

Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa

Hara Permana^{1,*}, Nakhma'ussolikhah¹, Nashiroh¹

¹ Institut Agama Islam Bunga Bangsa, Jawa Barat, Indonesia.

Email: harapermana25@gmail.com

Informasi Artikel	Abstrak
Diterima: 12-11-2022 Direview: 12-12-2022 Disetujui: 29-12-2022	<p>Penelitian ini bertujuan untuk, (1) mengetahui kondisi efikasi diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving, (2) mengetahui kondisi efikasi diri siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving, (3) mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving terhadap efikasi diri siswa kelas X MA An Nur Kota Cirebon. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif eksperimen dengan desain <i>true eksperimental design</i>, dengan pola penelitian <i>pretest-posttest control group design</i>. Desain ini terdapat dua kelas yang dipilih secara random yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala likert dengan tujuan untuk melakukan pengukuran terhadap subjek. Hasil uji-t independent sample t-test memiliki nilai t hitung > t tabel (5,894 > 2,080). Nilai signifikansi yang menunjukkan $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat kenaikan perbedaan rata-rata tingkat efikasi diri pada <i>posttest</i> kelompok eksperimen dan <i>posttest</i> kelas kontrol. Hal itu juga didukung oleh nilai <i>mean posttest</i> kelas eksperimen sebesar 114,50 lebih besar daripada <i>posttest</i> kelas kontrol yaitu sebesar 96,73. Sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa kelas X MA An Nur Kota Cirebon tahun ajaran 2021/2022.</p>
<p>Kata Kunci <i>Bimbingan kelompok, Problem Solving, Efikasi Diri.</i></p>	

A. Pendahuluan

Aktivitas belajar mengajar kerap menjadi beban bagi siswa disekolah. Selain dirinya adalah siswa, ia juga harus beradaptasi dengan berbagai perubahan yang dialami dalam dirinya, serta siswa juga harus berjuang untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas yang diembannya (Kim, 2020). Seperti, siswa harus memiliki pandangan masa depan yang cerah, mendapatkan nilai-nilai yang baik, serta dapat menerima kekurangan dan kritikan teman-teman disekelilingnya (Zainuddin et al., 2020). Perilaku-perilaku tersebut apabila siswa memiliki efikasi diri yang tinggi, maka akan dapat membantu siswa menjadi individu yang dapat mengaktualisasikan dirinya secara optimal (Permana & Suwarjo, 2022).

Menurut Schunk mengatakan efikasi diri sangat penting perannya dalam mempengaruhi usaha yang dilakukan, seberapa kuat usahanya dalam memprediksi keberhasilan yang akan dicapai (Malureanu et al., 2021). Menurut Robbins (Ghufro. et al., 2017) seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi akan percaya pada kemampuannya dalam melakukan seseorang dengan efikasi diri tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan suatu hal untuk mengubah peristiwa disekelilingnya. Sedangkan seseorang dengan efikasi diri rendah akan melihat dirinya tidak akan dapat melakukan segala sesuatu yang ada disekitarnya (Clark & Newberry, 2019).

Bandura menjelaskan Misalnya, seorang murid yang efikasi diri-nya rendah mungkin tidak mau berusaha belajar untuk mengerjakan ujian karena tidak percaya bahwa belajar akan bisa membantunya mengerjakan soal (Hasmatang, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri individu yang rendah, dapat menyebabkan hambatan dalam proses belajarnya meskipun

SALINGDIDIK IX 2022

Sains, Lingkungan dan Pendidikan

individu tersebut memiliki potensi yang besar (Hakim, 2021). Masalah ini sering diabaikan oleh orang tua dan pendidik, terkadang masih banyak dari mereka yang menganggap bahwa masalah ini lebih banyak karena kurangnya kecerdasan siswa atau alasan lainnya yang berhubungan dengan belajar (Reynolds et al., 2021). Faktanya, tidak hanya faktor - faktor ini dapat menyebabkan siswa tidak berpartisipasi secara optimal dalam pembelajaran di sekolah (Intania & Utama, 2020). Yang mencakup dari permasalahan ini yaitu mengenai *self efficacy* yang rendah pada diri siswa. Untuk itu, siswa seharusnya dapat mengacu keyakinan dirinya tentang hal-hal yang dapat dilakukannya serta tentang hasil yang dapat dicapai dari tindakannya (Florian, 2019). Keyakinan tersebut dalam ilmu psikologi dikenal dengan istilah *self efficacy* (efikasi diri) yang dipopulerkan oleh Albert Bandura melalui teori kognitif sosial. Menurut Bandura (McInenly, 2022), "*Perceived self efficacy refers to beliefs in one's capabilities to organize and execute the course of action required to manage prospective situations.*" "Maksudnya, efikasi diri merujuk kepada keyakinan pada kemampuan seseorang untuk mengatur dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mengelola situasi yang akan dihadapi".

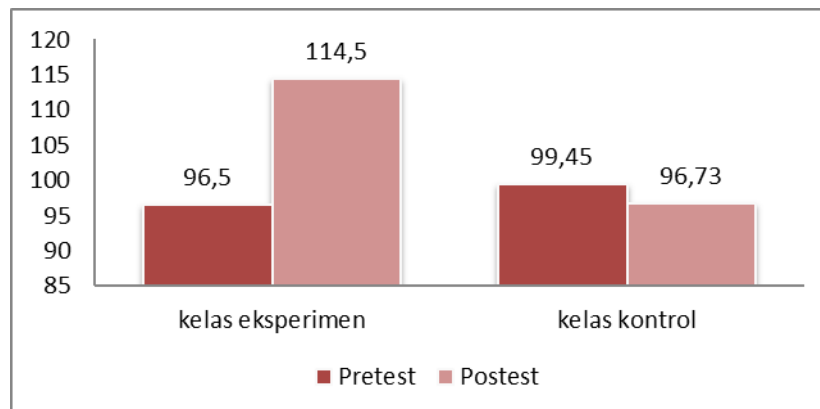
Indikator efikasi diri yang digunakan dalam penelitian ini menurut Bandura (Ghufron. et al., 2017) adalah: tingkat kesulitan tugas (*magnitude level*), luas bidang perilaku (*generality*), derajat kemampuan tugas atau pengharapan (*strength*). Sejauh ini peneliti telah mendapatkan informasi bahwa siswa kelas X MA An Nur Kota Cirebon banyak yang memiliki tingkat efikasi diri yang rendah, maka peneliti akan melakukan salah satu layanan bimbingan konseling dalam membantu siswa menyelesaikan permasalahannya. Layanan yang digunakan adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik pemecahan masalah (*problem solving*) kepada siswa kelas X MA An Nur Kota Cirebon. Peneliti berharap bahwa layanan tersebut akan berpengaruh terhadap efikasi diri siswa.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan rancangan atau desain penelitian yang bersifat eksperimen. Rancangan penelitian eksperimen (*True Experiment Design*) merupakan rancangan penelitian eksperimental yang meneliti tentang kemungkinan sebab-akibat antara kelompok yang diberi perlakuan (kelompok eksperimen) dengan kelompok kontrol (tidak diberi perlakuan) kemudian membandingkan antara keduanya (Pandey & Pandey, 2021). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X MA An Nur Kota Cirebon Tahun pelajaran 2021/2022, yang berjumlah 25 siswa. Sampel pada penelitian ini adalah 12 siswa untuk kelompok eksperimen dan 11 siswa untuk kelompok kontrol (Pandey & Pandey, 2021). Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala likert (Menken et al., 2021). Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan inferensial untuk membuat kesimpulan yang berlaku dalam populasi, analisis inferensial yang dipakai adalah statistik parametris karena data berdistribusi penelitian (Roni & Djajadikerta, 2021).

C. Hasil dan Pembahasan

Peneliti membagi dua kelas dalam penelitian ini, yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol, secara acak. Peneliti memperoleh data dari hasil *Pretest* dan *Posttest* yang dilakukan pada kelas eksperimen dan kelas kontrol. Dengan sample yang diambil berjumlah 23 dari 25 siswa. Berikut ini adalah uraian dari hasil penelitian tersebut:



Gambar 1. Nilai Rata-Rata Perbandingan Pretest - Posttest Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Berdasarkan gambar, *pretest* kelas eksperimen diawal dengan rata-rata 96,500. Artinya masih banyak siswa dengan efikasi diri sedang. Setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* pada kelas eksperimen setelah mengikuti *posttest* rata-rata nilai siswa adalah 114,50. Dan dapat dideskripsikan bahwa siswa yang memiliki efikasi diri rendah setelah mengikuti *posttest* mengalami perubahan berupa kenaikan taraf efikasi diri siswa dengan rata-rata 114,50. Sedangkan nilai rata-rata pada *pretest* kelas kontrol adalah 99,45 dan terdapat penurunan pada nilai rata-rata *posttest* menjadi 96,73. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ketika siswa mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*, siswa mengalami perubahan yang lebih baik.

1. Uji Prasyarat Analisis
 - a. Uji Normalitas

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Data

No.	Kelompok	Sig	Kesimpulan
1.	<i>Pretest</i> eksperimen	0,200	Normal
2.	<i>Posttest</i> eksperimen	0,119	Normal
3.	<i>Pretest</i> Kontrol	0,200	Normal
4.	<i>Posttest</i> Kontrol	0,200	Normal

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah semua variabel berdistribusi normal. Uji normalitas mengadopsi rumus *Kolmogorov-Smirnov* dan peneliti menggunakan program SPSS 24. Tabel di atas menunjukkan bahwa data *pretest* dan *posttest* hasil belajar baik kelas eksperimen maupun kelas kontrol memiliki nilai sig > 0,05, sehingga dapat disimpulkan kelompok data tersebut berdistribusi normal.

- b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui tingkat kesamaan varians antara dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Untuk uji homogenitas

peneliti menggunakan nilai rata-rata (*Based On Mean*) dengan membandingkan harga *sig* pada *levene's statistic* dengan 0,05 ($sig > 0,05$). Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Homogenitas Data

Test of Homogeneity of Variance				
Hasil Efikasi Diri Siswa	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Based Of Mean	0,992	1	21	0,331

Berdasarkan tabel pengujian SPSS 24 dapat diketahui bahwa nilai signifikansinya adalah 0,331. karena nilai signifikansinya lebih dari 0,05 yakni $0,331 > 0,05$ sehingga data tersebut dapat dikatakan homogen. Karena kedua kelas yang dijadikan penelitian adalah kelas yang normal dan homogen, maka dalam penelitian eksperimen ini, menggunakan uji-*t* sebagai analisis parametriknya.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *statistic* parametrik, yaitu Independent sample t-test. Uji ini digunakan untuk mengetahui perbedaan *mean* antara dua kelompok bebas atau dua kelompok yang tidak berpasangan, dalam mengambil keputusan apakah hipotesis diterima atau ditolak.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis Group Statistic

Group Statistics					
	Kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil Efikasi Diri Siswa	Post-Test Kelas Eksperimen	12	114,5	6,303	1,82
	Post-test kelas Kontrol	11	96,73	7,976	2,405

Tabel 4. Hasil Uji Independent Samples Test

Uji Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil Efikasi Diri Siswa	Equal variances assumed	0,992	0,331	5,956	21	0	17,773	2,984	11,567	23,978
	Equal variances not assumed			5,894	19,05	0	17,773	3,016	11,462	24,083

Tabel tersebut dapat diketahui bahwa nilai t_{hitung} sebesar 5,894 dengan signifikansi sebesar 0,000. Nilai *t* tabel pada *df* 21 dengan taraf signifikansi 5% adalah 2,080. Jadi nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,894 > 2,080$) dan nilai signifikansinya kurang dari 0,05 ($p = 0,000 < 0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal itu juga didukung oleh nilai *mean* kelas eksperimen sebesar 114,50 lebih besar daripada kelas kontrol yaitu sebesar 96,73.

Setelah peneliti melakukan uji analisis ini, maka hasilnya dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap siswa kelas X MA An Nur Kota Cirebon tahun ajaran 2021/2022, dikatakan efektif.

Pembahasan

Pada dasarnya efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap potensi, bakat, dan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tindakannya untuk mencapai suatu tujuan (Feyzioglu, 2019). Keyakinan keberhasilan siswa dapat bervariasi, diantaranya tergantung pada kesulitan yang dialami siswa, kepercayaan diri siswa yang dapat dicapai, dan tingkat efikasi diri siswa dalam tuntutan tugas atau suatu permasalahan (Dixon et al., 2020).

Berdasarkan hasil observasi peneliti efikasi diri siswa kelas X di MA An Nur Kota Cirebon, didapatkan rata-rata siswa memiliki efikasi diri sedang. Adapun siswa yang memiliki efikasi diri rendah menunjukkan perilaku yang jarang mengumpulkan tugas ataupun tidak sungguh-sungguh dalam mengerjakan tugas. Siswa mudah menyerah dengan apa yang ia kerjakan, dan tidak bersemangat ketika mengikuti pelajaran. Alasan yang melatar belakangi siswa memiliki perilaku tersebut adalah karena kurangnya penguasaan tugas serta tingkat kemampuan atau kemantapan yang ada dalam diri siswa.

Strategi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* bagi konseli yang mengalami efikasi diri rendah merupakan salah satu bantuan yang bisa diberikan peneliti. Karena menurut (Rosidah, 2016) Teknik *Problem solving* atau pemecahan masalah ini digunakan untuk membimbing siswa dalam proses berpikir kritis, dan berpikir reflektif, untuk mengembangkan keterampilan berpikir dalam proses pemecahan masalah, dan mampu membuat keputusan tepat bagi dirinya sendiri. Pada pelaksanaan bimbingan kelompok ini peneliti melakukan pertemuan sebanyak tiga kali. Untuk pertemuan pertama kegiatan bimbingan kelompok membangkitkan semangat. Pertemuan kedua kegiatan bimbingan kelompok menumbuhkan rasa optimis. Dan pada pertemuan ketiga kegiatan bimbingan kelompok menumbuhkan sikap pantang menyerah dalam menghadapi setiap kegagalan, dan merasa tenang dalam menghadapi segala situasi. Tahapan dalam bimbingan kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran (Taukeni, 2020). Peneliti memberikan materi yang berkaitan dengan indikator efikasi diri menurut Bandura. Tujuan dari penelitian ini diharapkan peserta didik dapat mencapai sikap-sikap kepercayaan diri yang terdapat dalam indikator tersebut.

Setelah *treatment* atau perlakuan selesai dilaksanakan, hasil yang diperoleh melalui perhitungan SPSS 24, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dinilai efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa, khususnya pada indikator mengenai *level* (taraf kesulitan yang diyakini siswa), *generality* (kepercayaan dalam diri yang dapat diwujudkan), dan *strength* (kekuatan dari efikasi diri ketika berhadapan dengan tuntutan tugas atau suatu permasalahan).

D. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan peneliti dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat efikasi diri siswa sebelum adanya perlakuan (*pretest*) menunjukkan hasil pada tingkat kualifikasi sedang dengan perolehan rata-rata pada kelompok eksperimen sejumlah 96,05 dan kelompok kontrol sejumlah 99,45.
2. Tingkat efikasi diri siswa setelah adanya perlakuan (*posttest*) menunjukkan hasil yang berbeda, hal ini diketahui setelah kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan

SALINGDIDIK IX 2022**Sains, Lingkungan dan Pendidikan**

perlakuan. Pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan mengalami kenaikan jumlah rata-rata menjadi 114,50 dan termasuk kedalam kualifikasi tinggi. Sedangkan pada kelompok kontrol mendapat jumlah rata-rata 96,73 artinya tidak mengalami kenaikan dan tetap pada kualifikasi sedang, hal ini karena pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

3. Berdasarkan hasil uji-t *independent sample t-test* memiliki nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,894 > 2,080$). Nilai signifikansi yang menunjukkan $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal itu juga didukung oleh nilai *mean* kelas eksperimen sebesar 114,50 lebih besar daripada kelas kontrol yaitu sebesar 96,73. Artinya, terdapat kenaikan jumlah rata-rata tingkat efikasi diri pada kelompok eksperimen. Sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa kelas X MA An Nur Kota Cirebon tahun ajaran 2021/2022.

E. Ucapan Terima kasih

Terima kasih kepada Madrasah Aliyah An Nur Kota Cirebon dan Institut Agama Islam Bunga Bangsa Cirebon yang telah memfasilitasi kegiatan penelitian ini.

F. Daftar Pustaka

- Clark, S., & Newberry, M. (2019). Are we building preservice teacher self-efficacy? A large-scale study examining teacher education experiences. *Asia-Pacific Journal of Teacher Education*, 47(1), 32–47.
- Dixon, H., Hawe, E., & Hamilton, R. (2020). The case for using exemplars to develop academic self-efficacy. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 45(3), 460–471.
- Feyzioğlu, B. (2019). The role of inquiry-based self-efficacy, achievement goal orientation, and learning strategies on secondary-school students' inquiry skills. *Research in Science & Technological Education*, 37(3), 366–392.
- Florian, L. (2019). On the necessary co-existence of special and inclusive education. *International Journal of Inclusive Education*, 23(7–8), 691–704.
- Ghufron., Nur., & Risnawati., R. (2017). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-ruzz Media.
- Hakim, L. (2021). Penguatan Efikasi Diri Pada Pribadi Introvert. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 2(1), 203–216.
- Hasmatang, H. (2019). Pentingnya Self Efficacy Pada Diri Pesrta Didik. *Seminar Nasional Biologi*.
- Intania, E. V., & Sutarna, S. (2020). The role of character education in learning during the COVID-19 pandemic. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 13(2), 129–136.
- Kim, J. (2020). Learning and teaching online during Covid-19: Experiences of student teachers in an early childhood education practicum. *International Journal of Early Childhood*, 52(2), 145–158.
- Malureanu, A., Panisoara, G., & Lazar, I. (2021). The relationship between self-confidence, self-efficacy, grit, usefulness, and ease of use of elearning platforms in corporate training during the COVID-19 pandemic. *Sustainability*, 13(12), 6633.

SALINGDIDIK IX 2022**Sains, Lingkungan dan Pendidikan**

- McInenly, C. (2022). *The Mediating Effect of Leadership and Self-Efficacy on Educator Burnout*.
- Menken, S., Post, G., Gaast, K., Keestra, M., & Koenders, L. (2021). 7 Making a research instrument. In *Chapters on Interdisciplinary Research and Research Skills* (pp. 127–137). Amsterdam University Press.
- Pandey, P., & Pandey, M. M. (2021). *Research methodology tools and techniques*. Bridge Center.
- Permana, H., & Suwarjo, S. (2022). Psychodrama Techniques To Improve Academic Self-Efficacy In Madrasah Aliyah Students. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 14(4).
- Reynolds, C. R., Altmann, R. A., & Allen, D. N. (2021). The problem of bias in psychological assessment. In *Mastering modern psychological testing* (pp. 573–613). Springer.
- Roni, S. M., & Djajadikerta, H. G. (2021). *Data analysis with SPSS for survey-based research*. Springer.
- Rosidah, A. (2016). Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Terisolir. *Fokus Konseling*, 2, 136–143.
- Taukeni, S. G. (2020). Introductory Chapter: Counseling and Therapy. In *Counseling and Therapy*. IntechOpen.
- Zainuddin, Z., Shujahat, M., Haruna, H., & Chu, S. K. W. (2020). The role of gamified e-quizzes on student learning and engagement: An interactive gamification solution for a formative assessment system. *Computers & Education*, 145, 103729.