

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Siswa yang masih sekolah SMA masih tergolong remaja sekarang ini Siswa perlu dibimbing, diarahkan, dilatih untuk mencari jadi diri, mencari solusi dalam memecahkan masalah yang ia hadapi dan menyelesaikan tugas-tugasnya. Dalam hal ini siswa mengalami krisis identitas atau belum mencapai perkembangan. Banyak muncul berbagai permasalahan dalam dirinya sehingga erat hubungannya dengan keyakinan antara bisa atau tidaknya pada siswa untuk dapat menyelesaikan suatu tugas-tugas perkembangan atau permasalahan sehingga disebut *Self Efficacy*.

Self Efficacy menurut Bandura (1997) adalah suatu kepercayaan akan kemampuan yang memiliki seseorang dalam menyusun dan melakukan tindakan yang nantinya dapat diperlukan untuk menghasilkan sebuah pencapaian. Kepercayaan tersebut akan memengaruhi cara mereka berpikir, merasakan, memotivasi diri sendiri, dan berperilaku. *Self Efficacy* yang kuat memungkinkan seseorang untuk meningkatkan kemampuan mereka untuk mencapai tujuan serta kesejahteraan batin mereka. Individu dengan peringkat *Self Efficacy* yang tinggi memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas yang sulit dan menghadapi tantangan yang mereka hadapi, dan tidak menghindari ancaman di masa depannya.

Bandura (1997) mendefinisikan bahwa *Self Efficacy* adalah keyakinan yang dipegang seseorang tentang kemampuannya dan juga hasil yang akan diperoleh dari kerja kerasnya yang akan mempengaruhi cara individu berperilaku. Seseorang dengan *Self Efficacy* yang kuat percaya bahwa mereka dapat melakukan sesuatu untuk mengapai tujuan untuk kesejahteraan hidup, sementara seseorang dengan *Self Efficacy* lemah lebih memiliki kepercaya bahwa pada dasarnya mereka tidak dapat melakukan segala sesuatu yang ada disekitar mereka. Dalam situasi sulit, orang dengan *self efficacy* lemah mudah menyerah. Pada saat

yang sama, orang dengan *Self Efficacy* yang tinggi berusaha lebih keras untuk menguasai tantangan yang ada. Rasa *Self Efficacy* berperan penting dalam mengatasi motivasi untuk bekerja keras dalam kaitannya dengan pencapaian tujuan tertentu.

Self efficacy merupakan hal yang penting dan harus dimiliki oleh individu karena *Self efficacy* dapat mempengaruhi proses berpikir, level motivasi belajar, dan kondisi perasaan yang semuanya berperan terhadap jenis performansi yang dilakukan Simaremare dalam (Fatimah, Manuardi, and Meilani 2021). *Self efficacy* juga dapat diartikan sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam mengatasi beraneka ragam situasi, dan hal yang dapat dilakukan dengan kecakapan yang ia miliki Ghufroon dalam (Jahring et al. 2021). Individu dengan *Self efficacy* rendah dalam melakukan tugas tertentu akan cenderung menghindari tugas, individu kurang percaya diri dalam mengerjakan tugas. Individu merasa sulit untuk memotivasi diri sendiri, mengurangi usahanya atau menyerah ketika hambatan muncul. Individu juga memiliki keinginan dan komitmen yang lemah terhadap tujuan hidup yang dipilih. Beberapa penelitian tentang *Self efficacy* telah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya, diantaranya Prihatini et al., (2018) bahwa *Self efficacy* menjadi salah satu faktor yang memberi sumbangan efektif terhadap motivasi berprestasi yang bermuara pada peningkatan prestasi akademik.

Menurut Sagone & De Caroli (Sari and Khoirunnisa 2022) *Self Efficacy* adalah dorongan yang ada di dalam diri seseorang dalam kemampuannya untuk dapat merancang, melakukan, dan menghasilkan perilaku tertentu yang dapat mempengaruhi kehidupan mereka. Sedangkan menurut Bandura (1997), *self efficacy* adalah keyakinan diri individu dalam memperhitungkan kemampuan dirinya dalam melakukan sesuatu untuk mencapai hasil pada situasi dan kondisi tertentu. Keyakinan diri ini terdiri dari percaya diri, kemampuan adaptasi diri, kualitas dan kuantitas kognitif serta bertindak pada kondisi yang memiliki tekanan. Keyakinan diri siswa dalam kemampuan mencapai suatu tugas tergantung pada tingkat kesulitan tugas dan kecakapan setiap individu dalam menghadapi tugas tersebut (Fitriyah et al. 2019). Tentunya jika siswa memiliki *Self Efficacy* yang tinggi ia akan merasa yakin dengan kemampuannya, memiliki

kepercayaan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang sulit, dan dapat melewati tantangan untuk mencapai keberhasilan yang ia inginkan. Pentingnya *Self Efficacy* dimasa remaja sangatlah berpengaruh untuk kehidupan sehari-hari dapat meningkatkan tujuan serta kesejahteraan dalam diri mereka. Siswa yang memiliki *Self Efficacy* rendah akan mudah putus asa, mudah menyerah, menghadapi tugas pun gampang mengeluh, dan tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya.

Dalam berita online, dari beberapa fakta yang dikutip bahwa siswa menyontek lewat ponsel saat ujian nasional Abdul Rozak (2016). Terlihat bahwa mereka memiliki *self efficacy* yang rendah karena meragukan kemampuannya dalam menyelesaikan Ujian Nasional dan bagi mereka tugas-tugas yang sulit adalah suatu ancaman. Fenomena lain yang disampaikan situs berita online siswa binggung menjelang ujian semester ganjil sebagian siswa tampak cemas, menghindar dan tidak yakin dengan kemampuannya Raflesia (2019). Saat menjelang ujian semester ganjil mereka tidak yakin dengan kemampuan yang ia miliki padahal mereka sudah belajar selama satu semester didalam lingkup sekolah disini terlihat bahwa *self efficacy* mereka tergolong rendah.

Studi awal pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMK Negeri 1 Kanor Bojonegoro salah satu masalah yang ditemukan dilapangan yaitu *self efficacy* siswa yang rendah. Hal ini berdasarkan data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan konselor/guru bimbingan konseling ibu Berlin Dwi Jayati, S.Pd pada tanggal 08 januari 2023. Menurutnya bahwa masih ada siswa yang cenderung memiliki *self efficacy* yang rendah hal tersebut terlihat ketika siswa yang khawatir tiba-tiba ulangan harian, motivasi belajar yang rendah, tidak yakin dengan kemampuannya, tidak yakin dengan hasil yang ia capai, menghindar dari tugas-tugas, tidak menyelesaikan tugas yang diberikan guru, dan kritis terhadap target yang belum jelas, mereka sering putus asa. Hal ini dapat diperkuat dengan hasil wawancara salah satu siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Kanor Bojonegoro dirinya sering mengalami cemas karena tidak berani berpendapat, tidak bisa menjawab pertanyaan dari guru, dan tidak yakin dengan tugas yang telah dikerjakan. Data ini dibuktikan dari hasil nilai rapot yang menunjukkan bahwa masih sangat rendah. Upaya yang telah dilakukan untuk meningkatkan *self*

efficacy di SMK Negeri 1 Kanor Bojonegoro yaitu dengan cara konseling individu, konseling tersebut dilakukan oleh wali kelas karena setiap permasalahan diselesaikan terlebih dahulu dengan wali kelas. Namun upaya yang telah dilakukan belum optimal untuk meningkatkan *self efficacy* siswa. Sehingga perlu menggunakan metode lainnya guna membantu meningkatkan *self efficacy* siswa dengan menggunakan bimbingan kelompok serta menggunakan teknik psikodrama.

Berdasarkan penelitian terdahulu yaitu pengaruh *self efficacy* terhadap prestasi belajar siswa pascasarjana STAIN Kediri 1) *Self Efficacy* mempengaruhi Motivasi siswa Pascasarjana STAIN Kediri sebesar 50,2%. 2) motivasi berpengaruh terhadap tercapainya mahasiswa Pascasarjana STAIN Kediri sebesar 29,9%. 3) Efikasi diri berpengaruh terhadap prestasi siswa STAIN Kediri Pascasarjana sebesar 67,4% dan *Self Efficacy* mempengaruhi prestasi siswa STAIN Kediri Pascasarjana melalui motivasi sebagai variabel intervening sebesar 82,4% dan sisanya 17,6% dipengaruhi oleh faktor lain. (Sucipto, Dewi, and Sari 2017).

Sehingga penelitian perlu memberikan suatu layanan guna untuk meningkatkan *self efficacy* yaitu dengan Bimbingan Kelompok. Menurut Romlah (2019) Bimbingan Kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok. Tujuan bimbingan kelompok adalah untuk menghindari kesulitan siswa dan untuk mengembangkan potensi mereka. Secara umum dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok sebagai teknik bimbingan mempunyai prinsip, tugas dan tujuan yang sama dengan konseling. Kegiatan bimbingan kelompok berlangsung dalam beberapa tahap. Terdapat empat tahap yang perlu dilalui dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran Brier and lia dwi jayanti (2020). Dari pendapat bimbingan kelompok diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan konseling melalui dinamika kelompok kepada anggota kelompok untuk mencegah masalah siswa. Artinya siswa dalam suatu kegiatan kelompok dapat saling berintraksi, beraksi, memberi saran dan pendapat. Disini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dapat

meningkatkan *Self efficacy* bagaimana mereka berfikir, memotivasi diri sendiri, serta pemahaman diri yang baik.

Kipper & Roosevelt (Febrianti and Irmayanti 2019) berpendapat bahwa teknik psikodrama adalah satu cara yang unik dengan berbicara melalui gerakan tubuh, memberlakukan fisik kepada pengalaman masa lalu yang dibawa ke masa sekarang, yang memungkinkan protagonis untuk memproses kenangan dengan bimbingan pemimpin dan partisipas anggota kelompok. Dalam psikodrama ini, siswa dapat memperoleh pengertian yang baik tentang dirinya sehingga dapat menemukan konsep dirinya. Kegiatan kelompok dimana siswa atau anggota kelompok dapat langsung belajar mendramatisir suatu masalah pribadi dan kemudian memainkannya di depan teman-teman lainnya. Psikodrama sebagai teknik bimbingan kelompok dapat dilihat sebagai alat yang digunakan untuk memberikan layanan kepada mereka yang dikonseling dengan mengajak mereka untuk memainkan peran masalah psikologis mereka. Subjek psikodrama adalah kejadian sehari-hari yang akrab dengan konseli terutama dalam meningkatkan *self efficacy*.

Alasan penggunaan teknik psikodrama tentunya berkaitan dengan permasalahan di atas yang dialami oleh siswa SMK Negeri 1 Kanor terkait *self efficacy* yang rendah. Melalui teknik psikodrama dalam layanan bimbingan kelompok diharapkan siswa secara kelompok akan lebih memahami dirinya sendiri dan menemukan komitmen dalam dirinya. Berdasarkan latar belakang di atas, maka penelitian ini dilakukan agar para remaja dapat mengatasi dan mengurangi kendala yang mereka hadapi selama masa remajanya, diantaranya adalah *self efficacy* yang rendah. Diharapkan siswa SMK Negeri 1 Kanor mampu memperkuat *self efficacy* mereka. Positif agar siswa tersebut dapat mengeluarkan potensi yang ada pada diri siswa tersebut. Dari argumentasi tersebut diketahui bahwa psikodrama dapat menggiring orang untuk menemukan konsep tentang diri sendiri dan memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang diri sendiri, dalam hal ini keyakinan tentang kemampuan siswa. Inti dari penggunaan teknik psikodrama dalam bimbingan kelompok adalah bahwa mereka menawarkan orang memiliki kesempatan untuk melihat kehidupan mereka sendiri secara berbeda setelah mereka didramatisasi dan diperankan oleh orang lain dalam kelompok.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa model layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama efektif dalam meningkatkan *self efficacy* siswa, karena model ini menyediakan lingkungan belajar yang diperlukan untuk meningkatkan *self efficacy* siswa. Peningkatan *self efficacy* siswa terdiri dari faktor pengetahuan dan pengalaman. Hal ini diwujudkan dalam model kepemimpinan kelompok yang menggunakan teknik psikodramatis ini. Sehingga kondisi tersebut memungkinkan siswa secara alami dan bermakna mengembangkan seluruh aspek *self efficacy* sepanjang hayatnya.

Berdasarkan paparan diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa, teknik psikodrama dalam bimbingan kelompok merupakan teknik yang cocok untuk digunakan dalam mengatasi masalah *self efficacy* yang rendah. Dengan menggunakan teknik psikodrama diharapkan siswa mampu melakukan perubahan dari cara berfikirnya, dan mampu mengendalikan diri dari gangguan yang dialaminya, mengingat pentingnya pemenuhan layanan tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengambil judul mengenai “Keefektifan teknik psikodrama dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self efficacy* siswa SMK Negeri 1 Kanor Bojonegoro”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana *self efficacy* siswa SMKN 1 Kanor?
2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok di SMKN 1 Kanor?
3. Bagaimana keefektifan teknik psikodrama dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self efficacy* siswa SMKN 1 Kanor?

1.3 Tujuan Peneliti

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui *self efficacy* siswa SMKN 1 Kanor.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan kelompok di SMKN 1 Kanor
3. Untuk mengetahui keefektifan teknik psikodrama dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self efficacy* SMKN 1 Kanor.

1.4 Batasan Masalah

Dengan dasar di atas, masalah penelitian dibatasi pada keefektifan teknik psikodrama dengan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self efficacy* siswa SMK Negeri 1 Kanor.

1.5 Manfaat

Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah:

1.1.1 Manfaat Teoritis

1. Adapun manfaat teoritis pada penelitian ini adalah memberikan ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan, khususnya bimbingan dan konseling bagaimana keefektifan teknik psikodrama dengan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self efficacy* siswa.

1.1.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat teoritis pada penelitian ini adalah:

1. Siswa
Penelitian ini dapat berguna sebagai bahan acuan dan evaluasi siswa dalam meningkatkan *self efficacy*.
2. Guru BK
Penelitian ini dapat berguna sebagai bahan acuan dan evaluasi guru dalam meningkatkan *self efficacy*.
3. Sekolah
Penelitian ini dapat berguna sebagai bahan acuan dan evaluasi sekolah untuk meningkatkan *self efficacy* yang rendah.
4. Peneliti,
Penelitian ini dapat menambah pengalaman dalam melakukan penelitian dan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran maupun sebagai masukan bagi peneliti lain.

1.6 Asumsi

Penelitian ini dilakukan dengan berpijak pada asumsi-asumsi sebagai berikut:

1. Setiap individu memiliki kemampuan untuk meningkatkan *self efficacy*.
2. Peningkatan *self efficacy* dapat dilakukan dengan menggunakan strategi-strategi tertentu.

3. Tingkat *self efficacy* dapat diukur dengan skala yang dikembangkan dari konstruk teoritis tertentu.

