- 3) Mendemonstrasikan perilaku dalam suatu urutan scenario.
- 4) Klien menyimpulkan hasil pengamatan terhadap perilaku yang didemonstrasikan
- 5) Klien mendemonstrasikan perilaku yang telah diamati.
- 6) Konselor memberikan balikan yang berupa komentar, saran, pujian segera setelah perilaku didemonstrasikan.

b. *Modelling* simbolis

Modelling simbolis merupakan cara/prosuder yang dilakukan dengan menggunakan media seperti film, video, buku pedoman, dll dengan cara mendemonstrasikan perilaku yang dikehendaki atau hendaknya dimiliki klien. *Modeling* simbolis ini dikembangkan untuk perorangan maupun kelompok. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan prosedur *modeling* simbolis adalah:

- 1) Karakteristik klien Yang harus diperhatikan berhubungan dengan umur, jenis kelamin, budaya, latar belakang, dll. Karakteristik model simbolis hendaknya sama dengan yang dimiliki klien.
- 2) Spesifikasi tingkah laku yang menjadi tujuan Tangkah laku atau keterampilan yang diperagakan hendaknya spesifik sesuai dengan tujuan. Setelah klien melihat model simbolis, klien dimintta untuk berlatih lalu konselor memberikan balikan dan melakukan penyimpulan.
- 3) Memastikan model simbolik yang digunakan sesuai dengan kebutuhan klien.

c. *Modelling* Ganda (*Multiple models*)

Relevan digunakan dalam situasi kelompok. Klien dapat mengubah perilaku melalui pengamatan terhadap beberapa model. Keuntungan dari model ganda adalah bahwa dari beberapa alternative yang ada klien belajar cara berperilaku, oleh karena mereka melihat beraneka ragam gaya perilaku yang tepat dan berhasil.²⁵

C. *Self Efficacy*

1. *Pengertian Self Efficacy*

Kilicoglu menjelaskan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan seseorang dalam melakukan sesuatu dan mencapai tujuan.²⁶ Lebih lanjut Aktas & Can juga menjelaskan bahwa *self efficacy* merupakan keyakinan seseorang dalam melakukan tugas-tugas tertentu.²⁷ Jadi dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk melakukan sesuatu atau mencapai suatu tujuan. Menurut Bandura *self efficacy* juga berkaitan dengan bidang yang lebih khusus.²⁸

Menurut Bandura dalam Feist mendefinisikan *self Efficacy* sebagai keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan.²⁹ Manusia yang yakin bahwa mereka dapat melakukan sesuatu yang mempunyai potensi untuk dapat mengubah kejadian di lingkungannya, akan lebih mungkin untuk bertindak dan lebih memungkinkan untuk menjadi sukses daripada yang efikasi dirinya rendah. Sedangkan menurut Hidayat menjelaskan pengertian *self efficacy* adalah penilaian diri terhadap kemampuan diri untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai kinerja yang diterapkan.³⁰ *Self efficacy* memberikan dasar bagi motivasi manusia, kesejahteraan, dan prestasi pribadi.

Konsep *self efficacy* (efikasi diri) pertama kali dikemukakan oleh Albert Bandura, mendefinisikan *self efficacy* sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengorganisasikan dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki. Alwisol mengartikan bahwa efikasi diri sebagai persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan.³¹

Spears & Jordan Prakoso menyatakan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan seseorang bahwa dirinya akan mampu melaksanakan tingkah laku yang dibutuhkan dalam suatu tugas. Mengacu beberapa pendapat di atas bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk melaksanakan tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi rintangan.³²

Keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya mempengaruhi bentuk tindakan seperti apa yang akan dilakukan, sebanyak apa usaha yang diberikan dalam aktivitasnya, selama apa mereka akan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, serta ketangguhan mereka mengikuti adanya kemunduran. *Self-efficacy* adalah konteks yang spesifik dan penting ketika individu mengalami kesulitan. Ketika individu memiliki keyakinan yang positif maka hal tersebut akan berhubungan dengan peningkatan motivasi dan ketekunan serta kemungkinan peningkatan menolak pikiran negatif tentang kemampuan diri sendiri.³³

Dari beberapa penjelasan yang telah diuraikan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *self efficacy* adalah kemampuan menilai diri mengenai keyakinan atas kemampuan yang dimiliki sebelum individu melakukan suatu usaha atau tindakan untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan. *Self efficacy* yang tinggi akan berdampak pada hasil yang memuaskan, sedangkan efikasi diri yang rendah akan berdampak pada hasil yang kurang memuaskan. Ciri-ciri individu yang memiliki efikasi diri tinggi yaitu:

- a. memiliki keyakinan diri (kepercayaan diri)
- b. tekun dalam menyelesaikan tugas
- c. percaya dengan kemampuan diri yang dimiliki
- d. memandang kesulitan sebagai tantangan
- e. mudah menyesuaikan diri.

Sedangkan individu yang memiliki efikasi diri yang rendah yaitu:

- a. tidak memiliki keyakinan diri (kepercayaan diri)
- b. malas dalam menyelesaikan tugas

- c. tidak percaya dengan kemampuan diri yang dimiliki
- d. tidak menganggap kesulitan sebagai tantangan, dan
- e. sulit menyesuaikan diri. ³⁴

2. Dimensi *Self Efficacy*

Bandura berpendapat ada 3 dimensi yang menyebabkan perbedaan tingkat efikasi diri setiap manusia, yaitu:

a. Dimensi derajat kesukaran tugas (*magnitude*)

Dimensi derajat kesukaran tugas (*magnitude*) merupakan suatu dimensi yang membahas tentang tingkat kesulitan yang dialami oleh seseorang dalam menyelesaikan suatu tugas. Tingkat kesulitan tersebut berhubungan dengan tingkat kemampuan seseorang, jadi efikasi diri seseorang bergantung pada kemampuan yang dimilikinya dalam menyelesaikan tugas. Dimensi ini digunakan seseorang untuk memutuskan langkah yang akan diambil dan tidak diambil dalam melakukan tugas dengan melihat tingkat kemampuan yang dimilikinya. Semakin sulit tugas yang didapatkan dan ia mampu dalam menyelesaikannya maka semakin tinggi tingkat efikasi dirinya.

b. Dimensi kekuatan (*strenght*)

Dimensi kekuatan (*strenght*) merupakan dimensi yang membahas tentang tingkat kekuatan seseorang dalam hal keyakinan dan harapan akan kemampuan yang dimilikinya. Keyakinan atau harapan akan kemampuan yang dimiliki seseorang ini dinamakan dengan komitmen. Jika seseorang memiliki komitmen yang kuat, maka aktivitas atau cara yang dilakukan untuk mencapai suatu tujuan akan terus berjalan secara konsisten dan sebaliknya, jika seseorang memiliki komitmen yang lemah

maka seseorang tersebut akan sering berubah-ubah dalam melakukan tindakan untuk mencapai tujuan sehingga tujuan tersebut tidak dapat segera tercapai. Semakin berat tugas yang diterima dan tujuan yang akan dicapai maka semakin rendah tingkat keyakinan atau efikasi dirinya.

c. Dimensi generalisasi (*generality*)

Dimensi generalisasi (*generality*) merupakan dimensi yang membahas tentang tingkat keluasan perilaku atau aktivitas yang akan dilakukan oleh seseorang, yang mana perilaku tersebut dapat membuat seseorang meyakini kemampuan yang dimilikinya.³⁵

3. Perkembangan *Self Efficacy*

Menurut M. Nur Ghufron, *self efficacy* dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat sumber informasi utama. Berikut ini adalah empat sumber informasi tersebut:

a. Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experience*)

Sumber informasi ini memberikan pengaruh besar pada efikasi diri individu karena didasarkan pada pengalaman-pengalaman pribadi individu secara nyata berupa keberhasilan dan kegagalan. Pengalaman keberhasilan akan menaikkan efikasi diri individu, sedangkan pengalaman kegagalan akan menurunkannya. Bahkan kemudian kegagalan diatasi dengan usaha-usaha tertentu yang dapat memperkuat motivasi diri apabila seseorang menemukan lewat pengalaman bahwa hambatan tersulit pun dapat diatasi melalui usaha yang terus-menerus.

b. Pengalaman orang lain (*Vicarious Experience*)

Pengamatan terhadap keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang sebandingkan dalam mengerjakan suatu tugas akan meningkatkan efikasi diri individu dalam

mengerjakan tugas yang sama. Begitu pula sebaliknya, pengamatan terhadap kegagalan orang lain akan menurunkan penilaian individu mengenai kemampuannya dan individu akan mengurangi usaha yang dilakukan.

c. *Persuasi Verbal (Verbal Persuasion)*

Pengaruh persuasi verbal tidakla teralalu besar karena tidak memberikan suatu pengalaman yang dapat langsung dialami atau diamati individu.

d. *Kondisi fisiologis (Physiological State)*

Individu akan mendasarkan informasi mengenai kondisi fisiologis mereka untuk menilai kemampuannya. Ketegangan fisik dalam situasi yang menekan dipandang individu sebagai suatu tanda ketidakmampuan karena hal itu dapat melemahkan performansi kerja individu.³⁶

4. **Indikator Penilaian *Self Efficacy***

Menurut Brown, dkk, acuan yang digunakan dalam menentukan indikator *self efficacy* adalah 3 yaitu dimensi tingkat kesulitan tugas, kekuatan, generalisasi. Berikut indikator *self efficacy*:

- a. Keyakinan mampu menyelesaikan tugas, seseorang meyakini dirinya memiliki kemampuan untuk menyelesaikan target yang telah dibuatnya sendiri.
- b. Keyakinan mampu memberikan motivasi pada diri sendiri untuk melakukan usaha-usaha yang diperlukan dalam mencapai target, seseorang mampu memunculkan motivasi pada dirinya untuk dapat memilih usaha-usaha yang tepat dan efisien guna tercapainya target atau terselesaikannya tugas.
- c. Keyakinan mampu melakukan usaha dengan sungguh-sungguh, berusaha keras, rajin, bertanggung jawab sehingga target atau tugas yang telah ditetapkan dapat tercapai. Seseorang mengerahkan segala kekuatannya demi

terselesaikannya suatu tugas.

- d. Keyakinan mampu dalam menghadapi setiap tantangan ataupun kesulitan. Seseorang tidak akan menyerah, cenderung bertahan dalam keadaan sesulit apapun, berusaha mencari solusi.
- e. dalam menghadapi tantangan atau hambatan, tidak takut gagal, sehingga ia akan bangkit ketika mengalami kegagalan.
- f. Keyakinan mampu menyelesaikan tugas ataupun target, tanpa memperhatikan keluasan cakupan target tersebut. Seseorang memiliki keyakinan mampu menyelesaikan target yang memiliki cakupan yang luas maupun sempit.³⁷

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Efficacy*

Ada beberapa faktor menurut Bandura dalam Hany yang mempengaruhi *self efficacy* yaitu:

- a. Pencapaian Kinerja (*Performance Attainment*)

Hasil yang diharapkan secara nyata merupakan sumber penting tentang informasi efikasi diri karena didasari oleh pengalaman. Keberhasilan yang diperoleh akan membawa seseorang pada tingkat efikasi diri terutama jika kegagalan tersebut terjadi pada awal pengerjaan tugas dan bukan disebabkan oleh kurangnya usaha atau juga karena hambatan eksternal.

- b. Pengalaman Orang lain (*Vicarious experience*)

Efikasi diri (*Self-Efficacy*) dapat juga dipengaruhi karena pengalaman orang lain. Individu yang melihat atau mengamati orang lain yang mencapai keberhasilan dapat menimbulkan persepsi efikasi dirinya.

- c. Persuasi Verbal (*Verbal Persuasion*)

Persuasi verbal digunakan untuk memberikan keyakinan kepada seseorang bahwa ia memiliki suatu kemampuan yang memadai untuk mencapai apa yang diinginkan. Seseorang

yang berhasil diyakinkan secara verbal akan menunjukkan suatu usaha yang lebih keras jika dibandingkan dengan individu yang memiliki keraguan dan hanya memikirkan kekurangan diri Ketika menghadapi suatu kesulitan. Namun, peningkata keyakinan individu yang tidak realitis mengenai kemampuan diri hanya akan menemui kegagalan. Hal ini dapat menghilangkan efikasi diri/ keyakinan diri orag yang dipersuasi.

d. Keadaan dan Reaksi Psikologi (*Psychological state*)

Seseorang menjadikan keadaan psikologisnya sumber informan untuk memberikan penilaian kemampuan dirinya. Individu merasa gejala-gejala sosmatik atau ketengangan yang timbul dalam situasi yang menekan atau mengalami kegagalan dan hal ini dapat menurunkan kinerja. Dalam kegiatan yang membutuhkan kekuatan dan stamina tubuh, seseorang merasa bahwa kelelahan dan rasa sakit dia alami merupakan yang dialami merupakan tanda-tanda kelemahan fisik dan hal ini menurunkan keyakinan akan kemampuan fisiknya.³⁸

6. Upaya Meningkatkan *Self Efficacy*

Untuk meningkatkan *self-efficacy* diperlukan sebuah metode untuk membantu meningkatkannya, seperti pemberian bantuan bimbingan dan konseling yang mampu membantu seseorang ketika mengatasi setiap problematika yang muncul dalam diri individu. Sebagaimana fokus pencapaian bimbingan dan konseling yaitu menolong seseorang dalam upaya meningkatkan dirinya secara optimal dalam mencapai tujuan hidupnya sesuai dengan tahap perkembangannya.

Kegiatan bimbingan dan konseling biasanya dilakukan

dengan cara individu ataupun kelompok. Secara individu atau perorangan biasanya pelayanan diberikan secara konseling individu atau melakukan konsultasi, kemudian secara berkelompok dapat dilakukan dengan bimbingan kelompok atau konseling kelompok. Pada umumnya bimbingan kelompok menggunakan konsep dinamika kelompok, yaitu teknik yang melibatkan anggota kelompok seperti sosial drama, bermain peran dan semua gaya atau perlakuan lainnya.

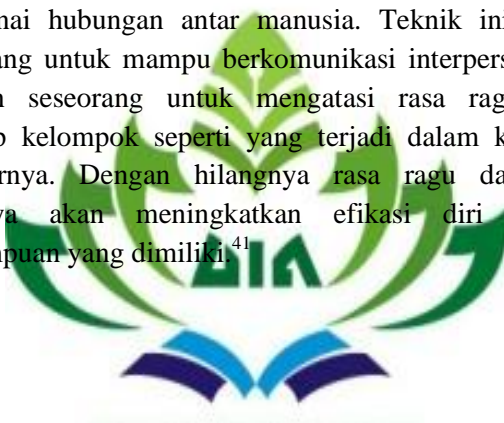
Teknik *modelling* merupakan diantara proses layanan yang melibatkan kelompok. Teknik *Modelling* merupakan proses mencontoh tingkah laku dan tatakrama orang lain, yang terdapat pemodelan sehingga model tersebut dapat untuk dicontoh dan dipraktikkan. Ada beberapa macam penokohan atau *Modelling* yaitu: pemodelan langsung, pemodelan secara simbolik, pemodelan ganda (*multiple model*). Ketiga jenis teknik *modelling*, peneliti menggunakan jenis *Modelling* simbolik (*symbolic model*) dan penokohan ganda (*multiple model*).

Teknik *modelling simbolik* adalah pemodelan dengan mencontoh model melalui film atau video yang kemudian mereka diajak untuk menyelami model sehingga dapat dicontoh atau ditirukan. Sedangkan penokohan ganda (*multiple model*) dapat dilakukan dengan cara mengamati model dan mempraktikkannya sehingga mampu merubah, mengamati ataupun mempelajari perilaku baru.³⁹

Dalam rangka untuk meningkatkan efikasi diri yaitu salah satunya dengan menerapkan layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu melalui kegiatan kelompok dengan tujuan yaitu untuk pengembangan kemampuan sosialisasi, mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang efektif serta mencegah timbulnya masalah pada seseorang. Agar layanan bimbingan kelompok yang dirancang menarik dan bermanfaat dapat menggunakan teknik

modelling simbolik. Teknik *modelling* simbolik yaitu teknik dengan melibatkan mengilustrasikan perilaku target melalui rekaman video atau audio. Teknik *modelling* simbolik yang menerapkan suatu model efikasi diri yang mewujudkan secara nyata cara seseorang menerapkan layanan bimbingan kelompok. Sehingga penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* simbolik dapat memberikan informasi dan pemahaman tentang berbagai hal, dan memungkinkan santri belajar dan melihat model/orang yang memiliki efikasi diri tinggi.⁴⁰

Selain itu teknik bimbingan kelompok yang dapat digunakan untuk membantu melatih efikasi diri yaitu dengan teknik *role playing*. Karena dengan melakukan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* siswa dapat belajar mengembangkan keterampilan dalam dirinya mengenai hubungan antar manusia. Teknik ini melatih seseorang untuk mampu berkomunikasi interpersonal dan melatih seseorang untuk mengatasi rasa ragu dalam lingkup kelompok seperti yang terjadi dalam kehidupan sebenarnya. Dengan hilangnya rasa ragu dalam diri tentunya akan meningkatkan efikasi diri terhadap kemampuan yang dimiliki.⁴¹



BAB III

BIMBINGAN KELOMPOK DI MADRASAH ALIYAH DARUT THOLIBIN BALIK BUKIT LAMPUNG BARAT

A. Gambaran Umum Madrasah Aliyah Darut Tholibin Bukit Lampung Barat

1. Sejarah Pondok Pesantren Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat

Awal berdirinya pondok pesantren ini pada tahun 2004, yang telah diprakarsai oleh beberapa pihak diantaranya bapak DANDIM 0422 Bpk Simson Moeratmo, Ir Nur Zaini, Drs Karwito M Siswadi Kasi Pontren Kementerian Agama Kab. Lampung Barat, Ky Agus Mualif.¹

Lembaga pendidikan Pondok Pesantren merupakan lembaga tertua dalam mendidik dan melestarikan nilai-nilai luhur menuju cita-cita mulia dalam membangun sumber daya manusia. Cita-cita mulia eksistensi Pondok Pesantren tentunya memiliki peran yang konstruktif dalam membentuk insan yang beriman, berilmu, dan juga berakhlak mulia. Peran sedemikian rupa mulianya dapat dirasakan hingga kini, bahwa dari Pondok Pesantren lahir generasi-generasi ahl al „ilmi yang dapat dikenal dimasyarakat dengan sebutan Ulama“. Dari perjuangan para Ulama nilai-nilai agama dapat tetap berkembang dalam menata kehidupan umat sampai saat ini.²

Para tokoh dan masyarakat di lingkungan sukamaju dan karyamaju kelurahan way mengaku kab. lampung barat. pada hari jum"at 23 juli 2004 tokoh agama yang bernama Agus Mualif mengutarakan niatnya untuk mendirikan pesantren kepada jamaah yasinan yang terdiri dari anggota di atas, bahwa di lingkungan kita ini belum ada pesantren alhamdulillah niat beliau di respon sama jamaah kemudian bpk dandim mencarikan donatur sehingga bisa terbeli tanah sekitar 2 hektar yang ada di lingkungan karya maju serdang yang kemudian diwakafkan kepesantren. Wakafnya Bpk Simson Moeratmo Nadzirnya Bpk Agus Mualif. tidak lama kemudian Pondok Pesantren Daruth Tholibin diresmikan oleh

Bapak Bupati Lampung Barat Bpk Erwin Nizar, Ms.I. pada tahun 2008 pengasuh Pondok Pesantren Daruth Tholibin mengusahakan supaya Pondok Pesantren Daruth Tholibin bisa berbentuk yayasan dan alhamdulillah sukses bisa tercapai sehingga namanya sekarang yayasan Pondok Pesantren Daruth Tholibin.³

Lembaga – lembaga yang ada di bawah naungan yayasan Pondok Pesantren Daruth Tholibin sebagai berikut :

- a. Madrasah Diniyah Daruth Tholibin Berdiri Pada Tahun 2005
- b. TK Daruth Tholibin Berdiri Pada Tahun 2008.
- c. Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA)/ panti asuhan Daruth Tholibin berdiri pada Tahun 2012.
- d. Madrasah Tsanawiyah (MTs) Berdiri Pada Tahun 2013.
- e. Madrasah Aliyah (MA) berdiri Pada Tahun 2017.

Kemudian pihak yayasan pondok pesantren Daruth Tholibin mengadakan agenda tahunan yaitu:

- a. Ziaroh Wali Songo, kegiatan ini akan dilaksanakan untuk mengenang kembali para kiyai-kiyai terdahulu.
- b. Pengajian Akbar Dan Santunan Anak Yatim Piatu dan Sunatan Massal.
- c. Pengajian Akbar dan khotmil qur'an.

Setelah sekian lama Pondok Pesantren terus berkembang dan mempertahankan jati dirinya sebagai lembaga pencetak „Ulama, tentunya sesuai dengan perubahan dan perkembangan zaman Pondok Pesantren akan terus bergerak maju dalam memenuhi tuntutan umat.

Pondok Pesantren Daruth Tholibin mengajarkan sebagaimana Pondok Pondok Pesantren lain, yang Mengajarkan Pendidikan Agama dan Umum, tumbuh melalui proses dan perjuangan yang cukup panjang. Sejak awal berdirinya, Pondok Pesantren Daruth Tholibin selalu membawa perubahan ke arah yang lebih baik terhadap masyarakat, terutama dalam memberikan pelita yang bermakna dalam membina kehidupan beragama masyarakat. Perjuangan yang mulia ini tidak selalu berjalan mulus, justru sering mendapat tantangan dan rintangan yang cukup banyak.⁴

Hal semacam ini terjadi dari kondisi sosial masyarakat yang sangat memperhatikan, hingga kurangnya kesadaran masyarakat akan urgennya keberadaan lembaga yang siap membina umat secara utuh, baik mental maupun spiritual terhadap generasi-generasi berikutnya. Dampak dari berbagai problem kemasyarakatan yang kurang menyadari urgennya keberadaan Pondok Pesantren Daruth Tholibin sering lebih mengarah pada kondisi fisik pembangunan Pondok Pesantren, yang pada akhirnya tentunya akan mengarah juga pada lemahnya kondisi sumber daya manusia yang siap berjuang di dalamnya.⁵

Pondok Pesantren Daruth Tholibin sebagai lembaga yang selalu ingin mandiri, tentunya tetap membutuhkan adanya stimulan dari berbagai pihak. Sehingga ke depan, cita-cita mulia Pondok Pesantren Daruth Tholibin dapat terwujud. Dengan demikian keberadaan Pondok Pesantren Daruth Tholibin akan dapat dinikmati oleh masyarakat, baik dari lingkungan Pondok Pesantren maupun umat dari berbagai daerah lain yang berminat menimba ilmu di Pondok Pesantren Daruth Tholibin.⁶

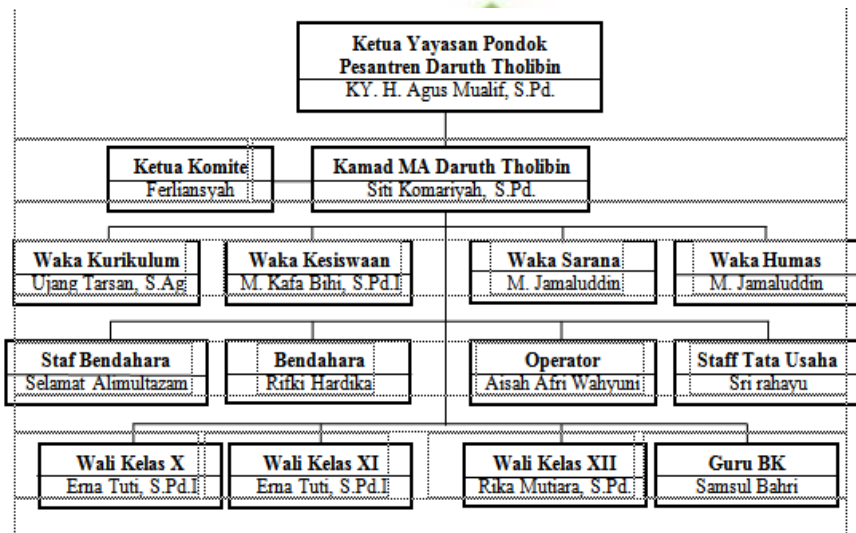
Maksud dan tujuan program yaitu sebagai Pemerataan Akses, Peningkatan mutu, tersedianya pendidikan Pondok Pesantren dan Pendidikan Diniyah yang berkualitas sehingga menghasilkan out put /lulusan yang ber ilmu, berahlakul karimah, trampil, peduli dan mandiri. Bantuan yang dibutuhkan oleh pihak pondok pesantren yaitu untuk mencetak lulusan pondok pesantren yang Sehat, berilmu, berakhlak mulia,.

2. Visi dan Misi Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat
 - a. Visi

Lembaga yang unggulan, profesional, menyayangi melindungi dan mengayomi.
 - b. Misi
 - 1) Menyelenggarakan dan mengembangkan program pelayanan sosial yang terencana, terpadu dan berkelanjutan
 - 2) Meningkatkan fasilitas dan saipors untuk menyelenggarakan pelayanan sosial

- 3) Meningkatkan kompetensi SDM penyelenggaraan pelayanan sosial
 - 4) Memperluas jejaring mitra kerja dengan instansi pemerintah, swasta, dan masyarakat
 - 5) Memberikan informasi tentang program pelayanan sosial kepada masyarakat, serta menggerakkan dan melibatkan masyarakat dalam penyelenggaraan pelayanan sosial.⁸
3. Struktur Organisasi Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat

Gambar 3.1
Struktur Organisasi Madrasah Aliyah Daruth Tholibin



4. Data Guru Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat

Guru merupakan sebutan seorang yang memberikan ilmu baik di bidak formal maupun non formal. Dalam hal ini di Madrasah Aliyah Darut Tholibin terdapat 15 guru dan 4 staff yang dapat diuraikan sebagai berikut.⁹

Tabel 3.1

Data Guru dan Pegawai di Madrasah Aliyah Darut Tholibin

| N O | NAMA | NUPTK PIG ID | IJAZAH | JRSN | MAPEL |
|-----|-------------------------|-------------------|--------|---------|------------------|
| 1. | H. Agus Mualif, S.Ag | 10817146182001 | S1 | PAI | B.Arab |
| 2. | Siti Komariyah, S.Pd.I | 10817146181001 | S1 | PAI | Fiqih |
| 3. | Ujang Tarsan, S.Ag | 14377556572000121 | S1 | PAI | B.Indo |
| 4. | M. Siholan Jaya,m S.Sos | 1341760662110063 | S1 | PAI | SKI |
| 5. | M. Lutfil Fuad | 10817148187013 | MA | HAFID Z | Al-qur`an Hadits |
| 6. | M. Kafa Bihi, S.Pd | 10817146191001 | S1 | PAI | B.Arab |
| 7. | Ajmain, S.Sos | 10817146172001 | S1 | SOS | Sosiologi |
| 8. | Rika Mutiara, S.Pd | 17146193001 | S1 | FISIKA | IPA |
| 9. | Wahyu Hadis, S.Pd.I | | S1 | PAI | PKN |
| 10. | Erna Tuti, S.Pd.I | 3554759661300012 | S1 | PAI | Bahasa Inggris |
| 11. | Samsul Bahri, S.Ag | 1434759661300012 | S1 | PAI | IPS |
| 12. | Atisyah, S.Pd | 15664759661300012 | S1 | IPS | Geografi |
| 13. | Rozalia, S.Pd | 10817146191001 | S1 | MTK | Matematika |

| | | | | | |
|-----|---------------------------|--------------------|-----|------|----------------|
| 14. | Meri Yuliyanti, S.Pd.I | | S1 | PAI | Sjrh. Indo |
| 15. | Lekok Asni | | SMK | D3 | Bahasa Lampung |
| 16. | Izzaturrijal, S.P | | S1 | PTRN | PJOK |
| 17. | Aisyah Afri. W. | 1081714619900 1 | SMK | SKJ | Operator |
| 18. | Rifki Hardika | 1081714619900 | MAN | | Bendahara |
| | | 2 | | | |
| 19. | Selamat Ali Multazam | | MAN | | Penjaga |

*Sumber: Dokumen Madrasah Aliyah Darut Tholibin
Tanggal 26 Juli 2023*

B. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modelling Untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Siswa Di Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat

1. *Self Efficacy* Siswa Madrasah Aliyah Darut Tholibin

Self efficacy sangat mempengaruhi setiap orang dalam mengambil tindakan dan keputusan dirinya tentang kehidupan atau rencana-rencana selanjutnya. Begitupun dengan siswa maupun siswi yang ada di sekolah. Pada dasarnya sebuah keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemamouan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu adalah merupakan hasil dari proses belajar.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan, efikasi diri rendah pada siswa memang benar adanya terjadi, hal ini dipengaruhi oleh faktor yang berbeda maupun yang sama. Namun tidak dapat dipungkiri pula, fakta dilapangan tentunya julga terdapat siswa yang efikasi dirinya lebih tinggi dalam belajar. Oleh karena itul tentu sikap mereka dalam belajar

untuk setiap siswa pastinya berbeda-beda. Hal ini ditandai dengan terlihatnya beberapa karakteristik efikasi diri yang rendah yaitu:

- a. Siswa memiliki keyakinan diri (kepercayaan diri) yang kurang
Keyakinan diri seorang siswa merupakan hal yang penting dalam proses pembelajaran. Karena hal ini akan berkaitan erat dengan tingkat kepercayaan diri seseorang. Seseorang yang mengalami rendah diri akan mudah mengalami kurangnya rasa keyakinan diri dan hal tersebut akan berdampak pada proses belajarnya.

Berdasarkan hasil wawancara oleh Ria salah satu siswa yang ada di Madrasah Aliyah Darut Tholibin, sebagai berikut: “Saya itu kan dari SD dan SMP nya umum gak ada berbasis agama. Jadi saya itu merasa kurang yakin bisa mengikuti pelajaran yang ada disini. Rasanya susah juga beradaptasi sama lingkungannya.”¹⁰

Penulis juga mewawancarai siswa lain, yaitu:

“Ya, kadang-kadang gak yakin kalau bisa ngerjain sesuatu dengan benar. Ragu gitu kak, takut salah juga. Jadi, saya kadang lebih baik diem walaupun sebenarnya udah punya jawaban sendiri.”¹¹

Berdasarkan wawancara tersebut penulis menyimpulkan bahwa siswa tersebut memiliki keyakinan diri yang kurang disebabkan oleh latar belakang pendidikan sebelumnya dan keraguan yang ada pada dirinya.

- b. Beberapa siswa sering didapati tidak menyelesaikan tugas yang diberikan

Pemberian tugas sekolah maupun tugas rumah memanglah sesuatu yang sudah biasa terjadi untuk menilai sudah sejauh mana siswa memahami materi yang telah diberikan. Namun, tidak menutup kemungkinan bahwa tugas tersebut adalah sesuatu yang tidak disukai oleh siswa.

Berdasarkan wawancara oleh siswa Madrasah Aliyah darut Tholibin mengenai kesulitannya mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru sebagai berikut:

“Sebenarnya, gak sulit kak. Cuma, untuk bagi waktunya itu yang susah. Apalagi kalau di pondok memang lagi banyak kegiatan, pasti tugas sekolah itu kadang telat-telat terus

ngumpulnya.”¹²

Hal tersebut juga disampaikan oleh Azka, sebagai berikut:

“Kalau saya sendiri, karena memang dulunya gak mondok, agak kesulitan menyelesaikan tugas yang dikasih guru. Apalagi kalau lagi capek banget, tugas sekolah gak saya kerjakan lagi.”¹³

Berdasarkan wawancara diatas, penulis menemukan bahwa siswa tidak dapat menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru disebabkan oleh manajemen waktu yang belum terbiasa dilakukannya, sehingga antara mengerjakan tugas pondok dan sekolah masih belum terjadwal dengan baik yang mengakibatkan salah satu tugas tidak dapat diselesaikan tepat waktu.

c. Tidak percaya dengan kemampuan yang dimilikinya

Percaya dengan kemampuan dirinya sendiri merupakan kemampuan terhadap penilaian diri sendiri sehingga seseorang mampu melakukan segala sesuatu dengan baik, hal ini didasari oleh ekspektasi pada pencapaian diri sendiri berdasarkan evaluasi terdahulu. Namun, tidak percaya pada kemampuan yang dimilikinya juga dapat dialami seseorang dan menyebabkan orang tersebut cemas dengan tujuan hidup, hubungan serta kapabilitasnya dalam menghadapi masalah. Seperti yang diungkapkan oleh Marlon, sebagai berikut:

“Saya lebih sering ragu kalau melakukan sesuatu, gak yakin bakal berhasil. Takutnya kalau udah berekspektasi terlalu tinggi nanti malah jatuh sakit.”¹⁴

Hal sama juga diungkapkan oleh Mela, sebagai berikut:

“Saya selalu merasa kurang pintar, jadi kalau melakukan suatu hal itu sudah yakin gak akan berhasil.”¹⁵

Berdasarkan wawancara diatas, penulis menyimpulkan bahwa siswa meragukan kapasitasnya dikarenakan adanya keraguan yang menenggelamkannya dalam ketidakpercayaan diri, sehingga selalu merasa ada yang kurang dengan apa yang sedang dikerjakannya. Hal tersebut akan mengakibatkan hilangnya semangat dalam menggapai mimpi-mimpinya sampai siswa berkesimpulan bahwa ia tidak mampu dan kompeten dalam melakukan sesuatu bukan karena tidak cukup baik, tetapi karena pikirannya terus memaksa

untuk berpikir seperti itu.

- d. Tidak menganggap bahwa kesulitan yang dihadapi sebagai tantangan dan justru langsung menyerah

Ketika dihadapkan pada tantangan hidup, kebanyakan orang berhenti berusaha sebelum tenaga dan batas kemampuan yang teruji, sehingga banyak orang yang mudah menyerah. Dalam menghadapi tantangan, orang yang memiliki *growth mindset* akan lebih gigih dalam berjuang dan menyukai tantangan, sementara orang yang memiliki *fixed mindset* akan mudah menyerah dan menghindari tantangan.

Berdasarkan wawancara dari siswa yang terdapat pada poin di atas, maka penulis menemukan bahwa siswa memiliki *fixed mindset* yaitu menganggap kegagalan sebagai identitas diri. Sehingga mereka sulit untuk belajar dari kesalahan sebelumnya. Hal ini membuat siswa tersebut mudah berpindah dan merasa diri tidak mampu dan sulit berkembang untuk menjadi lebih baik lagi.

- e. Sulit menyesuaikan diri

Setiap manusia perlu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan agar dapat bertahan hidup. Hal tersebut dilakukan agar ia dapat beradaptasi dengan dinamika kehidupan yang ada ditempat baru. Penyesuaian diri yang positif akan memberikan kepuasan lebih besar bagi kehidupan seseorang dan juga dapat memperlancar fungsi efektifitas psikis yang bermacam-macam seperti belajar, menemukan tujuan hidup, atau juga di dalam penyelesaian masalah.

Berdasarkan wawancara dari siswa yang terdapat pada poin-poin sebelumnya, maka penulis menemukan bahwa siswa Madrasah Aliyah Daruth Tholibin sulit menyesuaikan dirinya karena belum mampu mengarahkan dan memberikan dorongan-dorongan dalam pikiran untuk menghadapi tuntutan yang ada pada dirinya, sehingga ia tidak menemukan situasi baru dalam membentuk dirinya di dalam lingkungan baru.

Penelitian berlanjut dengan melakukan wawancara bersama guru BK, kepala sekolah serta beberapa siswa Madrasah Aliyah Darut Tholibin, mengetahui lebih lanjut dan

lebih banyak bagaimana *self efficacy* siswa serta mengenai bagaimana tindakan dan kebijakan dari guru bimbingan dan konseling serta kepala sekolah.

Dalam wawancara dengan Ibu Siti Komariyah, S.Pd selaku kepala sekolah Madrasah Aliyah Darut Tholibin pada hari senin 8 Mei 2023 mengenai *self efficacy* atau efikasi diri siswa di sekolah adalah sebagai berikut:

“Kalau dilihat dari hal tersebut, jelas ada yang rendah begitupun juga tinggi efikasi dirinya dalam belajar. tapi hal tersebut kembali diawali dari minat mereka pertama saat masuk ke madrasah ini. Karena saat masuk ke sekolah ini pastinya tidak 100% dari minat mereka sendiri, bisa dikatakan juga dari orang tua ataupun sekedar awalnya ikut-ikutan. Berhubung Siswa yang masuk kedalam sekolah tidak semula berasal dari Madrasah Tsanawiyah, ada juga dari SMP umum, mengingat kembali MA Darut Tholibin ini merupakan lembaga formal yang menunjang pendidikan yang ada di Pondok, yang pastinya siswa yang berasal dari umum tentunya akan sedikit terkejut dan berdampak pada belajarnya.”¹⁶

Adapun wawancara penulis dengan Bapak Samsul Bahri selaku guru BK di Madrasah Aliyah Darut Tholibin, beliau juga mengemukakan bagaimana keadaan *self efficacy* siswa, yaitu sebagai berikut:

“Efikasi diri yang rendah pada murid dalam belajar pasti ada dan biasa terjadi disetiap tahun nya, dan tentu jadi perbincangan oleh para guru yang masuk dikelas dan menjadi laporan. Sejujurnya siswa/i itu punya potensi namun ya seperti itu tadi, keyakinan dari diri mereka terkadang yang tidak ada, jadi nya berdampak pada belajarnya. Persentase siswa yang mengalami ini kebanyakan biasanya kelas X, kemudian juga bertahap dan berubah saat beranjak dikelas XI. Namun tetap ada juga kondisi siswa yang tetap sama dengan efikasi dirinya yang rendah. Keadaan yang terlihat untuk efikasi yang rendah biasanya dari sosialisasi mereka yang sangat menonjol, seperti malas bicara, padahal yang saya lihat mereka mampu dan berpotensi. Kemudian siswa sering didapati tidak menyelesaikan tugas yang diberikan dan yang paling terlihat adalah sulit menyesuaikan diri.”¹⁷

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti

dengan informan yakni kepala sekolah dan guru BK Madrasah Aliyah Darut Tholibin, maka penulis menarik kesimpulan bahwasanya *self efficacy* pada siswa tentu ada yang tinggi juga rendah. Hal tersebut dipengaruhi oleh faktor yang berbeda-beda. Kesulitan yang sering dialami siswa adalah, kesulitan menyesuaikan diri yang mengakibatkan ia kesulitan untuk bersosialisasi sehingga siswa sering didapati tidak menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru.

Selanjutnya, guru BK juga menambahkan bahwa:

“Masalah rendahnya *self efficacy* peserta didik disini yaitu seperti ragu menyampaikan pendapat, takut salah kalau menyatakan pendapat, tidak berani bertanya tentang materi yang kurang dipahami, minder dengan teman-temannya, seperti tidak percaya dengan kemampuan sendiri, biasanya dikarenakan faktor lingkungan juga seperti misalnya keluarganya katakanlah golongan ekonomi kebawah, yang membuat sipeserta didik merasa kurang percaya diri dan membuatnya memilih-milih dalam berteman sehingga menimbulkan kurangnya pergaulan dengan teman sebaya dan membuat kemampuan sosialnya berkurang seperti dalam hal kemampuan berkomunikasi.”¹⁸

Dari keterangan diatas dapat diketahui bahwa masalah *self efficacy* yang dialami peserta didik diantaranya takut salah, tidak berani berpendapat maupun bertanya, minder dalam bergaul, faktor ekonomi keluarga adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kurangnya percaya diri pada peserta didik yang membuat peserta didik tidak bisa mengoptimalkan kemampuan bersosialisasi kepada teman sebaya yang kemudian akan membuat berkurangnya kemampuan berkomunikasi peserta didik sehingga terus terbawa pada saat proses belajar mengajar yang kemudian akan membuat peserta didik menjadi pasif, sehingga proses belajar mengajar yang berlangsung akan menjadi kurang maksimal, sehingga ia tidak dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Hasil wawancara dengan peserta didik:

“Saya tidak yakin kalau saya menjawab pertanyaan dari guru, takutnya salah.”

Dari keterangan peserta didik diatas dapat disimpulkan bahwa ketidakyakinan peserta didik disebabkan karena

perasaan takut salah yang timbul ketika akan maju kedepan kelas ataupun ingin mencoba untuk bertanya, menjawab atau menyatakan pendapat, selain takut salah mereka juga takut dilanda malu dan dapat ditertawakan oleh teman-temannya jika mereka mencoba namun salah, perasaan takut salah yang timbul itupun membuat peserta didik tidak bisa mengoptimalkan potensi dalam diri mereka, membuat mereka cenderung mengandalkan teman, membuat mereka tidak percaya akan kemampuan yang dimiliki.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang telah penulis lakukan, *self efficacy* yang rendah pada siswa dapat terlihat dari kualitas belajarnya di dalam kelas, seperti: kurangnya komunikasi siswa, tidak mudah bergaul, sering tidak menyelesaikan pekerjaan sekolah, mudah menyerah, dan tidak percaya pada kemampuan dirinya sendiri.

2. Proses Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Modelling* Di Madrasah Aliyah Darut Tholibin

a. Tahap Persiapan

Bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* merupakan suatu kegiatan layanan proses pemberian bantuan yang diberikan konselor kepada beberapa orang dalam situasi kelompok yang bertujuan untuk pembahasan dan pengentasan masalah melalui dinamika kelompok. Teknik *modeling* adalah penokohan, peniruan (*imitation*), dan belajar melalui pengamatan (*observational learning*). *Modeling* terjadi dari proses belajar yang melalui pengamatan terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan, bukan hanya sekedar meniru tetapi juga melibatkan penambahan atau pengurangan tingkah laku.

Sebelum melakukan proses layanan bimbingan kelompok, guru BK menyiapkan hal-hal yang diperlukan demi terlaksananya bimbingan yang kondusif serta lancar, sehingga bimbingan yang diberikan dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap guru BK di Madrasah Aliyah Darut Tholibin, yaitu:

“Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di MA Darut

Tholibin dilaksanakan diruangan BK atau diruangan kelas, tetapi di tempat lain seperti mushola, ditaman, di lapangan ataupun didepan kelas juga pernah dilaksanakan, karena kan kalau ditempat terbuka anak-anak tidak jenuh, tidak bosan. Selain itu kan layanan bimbingan kelompok ini penting juga bagi peserta didik karena dengan layanan bimbingan kelompok mereka dapat berinteraksi dengan baik sesama teman sebayanya.”¹⁹

Dari keterangan diatas, dapat diketahui bahwa dalam tahap persiapan, guru BK menyiapkan ruangan yang akan digunakan dalam pemberian layanan bimbingan kelompok. Berdasarkan keterangan guru BK ada beberapa ruangan atau tempat yang biasanya digunakan dalam bimbingan kelompok, yaitu: di ruangan BK atau di dalam kelas apabila membutuhkan koneksi proyektor dan tidak menutup kemungkinan juga diberikan di tempat lain yang tidak membutuhkan koneksi laptop atau proyektor seperti di tempat terbuka contohnya di taman karena menurut guru BK, apabila layanan BK diberikan ditempat terbuka dapat memberikan suasana *fresh* kepada Siswa-siswi dengan harapan mereka dapat lebih terbuka untuk menceritakan masalah yang sedang dihadapi serta lebih terbuka dengan sesama anggota kelompok lainnya. Dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* yang diberikan oleh guru BK bertempat di ruangan kelas.

Selanjutnya, guru BK juga menyampaikan bahwa: “Setelah ruangan sudah saya tentukan, kemudian saya menyiapkan materi yang nantinya akan saya berikan. Materi ini juga berkaitan dengan teknik apa yang akan saya pakai saat pelaksanaan bimbingan kelompok. Karena saat ini permasalahannya adalah *self efficacy* atau sering disebut rendahnya keyakinan terhadap diri sendiri, maka saya memilih menggunakan teknik modeling dengan memutar film yang berkaitan dengan *self efficacy*.”²⁰

Berdasarkan wasancara diatas, guru BK selanjutnya menyiapkan materi yang akan diberikan kepada siswa serta teknik yang cocok digunakan dalam menangani permasalahan tersebut. Dalam hal ini, guru BK menggunakan bimbingan

kelompok dengan teknik modelling untuk meningkatkan *self efficacy* siswa. Materi yang disampaikan oleh guru BK adalah berupa film “Rudie Habibie”.

Setelah menentukan tempat, materi dan teknik yang digunakan, guru BK juga menyampaikan dalam wawancaranya bahwa waktu yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok juga harus ditentukan. Dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self efficacy* waktu yang digunakan yaitu pada hari Kamis tanggal 25 Mei 2023. Apabila waktu telah ditentukan, selanjutnya guru BK memberikan informasi kepada siswa-siswi yang akan mengikuti bimbingan kelompok.

Berdasarkan pernyataan guru BK, ada beberapa proses yang dilalui dalam tahap persiapan, sebagai berikut

- a) Menentukan ruangan/tempat yang akan digunakan

Pada Bimbingan kelompok dengan teknik modeling, ruangan/tempat yang digunakan ialah ruang kelas VII A.
 - b) Menentukan materi yang diberikan

Materi yang diberikan harus sesuai dengan masalah yang sedang dialami oleh siswa-siswi yang mengikuti bimbingan kelompok. Dalam hal ini materi yang diberikan berupa film “Rudie Habibie”
 - c) Menentukan teknik yang digunakan pada bimbingan

Pada bimbingan kelompok dengan permasalahan *self efficacy*, guru BK menggunakan teknik modelling yang ditayangkan lewat film “Rudie Habibie”.
 - d) Menentukan waktu pelaksanaan bimbingan

Waktu yang ditentukan oleh guru BK dalam bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk meningkatkan *self efficacy* siswa MA Daruth Tholibin ialah pada tanggal 25 Mei 2023 jam pada jam terakhir.
 - e) Menginformasikan kepada siswa
- b. Tahap Pelaksanaan
 - 1) Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan, pemimpin kelompok membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan salam dan terimakasih kepada seluruh siswa

atas waktu dan kesediaannya berkumpul untuk mengikuti kegiatan ini. Setelah itu mengajak anggota kelompok untuk sama-sama berdo'a. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan pengertian bimbingan kelompok, tujuan, azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok topik tugas.²¹

Berdasarkan keterangan yang diperoleh dari guru BK diatas dapat kita ketahui bahwa dalam tahapan pembentukan pelaksanaan layanan bimbingan yang dilakukan oleh pendidik BK selaku pemberi layanan adalah melakukan pengenalan diri kepada anggota kelompok maupun anggota kelompok yang juga mengenalkan diri mereka masing-masing, memberikan pengertian kepada anggota kelompok tentang layanan bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan serta tujuan layanan bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan dan pentingnya peserta didik memiliki *self efficacy* yang tinggi.²²

Dari hasil observasi yang dilakukan penulis, pada tahap ini semua anggota kelompok sudah memahami apa yang dimaksud dengan bimbingan kelompok, tujuan dilakukannya serta asas-asas yang harus dipatuhi oleh setiap anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok

untuk saling memperkenalkan diri dengan menggunakan rangkaian nama serta menyebutkan hobby yang di mulai dari pemimpin kelompok dahulu.

Hal tersebut diungkapkan oleh guru BK, yaitu:

“Hal utama yang saya lakukan adalah menyiapkan rencana pelaksanaan bimbingan kelompok teknik *modelling*, materi kegiatan dan video/film yang diberikan saat kegiatan berlangsung. Pada pelaksanaan bimbingan kelompok terdapat beberapa tahapan yaitu diawali dengan doa yang di pimpin oleh pemimpin kelompok. Selanjutnya yaitu memperkenalkan diri dari masing-masing anggota kelompok. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan pengertian asas, norma dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok teknik modeling. Menentukan waktu yang disepakati untuk setiap kali

pertemuan yaitu 45 menit.”²³

Berdasarkan wawancara yang penulis lakukan, pada tahap ini guru BK sebagai pemimpin kelompok untuk menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada kegiatan lebih lanjut dalam kegiatan kelompok. Dalam tahap pembentukan kegiatan meliputi:

- a) Guru Bk menyiapkan materi berupa video/film yang akan diberikan
- b) Berdoa dipimpin oleh pemimpin kelompok, memperkenalkan diri masing- masing
- c) Pemimpin kelompok mengungkapkan pengertian dan tujuan layanan bimbingan kelompok teknik *modelling*
- d) Pemimpin kelompok menjelaskan cara-cara
- e) Dan asas-asas dalam bimbingan kelompok
- f) Menyetujui waktu selama berjalannya bimbingan

kelompok. Salah satu peserta didik mengungkapkan

bahwa:

“Dalam tahapan pertama kami melakukan perkenalan diri, menyebutkan nama, alamat, hobi, lalu memahami pengertian tentang layanan bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan agar kami dapat mengerti kegiatan seperti apakah yang akan kami laksanakan, memahami pengertian tentang keyakinan diri serta memahami pentingnya kami memiliki rasa keyakinan diri yang tinggi, juga menuliskan rasa ketidak yakinan diri seperti apakah yang kami alami dan keadaan seperti apakah ketidak yakinan diri itu muncul.”²⁴

Berdasarkan keterangan peserta didik diatas dapat diketahui bahwa dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di tahapan pembentukan kegiatan yang dilakukan adalah melakukan perkenalan diri pemimpin kelompok dengan anggota kelompok maupun anggota kelompok yang juga memperkenalkan diri mereka masing-masing.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan yang dilakukan oleh penulis pada saat layanan bimbingan

kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *sel efficacy* diberikan, pada tahapan pembentukan ini berjalan efektif.

2) Tahap peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, setelah itu pemimpin kelompok menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.²⁵

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap guru BK Madrasah Aliyah Darut Tholibin:

“Dalam tahapan peralihan, saya melaksanakan kegiatan untuk menjembatani antara tahapan pembentukan ketahapan inti, dengan menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa tahapan yang akan ditempuh selanjutnya adalah tahapan inti dimana anggota kelompok diharapkan dapat memahami peranannya sebagai kelompok tugas yang akan aktif mengikuti jalannya pelaksanaan layanan dengan terbuka menceritakan pengalaman mereka, aktif mengeluarkan aspirasi dan ide dalam pembahasan topik mengenai permasalahan yang mereka alami mengenai *self efficacy* yang rendah.”²⁶

Guru BK juga melanjutkan bahwa:

“Tahapan inti agar anggota kelompok dapat lebih memahami dan mengerti tentang topik permasalahan yang akan dibahas dalam tahapan selanjutnya tersebut, serta melihat kesiapan para anggota kelompok untuk menginjak ketahapan selanjutnya dan memastikan para anggota kelompok tidak lagi merasa canggung dengan anggota kelompok lainnya serta terbebas dari rasa enggan, ragu maupun malu.”²⁷

Berdasarkan keterangan dari guru BK diatas dapat ketahui bahwasanya dalam tahapan peralihan guru BK selaku pemimpin kelompok menjelaskan kembali kepada anggota kelompok tahapan selanjutnya adalah tahapan inti dari kegiatan layanan bimbingan kelompok, memberikan pengertian kepada anggota kelompok peranan mereka sebagai kelompok tugas yang diharapkan dapat berpartisipasi aktif dan terbuka dalam menceritakan

pengalaman mereka dan mengeluarkan pendapat mereka dalam menanggapi masalah kurangnya rasa percaya diri yang mereka alami dan dapat saling bertukar ide demi menemukan solusi bersama, pemimpin kelompok juga memperhatikan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahapan inti serta terbebasnya anggota kelompok dari perasaan enggan, ragu maupun perasaan malu, serta perasaan saling tidak percaya sebelum memasuki tahapan inti sehingga harapannya kegiatan layanan yang akan berlangsung dapat berjalan dengan efektif.

Peserta didik yang mengikuti bimbingan kelompok juga mengungkapkan bahwa:

“Pada tahapan yang kedua, kami memahami penjelasan dari pak Samsul tentang kegiatan inti yang akan ditempuh pada tahapan selanjutnya, dan kami diharapkan agar dapat berpartisipasi dengan aktif dan dapat mengeluarkan aspirasi demi saling bertukar pikiran untuk menemukan solusi untuk mengatasi masalah tentang kurangnya keyakinan diri.”²⁸

Berdasarkan hasil keterangan peserta didik diatas dapat diketahui bahwa dalam tahapan peralihan guru BK memberikan penjelasan kepada peserta didik selaku anggota kelompok bahwa tahapan selanjutnya yang akan ditempuh adalah tahapan inti dimana anggota kelompok diharapkan partisipasi aktifnya dan dapat saling bertukar aspirasi demi menemukan solusi bersama akan masalah yang mereka alami serta mencapai tujuan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang diberikan secara bersama- sama yaitu tujuan untuk peningkatan *self efficacy* peserta didik.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang dilakukan oleh penulis dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa di Madrasah Aliyah Darut Tholibin yang dilaksanakan oleh guru BK, dalam tahapan peralihan meliputi:

- a) Guru BK selaku pemimpin kelompok memberikan penjelasan kembali tentang topik yang akan dibahas dan memberikan penjelasan kepada anggota kelompok tentang tahapan yang akan ditempuh selanjutnya adalah tahapan inti dimana sebelum memasukinya perlu kesiapan dari anggota kelompok untuk dapat melangkah ketahapan inti.
 - b) Pemimpin kelompok juga menyampaikan kepada anggota kelompok bahwa dalam tahapan inti anggota kelompok diminta aktif agar tujuan yang ingin dicapai oleh kelompok dapat tercapai secara maksimal
 - c) Pendidik BK selaku pemimpin kelompok juga melihat dan memperhatikan keadaan suasana kelompok apakah anggota kelompok sudah siap untuk dapat memasuki tahapan inti seperti halnya apakah sudah optimal keinginan anggota kelompok dalam berpartisipasi aktif untuk saling menceritakan pengalaman mereka
 - d) Mengeluarkan pendapat dan saling bertukar pikiran antar sesama anggota kelompok untuk menemukan solusi dalam memecahkan masalah tentang rendahnya rasa percaya diri yang mereka alami.
- 3) Tahap kegiatan
- Pada tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan di bahas yaitu “*self efficacy*” menjelaskan bahwa bimbingan kelompok ini adalah topik tugas karena topik sudah ditentukan oleh pemimpin kelompok. Kemudian pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk mengeluarkan pendapatnya mengenai topik yang dibahas.
- Guru BK mengungkapkan tahap kegiatan adalah:
“Pada tahapan inti ini saya melakukan penguraian secara singkat terlebih dahulu tentang topik yang akan dibahas yaitu permasalahan tentang rendahnya kepercayaan diri pada peserta didik. Lalu meminta peserta didik selaku anggota kelompok untuk mengemukakan situasi seperti apakah yang dapat menimbulkan ketidakpercayaan dirinya

Selanjutnya saya menyimpulkan masalah-masalah atau kendala- kendala yang menyebabkan mereka merasa kurang percaya diri untuk selanjutnya dibahas dalam kelompok. Saya menggunakan simbolik model yaitu memutarakan sebuah film pendek dimana film tersebut dapat memacu peserta didik untuk meningkatkan keyakinan diri mereka, sebuah film yang menayangkan seorang tokoh yang memiliki kekurangan dalam fisiknya namun tetap dapat menunjukkan keyakinan diri yang tinggi dalam menggapai cita-citanya dan tetap dapat berprestasi yang dicapai dengan usaha yang gigih.²⁹

Sejalan dengan ungkapan guru BK diatas, Amel juga menjelaskan bahwa:

“Pada tahapan inti saya memahami kembali topik yang akan dibahas dalam bimbingan kelompok yaitu topik tentang meningkatkan rasa keyakinan pada diri saya dan teman-teman di dalam kelompok itu, lalu kami menceritakan permasalahan kurangnya rasa keyakinan diri yang kami alami, kemudian kami saling mengeluarkan pendapat tentang cara mengatasi permasalahan-permasalahan kurangnya kepercayaan diri yang kami alami.”³⁰

Hal serupa juga diungkapkan oleh Angga, bahwa:

“Kami menonton tayangan film pendek yang diputar oleh pendidik BK, film tentang seorang pelajar remaja wanita yang memiliki keinginan kuat untuk berprestasi walaupun mempunyai kekurangan, intinya kita haruslah percaya dengan kemampuan diri kita sendiri.”³¹

Berdasarkan keterangan diatas dapat kita ketahui bahwa dalam tahapan inti bimbingan kelompok yang dilaksanakan, kegiatannya adalah membangun kepercayaan diri pada peserta didik dengan merubah persepsi atau pandangan yang buruk tentang diri menjadi persepsi yang positif sehingga dapat membangun kepercayaan diri yang tinggi.

Hasil pengamatan dan wawancara yang dilakukan oleh penulis pada saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* di Madrasah Aliyah Darut Tholibin, yaitu kegiatan yang dilakukan dalam tahapan inti ini adalah:

- a) Pemimpin kelompok kembali menjelaskan topik tentang peningkatan rasa keyakinan diri pada peserta didik, dengan meminta anggota kelompok satu persatu untuk menceritakan dengan terbuka masalah-masalah rendahnya keyakinan diri yang mereka alami
- b) Anggota kelompok diminta untuk menanggapi dan mengemukakan pendapat mereka untuk saling kuat menguatkan serta mencari solusi bersama dalam mengatasi permasalahan rasa ketidakyakinan diri
- c) Setelah itu berdasarkan dari keterangan anggota kelompok tentang permasalahan ketidakyakinan diri yang dialami, pemimpin kelompok yang sudah terlebih dahulu menyimpulkan pandangan atau persepsi negatif yang muncul yang dapat membuat anggota kelompok merasa tidak yakin pada dirinya
- d) Pemimpin kelompok memberikan dorongan kepada peserta didik untuk menggantinya dengan pandangan yang positif yang dapat membangun keyakinan diri peserta didik.
- e) Melakukan bimbingan teknik *modelling* yaitu guru BK memutarakan sebuah film pendek dimana film tersebut adalah film yang dapat memacu peserta didik untuk meningkatkan keyakinan diri mereka.³² Sebelum film ditayangkan, guru BK juga mengungkapkan bahwa:
“Sebelum saya memutar film, saya menanyakan *self efficacy* siswa terlebih dahulu dan memberikan pandangan serta masukan kepada siswa bahwa mereka pasti bisa melewati dan menghadapi ini semua. Dalam menanamkan sikap yakin pada dirinya sendiri, karena bukan hanya mereka yang pernah mengalami hal tersebut, semua pun pernah merasakan. Setelah itu pengenalan model melalui media film yang akan dijadikan contoh agar bimbingan ini berjalan dengan lancar. Pemberian model di sini juga bukan untuk membandingkan pengalaman siswa dengan model, melainkan untuk

memotivasi siswa bahwa mereka dapat melewati ini dan mengatasi rasa takut gagal dan tidak yakin pada diri sendiri.³³

Film yang dipertontonkan oleh siswa adalah film “Rudi Habibie” yang rilis pada tahun 2016 lalu. Film ini penulis pilih yang selanjutnya didiskusikan dengan guru BK untuk ditayangkan dalam proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* atau disebut juga dengan keyakinan dalam diri siswa di Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat.

Film “Rudi Habibie” merupakan kelanjutan dari film “Habibie dan Ainun”. Film ini mengisahkan perjalanan hidup BJ Habibie, seorang sarjana yang pindag ke Jerman untuk melanjutkan pendidikan di bidang teknik pesawat terbang. Di film ini, Habibie digambarkan sebagai sosok yang berdedikasi tinggi dalam mewujudkan mimpinya meski menghadapi berbagai tantangan dan penolakan.

Penulis menggunakan teknik modeling yang merujuk pada teori belajar sosial Albert Bandura. Dengan menggunakan metode modeling simbolik yang mencontoh perilaku model melalui film berdasarkan kisah nyata. Berikut teknik dan metode yang dilakukan terhadap siswa dalam mengatasi *self efficacy* yang rendah.

Bimbingan kelompok ini menggunakan teknik modeling simbolik untuk membentuk perilaku. Jadi manusia tidak hanya sekedar meniru, ia memikirkan konsekuensi dari perilaku yang akan ia tiru. Ada 3 tahap proses dalam modeling yang dilakukan oleh guru BK berdasarkan wawancara dan juga observasi yang telah penulis lakukan, yaitu perhatian, mengingat, dan mengulang.³⁴

a) Perhatian

Pada fase ini, guru BK yang bertindak sebagai

pemimpin kelompok meminta siswa selaku anggota kelompok untuk menaruh perhatian pada satu model yang menarik dalam film ini. Pada tahap pemilihan model harus diperhatikan. Karena Anggota kelompok akan belajar memahami perilaku model dan menirunya. Siswa akan mengobservasi banyak perilaku yang diperankan dalam film.³⁵

Berdasarkan wawancara kepada Rara dan Angga mengungkapkan hal yang serupa dan diikuti oleh keenam siswa lainnya, yaitu model utama yang mereka perhatikan adalah Reza Rahardian selaku aktor yang memerankan BJ Habibie dalam film “Rudie Habibie”.³⁶

b) Mengingat

Fase ini adalah fase dimana Siswa akan menggunakan kemampuan otak untuk menyimpan memori dan menirunya. Penting untuk mengingat perilaku sebelum mencoba untuk menirunya. Karena tidak semua modeling dapat dilakukan saat itu juga. Ada juga proses menunda, baru terjadi beberapa saat setelahnya. Proses modeling tidak berhasil kalau tidak diingat perilakunya.³⁷

Setelah siswa selesai menonton film yang ditayangkan oleh guru BK, mereka diminta untuk mengingat kembali hal-hal yang akan mereka tiru untuk meningkatkan *self efficacy* nya. Berikut tanggapan siswa mengenai film “Rudie Habibie” yaitu sebagai berikut.

Rara mengungkapkan:

“Hal yang paling saya ingat saat menonton film “Rudie Habibie” adalah pesan dari ayahnya yaitu; mata air yang jernih akan berguna bagi lingkungan sekitarnya. Walaupun sulit, ternyata di film tersebut BJ Habibie bisa membuktikan bahwa dirinya bisa jadi mata air untuk lingkungannya. Dengan keyakinan kuat yang ada pada dirinya itulah yang membuat adanya kehidupan. Jadi dimanapun hidup, kalau ada mata air, disitu akan ada kehidupan. Hebat sekali perjalanan beliau.”³⁸

Angga juga mengungkapkan:

“Di film tersebut saya melihat betapa besar mimpi seorang Rudie Habibie. Walaupun awalnya mimpinya ditertawakan

oleh teman- temannya, tapi dia tidak menghiraukan, malah seperti menjadi cambuk yang selalu membuat dirinya tidak berhenti. Kemudian Pak Habibie membuktikan dengan menghasilkan pesawat miniature yang dapat terbang. Keyakinan dan tekadnya yang kuat itulah yang menurut saya mengantarkannya pada kesuksesan.”³⁹

Ria Mengungkapkan bahwa:

“Yang paling saya ingat itu dia mengesampingkan sakitnya demi mimpinya terwujud. Saya sampai nangis. Meskipun sakit, tidak ada kata menyerah. Itu kayak menampar saya yang selalu banyak alasan kalau disuruh belajar ataupun mengerjakan tugas.”⁴⁰

Muhammad Juga mengungkapkan:

“Saya yang kadang selalu berpikir negatif dengan diri saya sendiri, merasa tidak mampu menyelesaikan permasalahan saya sendiri, jadi merasa mengerti satu hal, yaitu kalau kita memahami fakta dan masalah yang dihadapi maka kita akan menemukan solusinya. Selama ini saya bukannya menghadapi ketakutan dalam diri saya itu tapi malah terus menghindar dan merasa tidak mampu menyelesaikannya, padahal saya belum berusaha keras sudah bilang gak bisa. Mulai sekarang saya pelan-pelan akan percaya bahwa selalu ada solusi dari setiap masalah kalau kita mau berusaha.”

Berdasarkan hasil wawancara bersama ketiga siswa diatas, penulis menyimpulkan bahwa siswa telah mengingat pelajaran yang dapat diambil dari kisah perjalanan film “Rudie Habibie” dalam mewujudkan cita-citanya.

c) Pengulangan

Pada fase ini akan memperoleh gambaran dari memori konseli terhadap model. Konseli mengulang perilaku model (mempraktekkan) yang sudah ia lihat dan simpan dalam otak. Konseli akan mempraktekkan perilaku yang sudah diperhatikan dan diingat.⁴¹

Berdasarkan observasi penulis, guru BK meminta siswa selaku anggota kelompok mempraktekkan perilaku yang paling membekas

diingatannya. Beberapa pengulangan bisa langsung berhasil dalam sekali percobaan, ada juga yang butuh usaha.⁴²

Untuk menilai apakah proses pelaksanaan bimbingan kelompok berhasil atau tidaknya diungkapkan oleh guru BK sebagai berikut:

“Keberhasilan proses bimbingan kelompok dengan tekbnik *modelling* dapat dilihat dari perkembangan konseli dari memulai proses konseling sampai selesainya proses konseling. Keberhasilan ini tentunya didukung oleh keinginan siswa untuk dapat merubah sikapnya menjadi lebih baik. Keberhasilan ini tentunya tidak terjadi secara langsung, akan tetapi perlahan-lahan. Perubahan mulai terasa ketika saya memberikan model melalui media film Rudie Habibie untuk siswa dapat menirunya. Saya memberikan pemahaman bahwasannya saat pemberian model, saya tidak ada niatan untuk membanding-bandingkan kehidupan siswa dengan orang lain, melainkan untuk memotivasi siswa bahwasanya bukan hanya dirinya yang mengalami hal tersebut dan bahkan masih banyak yang mengalami lebih dari apa yang terjadi pada siswa.

Berikut ini merupakan perkembangan yang terjadi pada diri konseli:

- (1) Rara ingin menjadi mata air dimanapun ia hidup, sehingga menurut penuturannya ia akan berusaha selalu yakin dengan apa yang akan dilakukannya.⁴³
- (2) Angga tidak lagi takut untuk bermimpi dan yakin kalau dia berusaha keras mimpinya suatu saat akan terwujud.⁴⁴
- (3) Ria menjadi yakin walaupun tidak memiliki latar belakang pendidikan agama sebelumnya ia akan tetap bisa mengikuti pelajaran yang ada disini. Seperti Rudie Habibie, walaupun orang tuanya bukan dari latar belakang yang kaya, tapi ia begitu besar memiliki mimpi yang ingin diwujudkan.⁴⁵
- (4) Muhammad akan berusaha yakin kalau bisa mengerjakan sesuatu dengan benar, apabila ia berusaha. Ia akan membuang perasaan ragu dan perasaan takut salah. Karena ia menyadari bahwa setiap langkah harus diambil dengan penuh keyakinan. Mulai aktif di kelas dan lebih banyak belajar agar dapat belajar dari kesalahan dan mengetahui kesalahan tersebut.⁴⁶
- (5) Amel akan mulai membuat jadwal belajarnya sendiri, sehingga tidak lagi ada kegiatan atau tugas yang tidak dikerjakan.⁴⁷
- (6) Azka akan membuat jadwal belajar dan istirahat agar tidak

kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Sehingga ia dapat memperkirakan kapan harus mengerjakan tugas dan beristirahat.⁴⁸

- (7) Marlon akan berusaha tidak ragu dalam melakukan sesuatu dan berusaha untuk yakin usaha tidak akan mengkhianati hasil. Tidak ada salahnya dalam bermimpi dengan selalu berusaha untuk menggapainya.⁴⁹
 - (8) Mela tidak lagi merasa tidak pintar hanya karena tidak bisa dalam satu atau beberapa pelajaran. Ia akan berusaha untuk menggali lagi potensi yang lain dalam dirinya.⁵⁰
- 4) Tahap pengakhiran

Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan ini akan segera berakhir dan pemimpin kelompok melakukan penilaian segera dengan memberikan mereka lembaran *laissez* untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi dari setiap tindakan. Kemudian meminta anggota kelompok untuk membuat komitmen serta kesan dan pesan atas kegiatan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan. Setelah itu berdo'a untuk menutup layanan bimbingan kelompok dan bernyanyi "sayonara" serta saling bersalam-salaman.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh guru BK di Madrasah Aliyah Darut Thoibin, bahwa:

"Pada tahapan pengakhiran saya memberikan penguatan terhadap hasil yang diperoleh kelompok, kemudian memberikan kesimpulan hasil yang diperoleh dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan mempersilahkan setiap anggota kelompok untuk mengemukakan kesan-kesan dari pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Lalu saya menyampaikan bahwa kegiatan layanan bimbingan kelompok akan segera diakhiri diiringi dengan mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan serta partisipasi yang sangat baik yang ditunjukkan anggota kelompok dalam kegiatan layanan serta memberikan semangat para anggota untuk rencana kegiatan lanjutan."⁵¹

Berdasarkan keterangan diatas dapat kita ketahui bahwa dalam pelaksanaan tahapan pengakhiran pemimpin kelompok memberikan penguatan akan hasil yang sudah

dicapai oleh kelompok, memberikan kesimpulan atas hasil yang sudah dicapai oleh kelompok dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan meminta anggota kelompok untuk menyampaikan kesan-kesan selama partisipasinya mengikuti pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, pemimpin kelompok memberitahukan bahwasanya kegiatan akan segera berakhir, membuat perencanaan kegiatan lanjutan dan mengucapkan terimakasih serta salam.

Peserta didik juga menerangkan bahwa:

“Pada tahapan pengakhiran kami mendengarkan dan memahami kesimpulan hasil yang sudah dicapai dari pelaksanaan bimbingan kelompok, lalu memberikan kesan-kesan kami selama kami mengikuti pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.”⁵²

Berdasarkan keterangan diatas dapat diketahui bahwa peserta didik selaku anggota kelompok dengan baik mengikuti jalannya pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sampai pada tahapan terakhir dan pada tahapan terakhir anggota kelompok memperhatikan kembali kesimpulan hasil dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang dipaparkan oleh pemimpin kelompok, kemudian anggota kelompok menyampaikan kesan-kesan yang mereka rasakan selama kegiatan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berlangsung

Pada tahap ini merupakan tahap berhentinya kegiatan. Dalam tahap ini proses yang terjadi ialah:

- a) Menyampaikan pendapatnya masing-masing setelah melihat serta mengamati film yang telah ditayangkan.
- b) Melakukan kesepakatan kelompok, apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan dan bertemu kembali serta berapa kali kelompok itu bertemu.
- c) Pemimpin kelompok menutup sesi bimbingan kelompok dengan berdoa bersama.

Setelah rangkaian proses pelaksanaan bimbingan

kelompok dengan teknik *modelling* selesai, penulis mewawancarai peserta didik setelah diberikan treatment yaitu bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*. Waancara juga bertujuan untuk mengetahui keberhasilan dalam pelaksanaan treatment dan untuk mengetahui adanya peningkatan *self efficacy* siswa.

Dari hasil observasi atau pengamatan yang didapat oleh penulis di Madrasah Aliyah Darut Tholibin layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* pada peserta didik memang diberikan dan dilaksanakan oleh guru BK di ruangan kelas kepada peserta didik dengan menggunakan tahapan-tahapan pada bimbingan kelompok sebagai upaya penanganan masalah yang dialami peserta didik yang mengganggu keyakinan diri peserta didik. Dalam mengikuti proses belajar mengajar yang sedang berlangsung dengan pemberian layanan ini diharapkan dapat mengoptimalkan potensi diri pada peserta didik serta dapat memaksimalkan keyakinan dirinya dalam melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang diinginkannya

c. Tahap Evaluasi

Berdasarkan hasil wawancara kepada guru BK, tahap evaluasi yang dilakukan setelah tahap pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdiri dari 3 proses yang dilalui sebagai berikut:⁵³

1) Evaluasi program

Evaluasi program yang dilakukan oleh guru Bk merupakan upaya untuk mengetahui keberhasilan dan kelemahan atau ketidakberhasilan suatu program yang dibuat dengan cermat, akurat dan sesuai dengan standar atau kriteria dari objek yang dievaluasi.

Pada evaluasi program ini guru BK menyampaikan bahwa ia menilai berhasil atau tidaknya program bimbingan kelompok yang telah dilakukan melalui tahap kegiatan ialah antusias siswa-siswi yaitu perhatian yang diberikan pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok.⁵⁴

Melihat dari antusias siswa siswi dalam proses perhatian yang ada pada tahap kegiatan, maka penulis menyimpulkan bahwa program bimbingan kelompok yang diberikan oleh guru BK telah berjalan dengan baik dan dapat diterima oleh siswa.

2) Evaluasi proses

Pada evaluasi proses guru BK melakukan penilaian terhadap pelaksanaan program untuk memberikan umpan balik dari objek yang telah dievaluasi. guru BK menilai melalui tahap kegiatan serta tahap pengulangan.

Dalam hal ini guru BK menilai keberhasilan proses bimbingan kelompok dengan teknik *self efficacy* melalui tahap kegiatan ialah proses mengingat yaitu siswa akan menggunakan kemampuan otak untuk menyimpan memori dan menirunya. Penting untuk mengingat perilaku sebelum mencoba untuk menirunya.⁵⁵

Berdasarkan tahap kegiatan yang telah dipaparkan penulis pada tahap pelaksanaan bimbingan, maka penulis menyimpulkan bahwa pada proses mengingat, siswa telah mengingat kembali hal-hal yang akan mereka tiru.

3) Evaluasi hasil

Pada Evaluasi hasil, guru BK melakukan penilaian untuk mengetahui perolehan apa saja yang didapatkan setelah mengikuti layanan bimbingan dan konseling. Evaluasi proses yang dilakukan oleh guru BK dilakukan melalui proses pengulangan. Guru BK mengambil penilaian keberhasilan proses melalui perkembangan yang terjadi pada diri konseli.⁵⁶

Perkembangan yang terjadi pada siswa-siswi yang mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik modeling yaitu:

- a) Rara yang awalnya selalu ragu dengan apa yang akan dikerjakannya, setelah mengikuti bimbingan ia akan berusaha yakin dengan apa yang akan dilakukannya.⁵⁷
- b) Angga yang awalnya takut untuk bermimpi, setelah mengikuti bimbingan ia menjadi yakin kalau dia selalu berusaha keras, mimpi yang diinginkannya suatu saat akan terwujud atau

tergantikan dengan mimpi-mimpi lainnya.⁵⁸

- c) Ria yang awalnya *insecure* dengan latar belakang pendidikannya, setelah mengikuti bimbingan menjadi yakin walaupun tidak memiliki latar belakang pendidikan agama sebelumnya ia akan tetap bisa mengikuti pelajaran yang ada disini apabila ia selalu berusaha belajar terus dan tidak malu bertanya dengan teman yang lain.⁵⁹
- d) Muhammad yang awalnya merasa ragu-ragu apabila akan melakukan sesuatu, setelah mengikuti bimbingan ia akan membuang perasaan ragu dan perasaan takut salah.⁶⁰
- e) Amel yang awalnya kesulitan dalam membagi waktu, setelah mengikuti bimbingan ia berencana akan mulai membuat jadwal belajarnya sendiri, sehingga tidak lagi ada kegiatan atau tugas yang tidak dikerjakan.⁶¹
- f) Azka yang awalnya juga kesulitan membagi waktu, setelah mengikuti bimbingan akan membuat jadwal belajar dan istirahat agar tidak kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru.⁶²
- g) Marlon yang awalnya selalu memiliki perasaan keraguan, setelah mengikuti bimbingan akan berusaha tidak ragu dalam melakukan sesuatu dan berusaha untuk yakin usaha tidak akan mengkhianati hasil. Tidak ada salahnya dalam bermimpi dengan selalu berusaha untuk menggapainya.⁶³
- h) Mela yang awalnya merasa tidak bisa melakukan apapun dan menganggap dirinya bodoh karena tidak bisa di beberapa bidang pelajaran, setelah mengikuti bimbingan ia tidak lagi merasa tidak pintar hanya karena tidak bisa dalam satu atau beberapa pelajaran. Ia akan berusaha untuk menggali lagi potensi yang lain dalam dirinya.⁶⁴

BAB IV
ANALISIS PROSES BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *MODELLING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-*
***EFFICACY* SISWA DI MADRASAH ALIYAH DARUT**
THOLIBIN BALIK BUKIT LAMPUNG BARAT

Pada bab ini penulis akan menganalisa data yang telah diperoleh, yakni dengan melihat teori serta realita di lapangan. Analisa data ini dilakukan setelah data dari seluruh sampel terkumpul baik melalui metode observasi wawancara maupun dokumen-dokumen yang diperoleh dan berkaitan dengan penelitian yang telah penulis lakukan.

Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat adalah salah satu pondok pesantren yang ada di Lampung Barat yang berada di Pekon Way Mengaku Kecamatan Balik Bukit Kabupaten Lampung Barat. Pondok pesantren ini menggunakan kurikulum yang berlaku ditambah dengan ilmu agama. Pesantren Darut-Tholibin mempunyai Madrasah Aliyah yang dikelola di dalam pondok pesantren. Madrasah Aliyah di Pesantren tersebut hanya memiliki satu jurusan yaitu jurusan IPS. Lembaga-lembaga yang ada di bawah naungan yayasan Pondok Pesantren Daruth Tholibin yaitu: Madrasah Diniyah Daruth Tholibin Berdiri Pada Tahun 2005, TK Daruth Tholibin Berdiri Pada Tahun 2008, Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA)/ panti asuhan Daruth Tholibin berdiri pada Tahun 2012, Madrasah Tsanawiyah (MTS) Berdiri Pada Tahun 2013, dan Madrasah Aliyah (MA) berdiri Pada Tahun 2017.

Bimbingan kelompok yang diberikan oleh guru BK di Madrasah Aliyah Darut Tholibin sudah sesuai dengan teori Tohirin yang ada pada bab II halaman 18 yaitu guru BK memberikan bantuan (bimbingan) kepada siswa melalui kegiatan kelompok, dalam bimbingan kelompok aktivitas dan dinamika kelompok sudah diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan bagi siswa yang menjadi anggota dalam kelompok tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis lakukan di Madrasah Aliyah Darut Tholibin, efikasi diri rendah pada siswa memang benar adanya terjadi, hal ini dipengaruhi oleh faktor yang

berbeda maupun yang sama. Namun tidak dapat dipungkiri pula, fakta dilapangan tentunya juga terdapat siswa yang efikasi dirinya lebih tinggi dalam belajar. Oleh karena itu tentu sikap mereka dalam belajar untuk setiap siswa pastinya berbeda-beda. *Self efficacy* pada siswa tentu ada yang tinggi juga rendah. Hal tersebut dipengaruhi oleh faktor yang berbeda-beda. Kesulitan yang sama dan dirasakan oleh siswa ialah karena mereka kesulitan mencerna pelajaran yang tersaji di sekolah dengan sistem semi pesantren, sehingga mereka memiliki keyakinan diri yang rendah yang kemudian berpengaruh dalam belajarnya maupun penyelesaian persoalan- persoalan yang sedang dialaminya.

Rendahnya *Self efficacy* yang dialami peserta didik diantaranya dikarenakan takut salah, tidak berani berpendapat maupun bertanya, minder dalam bergaul, faktor ekonomi keluarga adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kurangnya percaya diri pada peserta didik yang membuat peserta didik tidak bisa mengoptimalkan kemampuan bersosialisasi kepada teman sebaya yang kemudian akan membuat berkurangnya kemampuan berkomunikasi peserta didik sehingga terus terbawa pada saat proses belajar mengajar yang kemudian akan membuat peserta didik menjadi pasif, sehingga proses belajar mengajar yang berlangsung akan menjadi kurang maksimal, sehingga ia tidak dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Dari hasil wawancara kepada peserta didik juga menunjukkan bahwa ketidakyakinan peserta didik disebabkan karena perasaan takut salah yang timbul ketika akan maju kedepan kelas ataupun ingin mencoba untuk bertanya, menjawab atau menyatakan pendapat, selain takut salah mereka juga takut dilanda malu dan dapat ditertawakan oleh teman-temannya jika mereka mencoba namun salah, perasaan takut salah yang timbul itupun membuat peserta didik tidak bisa mengoptimalkan potensi dalam diri mereka, membuat mereka cenderung mengandalkan teman, membuat mereka tidak percaya akan kemampuan yang dimiliki.

Berdasarkan penjelasan tersebut guru BK perlu memberikan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self efficacy* siswa di Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit, hal ini menjadi penting diberikan karena apabila *self efficacy* siswa rendah atau semakin menurun maka akan mengganggu proses perkembangannya dan prose

belajarnya. Hal ini ditandai dengan terlihatnya beberapa karakteristik efikasi diri yang rendah yaitu:

1. Siswa memiliki keyakinan diri (kepercayaan diri) yang kurang
2. Beberapa siswa sering didapati tidak menyelesaikan tugas yang diberikan
3. Tidak percaya dengan kemampuan yang dimilikinya
4. Tidak menganggap bahwa kesulitan yang dihadapi sebagai tantangan dan justru langsung menyerah
5. Sulit menyesuaikan diri

Bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* merupakan suatu kegiatan layanan proses pemberian bantuan yang diberikan konselor kepada beberapa orang dalam situasi kelompok yang bertujuan untuk pembahasan dan pengentasan masalah melalui dinamika kelompok. Teknik *modeling* adalah penokohan, peniruan (*imitation*), dan belajar melalui pengamatan (*observational learning*). *Modelling* terjadi dari proses belajar yang melalui pengamatan terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan, bukan hanya sekedar meniru tetapi juga melibatkan penambahan atau pengurangan tingkah laku.

Dalam rangka untuk meningkatkan efikasi diri yaitu salah satunya dengan menerapkan layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu melalui kegiatan kelompok dengan tujuan yaitu untuk pengembangan kemampuan sosialisasi, mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang efektif serta mencegah timbulnya masalah pada seseorang. Agar layanan bimbingan kelompok yang dirancang menarik dan bermanfaat dapat menggunakan teknik *modelling* simbolik. Teknik *modelling* simbolik yaitu teknik dengan melibatkan mengilustrasikan perilaku target melalui rekaman video atau audio.

layanan bimbingan kelompok sudah dilaksanakan di Madrasah Aliyah Darut Tholibin walaupun tidaklah sering, dan pemberian layanan bimbingan kelompok sesuai kebutuhan siswa. Karena layanan bimbingan kelompok ini merupakan kebutuhan peserta didik, maka oleh Guru BK pemberian layanan bimbingan

kelompok ini diberikan kepada peserta didik yang mengalami masalah ataupun yang tidak mengalami masalah.

Bimbingan kelompok diberikan oleh guru BK diruangan maupun di dalam kelas dan tidak menutupi juga ditempat lain seperti ditempat terbuka contohnya ditaman karena menurut pendidik BK ditempat terbuka dapat memberikan suasana fresh kepada peserta didik dengan

harapan peserta didik dapat lebih terbuka untuk menceritakan masalah yang sedang dihadapi dan lebih terbuka dengan sesama anggota kelompok lainnya. Dengan dilaksanakannya layanan bimbingan kelompok peserta didik dapat menjadi lebih aktif dengan lebih bisa saling mengeluarkan pendapat mereka masing-masing.

Berikut ini adalah jadwal pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok teknik *modellig* yaitu: pada hari rabu tanggal 24 Mei 2023 penulis meminta izin kepada guru BK untuk melihat proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* dan penulis juga ikut serta dalam pemberitahuan kepada peserta didik yang akan mengikuti bimbingan kelompok. Kemudian, pada hari kamis tanggal 25 Mei 2023 guru BK dan penulis melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*. Terakhir pada hari jumat tanggal 26 Mei 2023, penulis melakukan wawancara kepada peserta didik untuk memastikan bagaimana respon mereka dalam menanggapi bimbingan kelompok yang telah dilakukan.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan penulis dalam pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa di Madrasah Aliyah Darut Tholibin , bahwa tahapan-tahapan pelaksanaan bimbingan sosial telah sesuai dengan teori Prayitno yang ada pada Bab II halaman 25-26, tahapan yang ada pada teori tahap-tahap pelaksanaan bimbingan sosial menurut Prayitno dalam bukunya yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Namun, dalam tahapan yang diterapkan oleh guru BK ada beberapa proses pelaksanaan yang tidak sama dengan teori. Dalam melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* dalam meningkatkan *self efficacy* tahapan- tahapan yang dilakukan oleh guru Bk Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit dapat dipaparkan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan guru BK melalui beberapa proses yaitu, sebagai berikut

- a. Menentukan ruangan/tempat yang akan digunakan
Pada Bimbingan kelompok dengan teknik modeling, ruangan/tempat yang digunakan ialah ruang kelas VII A.
- b. Menentukan materi yang diberikan
Materi yang diberikan harus sesuai dengan masalah yang sedang dialami oleh siswa-siswi yang mengikuti bimbingan kelompok. Dalam hal ini materi yang diberikan berupa film “Rudie Habibie”.
- c. Menentukan teknik yang digunakan pada bimbingan
Pada bimbingan kelompok dengan permasalahan *self efficacy*, guru BK menggunakan teknik modelling yang ditayangkan lewat film “Rudie Habibie”.
- d. Menentukan waktu pelaksanaan bimbingan
Waktu yang ditentukan oleh guru BK dalam bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk meningkatkan *self efficacy* siswa MA Daruth Tholibin ialah pada tanggal 25 Mei 2023 jam pada jam terakhir.
- e. Menginformasikan kepada siswa tentang jadwal pelaksanaan bimbingan.

2. Tahap Pelaksanaan

a. Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan, pemimpin kelompok membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan salam dan terimakasih kepada seluruh siswa atas waktu dan kesediaannya berkumpul untuk mengikuti kegiatan ini. Setelah itu mengajak anggota kelompok untuk sama-sama berdoa. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan pengertian bimbingan kelompok, tujuan, azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok topik tugas.

Berdasarkan hasil observasi pada tahap ini semua anggota kelompok sudah memahami apa yang dimaksud dengan bimbingan kelompok, tujuan dilakukannya serta asas-asas yang harus dipatuhi oleh setiap anggota

kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk saling memperkenalkan diri dengan menggunakan rangkaian nama serta menyebutkan hobby yang di mulai dari pemimpin kelompok dahulu.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan yang dilakukan oleh penulis pada saat layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *sel efficacy* diberikan, pada tahapan pembentukan ini berjalan efektif.

Dalam teori pada bab II halaman 24 tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada kegiatan lebih lanjut dalam kegiatan kelompok., seharusnya alam tahap pembentukan kegiatan meliputi: mengungkapkan pengertian dan tujuan layanan bimbingan kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas dalam bimbingan kelompok, saling memperkenalkan diri, dan permainan pengakraban. Namun, guru Bk dalam tahap pembentukan meliputi: menyiapkan materi berupa video/film yang akan diberikan,berdoa dipimpin oleh pemimpin kelompok, memperkenalkan diri masing-masing, pemimpin kelompok mengungkapkan pengertian dan tujuan layanan bimbingan kelompok teknik *modelling*, menjelaskan cara-cara dan asas- asas dalam bimbingan kelompok, dan terakhir menyepakati waktu selama berjalannya bimbingan kelompok.

Berdasarkan hal tersebut, maka penulis menarik kesimpulan bahwa meskipun teori dengan kenyataan sama-sama melakukan tahap pembentukan, namun proses pelaksanaan dalam tahap tersebut tidaklah sama.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, setelah itu pemimpin kelompok menawarkan sambil

mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya. Dalam tahapan peralihan guru BK selaku pemimpin kelompok menjelaskan kembali kepada anggota kelompok tahapan selanjutnya adalah tahapan inti dari kegiatan layanan bimbingan kelompok, memberikan pengertian kepada anggota kelompok peranan mereka sebagai kelompok tugas yang diharapkan dapat berpartisipasi aktif dan terbuka dalam menceritakan pengalaman mereka dan mengeluarkan pendapat mereka dalam menanggapi masalah kurangnya rasa percaya diri yang mereka alami dan dapat saling bertukar ide demi menemukan solusi bersama, pemimpin kelompok juga memperhatikan

kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahapan inti serta terbebasnya anggota kelompok dari perasaan enggan, ragu maupun perasaan malu, serta perasaan saling tidak percaya sebelum memasuki tahapan inti sehingga harapannya kegiatan layanan yang akan berlangsung dapat berjalan dengan efektif.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang dilakukan oleh penulis dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa di Madrasah Aliyah Darut Tholibin yang dilaksanakan oleh guru BK, dalam tahapan peralihan guru BK selaku pemimpin kelompok memberikan penjelasan kembali tentang topik yang akan dibahas dan memberikan penjelasan kepada anggota kelompok tentang tahapan yang akan ditempuh selanjutnya adalah tahapan inti dimana sebelum memasukinya perlu kesiapan dari anggota kelompok untuk dapat melangkah ketahapan inti, pemimpin kelompok juga menyampaikan kepada anggota kelompok bahwa dalam tahapan inti anggota kelompok diminta aktif agar tujuan yang ingin dicapai oleh kelompok dapat tercapai secara maksimal, pendidik BK selaku pemimpin kelompok juga melihat dan memperhatikan keadaan

suasana kelompok apakah anggota kelompok sudah siap untuk dapat memasuki tahapan inti seperti halnya apakah sudah optimal keinginan anggota kelompok dalam berpartisipasi aktif untuk saling menceritakan pengalaman mereka, mengeluarkan pendapat dan saling bertukar pikiran antar sesama anggota kelompok untuk menemukan solusi dalam memecahkan masalah tentang rendahnya rasa percaya diri yang mereka alami.

Dalam tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada kegiatan lebih lanjut dalam kegiatan kelompok. Dalam tahap peralihan sudah sesuai dengan teori tahap peralihan yang ada pada bab II kegiatan meliputi: menjelaskan kembali mengenai pengertian dan tujuan layanan bimbingan kelompok, menanyakan kesiapan anggota kelompok, membahas suasana yang terjadi, dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan di bahas yaitu “*self efficacy*” menjelaskan bahwa bimbingan kelompok ini adalah topik tugas karena topik sudah ditentukan oleh pemimpin kelompok. Kemudian pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk mengeluarkan pendapatnya mengenai topik yang dibahas.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh penulis pada saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* di Madrasah Aliyah Darut Tholibin, yaitu kegiatan yang dilakukan dalam tahapan inti ini adalah pemimpin kelompok kembali menjelaskan topik tentang peningkatan rasa keyakinan diri pada peserta didik, dengan meminta anggota kelompok satu persatu untuk menceritakan dengan terbuka masalah-masalah rendahnya keyakinan diri yang mereka alami, yaitu disaat seperti apakah rasa ketidakpercayaan diri itu timbul dan perasaan seperti apakah yang timbul dalam persepsi mereka sehingga membuat mereka tidak yakin atau

merasa takut salah untuk mencoba, lalu anggota kelompok diminta untuk menanggapi dan mengemukakan pendapat mereka untuk saling kuat menguatkan serta mencari solusi bersama dalam mengatasi permasalahan rasa ketidakyakinan diri, setelah itu berdasarkan

dari keterangan anggota kelompok tentang permasalahan ketidakyakinan diri yang dialami, pemimpin kelompok yang sudah terlebih dahulu menyimpulkan pandangan atau persepsi negatif yang muncul yang dapat membuat anggota kelompok merasa tidak yakin pada dirinya, lalu memberikan dorongan kepada peserta didik untuk menggantinya dengan pandangan yang positif yang dapat membangun keyakinan diri peserta didik.

Dalam tahap ini merupakan tahap sebenarnya dari kelompok, namun kelangsungan kegiatan kelompok pada tahap ini amat tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Jika dua tahap sebelumnya berhasil dengan baik, maka tahap ketiga itu akan berhasil dengan lancar. Dalam tahap kegiatan meliputi: membahas topik yang telah dipersiapkan, membahas topik bahasan secara bersama-sama dengan tujuan memperoleh pemahaman baru dengan tingkah laku model yang disediakan dalam bentuk rekaman video, film, slide dan gambar, pada tahap ini persiapan teknik modeling simbolik dilaksanakan dengan tujuan belajar mengamati dan meniru tingkah laku model yang disajikan.

Film yang ditayangkan kepada siswa adalah film “Rudi Habibie” yang rilis pada tahun 2016 lalu. Film ini penulis pilih yang selanjutnya didiskusikan dengan guru BK untuk ditayangkan dalam proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* atau disebut juga dengan keyakinan dalam diri siswa di Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat. Habibie digambarkan sebagai sosok yang berdedikasi tinggi dalam mewujudkan mimpinya meski menghadapi berbagai tantangan dan penolakan.

Penulis menggunakan teknik modeling yang merujuk pada teori belajar sosial Albert Bandura. Dengan

menggunakan metode modeling simbolik yang mencontoh perilaku model melalui film berdasarkan kisah nyata. Berikut teknik dan metode yang dilakukan terhadap siswa dalam mengatasi *self efficacy* yang rendah. Ada 3 tahap proses dalam modeling yang dilakukan oleh guru BK berdasarkan wawancara dan juga observasi yang telah penulis lakukan, yaitu perhatian, mengingat, dan mengulang.¹⁴⁹

1) Perhatian

Pada fase ini, guru BK yang bertindak sebagai pemimpin kelompok meminta siswa selaku anggota kelompok untuk menaruh perhatian pada satu model yang menarik dalam film ini. Pada tahap pemilihan model harus diperhatikan. Karena Anggota kelompok akan belajar memahami perilaku model dan menirunya. Siswa akan mengobservasi banyak perilaku yang diperankan dalam film.

2) Mengingat

Fase ini adalah fase dimana Siswa akan menggunakan kemampuan otak untuk menyimpan memori dan menirunya. Penting untuk mengingat perilaku sebelum mencoba untuk menirunya. Karena tidak semua modeling dapat dilakukan saat itu juga. Ada juga proses menunda, baru terjadi beberapa saat setelahnya. Proses modeling tidak berhasil kalau tidak diingat perilakunya.

Berdasarkan hasil wawancara bersama ketiga siswa diatas, penulis menyimpulkan bahwa siswa telah mengingat pelajaran yang dapat diambil dari kisah perjalanan film “Rudie Habibie” dalam mewujudkan cita-citanya.

3) Pengulangan

Pada fase ini akan memperoleh gambaran dari memori konseli terhadap model. Konseli mengulang perilaku model (mempraktekkan) yang sudah ia lihat dan simpan dalam otak. Konseli akan mempraktekkan perilaku yang sudah diperhatikan dan diingat. Berdasarkan observasi penulis, guru BK meminta siswa

selaku anggota kelompok mempraktekkan perilaku yang paling membekas diingatkannya. Beberapa pengulangan bisa langsung berhasil dalam sekali percobaan, ada juga yang butuh usaha.¹⁵⁰

d. Tahap Pengakhiran

Berdasarkan hasil wawancara dapat kita ketahui bahwa dalam pelaksanaan tahapan pengakhiran pemimpin kelompok memberikan penguatan akan hasil yang sudah dicapai oleh kelompok, memberikan kesimpulan atas hasil yang sudah dicapai oleh kelompok dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan meminta anggota kelompok untuk menyampaikan kesan-kesan selama partisipasinya mengikuti pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, pemimpin kelompok memberitahukan bahwasanya kegiatan akan segera berakhir, membuat perencanaan kegiatan lanjutan dan mengucapkan terimakasih serta salam.

Pada tahap ini merupakan tahap berhentinya kegiatan. Dalam pengakhiran ini terdapat kesepakatan kelompok, apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan dan bertemu kembali serta berapa kali kelompok itu bertemu. Dengan kata lain kelompok yang menetapkan sendiri kapan kelompok itu akan melakukan kegiatan.

3. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini guru BK melakukan 3 proses evaluasi, yaitu evaluasi program, evaluasi proses dan evaluasi hasil yang dilihat melalui berbagai tahapan yang telah dilalui pada pelaksanaan bimbingan kelompok. Proses evaluasi ter sebut dapat dipaparkan sebagai berikut:

a. Evaluasi program

Pada evaluasi program ini guru BK menyampaikan bahwa ia menilai berhasil atau tidaknya program bimbingan kelompok yang telah dilakukan melalui tahap kegiatan ialah antusias siswa-siswi yaitu perhatian yang diberikan pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok. Melihat dari antusias siswa siswi dalam proses perhatian yang ada pada tahap kegiatan, maka penulis

menyimpulkan bahwa program bimbingan kelompok yang diberikan oleh guru BK telah berjalan dengan baik dan dapat diterima oleh siswa.

b. Evaluasi proses

Dalam hal ini guru BK menilai keberhasilan proses bimbingan kelompok dengan teknik *self efficacy* melalui tahap kegiatan ialah proses mengingat yaitu siswa akan menggunakan kemampuan otak untuk menyimpan memori dan menirunya. Penting untuk mengingat perilaku sebelum mencoba untuk menirunya. Berdasarkan tahap kegiatan yang telah dipaparkan penulis pada tahap pelaksanaan bimbingan, maka penulis menyimpulkan bahwa pada proses mengingat, siswa telah mengingat kembali hal-hal yang akan mereka tiru.

c. Evaluasi hasil

Pada Evaluasi hasil, guru BK melakukan penialain untuk mengetahui perolehan apa saja yang didapatkan setelah mengikuti layanan bimbingan dan konseling. Evaluasi proses yang dilakukan oleh guru BK dilakukan melalui proses pengulangan. Guru BK mengambil penilaian keberhasilan proses melalui perkembangan yang terjadi pada diri konseli.

Berdasarkan hasil dari ketiga evaluasi di Madrasah Aliyah Darut Tholibin menemukan adanya *self efficacy* yang terjadi pada siswa meningkat setelah mendapatkan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*, hal tersebut dapat dijabarkan melalui indikator penilaian *self efficacy* Menurut Brown, dkk, pada bab II halaman 35 yang dijadikan sebagai acuan dalam menentukan indikator *self efficacy* adalah 3 yaitu dimensi tingkat kesulitan tugas, kekuatan, generalisasi. Berikut indikator *self efficacy* yang telah dirasakan oleh siswa setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*, yaitu meliputi.

Siswa dalam pembelajaran telah memiliki keyakinan mampu untuk menyelesaikan tugas, dan siswa tersebut sudah

mulai meyakini dirinya memiliki kemampuan untuk menyelesaikan target-target maupun tugas-tugas yang telah dibuatnya sendiri.

- 1) Siswa dapat memberikan motivasi pada diri sendiri untuk melakukan usaha-usaha yang diperlukan dalam mencapai target, ia mampu memunculkan motivasi pada dirinya untuk dapat memilih usaha-usaha yang tepat dan efisien guna tercapainya target atau terselesaikannya tugas.
- 2) Siswa setelah mengikuti bimbingan kelompok, sudah dapat melakukan usaha dengan sungguh-sungguh, berusaha keras, rajin, bertanggung jawab sehingga target atau tugas yang telah ditetapkan dapat tercapai. Seseorang mengerahkan segala kekuatannya demi terselesaikannya suatu tugas. Siswa tidak lagi takut gagal, sehingga ia akan bangkit ketika mengalami kegagalan





BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa di Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit Lampung Barat meliputi beberapa tahapan, yaitu:

Pertama, tahap persiapan meliputi; menentukan ruangan/tempat yang akan digunakan, menentukan materi yang diberikan, menentukan teknik yang digunakan pada bimbingan, menentukan waktu pelaksanaan bimbingan, dan menginformasikan kepada siswa tentang jadwal pelaksanaan bimbingan

Kedua, tahap pelaksanaan meliputi: tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran. (1) Tahap pembentukan yaitu: pemimpin kelompok membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan salam kepada seluruh siswa atas waktu dan kesediaannya berkumpul untuk mengikuti kegiatan ini. Tahap pembentukan meliputi: menyiapkan materi berupa video/film yang akan diberikan, berdoa dipimpin oleh pemimpin kelompok, memperkenalkan diri masing-masing, pemimpin kelompok mengungkapkan pengertian dan tujuan layanan bimbingan kelompok teknik *modelling*, menjelaskan cara-cara dan asas-asas dalam bimbingan kelompok, dan terakhir menyepakati waktu selama berjalannya bimbingan kelompok. (2) Tahap peralihan yaitu: pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada kegiatan lebih lanjut dalam kegiatan kelompok. Dalam tahap peralihan kegiatannya meliputi: menjelaskan kembali mengenai pengertian dan tujuan layanan bimbingan kelompok, menanyakan kesiapan anggota kelompok, membahas suasana yang terjadi, dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota. (3) Tahap kegiatan merupakan tahap sebenarnya dari pelaksanaan bimbingan kelompok, namun kelangsungan

kegiatan kelompok pada tahap ini amat tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Dalam tahap kegiatan meliputi: membahas topik yang telah dipersiapkan, membahas topik bahasan secara bersama-sama dengan tujuan memperoleh pemahaman baru dengan tingkah laku model yang disediakan dalam bentuk rekaman video, film, slide dan gambar. Pada tahap ini film yang ditayangkan kepada siswa adalah film “Rudi Habibie” yang rilis pada tahun 2016 lalu. (4) Tahap pengakhiran. Dalam pengakhiran ini terdapat kesepakatan kelompok, apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan dan bertemu kembali serta berapa kali kelompok itu bertemu. Perubahan *self efficacy* siswa ini terlihat dari indikator penilaian *self efficacy*, yaitu: Siswa dalam pembelajaran telah memiliki keyakinan mampu untuk menyelesaikan tugas, siswa dapat memberikan motivasi pada diri sendiri untuk melakukan usaha-usaha yang diperlukan dalam mencapai target, siswa setelah mengikuti bimbingan kelompok sudah dapat melakukan usaha dengan sungguh-sungguh, berusaha keras, rajin, bertanggung jawab sehingga target atau tugas yang telah ditetapkan dapat tercapai, siswa mengerahkan segala kekuatannya demi terselesaikannya suatu tugas, siswa tidak lagi takut gagal.

Ketiga, tahap evaluasi meliputi 3 proses, yaitu evaluasi program, evaluasi proses dan evaluasi hasil (1) Evaluasi program yaitu guru Bk menilai berhasil atau tidaknya program bimbingan kelompok yang telah dilakukan melalui tahap kegiatan ialah antusias siswa-siswi yaitu perhatian yang diberikan pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok. (2) Evaluasi proses yaitu guru BK menilai keberhasilan proses bimbingan kelompok dengan teknik *self efficacy* melalui tahap kegiatan ialah proses mengingat (3) Evaluasi hasil yaitu guru BK melakukan penilaian untuk mengetahui perolehan apa saja yang didapatkan setelah mengikuti layanan bimbingan dan konseling.

B. Saran

Dari hasil pembahasan mengenai proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa di Madrasah Aliyah DARut Tholibin Balik Bukit Lmapung Barat, penulis akan memberi saran yang berkaitan dengan hal tersebut, yaitu:

1. Kepada guru BK di Madrasah Aliyah Darut Tholibin Balik Bukit, agar hal-hal yang perlu di tindak lanjuti dari tahap evaluasi dapat dicari solusi dan dapat menjadi acuan untuk pemberian bimbingan kelompok yang akan mendatang. Kemudian, layanan bimbingan kelompok dapat diberikan secara rutin dan dipantau perkembangannya.
2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan tema bimbingan kelompok namun pada variabel yang berbeda, sehingga menemukan sesuatu penelitian yang baru dan dapat menjadikan pembaharuan penelitian yang akan datang.





DAFTAR RUJUKAN

Buku

- Abimanyu dan Manhiru. *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar. 2009.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang: PT. UMM Press. 2008.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. 2013. Feist dkk. *Teori Kepribadian Theories of Personality*. Jakarta: Salemba Humanika. 2010.
- Ghufron dan Risnawati. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Grafindo Persada. 2019. Hadi, Sutrisno. *Metodelogi Research*. Yogyakarta: Andi Offset. 2004.
- Hidayat dan Dede Rahmat. *Teori dan Aplikasi Psikologi Kepribadian dalam Konseling*. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia. 2011.
- Hidayat, Mansur. *Model Komunikasi Kyai Dengan Santri di Pesantren*. Yogyakarta: Arruz- Media. 2016.
- Irwan dkk. *Agama, Pendidikan Islam dan Tanggung Jawab Sosial Pesantren*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. 2008.
- Juliansyah, Noor. *Metodelogi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi Dan Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana. 2013.
- Kartono, Kartini. *Pengantar Metodologi Riset Sosial*. Jakarta: Mandar Maju. 1996. Narbuko, Cholid dan Hamadi Abu. *Metode Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara. 1997.
- Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: Asdi Mahasatya. 2015.
- dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 2015.

Seri Panduan Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling. Padang: Program Pendidikan Profesi Konselor. UNP. 2015.

Ratna, Lilis. *Teknik-teknik Konseling.* Yogyakarta: Deepublish. 2004.

Rusmana dan Nandang. *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah Metode, Teknik Dan Aplikasi.* Bandung: Rizkqi Press. 2009.

Shaleh. *Psikologi Suatu Pengantar Perspektif Islam.* Jakarta: KECANA. 2004. Singgih, Gunasra. *Konseling dan Psikotrapji.* Jakarta: Gunung Mulia. 2007.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D.* Bandung: Alfabeta. 2011. Suprayoga, Imam dan Tobroni. *Metode Penelitian Sosial-Agama.* Bandung: Remaja

Rosdakarya. 2003.

Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah.* Jakarta: Rajawali Pers. 2007.

Jurnal

Aetika,Nurul. *Self Efficacy Remaja Panti Asuhan dan Peningkatannya Melalui Pendekatan Bimbingan Kelompok (Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling Vol.5 No.2, 2015).*

Aktas dan Can Y. *The effect of Whatsapp usage on the attitudes of students toward english self- efficacy and english courses in foreign language education outside the school (International Electronic Journal of Elementary Education, Vol. 1, No. 4, 2019).* <https://doi.org/10.26822/iejee.2019349249>.

Ana, Aliqol, dkk. *Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Self Efficacy dan Harapan Hasil (Outcome Expectitions)Karir Siswa (Jurnal Bimbingan Konseling: JUBK Vol.6 No.1, 2017).*

- Aziz, Abdul. *Upaya Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa Melalui Layanan Konseling*. Kelompok (Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling Vol.1 No.1 ISSN: 2442-9775, 2015).
- Bisri, dkk. *The Effectiveness of Group Counseling with Modelling Technique to Improve Self- Efficacy in Senior High School Students Decision Making of Study Continuation* (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Vol.7).
- Fauzan, Muhammad. *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modelling untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa di SMA Negeri 11 Banjarmasin* (Jurnal Pelayanan Bimbingan dan Konseling Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lambung Mangkurat Vol.3 No.1, 2020).
- Hardianto, dkk. *Hubungan antara Self-Efficacy Akademik dengan Hasil Belajar Siswa* (Jurnal Konselor, 2016).
<https://doi.org/10.24036/02014312978-0-00>.
- Hasanah, Uswatun dkk. *Self Efficacy Siswa SMP pada Pembelajaran Model Learning Cycle 7 E (Elicit, Engange, Explore, Explain, Elaborate, Evaluate, and Extend)* (Prosiding Seminar Nasional Matematika Vol. 2, 2019).
- Herdian, Ade dan Frisca Meivilona Yendi. *Teknik Modelling: Sebuah Alternatif dalam Peningkatan Self-Efficacy Akademik* (SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling Vol. 4 No.3, 2019).
- Indrawasih, Novia dkk. *Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik Terhadap Efikasi Diri Siswa* (JACITTA: Journal of Primary Children"s Education Vol.2 No.1, 2019).
- Johanda, dkk. *Self Efficacy Siswa dalam Menyelesaikan Tugas Sekolah SMP Negeri 1 Ampek Angkek* (Jurnal Neokonseling, 2019).
- Kilicoglu. *Study on The Relationship Between Social Studies Course SelfEfficacy and Motivation Levels of Secondary School Students*

(Universal Journal of Educational Research, 2018).
<https://doi.org/10.13189/ujer.2018.060816>.

Kurniawati, Annisa Dwi dan Tatang Yuli Eko Siswon. *Pengaruh Kecemasan dan Self Efficacy Siswa terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Materi Segiempat Siswa Kelas VII MTs Negeri Ponorogo* (Mathedunesa Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika Vol.3 No.2, 2014).

Latifah, Rizky Faridatul dan Febranti Putri Navion. *Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Modelling untuk Meningkatkan Self Efficacy Mahasantri* (Jurnal Bimbingan Konseling Islam Vol. 4 No.1, 2021).

Maharani, Putri Cecylia Dewi dan Maria Theresia Sri Hartati. *Hubungan Antara Self Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Siswa SMK Negeri 1 Wonosegoro Kabupaten Boyolali Tahun Pelajaran 2020/2021* (Vol.8 No.2, 2021).

Muzdalifah dan Nur'aini. *Pengaruh Bimbingan Kelompok dan Self-Efficacy terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa* (Analitika Vol.10 No.1, 2018).

Nur'aini, Atika dkk. *Meningkatkan Efikasi Diri (Self Efficacy) Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing (PTK Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Kota Serang)*.

Pambudi dkk. *Psychoeducational Group with Modelling Technique to Improve Career Adaptability Throught Career Decesion SelfEfficacy* (Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol.8, 2019).

Permana, Hara dkk. *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan kecemasan dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX Mts Al-Hikmah Brebes* (Jurnal Hisbah, Vol.13 No.1, 2016).

Permatasari , Dwi Archita dkk. *Penerapan Teknik Modeling dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Self Efficacy Akademik Siswa di SMP*.

Ragil, dkk. *Keefektifan Teknik Modeling Berbasis Sinema Edukasi untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa SMP* (Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri Vol.6 No.1, 2019).

Ratri, Prapti Madyo dan Wiwien Dinar Pratisti. *Teknik Modeling dan Bimbingan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa SMP X Surakarta* (Jurnal Ilmiah Psikologi Vol.4 No.2, 2019).

Rumiani, Ni Wayan dkk. *Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modeling Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII 6 SMPN 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014* (Ejournal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling Vol.2 No.1, 2014).

Safitri, Olivia Risma dan Najlatun Naqiyah. *Studi Kepustakaan Teknik Modeling untuk Academic Efficacy Peserta Didik Sekolah Menengah* (Jurnal Kopasta Vol.8 No.1, 2021).

Solihin dkk. *Upaya Meningkatkan Self Efficacy Siswa Melalui Pemberian Bimbingan Kelompok di MTs Al-Ma'arif Wuluhan* (Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi).

Wasih, Novia Ina dkk. *Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modelling Simbolik terhadap Efikasi Diri Siswa*. (JANACITTA : Journal of Primary and Children's Education Vol. 2 No.1, 2019).

Zamroni. *Counseling Model Based on Gusjigang Culture: Conceptual Framewoek of Counseling Model Based on Local Wisdoms in Kudus* (Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling Vol.2, 2016)

Skripsi

Handayani, Fadila. *Menumbuhkan Sikap Enterpreneurship dengan Layanan Bimbingan Kelompok Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Modeling Siswa Kelas XI SMA Nusantara Batubara Tahun Ajaran 2019/2020* (Skripsi: Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan, 2020).

Wawancara

Amel, Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Darut Tholibin, *Wawancara*, 29 Mei 2023. Angga, Siswa kelas X Madrasah Aliyah Darut Tholibin, 26 Mei 2023.

Azka, Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Darut Tholibin, *Wawancara*, 29 Mei 2023. Marlon, Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Darut Tholibin, *Wawancara*, 29 Mei 2023. Mela, Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Darut Tholibin, *Wawancara*, 29 Mei 2023.

Muhammad, Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Darut Tholibin, *Wawancara*, 26 Mei 2023. Rara, Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Darut Tholibin, *Wawancara*, 26 Mei 2023.

Ria, Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Darut Tholibin, *Wawancara*, 26 Mei 2023.

Samsul Bahri, Guru Bimbingan Konseling di Madrasah Aliyah Darut Tholibin, *Wawancara*, 09 Mei 2023.

Siti Komariyah, Kepala Sekolah Madrasah Aliyah Darut Tholibin, *Wawancara*, 08 Mei 2023. Observasi di Madrasah Aliyah Darut Tholibin dikutip pada 25 Mei 2023.

