

Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X IPA Di SMA N 2 Cepu

Trianisa¹, Siti Fitriana², G. Rahastono Ajie³

^{1,2,3} Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Semarang

Email: Trianisa792@gmail.com¹, sitifitriana@upgris.ac.id², ajie834@gmail.com³

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi oleh banyak siswa yang mengalami masalah hambatan dalam efikasi diri siswa yang rendah seperti cemas saat menghadapi ulangan mendadak, tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki seperti tidak yakin dengan hasil yang dikerjakan dan ketika menghadapi kesulitan sering putus asa. Para siswa terlihat tidak memperhatikan pada saat guru sedang menjelaskan pelajaran di depan kelas dan cenderung berbicara dengan temannya atau membuat keributan ketika guru tidak di kelas, jika diberikan soal yang mereka anggap sulit mereka tidak menyelesaikannya dan tidak memiliki hasrat atau keinginan untuk menyelesaikan tugas tersebut, para siswa juga memiliki masalah dengan sosialisasi pelajaran, sering membolos pada saat mata pelajaran tertentu karena malas untuk mengikuti pelajaran. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap efikasi diri siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah *True Experimen Design* menggunakan model pretes dan posttes kontrol grup design. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X Ipa SMA N 2 Cepu yang berjumlah 144 siswa dan sampel penelitian ini sebagai kelas try out dipilih dengan teknik random sampling yaitu kelas X IPA 1 sebanyak 30 siswa kemudian dibagi menjadi dua kelompok masing-masing 15 siswa kelompok eksperimen dan 15 kelompok kontrol. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui wawancara dan skala psikologis. Berdasarkan perhitungan uji t diperoleh hasil t_{hitung} sebesar 3,7 sementara t_{tabel} dengan $db=(n_1+n_2)-2=(15+15)-2=28$ dan taraf signifikansi 5%(0,05) sebesar 2,048. Berarti $t_{hitung} (3,7) > t_{tabel} (2,048)$, maka hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi "Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X IPA SMA N 2 Cepu".

Kata kunci : *Bimbingan kelompok, Sosiodrama, Efikasi Diri*

Abstract

This research is motivated by many students who experience problems with low self-efficacy, such as anxiety when facing sudden tests, unsure of their abilities, such as not being sure of the results they are doing and when facing difficulties they often despair. The students did not seem to pay attention when the teacher was explaining the lesson in front of the class and tended to talk to their friends or make a fuss when the teacher was not in class. students also have problems with socializing lessons, often playing truant during certain subjects because they are lazy to attend lessons. The purpose of this study was to determine whether there was an effect of group guidance services with sociodrama techniques

on students' self-efficacy between the experimental group and the control group. This type of research is quantitative. The research method used is True Experimental Design using a pretest and posttest control group design model. The population in this study were students of class X Science SMA N 2 Cepu totaling 144 students and the sample of this study as a try out class was selected by random sampling technique, namely class X IPA 1 as many as 30 students then divided into two groups of 15 students each in the experimental group. and 15 control groups. The data in this study were obtained through interviews and psychological scales. based on the calculation of the t-test, the results of tcount are 3.7 while ttable with $db=(n1+n2)-2=(15+15)-2=28$ and a significance level of 5%(0.05) of 2.048. Means tcount (3.7) > ttable (2.048), then the alternative hypothesis (H_a) which reads "There is an Influence of Group Guidance Services with Sociodrama Techniques on Self-Efficacy of Class X Science Students at SMA N 2 Cepu".

Keywords: *Group Guidance, Sociodrama, Self Efficacy*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan nuansa dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif, mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, kepribadian, ahlak yang mulia, pengendalian diri, kecerdasan, serta keterampilan yang diperlukan oleh dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Seperti yang kita tahu menempuh pendidikan yaitu di lembaga formal maupun non formal. Seperti sekolah, sekolah sebagai lembaga formal merupakan wadah untuk mencapai suatu tujuan pendidikan, siswa dapat mempelajari berbagai macam hal lewat sekolah. Salah satu tugas dari suatu sekolah yaitu dapat menjadikan siswanya mencapai prestasi yang optimal, seorang siswa dapat dikatakan mencapai prestasi yang optimal apabila dia mendapatkan pendidikan dan prestasi belajar yang sesuai bakat, minat dan kemampuan yang dimilikinya. Perkembangan pada pelajar SMA sangat dipengaruhi oleh lingkungan di sekitarnya dalam bersosialisasi dimana beliau tinggal. Ada beberapa faktor mengapa anak SMA masih belum paham dengan kemampuan yang mereka miliki dan masih melihat cara orang lain karena adanya faktor kurangnya pemahaman diri dan konsep diri yang rendah, oleh karena itu siswa diharapkan mampu untuk memiliki efikasi diri yang tinggi. Keberhasilan atau kegagalan individu dalam mencapai tujuan atau melaksanakan tugas dapat dipengaruhi oleh efikasi diri. Efikasi diri merupakan suatu hal yang paling penting dan harus dimiliki setiap individu. (Sumantri, 2017: 156-157).

Siswa dengan efikasi diri yang tinggi akan meyakini kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi berbagai hambatan dalam hidup dengan terus berusaha, tidak cemas, tetap tenang, dan percaya diri serta tidak mudah putus asa. Sedangkan siswa dengan efikasi diri yang rendah akan mudah cemas, mudah menyerah, dan merasa putus asa ketika menghadapi situasi yang sulit dalam hidupnya. Sehingga siswa akan berhenti berusaha saat menghadapi suatu rintangan yang dihadapinya dan siswa yang efikasi dirinya tinggi akan berusaha lebih keras dan bertahan lama dalam proses belajar dibandingkan dengan siswa yang memiliki efikasi diri yang rendah. (Rahmawati dkk, 2017: 131-133).

Dalam kehidupan sehari-hari efikasi diri sangat berperan penting bagi setiap individu. Seseorang pasti memiliki banyak tujuan serta harapan yang ingin diraih semasa hidupnya. Dengan adanya efikasi diri seseorang akan terus bermimpi mendapatkan tujuannya serta meraih cita-citanya dengan bersungguh-sungguh, seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi maka hidupnya akan terus termotivasi di saat menghadapi hambatan sehingga ia tidak merasa mengalami kesulitan, karena

mereka yakin selalu bisa mengerjakan suatu tugasnya. Apabila mereka gagal, maka mereka akan berusaha lagi agar dapat berhasil sesuai dengan yang diharapkan. Dengan demikian, efikasi diri sangat berpengaruh dalam mencapai tujuan dan cita-cita seseorang.

Masalah yang biasa dihadapi oleh siswa sebenarnya berasal dari dalam dirinya sendiri. Tanpa sadar seorang individu menciptakan permasalahan, dengan adanya kemampuan berfikir dan menilai terhadap hal yang bermacam-macam tentang dirinya sendiri ataupun terhadap orang lain dan bahkan meyakini persepsinya yang belum tentu objektif. Maka dari situlah muncul permasalahan seperti kurangnya efikasi diri.

Menurut Bandura (dalam Rustika, 2012:18) merupakan tokoh yang memperkenalkan istilah efikasi diri (*self-efficacy*). Bandura menegaskan bahwa efikasi diri pada dasarnya mempunyai peran yang sangat penting terhadap prestasi yang berasal dari hasil proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.

Berdasarkan hasil pengamatan dan informasi yang didapat dari hasil wawancara dengan guru BK ketika magang 3 di SMA N 2 Cepu ternyata terdapat banyak siswa khususnya siswa kelas X yang cenderung memiliki efikasi diri yang rendah seperti cemas saat menghadapi ulangan mendadak, tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki seperti tidak yakin dengan hasil yang dikerjakan dan ketika menghadapi kesulitan sering putus asa. Para siswa terlihat tidak memperhatikan pada saat guru sedang menjelaskan pelajaran di kelas dan cenderung berbicara dengan temannya atau membuat keributan ketika guru tidak di kelas, jika diberikan soal yang mereka anggap sulit mereka tidak menyelesaikannya dan tidak memiliki hasrat atau keinginan untuk menyelesaikan tugas tersebut, para siswa juga memiliki masalah dengan sosialisasi pelajaran, sering membolos pada saat mata pelajaran tertentu karena malas untuk mengikuti pelajaran.

Menurut Bandura (dalam Rustika, 2012:18) merupakan tokoh yang memperkenalkan istilah efikasi diri (*self-efficacy*). Bandura menegaskan bahwa efikasi diri pada dasarnya mempunyai peran yang sangat penting terhadap prestasi yang berasal dari hasil proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.

Menurut Murtadho (Dalam Wibowo dkk, 2019: 46) Bimbingan kelompok merupakan bantuan yang diberikan dalam bentuk kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang bertujuan untuk mendapatkan interaksi dalam mengemukakan pendapat, memberikan tanggapan dan saran, dan pemahaman lainnya guna mencapai tujuan yang diinginkan. Melalui bimbingan kelompok siswa dapat menambah informasi serta dapat membantu individu untuk mencapai perkembangan yang lebih optimal. Kegiatan bimbingan kelompok menggunakan prinsip dan proses dinamika kelompok, seperti dalam kegiatan diskusi, sosiodrama, bermain peran (*role playing*), simulasi, dan lain-lain.

Menurut Tohirin (dalam Kurniawan dkk, 2018: 130) sosiodrama merupakan suatu cara untuk membantu memecahkan masalah siswa melalui drama. Pernyataan tersebut dapat dimaknai bahwa sosiodrama dapat membantu siswa dalam memecahkan masalah khususnya permasalahan sosial.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen untuk mengukur akibat dan membuktikan suatu hipotesis kemudian akan diberikan perlakuan untuk mengukur tingkat perubahannya. Metode penelitian ini menggunakan *pretest dan posttest control grup design* yang mengambil sampel dengan teknik random sampling. Sampel penelitian ini sebagai kelas *tryout* dipilih dengan teknik *simple random sampling* yaitu pengambilan sampel dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi. Dalam penelitian ini sampel yang digunakan siswa kelas X IPA 1 sebanyak 30 siswa kemudian dibagi menjadi dua kelompok masing-masing 15 siswa kelompok eksperimen dan 15 kelompok kontrol. Sebelum diberikan perlakuan siswa diberikan *pretest* untuk mengetahui kondisi awal siswa dalam efikasi diri, lalu siswa diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama kepada kelompok eksperimen selama 6 kali pertemuan sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Setelah itu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan *posttest* untuk mengetahui hasil setelah dilakukan perlakuan. Teknik pengumpulan ini menggunakan wawancara dan skala psikologis dan jenis skala yang digunakan adalah skala likert.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Interpretasi Data Pretest dan Post Tes Efikasi Diri

Pretest					Posttest			
Kelompok Ekperimen			Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
No	Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	67	Rendah	62	Rendah	88	Tinggi	82	Tinggi
2	76	Tinggi	71	Rendah	95	Sangat tinggi	81	Tinggi
3	77	Tinggi	70	Rendah	94	Sangat tinggi	76	Tinggi
4	71	Rendah	68	Rendah	91	Tinggi	81	Tinggi
5	63	Rendah	63	Rendah	93	Tinggi	77	Tinggi
6	76	Tinggi	76	Tinggi	89	Tinggi	75	Tinggi
7	72	Tinggi	67	Rendah	93	Tinggi	78	Tinggi
8	76	Tinggi	71	Rendah	87	Tinggi	81	Tinggi
9	60	Rendah	64	Rendah	90	Tinggi	77	Tinggi
10	72	Tinggi	64	Rendah	91	Tinggi	87	Tinggi
11	63	Rendah	68	Rendah	94	Sangat tinggi	79	Tinggi
12	79	Tinggi	75	Tinggi	95	Sangat tinggi	80	Tinggi
13	65	Rendah	64	Rendah	90	Tinggi	77	Tinggi

14	72	Tinggi	78	Tinggi	95	Sangat tinggi	87	Tinggi
15	75	Tinggi	84	Tinggi	85	Tinggi	85	Tinggi
Jumlah		1070	Jumlah	1045	Jumlah	1370	Jumlah	1203
Rata-rata		71,3	Rata-rata	69,7	Rata-rata	91,3	Rata-rata	80,2

Data penelitian menunjukkan bahwa dari selisih rata-rata *pretest* dan *posttest* Skala Efikasi Diri siswa pada kelompok eksperimen sebesar 20 dan kelompok kontrol selisih rata-rata *pretest* dan *posttest* Skala Efikasi Diri sebesar 10,5. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan rata-rata Efikasi Diri antara kelompok eksperimen yang diberi layanan bimbingan dengan teknik *Sosiodrama* dan kelompok kontrol yang tidak diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Sosiodrama* yaitu sebesar 9,5.

Tabel 2
Rekapitulasi Pretest dan Post Test Perindikator Efikasi Diri

No	Indikator	Pretest		Post test		Selisih
		Kelompok eksperimen		Kelompok eksperimen		
		Skor	kategori	Skor	Kategori	
1	Sifat positif	21	Rendah	26,9	Tinggi	5,9
2	Semangat menyelesaikan tugas	19,8	Rendah	22,6	Tinggi	2,8
3	Keyakinan terhadap potensi diri	10,7	Rendah	13,7	Tinggi	3
4	Kemampuan dalam mengambil tindakan	19,6	Rendah	26,2	Tinggi	6,6
Jumlah		71,1		85,4		14,3
Rata-rata		4,74		5,7		0,96

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa hasil *pretest* dan *posttest* rata-rata per indikator dari kelompok eksperimen terdapat perbedaan. Hasil yang diperoleh dari pretest kelompok eksperimen perindikator dengan skor rata-rata 71,1 setelah kelompok eksperimen diberikan treatment meningkat di hasil *posttest* menjadi 85,4. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil pretest dan post test kelompok eksperimen.

Adapun selisih dari perindikator antara lain pada indikator 1 (Sikap positif) dengan skor 21 menjadi 26,9 terdapat selisih 6,9 point, indikator 2 (Semangat menyelesaikan tugas) dengan skor 19,8 menjadi 22,6 terdapat selisih 2,8 point, indikator 3 (Keyakinan terhadap potensi diri) dengan skor 10,7 menjadi 13,7 terdapat selisih 3 point, indikator 4 (Kemampuan dalam mengambil tindakan) dengan skor 19,6

menjadi 26,2 terdapat selisih 6,6 point. Setelah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama kelompok menjadi peningkatan pada kelompok eksperimen yang tertinggi pada indikator mampu dalam belajar dengan skor pretest 15,8 menjadi 25,5 posttest.

Selanjutnya dilakukan uji normalitas yaitu uji yang dilakukan sebagai syarat untuk melakukan analisis data. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui data yang baik dan layak untuk membuktikan data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Penelitian ini menggunakan SPSS 16 untuk menguji normalitas, berikut hasil uji normalitas menggunakan kolmogorov-Smirnov Test:

Tabel 3

Test Uji Normalitas kolmogorov-Smirnov

Tests of Normality					
Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
.168	15	.200*	.928	15	.257
.150	15	.200*	.920	15	.191

Hasil uji normalitas efikasi diri siswa dengan menggunakan uji non-parametrik kolmogorov-simirnov pada tabel diatas menunjukkan nilai signifikasi data post test efikasi diri kelas eksperimen yaitu 0,200 dan kelas kontrol yaitu 0,200. Nilai signifikansi kedua kelas lebih besar dari 0,005 maka data pada kelas eksperimen dan kelas kontrol berdistribusi normal.

Tabel 4

Hasil uji homogenitas efikasi diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Test of Homogeneity of Variances			
Hasil			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.314	1	28	.580

Hasil uji homogenitas efikasi diri dengan menggunakan uji levene menunjukkan nilai signifikan adalah 0,580 nilai signifikan kedua kelas lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa nilai uji homogenitas *posttest* efikasi diri kelas eksperimen dan kelas kontrol homogen.

Setelah uji persyaratan analisis maka data yang diperoleh akan diuji hipotesis untuk mengetahui pengaruh layanan yang diberikan kepada siswa. Adapun uji hipotesis yaitu uji korelasi dan uji t sebagai berikut:

Tabel 5**Tabel persiapan uji t hasil posttest sebagai berikut:**

No	Kelompok Eksperimen			No	Kelompok Kontrol		
	Kode	X1	X2 ²		Kode	X1	X2 ²
1	S-1	88	7744	1	S-1	82	6724
2	S-2	95	9604	2	S-2	81	6561
3	S-3	93	8649	3	S-3	76	5776
4	S-4	91	8281	4	S-4	81	6561
5	S-5	93	8649	5	S-5	77	5929
6	S-6	89	7921	6	S-6	75	5625
7	S-7	93	8649	7	S-7	78	6084
8	S-8	87	7568	8	S-8	81	6561
9	S-9	90	8100	9	S-9	77	5929
10	S-10	91	8281	10	S-10	87	7569
11	S-11	94	8836	11	S-11	79	6241
12	S-12	95	9604	12	S-12	80	6400
13	S-13	90	8100	13	S-13	77	5929
14	S-14	95	9604	14	S-14	87	7569
15	S-15	85	7225	15	S-15	85	7225
Jumlah		1370	126815	Jumlah		1203	96683
Mean		91,3	125126	Mean		80,2	97 123
x ² d		1689		x ² d		203	
N(N-1)				N(N-1)			

Berdasarkan perhitungan uji t diperoleh hasil t_{hitung} sebesar 3,7 sementara t_{tabel} dengan $db=(n_1+n_2)-2=(15+15)-2=28$ dan taraf signifikansi 5%(0,05) sebesar 2,048. Berarti $t_{hitung} (3,7) > t_{tabel} (2,048)$, maka hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi "Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X IPA Di SMA N 2 Cepu" diterima. Sedangkan hipotesis nihil (H_o) yang berbunyi "Tidak ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X Ipa Di SMA N 2 Cepu" ditolak pada taraf signifikan 5%. Dari penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X Ipa Di SMA N 1 Cepu, yang memiliki perbedaan yang signifikan dilihat dari hasil perhitungan uji t.

SIMPULAN

Hasil perhitungan uji t diperoleh hasil t_{hitung} sebesar 3,7 sementara t_{tabel} dengan $db=(n_1+n_2)-2=(15+15)-2=28$ dan taraf signifikansi 5%(0,05) sebesar 2,048. Berarti $t_{hitung} (3,7) > t_{tabel} (2,048)$, maka hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi "Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kel

ompok dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X IPA Di SMA N 2 Cepu” diterima. Sedangkan hipotesis nihil (H_0) yang berbunyi “Tidak ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X Ipa Di SMA N 2 Cepu” ditolak pada taraf signifikan 5%.

Data penelitian menunjukkan bahwa dari selisih rata-rata *pretest* dan *posttest* Skala Efikasi Diri siswa pada kelompok eksperimen sebesar 20 dan kelompok kontrol selisih rata-rata *pretest* dan *posttest* Skala Efikasi Diri sebesar 10,5. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan rata-rata Efikasi Diri antara kelompok eksperimen yang diberi layanan bimbingan dengan teknik *Sosiodrama* dan kelompok kontrol yang tidak diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Sosiodrama* yaitu sebesar 9,5. Dan hasil *pretest* dan *posttest* rata-rata per indikator dari kelompok eksperimen terdapat perbedaan. Hasil yang diperoleh dari *pretest* kelompok eksperimen perindikator dengan skor rata-rata 71,1 setelah kelompok eksperimen diberikan *treatment* meningkat di hasil *posttest* menjadi 85,4. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil *pretest* dan *post test* kelompok eksperimen.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewanto AC. (2018). *Efektivitas Ppl Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Mengajar Pada Mahasiswa Pendidikan Matematika*. Delta J Ilm Pendidik Mat, 6(1):1.
- Prayitno & Erman, A. (2014). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rustika, IM. (2016). *Efikasi Diri Tinjauan Teori Albert Bandura*. Bul Psikologi, 20(2):18-25.
- S Arikunto, (2016) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soengeng, A. Y.(2006). *Dasar-Dasar Penelitian*. Semarang: IKIP PGRI Press.
- Sudjana, (2010), *Metode Statistik*. Bandung: PT Parsito.
- Sugiono.(2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Supardi. (2019). *Dasar Metodologi Penelitian*. Semarang: Upgris Press