

Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas XI SMA

Siti Zahirah Zahrah*, Nuraini

Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta, Indonesia

*Corresponding Author: zahirahzahrah08@gmail.com

Dikirim: 03-07-2024; Direvisi: 12-07-2024; Diterima: 17-07-2024

Abstrak: Penelitian dilatarbelakangi oleh fenomena efikasi diri siswa SMA Negeri 50 Jakarta yang cenderung masih rendah dan kurang yakin dapat menuntaskan tugas sekolah dan merasa ragu ketika harus berbicara atau mempresentasikan materi di depan kelas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok mempengaruhi tingkat efikasi diri siswa di Kelas XI SMA Negeri 50 Jakarta. Desain *pra-eksperimental* adalah metodologi penelitian yang digunakan. 30 item pernyataan dari kuesioner digunakan sebagai instrumen pengumpulan data. Penelitian ini melibatkan 34 siswa, dan *teknik purposive sampling* digunakan untuk memilih sampel. Siswa kelas XI SMA Negeri 50 Jakarta yang biasanya kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas sekolah dan merasa tidak nyaman berbicara atau menyampaikan materi di depan kelas dimasukkan dalam kriteria pemilihan sampel. Responden yang dijadikan sampel penelitian berjumlah 10 orang. Kuesioner skala Likert berfungsi sebagai alat penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima, sedangkan hipotesis nol (H_o) ditolak. Hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan perbedaan yang signifikan, dengan tingkat signifikansi $0,01 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok mengubah efikasi diri rata-rata siswa secara signifikan. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa tingkat efikasi diri siswa meningkat setelah mendapatkan bimbingan kelompok.

Kata Kunci: Siswa SMA; Bimbingan Kelompok; Efikasi Diri

Abstract: The research was motivated by the phenomenon of student self-efficacy at SMA Negeri 50 Jakarta, which tends to be low and lacks confidence in completing school assignments and feels hesitant when having to speak or present material in front of the class. The aim of this research is to find out whether group guidance services influence the level of student self-efficacy in Class XI of SMA Negeri 50 Jakarta. Pre-experimental design is the research methodology used. 30 statement items from the questionnaire were used as data collection instruments. This research involved 34 students, and purposive sampling technique was used to select the sample. Male and female students who usually lack confidence in completing school assignments and feel uncomfortable talking or presenting material in front of the class were included in the sample selection criteria. There were 10 respondents used as research samples. The Likert scale questionnaire serves as a research tool. The research results show that the alternative hypothesis (H_a) is accepted, while the null hypothesis (H_o) is rejected. The pretest and posttest results show significant differences, with a significance level of $0.01 < 0.05$. This shows that group guidance changes the average student's self-efficacy significantly. Therefore, it can be said that the level of student self-efficacy increases after receiving group guidance.

Keywords: High School Student; Group Guidance; Self-Efficacy

PENDAHULUAN

Proses sosialisasi anak SMA sangat dipengaruhi oleh lingkungannya. Rendahnya tingkat efikasi diri dan kurangnya pemahaman diri pada anak-anak sekolah

menengah adalah beberapa alasan mengapa mereka terus kurang yakin terhadap bakat mereka sendiri dan sering menilai orang lain. Akibatnya, diharapkan siswa memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi. Efikasi seseorang menentukan keberhasilan mereka dalam menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan.

Menurut Bandura (Feist & Feist, 2013), Efikasi Diri dapat didefinisikan sebagai kepercayaan individu terhadap kemampuannya untuk mengendalikan kinerja dirinya sendiri dan kejadian di sekitarnya. Bandura beranggapan bahwa keyakinan atas efikasi seseorang adalah landasan dari tindakan manusia. Manusia yang yakin bahwa mereka dapat melakukan sesuatu yang mempunyai potensi untuk dapat mengubah kejadian dilingkungannya, akan lebih mungkin untuk bertindak dan lebih mungkin untuk menjadi sukses daripada manusia yang mempunyai Efikasi Diri yang rendah.

Ada tiga aspek yang membentuk teori efikasi diri Bandura (Ghufroon & Risnawati, 2010) yaitu dimensi level, dimensi kekuatan dan dimensi generalisasi. Dimensi level adalah dimensi yang sesuai dengan tingkat kesulitan tugas pada titik di mana individu merasa kompeten untuk melakukannya. Ketika tugas-tugas disajikan berdasarkan tingkat kesulitannya, efikasi diri seseorang mungkin terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau menuntut tergantung pada seberapa yakin mereka terhadap kemampuan mereka untuk menyelesaikan aktivitas yang diperlukan di setiap level. Sementara itu dimensi kekuatan yaitu anggapan seseorang terhadap keterampilan yang dimilikinya. Dimensi ini biasanya terkait erat dengan dimensi level, artinya siswa merasa kurang percaya diri dengan kemampuan mereka menyelesaikan suatu usaha ketika usaha tersebut lebih sulit. Terakhir, dimensi generalisasi berkaitan dengan perilaku luas yang menunjukkan rasa percaya diri terhadap keterampilan yang dimiliki.

Berdasarkan studi pendahuluan berupa observasi dan wawancara di SMA Negeri 50 Jakarta Timur, terungkap adanya beberapa siswa yang mengalami kesulitan belajar. Keengganan siswa untuk belajar sendiri, kecenderungan siswa untuk bergantung pada teman dalam menyelesaikan tugas dan rasa cemas saat mempresentasikan hasil diskusi di depan kelas merupakan tanda-tanda permasalahan tersebut. Namun ada kecenderungan bagi mereka untuk tetap sama, meskipun faktanya orang tua dan guru sering mendorong dan mendukung mereka. Dari kondisi tersebut tantangan yang dihadapi pelajar tersebut seringkali berasal dari faktor-faktor lingkungan sekolah. Isu-isu yang berkaitan dengan keberhasilan akademis di sekolah meliputi kurangnya keyakinan pelajar terhadap kemampuan mereka dalam mempelajari mata pelajaran tertentu, sikap menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam tugas, dan rasa takut terhadap ujian.

Dalam menghadapi situasi dan masalah ini, para guru pembimbing perlu memilih strategi pendekatan layanan yang tepat. Program bimbingan yang dirancang untuk pelajar yang belum dapat meningkatkan Efikasi Diri mereka harus direncanakan secara sistematis. Hal ini penting agar layanan yang disediakan bisa efektif dalam membantu pelajar mengatasi permasalahan yang mereka hadapi. Sebuah program yang dirancang dengan baik diharapkan dapat memandu pelajar dalam kegiatan yang membantu mereka mengembangkan dan meningkatkan Efikasi Diri.

Bimbingan Kelompok adalah suatu program layanan bimbingan dan konseling dengan kegiatan kelompok dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial untuk membantu anggota kelompok untuk mencapai tujuan bersama (Hartanti, 2022). Bimbingan



Kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.

Berdasarkan Prayitno (Hasanah dkk, 2022), tujuan dari Bimbingan Kelompok adalah untuk memajukan kemampuan interaksi sosial para siswa, khususnya dalam hal berkomunikasi dengan sesama anggota kelompok, serta membahas topik-topik tertentu yang mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkan tingkah laku yang efektif. Oleh karena itu, keberadaan bimbingan dan konseling menjadi elemen esensial dalam sistem pendidikan dan memainkan peran dalam kehidupan siswa di sekolah. Peran utamanya adalah untuk menginspirasi motivasi siswa dan menyediakan panduan yang mempromosikan kemandirian melalui layanan yang ditawarkan, dengan fokus pada Bimbingan Kelompok. Implementasi Bimbingan Kelompok di sekolah membuat siswa memperoleh pemahaman mendalam dan memungkinkan mereka untuk aktif dalam diskusi kelompok. Argumentasi ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dapat membantu meningkatkan produktivitas siswa.

METODE PENELITIAN

Satu kelompok *pretest-posttest* digunakan dalam desain penelitian kuantitatif *pre-eksperimen*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana layanan bimbingan kelompok mempengaruhi efikasi diri siswa di kelas XI di SMA Negeri 50 Jakarta. Untuk mengumpulkan data, digunakan teknik seperti observasi langsung, angket, dan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di sekolah tersebut.

Penelitian ini terdiri dari 34 siswa yang terdaftar di kelas XI-6. *Purposive sampling* merupakan strategi pengambilan sampel yang memenuhi kriteria sebagai berikut: (1) siswa kelas XI SMA Negeri 50 Jakarta; (2) siswa yang tidak percaya diri terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas sekolah; dan (3) siswa yang kurang nyaman berbicara atau menyajikan materi di depan kelas. 10 siswa terpilih sebagai sampel subjek penelitian. Kuesioner skala Likert dengan 4 kemungkinan jawaban -"SS, S, TS, dan STS"- adalah alat penelitian yang digunakan.

Dalam penelitian kuantitatif ini, statistik deskriptif digunakan untuk menganalisis data. Dengan menggunakan data sampel atau populasi, statistik deskriptif dapat menggambarkan atau memberikan gambaran umum tentang subjek yang diteliti (Sugiyono, 2007). Uji sample T independen dan *uji Kolmogorov-Smirnov* digunakan untuk menganalisis data penelitian ini. *Penggunaan IBM SPSS Statistic 27* diperlukan untuk mencapai tingkat signifikansi lebih dari 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah selesainya *pretest* dan *posttest* serta pemberian layanan bimbingan kelompok, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Perbandingan Hasil Skor *Pretest* dan *Posttest*

Nama Siswa	Pretest		Posttest	
	Skor	Keterangan	Skor	Keterangan
AD	86	Sedang	102	Tinggi
FAR	68	Rendah	79	Sedang
FSP	105	Tinggi	108	Tinggi



HA	78	Sedang	97	Sedang
HIN	92	Sedang	106	Tinggi
JF	75	Sedang	101	Tinggi
RK	61	Rendah	87	Sedang
OS	70	Rendah	86	Sedang
SS	71	Rendah	96	Sedang
TR	56	Rendah	76	Sedang
Jumlah	762		938	
Rata-rata	76,2		93,8	

Dalam penelitian ini, analisis perbandingan antara nilai awal dan nilai akhir menunjukkan perbedaan yang signifikan, di mana 10 peserta didik menunjukkan kenaikan skor dari nilai awal 76,2 menjadi nilai akhir 93,8. Hal ini menunjukkan bahwa siswa kelas XI-6 Jakarta mendapatkan manfaat yang besar dari penggunaan layanan pengaruh bimbingan kelompok dalam hal meningkatkan efikasi diri mereka.

Sebelum melakukan analisis data menggunakan SPSS Versi 27 dan menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* dalam uji normalitas, peneliti memverifikasi prasyarat data yang diperoleh sehingga menghasilkan temuan berikut ini:

Tabel 2. Uji Normalitas

Model	Unstandardized Residual
N	10
Normal Parameters Mean	,0000000
Std. Deviation	5,38630860
Most Extreme Differences Absolute	,222
Positive	,152
Negative	-,222
Test Statistic	,222
Asymp. Sig (2-tailed)	,178

Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai tercatat sebesar 0,178 melampaui nilai signifikansi 0,05 ketika dianalisis menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Hal ini menunjukkan adanya distribusi normal pada sampel penelitian. Selanjutnya, mengacu pada data efikasi diri peserta didik yang tercantum pada *posttest*, analisis lebih lanjut akan menggunakan Uji T satu sisi.

Untuk penelitian ini, uji statistik independen Sampel T dipilih, yang digunakan dengan program SPSS versi 27.00. Tingkat signifikansi adalah 0,05. Tabel berikut menunjukkan hasil analisis.

Tabel 3. Uji T
Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig
Pair 1 pretest & posttest	10	,877	<,001

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, analisis korelasi uji t berpasangan digunakan untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Dibandingkan dengan batas signifikansi 0,05, maka tingkat signifikansi 0,01 lebih kecil. Ini menunjukkan hubungan statistik antara kedua nilai tersebut.



Tabel 4. Paired Samples Test
Paired Differences

	Mean	Std. Deviation	Sts. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		T	Df	Sig. (2- tailed)
				Lower	Upper			
				Pair 1 PRETEST- POSTTEST	-17,60000			

Analisis yang dihasilkan oleh perangkat lunak SPSS menunjukkan bahwa Pengaruh layanan Bimbingan Kelompok sangat signifikan dalam memperkuat Efikasi Diri para pelajar. Hipotesis nol (H_0) ditolak, dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, menurut Asymp. Nilai Sig dua tailed berada di antara 0,05 dan 0,01, artinya kurang dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata efikasi diri yang diuji sangat berbeda.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian H_a menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok meningkatkan efikasi diri siswa kelas XI SMA Negeri 50 Jakarta. Layanan bimbingan kelompok mempunyai dampak yang sangat positif terhadap efikasi diri siswa. Dapat dilihat dari temuan uji T yang termasuk dalam kategori *Paired Samples Correlations* dan *Paired Differences* menunjukkan bahwa nilai yang diperoleh pada tingkat signifikansi 0,01 (kurang dari 0,05). Skor *pretest* awal yang didapat adalah 76,2%. Selanjutnya, dilakukan lima pertemuan layanan bimbingan kelompok yang dikembangkan sesuai dengan dimensi pada instrumen efikasi diri, diikuti dengan pengambilan *posttest* yang menunjukkan peningkatan menjadi 93,8%. Seperti yang ditunjukkan oleh penelitian ini, layanan bimbingan kelompok sangat penting untuk meningkatkan efikasi diri siswa.

Berdasarkan temuan penelitian diketahui bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh signifikan terhadap efikasi diri siswa. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa satu siswa termasuk dalam kategori tinggi, lima lainnya termasuk dalam kategori rendah, dan empat lainnya termasuk dalam kategori sedang. Selain itu, setelah mendapatkan perlakuan dan layanan bimbingan kelompok, hasil *posttest* menunjukkan peningkatan yang cukup besar menjadi enam siswa pada kategori sedang dan empat siswa pada kategori tinggi. Keyakinan siswa terhadap kemampuannya menyelesaikan tugas dari guru dan mengkomunikasikan atau menjelaskan hasil diskusi kelas secara efektif ditunjukkan oleh tingkat efikasi diri yang dimilikinya.

Menurut penelitian, memberikan layanan bimbingan kelompok kepada siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka, meningkatkan kemampuan mereka menyelesaikan tugas, dan meningkatkan rasa efikasi diri mereka dalam menangani ujian guru. Penelitian terkait “Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Modeling dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa dalam Menghadapi Ujian” oleh Fery Anggara & Marjohan (2016) mendukung hal tersebut. Berdasarkan temuan studi tersebut, siswa dengan efikasi diri yang tinggi akan lebih siap menghadapi tantangan dalam ujian yang akan datang, dan teman-teman dalam kelompok terkondisi yang memiliki sifat ini mampu memberikan dampak positif terhadap orang-orang di sekitar mereka.



Jika siswa mempunyai efikasi diri yang tinggi, maka mereka akan lebih percaya diri terhadap kemampuannya untuk berkembang di sekolah, sebaliknya jika mereka memiliki efikasi diri yang rendah, mereka sering kali menjadi kurang percaya diri terhadap kemampuannya. Hal ini sejalan dengan teori Locke dkk. (Suseno, 2009) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri seseorang terhadap kemampuannya dalam melakukan tugas akan meningkat dengan tingkat efikasi diri yang tinggi. Seseorang dengan rasa efikasi diri yang tinggi akan bertindak dengan cara tertentu, menunjukkan inisiatif dan lebih terdorong untuk sukses. Sebaliknya, seseorang dengan efikasi diri yang rendah sering kali kurang percaya diri terhadap kemampuannya, kesulitan mengatur perilakunya untuk mendapatkan hasil yang diinginkan, dan mudah menyerah ketika menghadapi rintangan.

Pemberian layanan bimbingan kelompok berpotensi meningkatkan efikasi diri siswa sekaligus membantu mereka dalam mengambil keputusan karir. Siswa dengan efikasi diri rendah mungkin mengalami kekhawatiran tentang tempat kerja dan kesulitan mengambil keputusan tentang karir mereka. Dengan mengubah karakteristik instrumen efikasi diri, peneliti juga dapat meningkatkan efikasi diri siswa dengan menggunakan bimbingan kelompok. Penelitian Rois Nafi'ul Umam membuktikan hal tersebut. "Pengembangan Efikasi Diri Siswa SMK dalam Menentukan Keputusan Karir Melalui Layanan Bimbingan Kelompok" (2021). Menurutnya, gejala efikasi diri yang rendah itu siswa yang kesulitan dalam mengambil keputusan dan kecemasan dalam memulai pekerjaan baru berdampak pada keputusan karir siswa.

Telah dibuktikan bagaimana layanan bimbingan kelompok mempengaruhi rasa efikasi diri siswa kelas XI SMA Negeri 50 Jakarta. Siswa yang percaya pada kemampuannya sendiri biasanya lebih percaya diri. Dengan kepercayaan dirinya maka siswa akan dapat memperlihatkan kemampuan yang dimiliki kepada guru dan teman sebaya. Hal ini dapat terlihat setelah pemberian perlakuan layanan bimbingan kelompok pada pertemuan kedua sampai pertemuan kelima (terakhir). dimana mereka lebih siap untuk menyelesaikan pekerjaan secara efisien. Efikasi diri memainkan peran penting dalam kehidupan sehari-hari siswa, baik di rumah maupun di kelas. Agar prestasi belajar siswa dimasa yang akan datang dapat terus meningkat maka perlu terus dibangunnya efikasi diri siswa.

KESIMPULAN

Terbukti dari temuan penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 50 Jakarta bahwa layanan bimbingan kelompok mempunyai pengaruh yang besar terhadap efikasi diri siswa. Setelah mendapat layanan bimbingan kelompok, nilai *pretest* individu naik menjadi 76,2%, dan nilai *posttest* meningkat menjadi 93,8% atau meningkat secara keseluruhan 17,6%. Hal ini menunjukkan kegiatan layanan bimbingan kelompok di SMA Negeri 50 Jakarta berdampak signifikan terhadap tumbuhnya rasa efikasi diri siswa. Faktor yang membantu siswa kelas XI SMA Negeri 50 Jakarta merasa lebih percaya diri juga turut berkontribusi terhadap peningkatan hasil *posttest* setelah perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok yang mencakup berbagai topik pada pertemuan kedua hingga kelima (akhir).



DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Hasanah. (2002). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Di Sma Negeri 1 Krueng Barona Jaya. Skripsi. Tidak Di Terbitkan. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh.
- Amin, Muhammad. (2018). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Efikasi Diri Siswa Di SMK Negeri 1 Percut Sei Tuan*. Skripsi. Tidak Di Terbitkan. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Universitas Negeri Sumatera Utara: Medan .
- Feist, J. & Feist, G., J. (2013). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Fitriyah, Lina Arifah dkk. (2019). *Menanamkan Efikasi Diri dan Kestabilan Emosi*. Jombang: LPPM Unhasy Tebuireng Jombang.
- Hartanti, Jahju. (2022). *Bimbingan Kelompok*. Surabaya: Ud Duta Sablom.”
- Hasanah, Iswatun dkk. (2022). *Bimbingan Kelompok; Teori dan Praktik*. Pamekasan: Duta Media Publishing.
- Kristiyani, Titik. (2016). *Self-Regulated Learning*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Marjohan, Fery Anggara. (2016). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan *Modeling* dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa dalam Menghadapi Ujian. Jurnal UNP, Vol 5, No 1.
- Nafi’ul Umam, Rois. (2021). Pengembangan Efikasi Diri Siswa SMK dalam Menentukan Keputusan Karir Melalui Layanan Bimbingan Kelompok. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol 5, No 1.
- Prayitno, dkk. (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Ghufro Nur, M & S Risnawita Rini. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Setyawan, David Ari. (2022). *Dinamika Kelompok dalam Bimbingan dan Konseling*. Kudus: CV AL Qalam Media Lestari.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kombinasi*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Suseno, MN. (2009). *The Effect of Interpersonal Communication Training in Improving Self Efficacy as a Trainer Among College Students*. Jurnal Intervensi Psikologi, Vol 1, No. 996.
- Umam, RN. (2021). *Pengembangan Efikasi Diri Siswa SMK dalam Menentukan Keputusan Karir Melalui Layanan Bimbingan Kelompok*. Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol 5, No 1.

