

## Hitungan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Simbolik Untuk Kepercayaan Diri Siswa SMP Negeri Bandung

**Yayang Ayu Nuraeni**  
Politeknik Piksi Ganesha  
Email : [ayuyayang66@gmail.com](mailto:ayuyayang66@gmail.com)

### Abstrak

Dalam penelitian ini mempunyai tujuan untuk dapat melihat hasil dari pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling simbolik untuk kepercayaan diri siswa, gambaran proses layanan, serta kendala yang dialami pada proses pelaksanaan layanan. Tujuan penelitian ini adalah untuk siswa dapat percaya diri terhadap diri mereka. Dalam penelitian ini menggunakan metode *mixed method* dengan desain sekuensial explanatory digunakan dalam penelitian ini. Dalam penelitian sampel pada penelitian ini menggunakan teknik sampel *purposive sampling* dan didapatkan 5 siswa sebagai sampel. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII A SMP Negeri Bandung. Berdasarkan hasil output statistic yang telah diukur menggunakan bantuan SPSS Statistic versi 26 for windows diperoleh hasil dari uji paired sampel t-test terhadap nilai signifikansi dengan sebesar  $0,000 < 0,05$ . Maka dari hasil yang sudah didapat setelah melakukan penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling simbolik terhadap rasa percaya diri siswa memberikan pengaruh yang signifikan pada rasa percaya diri siswa.

**Kata Kunci:** Kepercayaan Diri, Bimbingan Kelompok, Teknik Modelling Simbolik.

### Abstract

*In this study the aim was to be able to see the results of the influence of the service guidance group with symbolic modeling techniques for student self-confidence, an overview of the service process, and the constraints experienced in the process of implementing the service. The purpose of this study is to be able to have confidence in their students. In this study using a mixed method method with a sequential explanatory design used in this study. In the sample research in this study using a purposive sampling technique and obtained 5 students as samples. The research subjects were class VIII A students of SMP Negeri Bandung. Based on the results of the output statistics that have been measured using SPSS Statistics version 26 for windows, the results obtained from the paired sample t-test with a significance value of  $0.000 < 0.05$ . So from the results that have been obtained after conducting research it can be concluded that the service guidance group with symbolic modeling techniques for student self-confidence has a significant influence on student self-confidence.*

**Keywords:** Self Confidence, Group Guidance, Symbolic Modeling Technique.

### PENDAHULUAN

Konsep atau keyakinan dan kemampuan dalam diri sendiri disebut percaya diri. Ini terjadi ketika seseorang tidak merasa cemas, merasa mampu melakukan hal-hal yang diinginkan, merasa bertanggung jawab atas apa yang sudah dilakukannya, dan dapat mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan dirinya. Percaya diri sangat penting untuk mencapai potensi seseorang. Rasa tidak percaya diri ditunjukkan dengan kekurangan atau kelemahan dalam diri kita, yang memperlambat pencapaian tujuan (Fahmi & Slamet, 2016).

Untuk menjadi remaja yang kuat dalam menyesuaikan diri, percaya diri sangat penting. Individu yang percaya diri akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Mereka yang percaya diri merasa aman dan dapat menerima dan berpikir lebih positif tentang orang lain. Sebaliknya, mereka yang tidak percaya diri atau tidak menerima diri akan merasa tidak yakin atau buruk tentang diri mereka sendiri (Hasmayni,

2014). Berdasarkan hasil di atas, dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri adalah sikap atau keyakinan seseorang atas kemampuan mereka sendiri untuk melakukan segala sesuatu dan membuat keputusan sendiri. Orang yang memiliki rasa percaya diri dapat percaya pada segala kemampuan mereka.

Suatu keyakinan akan diri sendiri dengan kelebihan dan kekurangan sehingga tidak merasa cemas saat melakukan sesuatu, merasa lebih yakin untuk melakukan semua hal yang dapat sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab untuk melakukannya, sopan dalam bersosialisasi dengan orang-orang di lingkungan sekitar, memiliki pendapat dan berpartisipasi dalam partisipasi, dan mengenali kemampuan yang ada dalam diri sendiri. Percaya diri, atau keyakinan diri, dapat membantu Anda memilih pendekatan yang efektif dan yakin pada kemampuan Anda untuk menyelesaikan tugas. Percaya diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang dalam tingkah laku, emosi, dan kerohanian mereka untuk memiliki kemampuan untuk memenuhi segala pencapaian dalam melakukan sesuatu. Percaya diri berarti percaya diri dan percaya pada diri sendiri. Salah satu aspek kepribadian yang paling penting adalah kepercayaan diri.

Tidak percaya diri dengan dampak belajar siswa berarti bahwa siswa tidak memahami materi pelajaran dengan baik dan cenderung tidak bertanya kepada guru. Akibatnya, partisipasi akademik dan partisipasi siswa menjadi lebih rendah karena siswa merasa malu untuk bertanya kepada guru dan tidak bisa menjawab pertanyaan mereka. Oleh karena itu, siswa tidak memiliki pendirian dan tidak mau mengerjakan tugas secara mandiri karena mereka tidak percaya dengan hasil yang mereka buat. Apabila siswa tidak percaya diri dan tidak berpartisipasi sesuai dengan kebutuhannya, akan terjadi aspek perkembangan mereka dalam berinteraksi sosial dengan orang lain dan masyarakat. Misalnya, siswa akan merasa ragu saat membuat keputusan atau berinteraksi dengan teman sebaya.

Bimbingan kelompok adalah jenis bimbingan konseling yang diberikan oleh sekolah untuk membantu siswa mencegah masalah yang sedang mereka hadapi berkembang. Guru bimbingan dan konseling memberikan bimbingan kelompok kepada sejumlah siswa di sekolah, membantu mereka membuat rencana dan membuat keputusan. Menurut Lesmana (2019), guru bimbingan konseling tidak sering menggunakan bimbingan kelompok sebagai alat yang dapat meningkatkan kemampuan siswa sebagai fungsinya. Bimbingan kelompok adalah jenis bimbingan konseling yang diberikan oleh sekolah untuk membantu siswa mencegah masalah yang sedang mereka hadapi berkembang. Guru bimbingan dan konseling memberikan bimbingan kelompok kepada sejumlah siswa di sekolah, membantu mereka membuat rencana dan membuat keputusan. Menurut Lesmana (2019), guru bimbingan konseling tidak sering menggunakan bimbingan kelompok sebagai alat yang dapat meningkatkan kemampuan siswa sebagai fungsinya.

Siswa memiliki kebebasan untuk berbicara secara bebas tentang situasi dan kondisi yang mereka alami. Penelitian ini dirancang secara sistematis sehingga siswa merasa aman dan nyaman untuk mengungkapkan persoalannya, sehingga diharapkan dapat membantu siswa dalam masalah kepercayaan diri mereka. Tujuan dari penelitian ini, yang dilakukan melalui metode bimbingan kelompok dengan teknik model, adalah untuk membicarakan semua rahasia yang disimpan siswa yang terkait dengan masalah yang mereka hadapi. Tujuan lain dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi kemampuan siswa dalam memiliki kepercayaan diri yang kuat.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian ini adalah mix method, menurut Creswell (2018) mix method adalah pengabungan atau perpaduan antara penelitian kualitatif dan kuantitatif dalam sebuah penelitian. Adapun desain yang digunakan adalah The eplanatory sequential design, yang

mana pada desain ini menggabungkan penelitian kuantitatif dan kualitatif secara berurutan. Tujuan dari desain ini secara keseluruhan adalah untuk menjadikan kualitatif sebagai penjelasan secara detail mengenai hasil kuantitatif pada fase awal. Metode kuantitatif yang dilakukan pada penelitian ini merupakan eksperimen. Dalam metode ini desain yang digunakan dalam penelitian ini merupakan pre-experimental design.

Desain eksperimen tersebut agar dapat lebih memberikan hasil layanan dalam penelitian ini dapat dilihat adanya perubahan yang lebih akurat, karena peneliti dapat melihat perbandingan dari hasil kedua keadaan sebelum diberikan layanan atau treatment dan keadaan setelah diberikan layanan. Sedangkan metode kualitatif dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif sebagai data pendukung yang didapatkan dari hasil wawancara dan observasi. Peneliti ini dilakukan di SMP 1 Negeri Bandung. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan teknik purposive. Peneliti memberikan pretest kepada siswa kelas VIII A kemudian didapatkan 5 siswa dengan hasil nilai pretest rendah sehingga siswa tersebut yang kemudian dijadikan sampel dalam penelitian ini.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut distribusi data hasil dari peneliti melakukan layanan bimbingan kelompok melalui teknik modelling simbolik untuk percaya diri peserta didik dari kelas VIII A di SMP Negeri Bandung.

**Tabel 1. Distribusi Data Pre-Test Peserta Didik Kelas VIII-A**

| NO               | Kode Nama | Skor | Kategori |
|------------------|-----------|------|----------|
| 1                | AZF       | 103  | Rendah   |
| 2                | DD        | 108  | Rendah   |
| 3                | JFE       | 105  | Rendah   |
| 4                | RS        | 111  | Rendah   |
| 5                | RN        | 111  | Rendah   |
| $\Sigma$         |           | 538  |          |
| <b>Rata-rata</b> |           | 107  |          |

Berdasarkan tabel diatas, dapat kita lihat bahwa rata-rata skor pre-test variabel komunikasi interpersonal yang didapatkan dari peserta didik kelas VIII A SMP Negeri Bandung adalah 107.

**Tabel 2 Distribusi Data Post-Test Peserta Didik Kelas VIII-A**

| NO | Kode Nama | Skor | Kategori |
|----|-----------|------|----------|
| 1  | AZF       | 138  | Tinggi   |
| 2  | DD        | 147  | Tinggi   |
| 3  | JFE       | 144  | Tinggi   |
| 4  | RS        | 150  | Tinggi   |
| 5  | RN        | 155  | Tinggi   |

|                  |     |
|------------------|-----|
| $\Sigma$         | 734 |
| <b>Rata-rata</b> | 146 |

Berdasarkan tabel tersebut, dapat dilihat bahwa rata-rata skor post-test terhadap variable komunikasi interpersonal yang didapatkan dari peserta didik kelas VIII A SMP Negeri Bandung sebesar 146.

**Tabel 3. Hasil Penelitian Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Test**

|                                  |                |            |
|----------------------------------|----------------|------------|
| N                                |                | 28         |
| Normal Parameters <sup>a,b</sup> | Mean           | ,0000000   |
|                                  | Std. Deviation | 2,90815853 |
| Most Extreme Differences         | Absolute       | ,093       |
|                                  | Positive       | ,093       |
|                                  | Negative       | -,075      |
| Test Statistic                   |                | ,093       |

Berdasarkan nilai signifikansi (Sig) pada setiap data baik pada uji normalitas di atas, hasil kolmogorov Smirnov  $> 0,005$  sehingga dapat dibuat kesimpulan bahwa data dari penelitian di atas adalah normal.

**Tabel 4. Hasil Uji Paired Samples t-Test**

| Paired Samples Test |                  |                    |                |                 |                                           |           |         |    |                      |
|---------------------|------------------|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------------|-----------|---------|----|----------------------|
|                     |                  | Paired Differences |                |                 |                                           |           | T       | Df | Sig.<br>· (2-tailed) |
|                     |                  | Mean               | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference |           |         |    |                      |
|                     |                  |                    |                |                 | Lower                                     | Upper     |         |    |                      |
| Pair 1              | PRETEST-POSTTEST | - 8,17857          | 5,59135        | 1,05667         | - 10,34667                                | - 6,01047 | - 7,740 | 27 | .000                 |

Berdasarkan tabel di atas yang sudah di uji, hasil uji paired sampel t-test pada penelitian diperoleh sig (2-tailed) =  $0,000 < 0,05$  maka  $H_a$  diterima. Oleh karena itu diperoleh hasil t-hitung  $> t$ -tabel ( $7,740 > 2,052$ ) maka terdapat pengaruh pada layanan bimbingan kelompok pada teknik modelling simbolik untuk percaya diri siswa.

Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis dengan uji *paired sample t-test*. Skor *pre-test* dan *post-test* koefisien signifikan  $0,000$  dan lebih kecil dari  $0,05$  (taraf signifikan 5%). Hal ini diterima dan  $H_0$  ditolak dengan kata lain terdapat perbedaan yang signifikan pada siswa

yang dijadikan sampel dan diberikan layanan (treatment) bimbingan kelompok dengan teknik modelling simbolik untuk kepercayaan diri siswa.

Pengaruh yang didapatkan setelah pemberian perlakuan terhadap siswa yang dijadikan sampel terlihat setelah para siswa selesai diberikan layanan. Hal ini terlihat dari perubahan hasil pretes dan postes. Peningkatan kepercayaan diri siswa diperkuat dengan. Pemberian modelling simbolik dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok pada teknik modelling simbolik dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa. Selanjutnya efektivitas dalam layanan bimbingan kelompok juga diperdalam dengan hasil wawancara dengan peserta didik, di mana peserta didik mengatakan bahwa mereka mendapatkan pemahaman baru mengenai pentingnya kepercayaan diri serta mereka juga mulai bisa mengubah keyakinan diri mereka untuk lebih yakin dengan kemampuan kelebihan dan kekurangan yang mereka miliki. Selain itu, mereka juga dapat mengubah pemikiran-pemikiran irasional dan menggantinya menjadi pemikiran yang lebih rasional.

Hal ini juga sesuai dengan pendapat guru BK setelah peneliti memberikan layanan kepada siswa yang menjadi sampel penelitian. Guru BK mengatakan bahwa teknik modelling simbolik dalam meningkatkan kepercayaan diri karena pada teknik tersebut siswa dibantu untuk mengidentifikasi pikiran otomatisnya siswa bisa lebih rinci untuk mengetahui penyebab ketidak percaya diri yang mereka miliki. Sementara pada layanan bimbingan kelompok yang diberikan oleh guru BK di SMP Negeri Bandung tahapan tersebut tidak termasuk kedalam layanan karena memang pada proses layanan bimbingan kelompok yang diberikan di sekolah tersebut tidak menggunakan teknik modelling simbolik.

Pendapat tersebut juga diperkuat oleh perilaku siswa setelah diberikan layanan. Guru BK menyatakan bahwa siswa yang telah diberikan layanan sudah hampir tidak pernah lagi merasakan ketidak percaya diri atau berpikiran negatif mengenai diri mereka dengan alasan selama beberapa kali pertemuan setelah pemberian layanan. Hal ini membuktikan adanya hasil yang signifikan setelah diberikannya layanan bimbingan kelompok pada teknik modelling simbolik.

Hasil penelitian ini diperkuat pada penelitian sebelumnya oleh Sutja (2016), teknik modelling simbolik suatu bentuk mengajar perilaku tertentu yang dapat diharapkan memiliki konseli dengan artian proses modelling simbolik dilakukan untuk mengajar konseli agar memiliki sebuah perilaku yang diharapkan konselor melalui penampilan sebuah video, rekaman dan foto sehingga membuat konseli dapat mengamati (Lufita, 2021).

## **SIMPULAN**

Penelitian yang telah dilakukan menyatakan setelah layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik modelling simbolik terhadap kepercayaan diri siswa memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri siswa. Hal tersebut diperkuat dengan perubahan keyakinan siswa terhadap pikiran otomatisnya setelah proses kegiatan layanan dilakukan. Dari yang awalnya berada di taraf 70% sebelum mengikuti layanan. Keyakinan siswa terhadap pikiran otomatisnya berubah menjadi 20% setelah siswa mengikuti layanan. Berdasarkan hasil observasi dari proses layanan perilaku siswa menunjukkan bahwa mereka sudah bisa menggantikan pikiran negatif dengan pemikiran yang lebih positif serta mampu membentuk kembali keyakinan terhadap diri masing-masing yang mereka miliki. Selain itu, peneliti dan siswa tidak terlalu banyak menemukan kendala pada saat proses layanan berlangsung, hanya saja kendala yang ditemui yaitu terkait siswa merasa malu untuk berkomunikasi dengan teman-temannya, kesulitan beradaptasi antara satu dengan yang lain,

serta ragu dalam menyampaikan pendapatnya. Berjalannya waktu semua siswa dapat menyesuaikan diri pada pertemuan-pertemuan berikutnya sehingga semua siswa dapat menyelesaikan permasalahannya dengan baik sesuai dengan harapan dan kesepakatan bersama.

## REFERENSI

- Lufita, S. (2021). *Pengaruh Teknik Modeling Simbolik dalam Mengurangi Kenakalan Remaja Pada Siswa Kelas XI IIS di SMAN 5 Merangin*. Doctoral Dissertation, Universitas Jambi.
- Tanjung, Z., & Amelia, S. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2).
- Afiatin, T., & Martaniah, S. M. (1998). Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja melalui Konseling Kelompok. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 3(6), 66-79.
- Alwisol, A. (2004). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang UMM Press, 2011.
- Aristiani, R. (2016). Meningkatkan Percaya Diri Siswa melalui Layanan Informasi Berbantuan audiovisual. *Jurnal konseling GUSJIGANG*, 2(2).
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur melalui pembiasaan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 167-178.
- Fahmi, N. N., & Slamet, S. (2016). Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13(2), 69-84.
- Fatkuliza, Y., Gutji, N., & Sekonda, F. A. (2023). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dalam Bertanya di Kelas melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling di SMP Negeri 17 Kota Jambi. *Journal on Education*, 5(2), 2100-2111.