

Efektivitas Teknik Modeling Untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Akademik Melalui Bimbingan Kelompok

Ita Agni Safitri¹, Niken Susilowati², Muya Barida³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Profesi Guru Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Ahmad Dahlan

Email : ¹itaagni@gmail.com, ²nikenso4bhe@gmail.com, ³muya.barida@bk.uad.ac.id

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan bimbingan dan konseling untuk menguji teknik modeling dalam meningkatkan *self-efficacy* akademik. Populasi dalam penelitian ini adalah 29 siswa kelas X-4 MIPA SMA N 1 Jamblang di Cirebon. *Self-efficacy* siswa kelas X-4 MIPA termasuk kategori sedang. Namun, 8 siswa di kelas X-4 MIPA berada pada kategori rendah. Alat ukur yang digunakan adalah skala *self-efficacy*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-efficacy* dapat ditingkatkan dengan teknik modeling. Hal ini dibuktikan dari 8 siswa yang mengikuti bimbingan kelompok pada siklus I terdapat 5 siswa yang mengalami peningkatan dari kategori rendah ke kategori sedang dalam *self-efficacy* akademiknya. Artinya 62,5% siswa pada siklus I yang mengikuti bimbingan kelompok berhasil meningkatkan *self-efficacy* akademik melalui teknik modeling. Pada siklus II, dari 8 siswa yang mengikuti bimbingan kelompok terdapat 6 siswa yang mengalami peningkatan dari kategori rendah menjadi kategori sedang. Artinya 75% siswa siklus II yang mengikuti bimbingan kelompok berhasil meningkatkan *self-efficacy* akademiknya. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti menganggap teknik modeling sebagai salah satu teknik yang efektif dalam meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa

Kata kunci: Efikasi diri akademik, teknik modeling

Abstract

This research is a guidance and counseling action research to test modeling techniques in improving academic self-efficacy. The population in this research were 29 students of class X-4 MIPA SMA N 1 Jamblang in Cirebon. Self-efficacy of students in class X-4 MIPA is medium category. However, 8 students in class X-4 MIPA are in the low category. The measuring instrument used is self-efficacy scale. The results showed that self-efficacy can be increased by modeling techniques. This is evidenced by the results of 8 students who took group guidance in the cycle I, there 5 students who increase from the low category to the medium category in their academic self-efficacy. This means that 62.5% of students in the first cycle who followed group guidance succeeded increasing their academic self-efficacy through modeling techniques. In cycle II, of the 8 students who followed group guidance, there were 6 students who experienced an increase from the low category to the medium category. This means that 75% students in cycle II who followed group guidance managed to improve their academic self-efficacy.. Based on these results, the researcher considers the modeling technique to be one of the effective techniques in increasing students academic self-efficacy

Keywords: Academic self-efficacy, modeling techniques

PENDAHULUAN

Siswa merupakan salah satu unsur yang terlibat langsung dalam proses belajar di sekolah dan menjadi subjek serta objek pencapaian tujuan belajar. Tercapainya tujuan belajar pada dasarnya mengarah pada peningkatan penguasaan pengetahuan, keterampilan, pengembangan sikap dan nilai-nilai dalam rangka pembentukan dan pengembangan diri siswa (Sukmadinata, 2009). Pencapaian tujuan belajar diperlukan dukungan dari berbagai pihak seperti guru, siswa, ataupun orang tua serta lingkungan sekitar. Selain itu, keyakinan siswa terhadap kemampuannya untuk melakukan sesuatu, terutama yang berkaitan dengan aktivitas akademik. Keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri inilah yang disebut dengan *self-efficacy*.

Bandura mengemukakan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan diri seseorang untuk menguasai situasi sehingga mendapatkan hasil yang memuaskan (Bandura, 1997). Menurut Bandura *academic-efficacy* mengacu pada suatu keyakinan yang ada didalam diri siswa mengenai kemampuan dirinya dalam mencapai suatu tujuan serta hasil tertentu dalam penyelesaian tugas-tugas akademik (Bandura, 1997). Sehingga dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* akademik memiliki kedudukan yang penting karena sudut pandang siswa pada kemampuan dirinya akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku yang dimunculkan oleh siswa dalam proses penyelesaian tugas akademik.

Fenomena yang terjadi di SMAN 1 Jambalang adalah banyaknya siswa yang malu tampil di depan kelas seperti malu dalam mengajukan pertanyaan, malu dalam menjawab pertanyaan yang diberikan, siswa merasa tidak yakin dapat mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas yang dianggapnya sulit, serta banyaknya siswa yang mengerjakan pekerjaan rumah (PR) di sekolah dengan mencontek pekerjaan temannya. Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya *self-efficacy* siswa terutama yang berkaitan dengan aktivitas akademik.

Fenomena diatas mendasari bahwa perlu adanya upaya yang dilakukan untuk memaksimalkan *self-efficacy* akademik dalam diri siswa guna memperoleh prestasi akademik yang sesuai dengan potensi yang dimiliki. Salah satu langkah yang bisa dimanfaatkan sebagai upaya memaksimalkan *self-efficacy* akademik pada siswa yaitu melalui pengalaman orang lain (*vicarious experience*). Dengan begitu langkah yang digunakan untuk memaksimalkan *self-efficacy* akademik pada siswa dengan memanfaatkan seorang model yang memiliki perilaku yang positif. Langkah tersebut jika dalam layanan konseling dikenal dengan istilah teknik modeling.

Bandura mengemukakan bahwa teknik modeling merupakan observasi permodelan, mengobservasi seseorang lainnya sehingga seseorang tersebut membentuk ide dan perilaku, kemudian dijadikan sebagai panduan untuk bertindak (Corey, 2007). Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan dapat dirumuskan masalah utama dalam penelitian ini:

1. Siswa merasa malu, dan pasif ketika proses pembelajaran
2. Siswa merasa pesimis, kurang percaya diri, dan mengandalkan bantuan teman ketika mengerjakan tugas
3. Siswa memiliki kecemasan ketika akan mengikuti ujian karena tidak memiliki keyakinan akan potensi yang dimilikinya

METODE

Jenis penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Kelas. Pada seting bimbingan dan konseling, penelitian tindakan dilaksanakan oleh konselor baik pada layanan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok maupun konseling individual yang bertujuan untuk memperbaiki kinerjanya sehingga menimbulkan perubahan perilaku pada pribadi konseli ke arah yang lebih baik.

Penelitian tindakan bimbingan dan konseling ditempuh melalui proses pengkajian berdaur atau bersiklus, yang terdiri atas empat tahap, yaitu:

- (1) Perencanaan (*planning*)
- (2) Tindakan (*acting*)
- (3) Pengamatan/pengumpulan data (*observing*)
- (4) Refleksi (*reflecting*)

Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Jamblang yang berada di jl. nyi mas rarakerta no.33 desa sitiwinangun kecamatan jamblang kabupaten cirebon. *Subjek* penelitian adalah siswa kelas X-4 MIPA SMAN 1 Jamblang tahun pelajaran 2021/2022 yang berjumlah 29 siswa. Penelitian dilaksanakan dalam tiga tahap yaitu tahap pra siklus, siklus I dan siklus II. Tahap pra siklus dilakukan pada tanggal 4 januari hingga 1 april, siklus I dilakukan pada 12 april 2022 dan siklus II dilaksanakan pada 10 mei 2022.

Latar penelitian ini adalah banyaknya siswa SMAN 1 Jamblang yang merasa malu tampil di depan kelas seperti malu dalam mengajukan pertanyaan, malu dalam menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru, merasa tidak mampu dalam mengerjakan berbagai tugas sekolah dan pekerjaan rumah (PR) yang diberikan guru sehingga banyak siswa yang mengerjakan pekerjaan rumah (PR) di sekolah dengan mencontek kepada siswa lain yang lebih awal menyelesaikannya. Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya *self-efficacy* siswa terutama yang berkaitan dengan aktivitas akademik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Seseorang membutuhkan suatu keyakinan pada diri bahwasannya ia mampu menyelesaikan atau menghadapi suatu hambatan atau permasalahan tersebut. Salah satu faktor yang mempengaruhi keyakinan diri atau efikasi diri yaitu berasal faktor eksternal diantaranya pengalaman orang lain (*vicarius experiance*) dan persuasi sosial (*sosial persuasion*). Persuasi sosial sebagai salah satu faktor yang dapat meningkatkan efikasi diri dengan persuasi sosial seseorang dapat mempengaruhi orang lain, salah satunya adalah dukungan sosial.

Hasil penyebaran skala *self-efficacy* dapat diketahui pada tabel diatas, yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* rata-rata siswa kelas X-4 MIPA berada dalam kategori sedang. Dari 29 siswa kelas X-4 MIPA yang menjadi responden terdapat 2 siswa yang mempunyai *self-efficacy* dalam kategori sangat tinggi, 6 siswa dalam kategori tinggi, 13 siswa dalam kategori sedang dan 8 siswa mempunyai *self-efficacy* yang rendah. Hal ini dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1.1 Hasil pretes *self-efficacy* akademik

KATEGORI	SKOR	% SKOR	JUMLAH SISWA
SANGAT TINGGI	105-125	≥84%	2
TINGGI	85-104	68%-83%	6
SEDANG	65-84	52%-67%	13
RENDAH	45-64	36%-51%	8
SANGAT RENDAH	25-44	≤35%	0

Hasil penyebaran skala *self-efficacy* akademik dapat diketahui pada tabel diatas, yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* siswa kelas X-4 MIPA berada dalam kategori sedang. Dari 29 siswa kelas X-4 MIPA yang menjadi responden terdapat 2 siswa yang mempunyai *self-efficacy* dalam kategori sangat tinggi, 6 siswa dalam kategori tinggi, 13 siswa dalam kategori sedang dan 8 siswa mempunyai *self-efficacy* yang rendah.

SIKLUS I

Pelaksanaan tindakan pada siklus I dapat dideskripsikan bahwa siswa mengikuti kegiatan layanan bimbingan dengan sungguh-sungguh. Namun ketika siswa diminta untuk menceritakan isi video yang ditayangkan hanya ada satu siswa yang secara sukarela menjawab, begitu pun ketika siswa diminta untuk mengidentifikasi perilaku model, siswa masih ragu dan malu untuk menjawab. Pencapaian siswa pada siklus I dapat dilihat pada hasil berikut :

Tabel 1.2 Hasil Pencapaian Siklus I

NO	NAMA	SKOR TOTAL	PERSENTASE %	KATEGORI
1	Diah	76	60,8 %	SEDANG
2	Elda Nurul A.	63	50,4 %	RENDAH
3	Gita Nailah	74	59,2 %	SEDANG
4	Nurlaelatin	71	56,8 %	SEDANG
5	Ribi	73	58,4 %	SEDANG
6	Rose Indriyati	72	57,6 %	SEDANG
7	Salsa Mei Nanda	64	51,2 %	RENDAH
8	Siti Kholifah	64	51,2 %	RENDAH

Dari tabel diatas dapat dilihat dari 8 siswa yang mengikuti bimbingan kelompok pada siklus I, terdapat 5 siswa yang mengalami peningkatan dari kategori rendah menjadi kategori sedang pada self-efficacy akademiknya. Artinya 62,5% siswa pada siklus I yang mengikuti bimbingan kelompok berhasil meningkatkan self-efficacy akademiknya melalui teknik modeling. Meskipun demikian hasil skala self-efficacy siswa pada siklus I belum dapat mencapai ketuntasan secara maksimal sehingga peneliti akan melakukan tindakan kembali untuk dapat meningkatkan self-efficacy akademik siswa pada siklus II.

SIKLUS II

Pelaksanaan tindakan pada siklus II dapat dideskripsikan bahwa siswa mengikuti kegiatan layanan bimbingan dengan baik dan sungguh-sungguh. Pada siklus II ini ketika siswa diminta untuk menceritakan isi video yang ditayangkan, secara sukarela dan percaya diri siswa menceritakan dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan tanpa harus ditunjuk terlebih dahulu. Berikut hasil pencapaian siswa pada siklus II :

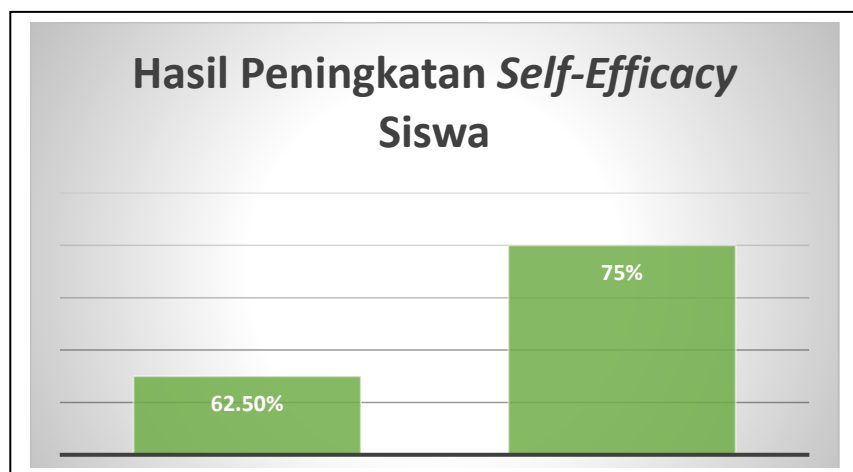
Tabel 1.3 Hasil Pencapaian Siklus II

NO	NAMA	SKOR TOTAL	PERSENTASE %	KATEGORI
1	Diah	88	70,4 %	SEDANG
2	Elda Nurul A.	63	50,4 %	RENDAH
3	Gita Nailah	84	67,2 %	SEDANG
4	Nurlaelatin	87	69,6 %	SEDANG
5	Ribi	79	63,2 %	SEDANG
6	Rose Indriyati	80	64 %	SEDANG
7	Salsa Mei Nanda	64	51,2 %	RENDAH
8	Siti Kholifah	81	64,8 %	SEDANG

Dari tabel diatas dapat dilihat dari 8 siswa yang mengikuti bimbingan kelompok pada siklus II, terdapat 6 siswa yang mengalami peningkatan dari kategori rendah menjadi kategori sedang pada self-efficacy akademiknya. Artinya 75% siswa pada siklus II yang mengikuti bimbingan kelompok berhasil meningkatkan self-efficacy akademiknya melalui teknik modeling. Sedangkan 25% siswa atau 2 orang siswa belum mengalami peningkatan dalam pencapaian skala self-efficacy akademik baik pada siklus I maupun siklus II. Berdasarkan hasil tersebut, maka peneliti menganggap penelitian cukup sampai di siklus II dan tidak melakukan tindakan kembali untuk meningkatkan self-efficacy akademik melalui teknik modeling pada siswa kelas X-4 MIPA SMA N 1 Jamblang.

Upaya meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa dikatakan berhasil, karena dari 29 siswa yang mengikuti pretest terdapat 8 siswa yang termasuk pada kategori rendah dan setelah melakukan tindakan sampai pada siklus II terdapat 2 siswa yang berada pada kategori rendah. Hal tersebut juga dibuktikan dengan lembar observasi dimana terlihat ada perubahan pada siswa baik secara sikap, keberanian siswa menanggapi, merespon ataupun inisiatif siswa. Selain itu beberapa anak sudah tidak takut untuk mengemukakan pendapatnya, tidak terbata-bata ketika menyebutkan hasil diskusi.

Berikut hasil yang diperoleh selama peneliti melakukan penelitian bimbingan kelompok guna meningkatkan *self-efficacy* akademik terhadap siswa dimulai dari pada siklus I dan berhenti di siklus ke II



Grafik 1.1 Hasil Peningkatan *self-efficacy* siswa

Dari tabel diatas adanya peningkatan hasil penelitian kepada siswa yang dilakukan oleh peneliti. Penelitian dimulai dengan menyebarkan lembar angket skala self-efficacy guna mengetahui tingkat self-efficacy siswa kelas X-4 MIPA.

SIMPULAN

Keberhasilan penelitian dalam meningkatkan self-efficacy akademik siswa melalui teknik modeling dalam bimbingan kelompok dapat dilihat dari pencapaian hasil siklus I sebesar 62,50% kemudian meningkat menjadi 75 % di siklus II. Hal tersebut juga dibuktikan dengan lembar observasi dimana terlihat ada perubahan pada siswa baik secara sikap, keberanian siswa menanggapi ataupun merespon serta inisiatif siswa. Selain itu selama kegiatan layanan berlangsung siswa mengikuti dengan baik disertai dengan perasaan yang senang terlihat dari antusias siswa sudah tidak ragu-ragu dalam menyampaikan ide dan pendapatnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman & Company.
- Bisri, M., Purwanto, E., & Japar, M. (n.d.). *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*, 7, 17–22.

- Corey, G. (2007). *Teori dan Praktek dari Konseling dan Psikoterapi*. Semarang: IKIP Semarang Press
- Johanda, M., Karneli, Y., & Ardi, Z. (2019). *Self Efficacy Siswa dalam Menyelesaikan Tugas Sekolah SMP Negeri 1 Ampek Angkek*. *Jurnal Neokonseling*, 00.
- Lidya, & Darmayanti. (2015). *Self Efficacy Akademik dan Penyesuaian Diri Siswa Kelas XSMA Patra Nusa*. *Jurnal Diversita*, 4, 1–5.
- Masrarah, L. (2012). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Modelling Untuk Meningkatkan Self Efficacy Akademik Siswa*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sadewi, aulia ika, Sugiharto, D., & Nusantoro, E. (2012). *Meningkatkan Self Efficacy Pelajaran Matematika Melalui Layanan Penguasaan Konten Teknik Modelling Simbolik*. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 1,7–12.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. (2011). *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.