

Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa

Tiara Anggraini¹, Arizona², Nurlela³

Pendidikan Bimbingan dan Koseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Palembang,
Indonesia

tiaraanggraini8899@gmail.com¹ arizona.karno@gmail.com²
nurlelampd97@gmail.com³

Abstrak

Kata Kunci:

*Bimbingan Kelompok,
Teknik Diskusi, Self Efficacy*

Penelitian ini dilatar belakangi oleh beberapa peserta didik yang masih mengalami kesulitan dalam menumbuhkan kepercayaan diri atau *self efficacy*, ada juga peserta didik yang tidak mengetahui karir apa yang akan mereka ambil setelah selesai dari jenjang sekolah menengah kejuruan. Hal tersebut yang menjadi tujuan peneliti melakukan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan metode Eksperimen yakni *Quasi-Experiment* dengan jenis *The One Group Pretest designs*. Populasi dalam penelitian ini adalah 43 siswa kelas XI MM SMK Karya Sembawa, kemudian penarikan sampel menggunakan Purposive sampling yaitu memperoleh sampel bergantung dari pada pertimbangan atau tujuan tertentu. Teknik pengumpulan data menggunakan angket untuk mengukur variabel X dan Y. Hasil dari penelitian ini dapat dilihat dari hasil analisis data menggunakan uji *wilcoxon* yang dilakukan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan nilai yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*, setelah diberikannya perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi dan melihat data hasil *posttest* yang ditandai dengan meningkatnya *self efficacy* setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi.

Abstract

Key Word:

*Guidance on Group,
Discussion Techniques, Self
Efficacy*

This research was motivated by several students who still experienced difficulties in developing self confidence or self efficacy, there were also students who did not know what career they would take after graduation from vocational high school. This is the aim of the researchers in conducting this research to determine the effect to group guidance on discussion techniques to increase students self efficacy. The research method used is a quantitative approach with an experimental method, namely a Quasi experiment with the one group pretest design type. The population in this study was 43 students of class data collection techniques use questionnaires to measure variabel x and y. The result of this research can be seen from the result of data analysis using the wilcoxon test which shows that H_a is accepted and H_0 is rejected. This is because there is a significant difference in scores between the pretest and posttest results, after being given treatment in the form of discussion technique group guidance and looking at the posttest result data which is marked by an increase in self efficacy after being given treatment in the form of discussion technique group guidance.

Copyright © 2024 Tiara Anggraini, Arizona, Nurlela

This work is licensed under a **Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)**

PENDAHULUAN

Rasa keyakinan mampu membantu individu berproses dalam pengembangan potensi yang dimiliki dengan memiliki rasa percaya diri atau keyakinan diri yang kuat dan di iringi dengan kemampuan dan kesempatan yang dimiliki, individu dapat dengan leluasa melakukan hal-hal yang dapat membuat kemampuan yang dimiliki berkembang, dengan begitu pengembangan potensi yang dilakukan individu tersebut dapat menjadi perencanaan karir yang sesuai dengan dirinya dan memiliki hubungan pada dunia kerja (Putra & Sutya Dewi 2022). Maka dari itu peneliti dapat simpulkan bahwa di era saat ini pendidikan adalah suatu proses yang sangat penting yang akan membawa suatu individu mengalami proses demi proses kehidupan dan menjelajahi banyak pengalaman hingga mencapai keberhasilan dalam belajar sampai pada jenjang karir dan dapat menghadapi tantangan hidup.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan mewawancarai guru bimbingan

konseling pada tanggal 20 Januari 2024 yang dilakukan di SMK Karya Sembawa ada beberapa peserta didik yang masih mengalami kesulitan dalam menumbuhkan kepercayaan diri bahkan tidak banyak juga peserta didik yang kurang memiliki kepercayaan diri, ada juga peserta didik yang tidak mengetahui apa yang akan mereka ambil setelah selesai dari jenjang sekolah menengah kejuruan ini, karena peserta didik tidak memiliki keyakinan 50% dari mereka memilih karir lanjutan berdasarkan saran teman dan hanya mengikuti alur teman, mereka tidak mengetahui apa yang mereka ambil itu sesuai dengan kemampuan dan keterampilan yang mereka miliki atau tidak.

Fenomena yang sering terjadi saat ini adalah banyaknya pengangguran pada kelompok penduduk usia produktif termasuk Gen Z fresh graduate, berdasarkan survei angkatan kerja nasional (Sakernas) pada Agustus 2023, jumlah pengangguran di Indonesia mencapai 7,86 juta dari total angkatan kerja mencapai 147,71 juta orang mayoritas didominasi oleh penduduk usia 15-24 tahun tergolong Gen Z. Berdasarkan pendidikannya tingkat pengangguran tetap tamatan Sekolah Menengah Kejuruan merupakan yang paling tinggi dibandingkan jenjang lainnya dan yang paling rendah adalah pendidikan SD. Menurut Habib Hidayat dalam artikel myrobin.id menuturkan bahwa faktor yang menyebabkan mayoritas Gen Z menganggur adalah karena menempuh pendidikan yang lebih lama oleh karena itu transisi mereka ke dunia kerja menjadi lebih lama. Dan faktor lain yang mempengaruhi hal tersebut yaitu banyak dari mereka sulit dalam menumbuhkan rasa percaya diri dan tidak percaya diri atas kemampuan yang dimiliki serta banyak menunggu pekerjaan yang cocok sesuai dengan minat dan keterampilan.

Sejalan dengan latar belakang dan fenomena yang telah peneliti jelaskan diatas bahwa penelitian ini memiliki keterbaruan pada layanan yang digunakan yaitu Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi, berbeda dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Muhamad Mahardika (2021) yaitu menggunakan Layanan Konseling Kelompok Realitas untuk meningkatkan *self efficacy*, Hasil yang diperoleh dalam penelitian tersebut yaitu terbukti bahwa konseling kelompok teknik realitas efektif dapat meningkatkan *Self Efficacy* dan pengambilan keputusan karir siswa.

Peneliti melakukan penelitian ini yaitu karena ini sangat penting dilakukan sebagai salah satu upaya meningkatkan layanan bimbingan kelompok pada sekolah menengah kejuruan terutama di SMK Karya Sembawa dan melalui layanan yang diberikan dapat menstimulasi para peserta didik untuk saling memberikan motivasi dan dorongan sehingga dapat mengembangkan *self efficacy* pada dirinya. Hal ini juga dapat mempengaruhi karir peserta didik kedepannya, membuat peserta didik percaya diri dengan kemampuannya yang dimiliki sehingga kemampuan tersebut dapat berkembang dan tersalurkan dengan baik.

Penelitian ini menggunakan Bimbingan Kelompok teknik Diskusi bertujuan untuk para peserta didik saling memotivasi dan memberikan dorongan untuk mengembangkan *self efficacy* (rasa percaya diri). Menurut Ni Luh Idayanti dan Nurlela (2022) Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan dalam bimbingan konseling dan dilaksanakan dalam bentuk kelompok untuk membantu peserta didik menyelesaikan permasalahan dengan penyusunan rencana dan pengambilan keputusan yang tepat. Semua yang hadir dalam bimbingan kelompok harus menyimpan data, informasi dan merahasiakan apa saja yang didengar dari masing-masing anggota. Egi Destri Nisa Safitri (2022) teknik diskusi adalah salah satu cara membimbing melalui kelompok dengan memberikan kesempatan pada peserta didik untuk dapat mengungkapkan pendapat dan menyimpulkan mengenai suatu permasalahan yang sedang terjadi.

Berdasarkan pendapat para ahli peneliti dapat simpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik diskusi merupakan layanan bimbingan konseling dalam pelaksanaannya membentuk sebuah kelompok dan masing-masing peserta saling mengutarakan pendapat mengenai permasalahan yang sedang dialami. Menurut Nengsih (2019) *Self efficacy* adalah keyakinan dalam diri untuk berhasil dan sukses. Menurut Arizona (2016) jika peserta didik mempunyai *self efficacy* rendah maka akan menjadikan sebuah permasalahan dan dapat mempengaruhi prestasi dan akademik peserta didik. Lalu ketika *self efficacy* peserta didik tinggi ia merasa akan dapat melakukan sebuah respon tertentu untuk memperoleh umpan balik dari apa yang telah ia lakukan dan usahakan. Berdasarkan pendapat para ahli peneliti dapat simpulkan jika dengan menerapkan *self efficacy* maka suatu individu dapat melakukan proses pembelajaran dengan baik dan mencapai hasil yang optimal dan dapat menyelesaikan tugasnya dengan tepat waktu.

METODE

Metode yang di gunakan menurut Sugiyono, (2019) metode penelitian eksperimen adalah teknik studi yang digunakan untuk memastikan bagaimana suatu terapi akan mempengaruhi orang lain dalam keadaan yang dikontrol secara tepat. metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode Eksperimen yakni *Quasi-Experiment* dengan jenis *The One Group Pretest designs*. Group

desain eksperimen merupakan pengukuran yang dilakukan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini Angket (kuisisioner) Menurut Prof. Dr. Sugiyono dalam buku berjudul Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D (2017) angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan atau pernyataan tertulis pada responden untuk dijawab. Angket merupakan teknik pengumpulan data yang efisien dan cocok digunakan bila jumlah responden cukup besar.

Angket berisi tentang pertanyaan terbuka atau tertutup sehingga dapat diberikan kepada responden secara langsung atau melalui internet. Skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala likert dengan lima pilihan jawaban yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), kurang setuju (KS), setuju (S), sangat setuju (SS). Peneliti akan menganalisis data peserta didik sebelum dan setelah tes untuk menguji kelompok eksperimen dalam penelitian yang dilakukan. Peneliti bisa melihat perbedaan diantara kedua nilai tersebut melalui analisis di atas. Mereka dapat menentukan ada pengaruh terhadap bimbingan kelompok teknik diskusi dalam mengembangkan *self efficacy* siswa smk atau tidak. Uji Wilcoxon dilakukan untuk mengetahui hal tersebut. Ini adalah uji yang digunakan untuk menganalisis hasil pengamatan yang berpasangan dari dua data apakah berbeda atau tidak berbeda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan penyebaran angket sebanyak dua kali guna memperoleh data yakni sebelum dan sesudah diberikannya layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi, peneliti memberikan angket *self efficacy* sebanyak 37 item pertanyaan. Adapun setelah diberikan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi, peneliti kembali memberikan angket *self efficacy* sebanyak 37 item pertanyaan, guna melihat apakah dengan diberikannya perlakuan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi dapat berpengaruh untuk meningkatkan *self efficacy* siswa.

Hasil Pre-test

Penyebaran angket *self efficacy* kepada 9 siswa yang termasuk kedalam sampel penelitian. Angket tersebut terdiri dari 37 item pertanyaan terkait dengan *self efficacy* siswa. Penyebaran angket pretest dilakukan pada hari Kamis tanggal 28 Mei 2024. Berikut data hasil angket variabel Y dapat dilihat.

Tabel 1. Kategori Interval

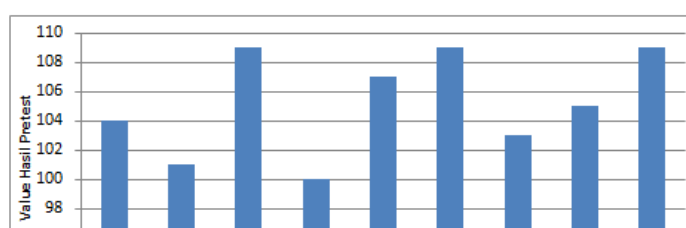
Rendah	$X < 101$
Sedang	$101 \leq X < 107$
Tinggi	$X \geq 107$

Tabel 2. Hasil Pre-test

No	Responden	Jenis Kelamin L/P (Kelas)	Jumlah Skor	Kategori	Pembahasan
1	MR	L XI. MM	104	Rendah	Siswa sulit menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
2	AM	P XI. MM	101	Rendah	Siswa sulit menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
3	FS	P XI. MM	109	Sedang	Siswa sulit menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
4	DM	P XI. MM	100	Rendah	Siswa sulit menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
5	Z	L XI. MM	107	Sedang	Siswa sulit menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
6	RRI	L XI. MM	109	Sedang	Siswa sulit menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
7	CDL	P XI. MM	103	Rendah	Siswa sulit menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
8	AP	L XI. MM	105	Rendah	Siswa sulit menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
9	IN	P XI. MM	109	Sedang	Siswa sulit menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi

Skor Minimal 100
Skor Maksimal 109
Rata-rata Skor 105

Grafik sebaran skor pretest yang diperoleh siswa sebelum diberikan perlakuan dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. grafik Skor Pre Test

Dari data hasil pretest diatas dapat diketahui bahwa nilai tertinggi didalam tes tersebut 109 dan nilai terendah 100. Dengan jumlah skor akhir 947 sehingga di peroleh nilai rata-rata sebesar 105,2 sehingga berdasarkan hasil pretest diatas diketahui tingkat *self efficacy* siswa cenderung rendah. Kemudian peneliti memberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi.

Hasil Pre-test

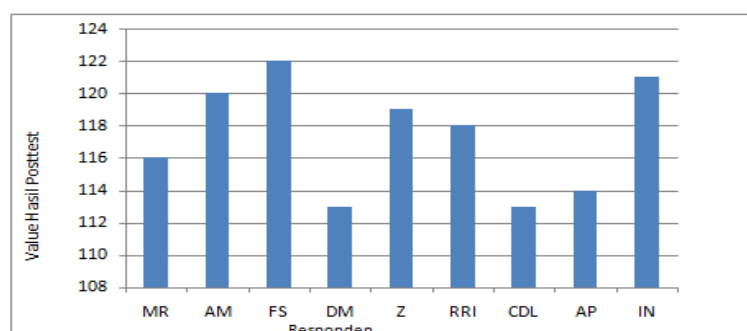
Setelah treatment atau perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi dilakukan sebanyak 3 kali, kemudian peneliti kembali memberikan angket *self efficacy* pada kesembilan responden yang memiliki tingkat *self efficacy* rendah untuk kemudian dilihat perubahan atau perbandingan skor nilai yang dimiliki responden hasil dari mengisi angket *self efficacy*,sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, adapun hasil pretest setelah diberikan perlakuan dapat diamati

Tabel 3. Hasil Post-test

No	Responden	Jenis Kelamin L/P (Kelas)	Jumlah Skor	Kategori	Pembahasan
1	MR	L X1. MM	116	Sedang	Setelah diberikan perlakuan siswa sudah tidak lagi mengalami kesulitan menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
2	AM	P XI. MM	120	Tinggi	Setelah diberikan perlakuan siswa sudah tidak lagi mengalami kesulitan menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
3	FS	P XI. MM	122	Tinggi	Setelah diberikan perlakuan siswa sudah tidak lagi mengalami kesulitan menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
4	DM	P XI. MM	113	Sedang	Setelah diberikan perlakuan siswa sudah tidak lagi mengalami kesulitan menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
5	Z	L XI. MM	119	Tinggi	Setelah diberikan perlakuan siswa sudah tidak lagi mengalami kesulitan menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
6	RRI	L XI. MM	118	Tinggi	Setelah diberikan perlakuan siswa sudah tidak lagi mengalami kesulitan menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
7	CDL	P XI. MM	113	Sedang	Setelah diberikan perlakuan siswa sudah tidak lagi mengalami kesulitan menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
8	AP	L XI. MM	114	Sedang	Setelah diberikan perlakuan siswa sudah tidak lagi mengalami kesulitan menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi
9	IN	P XI. MM	121	Tinggi	Setelah diberikan perlakuan siswa sudah tidak lagi mengalami kesulitan menumbuhkan kepercayaan diri ketika bersosialisasi

Skor Minimal 113
Skor Maksimal 122
Rata-rata Skor 117

Grafik sebaran skor *post-test* yang diperoleh siswa setelah diberikan perlakuan dapat dilihat pada gambar 2.



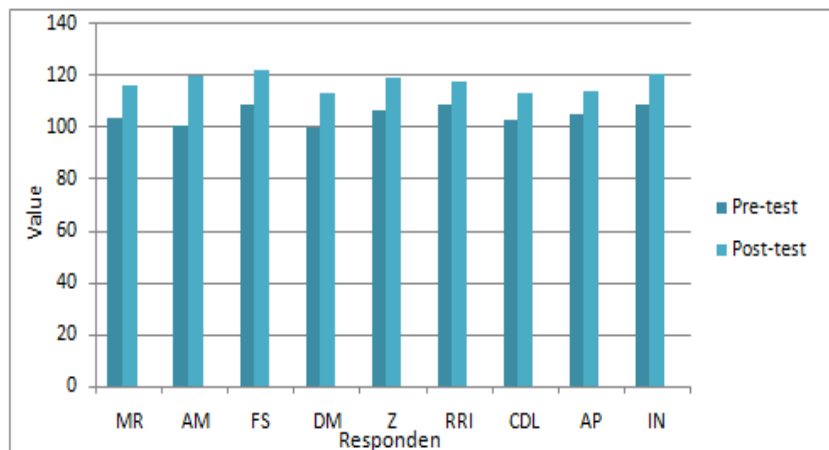
Gambar 2. grafik Skor Post Test

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa adanya perubahan skor nilai yang signifikan terhadap hasil test responden setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi, sehingga ada perbandingan skor nilai antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Tabel 4. Data Pre-test dan Posttest

No	Responden	Pretest	%	Posttest	%
1	MR	104	0,10	116	0,10
2	AM	101	0,10	120	0,11
3	FS	109	0,11	122	0,11
4	DM	100	0,10	113	0,10
5	Z	107	0,11	119	0,11
6	RRI	109	0,11	118	0,11
7	CDL	103	0,10	113	0,10
8	AP	105	0,11	114	0,10
9	IN	109	0,11	121	0,11

Berdasarkan gambaran dari tabel diatas menunjukan bahwa hasil pretest dan posttest *self efficacy* mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberikan perlakuan, hasil ini dapat juga di buktikan dengan adanya perubahan terhadap perilaku responden yang memiliki *self efficacy* rendah setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi.



Gambar 3. Responden Pre-test Post-test

Analisis Data

Setelah seluruh nilai terkumpul dan dijumlahkan, langkah selanjutnya yaitu menguji hipotesis data yang diperoleh dari hasil penelitian menggunakan analisis statistik SPSS Windows 2023 menggunakan uji wilcoxon untuk mendapatkan perbandingan nilai sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan, adapun hasil analisis perubahan skor sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dapat dilihat dari data berikut ini:

Tabel 5. Rank

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest – Pretest	Negative Ranks	0 ^a	,00	,00
	Positive Ranks	9 ^b	5,00	45,00
	Ties	0 ^c		
	Total	9		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Negatif rank (selisih negative) n 0, nilai 0 menunjukan tidak ada penurunan atau pengurangan skor nilai pretest dan posttest, sedangkan positif rank (selisih positif) n 9 berarti semua responden mengalami peningkatan hasil pretest ke posttest, dengan mean rank (rata-rata peningkatan) 5,00 sedangkan jumlah sum of ranks (rangking positif) sebesar 45,00 ties (kesamaan nilai) pretest dan posttest 0 sehingga dapat dinyatakan bahwa tidak ada nilai yang sama persis antar satu dengan lainnya

Tabel 6. Tes Statistics

Test Statistics ^a	Posttest – Pretest
Z	-2,680 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,007

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel statistics dapat diketahui bahwa Z hitung yang diperoleh yaitu -2,680 dan nilai signifikasinya diperoleh nilai sebesar 0,007 yang menunjukkan H_a diterima karena nilai signifikan $< 0,05$

Tabel 7. Statistics

Statistics		Pretest	Posttest
N	Valid	9	9
	Missing	0	0
Mean		105,22	117,33
Median		105,00	118,00
Std. Deviation		3,492	3,464
Variance		12,194	12,000
Range		9	9
Minimum		100	113
Maximum		109	122

Dari data diatas dapat diketahui bahwa adanya peningkatan atau perubahan signifikan dari sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan *self efficacy* siswa. Dalam analisis data menyatakan bahwa:

Mean pre-test yaitu 105,22 (kategori rendah) dan mean post-test yaitu 117,33 (kategori tinggi).

interpretasi Data

Dalam penelitian ini uji *wilcoxon* digunakan untuk melihat serta mengukur peningkatan skor setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan *self efficacy* siswa, hal ini dapat dibuktikan dengan adanya hipotesis apakah H_a dan H_o diterima atau ditolak. Sementara rumusan hipotesis dalam penelitian ini adalah Pengaruh bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan *self efficacy* siswa. Adapun hasil pengujian hipotesis penelitian sebagai berikut:

H_a : Ada pengaruh terhadap bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan *self efficacy* siswa

H_o : Tidak ada pengaruh terhadap bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan *self efficacy* siswa

Pedoman yang digunakan untuk pengambilan suatu keputusan dalam uji *wilcoxon* berdasarkan nilai signifikansi (Sig) dengan hasil output SPSS sebagai berikut:

a. Jika nilai Asymp Sig $< 0,05$ maka hipotesis diterima.

b. Jika nilai Asymp Sig $> 0,05$ maka hipotesis ditolak.

Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* signed rank test, dapat diketahui Asymp. Sig. (2-tailed) 0,007 lebih kecil dari nilai 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Sehingga dapat diartikan bahwa ada pengaruh yang signifikan setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan *self efficacy* siswa.

Pembahasan

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 9 siswa yang termasuk didalam sampel penelitian di SMK Karya Sembawa yang memiliki *self efficacy* yang rendah lalu dilihat dari hasil pre-test jumlah skor 947 dengan nilai rata-rata yang dimiliki yaitu 105. Kemudian didapatkan perlakuan bimbingan kelompok teknik diskusi, lalu mengalami peningkatan skor post-test yaitu 1056 dengan nilai rata-rata 117.

Pengaruh bimbingan kelompok teknik diskusi dapat dilihat dari perbandingan skor nilai siswa saat melakukan pre-test dan post-test dapat dilihat pada tabel 8. Ditinjau berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Arizona (2016) bahwa penelitian yang dilakukannya menunjukan hasil bahwa melalui model konseling kelompok dengan teknik relaksasi berbasis musik instrumental untuk meningkatkan *self efficacy* siswa telah tercapai yang ditandai dengan perubahan hasil evaluasi awal dan akhirnya. Menurut Daria Hanum (2021) melalui penelitian yang ia lakukan dengan judul implementasi layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self efficacy* siswa yang berperilaku menyontek didapatkan hasil berupa layanan bimbingan kelompok cukup berhasil diimplementasikan untuk mengentaskan permasalahan siswa yang berperilaku menyontek dan dapat meningkatkan *self efficacy* siswa.

Tabel 8. Perbandingan Skor Pre-test dan Posttest

No	Responden	Pretest	%	Posttest	%
1	MR	104	0,10	116	0,10
2	AM	101	0,10	120	0,11
3	FS	109	0,11	122	0,11
4	DM	100	0,10	113	0,10
5	Z	107	0,11	119	0,11
6	RRI	109	0,11	118	0,11
7	CDL	103	0,10	113	0,10
8	AP	105	0,11	114	0,10
9	IN	109	0,11	121	0,11

Berdasarkan tinjauan dari kedua penelitian diatas dapat di artikan bahwa *self efficacy* siswa dapat meningkat karena adanya pengaruh yang diberikan dari luar yaitu dari perlakuan (*treatment*) dan lingkungan yang diterima oleh siswa. Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan *self efficacy* siswa meningkat karena diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi sehingga siswa dapat mengungkapkan permasalahan yang tengah dialami dan berani berbicara di depan para anggota kelompok hal tersebut dapat mempengaruhi siswa untuk menumbuhkan rasa percaya diri (*self efficacy*) secara bertahap sejak awal hingga akhir diberikannya perlakuan sampailah dimana tercapainya tujuan peneliti untuk meningkatkan *self efficacy* siswa melalui bimbingan kelompok teknik diskusi ini.

Dengan begitu bimbingan kelompok teknik diskusi dianggap dapat meningkatkan *self efficacy* siswa, karena melalui dinamika kelompok dapat membahas berbagai macam hal yang dapat menarik perhatian siswa untuk saling berbagi hal yang bermanfaat sebagai pemecahan suatu masalah yang dialami siswa. Hal ini mempertegas bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh dalam membantu siswa dalam pemecahan masalah.

Tahap-tahap Pemberian Perlakuan (Treantment)

Tahap Pertama

Berdasarkan hasil yang diterima pada saat penyebaran angket *self efficacy* pada tanggal 21 mei 2024 kepada 43 orang peserta sebagai uji coba kemudian pre-test diberikan pada peserta yang menjadi sampel penelitian pada tanggal 23 mei pada tahap ini diharapkan dapat terjalin hubungan yang baik dengan peserta didik, memperkenalkan tujuan dan tahap layanan bimbingan kelompok teknik diskusi pada peserta didik sekaligus mengidentifikasi kondisi awal peserta didik sebelum menerima perlakuan yaitu bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan *self efficacy* siswa. Secara singkat peneliti memberikan penjelasan kepada peserta didik agar dapat memahami dan dapat menyerap informasi dengan baik. Hasil yang diterima dari pre-test kemudian dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat *self efficacy* siswa.

Tahap Kedua

Pada tahap kedua perlakuan duberikan kepada peserta setelah menganalisis hasil pre-test yang telah di isi oleh peserta pada pertemuan sebelumnya, kegiatan treatment dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan yaitu tanggal 24, 27 dan 29 dengan topik pembahasan yang sama yaitu cara meningkatkan *self efficacy*. Pada tahap ini juga peneliti memberikan penjelasan mengenai bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan *self efficacy* siswa dengan menjelaskan langkah-langkah bimbingan kelompok. 1) Pimpinan kelompok menerima kehadiran peserta sebagai anggota kelompok secara terbuka, mengucapkan salam, menanyakan kabar, serta memberikan apresiasi atas kesediaan dan kehadiran anggota kelompok; 2) Memimpin doa; 3) Pimpinan kelompok menjelaskan tahapan-tahapan bimbingan kelompok teknik diskusi dan menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok serta membuat kesepakatan mengenai waktu yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ini; 4) Pimpinan kelompok mengadakan sesi perkenalan setiap anggota yang satu dengan yang lainnya dengan menyebutkan identitas masing- masing, diawali dengan pimpinan kelompok terlebih dahulu; 5) Pimpinan kelompok dan anggota kelompok secara bersama sama mengucapkan janji konseling, dan pemimpin kelompok kemudian menjelaskan topik yang akan dibahas dalam pertemuan kali ini; 6) Selanjutnya kelompok melakukan diskusi terkait permasalahan masing-masing anggotadan saling terbuka dan dapat menjadikan pertemuan ini sebagai salah satu cara untuk membuka diri dan dapat meningkatkan percaya diri untuk tampil dan berbicara didepan orang lain itu adalah salah satu cara untuk meningkatkan *self efficacy* peserta.

Tahap Ketiga

Dalam tahap ini yaitu tahap peralihan pimpinan kelompok menanyakan kembali pada anggota kelompok apakah anggotatelah memahami kegiatan kelompok ini. Dalam tahap ini pimpinan kelompok menjelaskan

kembali peran dan tugas para anggota dalam bimbingan kelompok, kemudian pimpinan bertanya pada setiap anggota apakah sudah siap untuk melanjutkan kegiatan sebagai upaya untuk meningkatkan *self efficacy* siswa.

Tahap Keempat

Tahap ini adalah tahap kegiatan tahap inti dari pelaksanaan treatment dengan tujuan untuk mengatasi permasalahan *self efficacy* siswa, meningkatkan *self efficacy* siswa dan memahami penyebab rendahnya *self efficacy* siswa. Didalam tahap ini yang pertama dilakukan yaitu mengidentifikasi keadaan atau faktor yang menimbulkan rendahnya *self efficacy* siswa, peneliti meminta setiap anggota kelompok menyatakan secara terbuka permasalahan yang tengah dihadapi, terkait dengan topik yang dibahas yaitu bagaimana cara meningkatkan *self efficacy* peneliti mengajak setiap anggota untuk mendiskusikan topik tersebut dan mengajak setiap anggota berani menyampaikan pendapat masing-masing mengenai topik yang telah tersedia. Dengan membangun keberanian peserta perlahan-lahan dapat meningkatkan *self efficacy* siswa secara bertahap.

Tahapan Kelima

Tahap ini adalah tahap pengakhiran dimana pimpinan kelompok dan para anggota bersama-sama menyimpulkan hasil dari beberapa kali pertemuan yang sudah dilaksanakan sekaligus mengemukakan pertemuan yang akan diakhiri. Adapun hasil yang diterima dari treatment pada setiap pertemuan untuk dapat meningkatkan *self efficacy* siswa. Adapun kesan yang mereka dapatkan yaitu sangat senang dapat melakukan bimbingan kelompok karena dapat menambah manfaat dan pengalaman baru dengan tujuan perubahan diri yang lebih baik untuk kedepannya, mampu meningkatkan kemampuan dalam diri dan belajar disiplin didalam berbagai macam hal.

Tahapan Keenam

Setelah perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi telah selesai diberikan sebanyak tiga kali. Pelaksanaan Post-test berjalan dengan lancar, hal ini dibukti kan dengan antusias peserta didik untuk mengisi angket sesuai dengan petunjuk yang telah ditetapkan, sehingga kegiatan ini dapat berakhir tepat waktu. Kemudian hasil data yang terkumpul melalui penyebaran angket ini dianalisis dan menunjukkan pencapaian yang signifikan serta dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok teknik diskusi berpengaruh untuk meningkatkan *self efficacy* siswa. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji wilcoxon nilai signifikan dapat diketahui Asymp.Sig (2 Tailed) 0,007 lebih kecil dari nilai 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak.

Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Konseling Kelompok Penelitian ini mulai dilaksanakan tanggal 21 Mei 2024 s.d 31 Mei 2024 Berikut ini adalah jadwal pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok teknik diskusi.

Tabel 9. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

No	Tanggal Pelaksanaan	Rincian Kegiatan
1	21 Mei 2024	Uji coba instrumen penelitian
2	23 Mei 2024	Memberikan angket pre-test dan menentukan jadwal pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok teknik diskusi
3	24 Mei 2024	Kegiatan konseling kelompok teknik diskusi pertemuan pertama
4	27 Mei 2024	Kegiatan konseling kelompok teknik diskusi pertemuan kedua
5	29 Mei 2024	Kegiatan konseling kelompok teknik diskusi pertemuan ketiga
7	31 Mei 2024	Memberikan post-test

Berdasarkan Tabel tersebut diatas pelaksanaan bimbingan kelompok teknik diskusi dilaksanakan sebanyak 3 Kali yang dilaksanakan diruang kelas kosong SMK Karya Sembawa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti dengan menggunakan judul “Pengaruh bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan *self efficacy* siswa” peneliti dapat menganalisis data siswa kelas XI MM didapatkan tingkat *self efficacy* yang lebih tinggi setelah mendapat treatment bimbingan kelompok teknik diskusi. Hasil ini memberikan bukti yang meyakinkan Hasil analisis data menggunakan uji *wilcoxon* tersebut menunjukan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Pasalnya setelah mendapatkan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik diskusi terdapat peningkatan *self efficacy* yang nyata, itu dapat dilihat dari hasil posttest yang menunjukan perbedaan signifikan secara statistik antara kedua kelompok skor. Sebagai hasil dari proses bimbingan kelompok, tingkat *self efficacy* siswa meningkat secara signifikan dan mereka tidak malu untuk menunjukan bakat dan kepercayaan diri mereka pun tumbuh.

DAFTAR REFERENSI

- Aini, N. (2023). Layanan Informasi Tentang Karir Untuk Meningkatkan Kemantapan Peserta Didik Kelas XII Dalam Pemilihan Karir di SMK Negeri 1 Bandar Lampung. Vol 6, No 2.
- Andini Sabela, K. (2020). Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Outbond Untuk Meningkatkan Perilaku Prosocial. Vol .1 No. 1. Hal 24-31. DOI: <https://doi.org/10.32923/ijoce.v1i1.1151>.
- Arini, A. N. (2018). Penerapan Metode Jigsaw Untuk Meningkatkan Kemantapan Karier Siswa Kelas XI di SMA N 12 Surabaya. Vol 2, No 1.
- Arizona. (2016). Teknik Relaksasi Berbasis Musik Instrumental Meningkatkan Self Efficacy Siswa SMP Melalui Pengembangan Model Konseling Kelompok. *jurnal bimbingan konseling* , Vol 5. No 2. Doi: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>.
- Astuti, N. W. (2019). Analisis Pemahaman Fungsi Bimbingan Konseling Pada Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 3 Pontianak. *Jurnal UNTAN* , Vol 2, No 2.
- A'yun, Q. (2022). Bab III Landasan Teori A. Metode Diskusi 1. pengertian diskusi. 12.
- Barida. (2022). Peningkatan kompetensi guru bimbingan dan konseling dalam menyelenggarakan. *Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat* , 853.
- Dewi, S. (2022). Layanan Bimbingan Karier Dalam Upaya Meningkatkan Self Efficacy Siswa Kelas XII Dalam Pemilihan Karir. *Jurnal* , Vol 8, No 1, Hal 29-44. Doi: 10.22373/je.v8i1.8995.
- Dimiyati, A. (2019). Bimbingan Kelompok Untuk Siswa SMP Yang Memiliki Minat Belajar Rendah. *Jurnal Mahasiswa IKIP Siliwangi* , Vol 2, No 4. .
- Farid, M. (2024). Tahapan Bimbingan Kelompok: Landasan Teoritis dan Praktis Dalam Fasilitasi Pengembangan Individu dan Kelompok. Vol 6, No 1. Doi: <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i1.5967>.
- Fauziana. (2022). Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kemampuan Memecahkan Masalah IPA. Vol 11, No 1.
- Hanum, D. (2021). Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self Efficacy Siswa Yang Berperilaku Menyontek. *Properthic Guidance and Counseling* , Vol 2, No2. Doi: <https://doi.org/10.32832?pro-gcj.v2i2.4752>.
- Hardani. (2020). BAB III Metode Penelitian 3.1. Jenis Penelitian. 8.
- Hero, A. C. (2022). Journal of Social Media and Message Juni 2022, Vol. 1, No. 1, p. 24-35 E-ISSN: 2829-9752 This work licensed under attribution-sharealike 4.0 international (CC BY-SA 4.0) Fenomena Mengunggah Film Pendek di Media Sosial pada Mahasiswa Komunikasi Universitas Isl. *Journal of Social Media and Message* , 29.
- Kesuma, A. T. (2016). Self Efficacy Pemilihan Karir Siswa Ditinjau Dari Perspektif Budaya Kelompok Minoritas Di Indonesia. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman* , Vol 2, No 2. Doi: 10.31602/jbkr.v2i2.1020.
- Kholifah, A. (2021). Pemahaman Fungsi dan Prinsip Bimbingan dan Konseling Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Uin Raden Intan Lampung Tahun 2020/2021. Vol 2, No 2.
- Korohama, K. E. (2017). Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kematangan Karir Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling* , Vol 6, No 1. Doi: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>.
- Laila Hanifa, S. F. (2023). Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Reinforcement Untuk Kepercayaan Diri Rendah Siswa Kelas VIII Mts Darussalam. Vol 6, No 1. Doi: 10.22460/focus.v1i1.9089.
- Lestari, Y. D. (2017). Analisis Perwujudan Fungsi Bimbingan Konseling Pada Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Pontianak. *Jurnal UNTAN* , Vol 1, No 1.
- Mahardika, M. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Realitas Terhadap Self Efficacy Dan Pengambilan Keputusan Karier Siswa SMK mambaul Falah Kudus. Vol 2, No 1.
- Mahmudah, S. N. (2020). Bimbingan Kelompok Berbasis RIASEC Efektif Meningkatkan Kemantapan Pemilihan Karier Siswa Kelas XII SMA. *Jurnal Bimbingan dan Konseling* , 8.
- Mahrokim. (2023). penguunaan metode diskusi kelompok dalam meningkatkan pemahaman siswa pada materi sifat wajib allah dikelas VII mts an nur banjarejo. Vol 3, No 2.
- Mahsunah, A. (2023). Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kepercayaan diri pada Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* , Vol 6, No1.
- Maisarah. (2022). Meningkatkan Self Efficacy Keputusan Karier Siswa Melalui Layanan Informasi Karier di Kelas VIII SMP Negeri 4 Batang Hari. *Jurnal Pendidikan Konseling* , 11.
- Marsik, H. (2018). Penggunaan Metode Diskusi Kelompok guna Meningkatkan Hasil Belajar Materi Menemukan Ide Bacaan Teks Di SMP. Vol 3, No 2. Doi: <http://dx.org/10.26418/jurnalkpk.v3i2.41215>.

- Maulana, A. (2019). Pelaksanaan Diskusi Kelompok Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa Di Man 2 Banda Aceh. Vol 2, No 1.
- Mutia, S. (2021). Pelaksanaan Program Layanan Bimbingan dan Konseling Disekolah. 13.
- Nasuha. (2020). Jenis-jenis Layanan Bimbingan dan Konseling. 5.
- Nasution, H. S. (2019). *Bimbingan Konseling konsep teori dan aplikasinya*. Medan: Lembaga Peduli pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI).
- Ni Luh Idayanti, N. M. (2022). Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving dimasa Pandemi Covid-19 . *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* , 427.
- Pratiwi, K. (2022). BAB II Kajian Pustaka 2.1 Landasan Teori 2.1.1 Self Efficacy. 35.
- Prof. DR.H.M.Sidik Priadana, M. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pascal Books.
- Puspita, E. (2022). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik. *Repository.Radenintan* , 24.
- Putri, F. (2018). Self Efficacy guru kelas dalam membimbing siswa slow learner. *Jurnal Pendidikan Khusus* , Vol 14, No 1, Doi: <https://doi.org/10.21831/jpk.v14i1.25161>.
- Rafalina, F. (2023). Pentingnya Self Efficacy Dalam Pengembangan Bakat Pada Siswa. 5.
- Raharjo. (2019). Counseling Group With Self Management Techniques To Reduce Social Prejudice Learners. *Suluh Jurnal Bimbingan dan Konseling* , 35.
- Rahma, M. N. (2020). Upaya Memantapkan Rencana Karier Melalui Layanan Bimbingan Karier Menggunakan Genogram Pada Peserta Didik Kelas XI Madrasah Aliyah (MA) Mathla'ul Anwar Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020. 91.
- Ramlah. (2018). Pentingnya Layanan Bimbingan Konseling Bagi Peserta Didik. *Jurnal Al-Mauziah Volume 1 Nomor 1 September 2018* , 7.
- Revita, N. (2020). Hubungan SELF Efficacy (efikasi diri) Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas VII SMPN 1 Tanah Putih Tahun Ajaran 2019/2020. 77.
- Ridho Rismi, M. Y. (2022). Bimbingan kelompok untuk Mengembangkan Pemahaman Nilai Budaya Siswa. *Journal of Counseling, Education and Society* , 21.
- Ririn Maratus Solekha, R. S. (2022). Efektivitas Murottal Al-Qur'an Dalam Menurunkan Kecemasan. *Jurnal Matematika Pendidikan Matematika Vol 5 Nomor 1 Maret 2022* , 28.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. Medan: Penerbit KBM Indonesia.
- Sahir, S. H. (2022). *Metodologi Penelitian*. Bantul Yogyakarta: KBM Indonesia.
- Sandra. (2022). 7 BAB II Tinjauan Teoritis 2.1 Kajian Pustaka 2.1.1 Self Efficacy. 21.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA, CV.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Kedua ed.). (S. M. Dr.Ir. Sutopo, Penyunt.) Bandung: ALFABETA.
- Supraptini. (2022). Best Praticce Penggunaan Cyber Counseling Dalam Meningkatkan Self Efficacy Siswa Di Era Pandemi. *Jurnal Inovasi Pendidikan Berbantuan Teknologi Vol.2 No.1 Februari 2022* , 7.
- Utami, R. P. (2020). Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Dalam Mengembangkan Minat Belajar Peserta Didik Kelas IX Di Smp Negeri 34 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2020/2021. 94.
- Utaminingsih, A. M. (2018). Meningkatkan Kualitas Mindset-skill Konselor Islam Dengan Menjaga Kondidi Hati. *Jurnal Edukasi Jurnal Bimbingan Konseling* , 12.
- Yuliawan, K. (2021). Pelatihan Smartpls 3.0 Untuk Pengujian Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Membangun Negeri Vol.5 No.1 April 2021*, 43.