

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Setiap siswa yang belajar pasti mengharapkan hasil yang maksimal dan prestasi belajar yang membanggakan. Namun faktanya banyak siswa yang gagal dalam mencapai prestasi seperti yang diinginkan. Seringkali siswa tidak mampu memperoleh prestasi akademik secara optimal yang sesuai dengan potensi dirinya. Hal ini dikarenakan, mereka sering merasa tidak yakin bahwa mereka mampu untuk menyelesaikan tugas belajar yang diberikan. Menurut Sihalo dan Lasmita (2018) hasil belajar merupakan suatu ukuran ketercapaian tujuan belajar yang dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Salah satu faktor yang berpengaruh dalam proses mencapai prestasi belajar yaitu *self-efficacy* (Wasidi dan Sinthia 2019). Adanya *self-efficacy* pada diri siswa ditandai dengan ia mampu untuk menyelesaikan tugas sulit, menyelesaikan berbagai macam tugas serta usaha keras untuk menyelesaikan tugas (Hasmatang, 2018).

Menurut Bandura (1997:16) *self-efficacy* adalah keyakinan individu dalam kemampuannya sendiri untuk mengatur dan menerapkan tindakan untuk menghasilkan pencapaian dan hasil yang diinginkan. Tinggi rendahnya *self-efficacy* yang dimiliki oleh siswa akan berpengaruh terhadap pilihan aktivitas yang dilakukan, tingkat usaha yang dilakukan, tingkat kegigihan belajar dan tingkat reaksi emosional yang dikeluarkan. Ningsih dan Hayati (2020) menyatakan siswa dengan *self-efficacy* yang tinggi akan percaya bahwa mereka mampu menyelesaikan segala tugas yang ada bahkan yang sulit sekalipun.

Di lansir dari <https://www.kompas.com/skola/read/2022/09/01/160000469/apa-itu-self-efficacy> (Syifa, 2022) *self-efficacy* yang dimiliki oleh setiap individu sangat berpengaruh terhadap hasil yang diperoleh setelah mereka menyelesaikan pekerjaannya. Ketika mengerjakan suatu hal, orang yang sejak awal memiliki keyakinan diri bahwa ia dapat menyelesaikan tugasnya dengan lancar akan lebih mudah melakukannya. Fadilah dan Rafsanjani (2021) melakukan penelitian di kelas X IPS SMA Negeri 1 Sidoarjo, sebagian besar tingkat *self-efficacy* siswa rendah, terbukti dengan masih banyaknya siswa yang menyontek ketika mengerjakan tugas

maupun ulangan harian. Sejalan dengan hasil penelitian Jendra dan Sugiyo (2020), *self-efficacy* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Wuryantoro klasifikasi rendah sebesar 17,5%, klasifikasi sedang sebesar 65,6%, dan klasifikasi tinggi sebesar 16,9%. Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa siswa perempuan memiliki *self-efficacy* lebih tinggi dari pada siswa laki-laki dimana tingkat *self-efficacy* pada siswa laki-laki sebesar 72,3% dan siswa perempuan sebesar 73,7% (Ikhsan et al. 2019).

Hasil observasi di sekolah SMA Islam Temayang, tingkat *self-efficacy* yang dimiliki siswa pada setiap angkatan tiap tahun berbeda. Adapun hasil wawancara yang telah dilakukan dengan Ibu Anita Nur Hidayah S.Pd. selaku guru BK di sekolah SMKN 1 Temayang menyatakan rendahnya *self-efficacy* banyak dijumpai di kelas kejuruan teknik. Menurut guru BK, tingkat *self-efficacy* siswa tergantung dengan masing-masing kejuruan yang di ambil, beberapa kejuruan seperti akuntansi memiliki siswa yang memiliki *self-efficacy* cukup tinggi dan kejuruaan lain seperti teknik memiliki siswa yang *self-efficacy* nya sedang/ rendah. Faktor yang menyebabkan kurangnya *self-efficacy* tersebut, diantaranya kurang menyukai guru atau mata pelajaran, kurang memahami pelajaran yang mereka anggap sulit sehingga siswa sering melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas yang di berikan.

Sihaloho dan Lasmita (2018) menyatakan ciri-ciri siswa yang memiliki *self-efficacy* rendah yakni pada saat mereka mendapatkan tugas yang sulit mereka seringkali menghindari, menunda tugas, menyalin tugas teman dan mencontek. Hasmatang (2018) *self-efficacy* dapat diperoleh, dipelajari dan dikembangkan dari empat sumber informasi yaitu pengalaman keberhasilan atau pencapaian prestasi, pengalaman orang lain, persuasi verbal, dan keadaan fisiologis & psikologis. Seseorang yang memiliki *self efficacy* yang rendah juga dikatakan 1) memiliki kecerdasan emosional yang rendah, 2) tidak optimalnya dalam mencapai sesuatu, 3) menyerah sebelum mencoba, 4) meragukan kemampuan yang mereka miliki, dan 5) tidak memiliki peluang untuk mengembangkan bakatnya (Astuti et al. 2019).

Adapun cara meningkatkan *self-efficacy* siswa dapat dilakukan melalui konseling kelompok. Konseling kelompok dinilai sebagai salah satu alternatif untuk menentukan arah perkembangan siswa di sekolah, baik perkembangan pada prestasi

akademik maupun non-akademik, serta perilaku-perilaku sosial lainnya. Prayitno (2017:237) konseling kelompok adalah suatu kegiatan pemberian bantuan dari seorang konselor kepada beberapa konseli untuk mengentaskan suatu masalah dalam suasana dinamika kelompok. Konseling kelompok, dipimpin oleh seorang pembimbing (konselor) terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional.

Keefektifitasan konseling kelompok terbukti oleh berbagai penelitian diantaranya Ningtiyas dan Wahyudi (2020) menyatakan konseling kelompok dapat berpengaruh dalam meningkatkan percaya diri belajar pada siswa. Selanjutnya Ananda, Yuliansyah, dan Handayani (2022) menunjukkan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan *self-esteem* siswa *broken home* di sekolah MAN 4 Banjar. Adapun penelitian Saka dan Wirastania (2021) setelah diberikan treatment konseling kelompok yang menggunakan teknik *self-management* terbukti mengalami penurunan perilaku prokrastinasi siswa.

Agar lebih efektif konseling kelompok menggunakan *paradoxical intention technique*, Gerald (2014:187) menyatakan bahwa *paradoxical intention* merupakan salah satu teknik dalam pendekatan logoterapi yang dikembangkan oleh Frankl yang mengarahkan konseli melakukan gejala yang menjadi permasalahannya atau melakukan dengan sengaja kebiasaan yang muncul tanpa disadari. Erford (2016:98) *paradoxical intention* merupakan teknik yang mendorong konseli untuk menghadapi kesulitan yang dihadapi agar dapat mengetahui sejauh mana ia dapat mengatasi masalah tersebut. Mulawarman (2020:38) memaparkan bahwa *paradoxical intention* merupakan teknik pendekatan konseling realita yang mendorong konseli untuk lebih mendalami permasalahannya.

Paradigma dan Kahar (2019) menyatakan *paradoxical intention* membantu konseli menyadari bagaimana mereka berperilaku dalam situasi tertentu dan bertanggung jawab atas perilaku itu. Masalah-masalah konseli dalam satuan pendidikan misalnya, kepercayaan diri yang rendah, kecemasan berkomunikasi, dan prokrastinasi. *Paradoxical intention technique* dipandang sebagai suatu teknik yang efektif dalam mengatasi kecemasan (Maba *et al.* 2017). Mayangsari dan Nurbaity (2019) menyatakan *paradoxical intention technique* dianggap mampu

untuk mengubah rasa percaya diri siswa yang awalnya rendah menjadi lebih percaya diri.

Berdasarkan paparan diatas *self-efficacy* sangatlah penting bagi siswa. Siswa yang memiliki *self-efficacy* rendah akan mengalami prestasi yang menurun. Hal ini perlu diatasi dengan pemberian konseling kelompok pendekatan realita dengan *paradoxical intention technique*, siswa diminta untuk menghadapi masalah yang ada, sehingga mereka mengetahui sejauh mana kemampuan dirinya dalam menyelesaikan sebuah tugas sulit. Upaya ini dilakukan untuk meningkatkan *self-efficacy* pada siswa agar mereka dapat mencapai prestasi yang selama ini di harapkan. Dengan dasar latar belakang diatas peneliti tertarik mengangkat judul **“Efektivitas Konseling Kelompok *Paradoxical Intention Technique* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Siswa SMA/SMK Kecamatan Temayang”**

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini ialah:

- 1.2.1 Bagaimana gambaran tingkat *self-efficacy* pada siswa SMA/SMK Kecamatan Temayang?
- 1.2.2 Bagaimana gambaran pelaksanaan konseling kelompok dalam meningkatkan *self-efficacy* siswa ?
- 1.2.3 Bagaimana keefektifitasan konseling kelompok *paradoxical intention technique* untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa SMA/SMK Kecamatan Temayang?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini adalah:

- 1.3.1 Untuk mendeskripsikan gambaran tingkat *self-efficacy* pada siswa SMA/SMK Kecamatan Temayang
- 1.3.2 Untuk mendeskripsikan gambaran pelaksanaan konseling kelompok
- 1.3.3 Untuk menguji dan mendeskripsikan keefektifitasan konseling kelompok *paradoxical intention technique* untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa SMA/SMK Kecamatan Temayang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan atas *self-efficacy*, konseling kelompok *paradoxical intention technique* sebagai sumber informasi dan referensi bagi pembaca.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1.4.2.1 Bagi Siswa**

Dengan adanya konseling kelompok *paradoxical intention technique* siswa dapat meningkatkan *self-efficacy* dalam pembelajaran. Sehingga siswa dapat mengandalkan diri sendiri dalam hal apapun, secara mandiri dan bertanggung jawab atas diri nya sendiri tanpa bergantung pada orang lain.

#### **1.4.2.2 Bagi Konselor/ Guru BK**

Dapat digunakan sebagai solusi alternatif bagi konselor/guru BK dalam melakukan konseling kelompok untuk meningkatkan *self-efficacy*.

#### **1.4.2.3 Bagi Sekolah**

Dapat memberikan fasilitas terhadap konselor dan pelayanan BK sehingga mampu memberikan layanan konseling kelompok terhadap siswa dengan maksimal.

#### **1.4.2.4 Bagi Peneliti**

Dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya, tentang konseling kelompok, *paradoxical intention technique* dan *self-efficacy*.

## **1.5 Batasan Penelitian**

Guna memfokuskan penelitian ini maka masalah yang mana batasan tersebut meliputi:

1.5.1 Penelitian ini berfokus pada *self-efficacy*, konseling kelompok dan *paradoxical intention technique*.

1.5.2 Penelitian ini ditunjukan untuk siswa SMA & SMK Kecamatan Temayang.

1.5.3 Jenis penelitian ini adalah *pre-eksperimental* dengan *one group pretest posttest design*.

## 1.6 Asumsi Penelitian

Asumsi adalah sebuah gagasan tanpa dasar yang dibutuhkan guna menjaga stabilitas pemikiran lain yang akan muncul di masa mendatang (Rais, 2020). Asumsi juga dapat diartikan sebagai dasar pemikiran yang dapat menyuratkan segala sesuatu yang tersirat.

