

## **PERNYATAAN**

Saya menyatakan bahwa skripsi ini bebas plagiat, dan apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan.

Bojonegoro, 10 September 2021



Siti Umi Zuhriyah  
NIM. 332070060

**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

## HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Siti Umi Zuhriyah  
NIM : 3320170060  
Judul : Keefektifan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Efikasi Diri  
Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Balen.

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian skripsi.

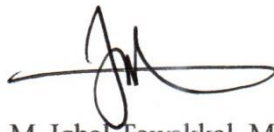
Bojonegoro, 16 September 2021

Pembimbing I



Zeti Novitasari, M.Pd  
NIDN: 0711118702

Pembimbing II



M. Iqbal Tawakkal, M.Pd  
NIDN: 0707038802

## HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Siti Umi Zuhriyah  
NIM : 3320170060  
Judul : Keefektifan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Efikasi Diri  
Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Balen.

Telah dipertahankan dihadapan penguji pada tanggal 22 September 2021.

Dewan penguji  
Ketua




Dr. M. Ridlwan Hambali, Lc., MA  
NIDN: 2117056803

Tim pembimbing  
Pembimbing I



Zeti Novitasari, M.Pd  
NIDN: 0711118702

Anggota



Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd  
NIDN: 0715049401

Pembimbing II



M. Iqbal Tawakkal, M.Pd  
NIDN: 0707038802

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Keguruan  
dan Ilmu Pendidikan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
FKIPUNUGIRI  
Astrid Chandra Sari, M.Pd  
NIDN: 0721059101

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
Bimbingan Konseling



BIMBINGAN KONSELING  
FKIPUNUGIRI  
Zeti Novitasari, M.Pd  
NIDN: 0711118702

## MOTTO

فَاصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ ۖ

“Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar”

(Q.S. Ar-Rum : 60)

## PERSEMBAHAN

- Untuk kedua orang tua yang senantiasa terus menerus mencurahkan kasih sayangnya, perhatian dan do'a yang selalu terucap dalam sujudnya.
- Untuk diriku sendiri yang telah berjuang dan bertahan sampai titik ini, terimakasih sudah menjadi kuat, terimakasih atas usaha dan upayanya.
- Untuk Suamiku yang senantiasa mendukung dan memberikan semangat untuk bertahan di titik ini.
- Untuk teman-teman yang telah membantu banyak dan memberikan dukungan dan semangat selama proses penyusunan skripsi ini.



**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah*, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang maha pemberi kekuatan, serta ketabahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul “Keefektifan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Balen”. Tak lupa penulis panjatkan shalawat serta salam kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW. Nabi akhir zaman yang menjadi suri tauladan yang baik untuk umatnya.

Dalam penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari dorongan dan bantuan dari berbagai pihak yang terlibat. Maka dalam kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
2. Astrid Chandra Sari, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
3. Zeti Novita Sari, M.Pd selaku Ketua Jurusan / program Studi Bimbingan Konseling serta dosen pembimbing I yang senantiasa memberikan arahan kepada penulis untuk kesempurnaan dalam penulisan skripsi.
4. M. Iqbal Tawakkal, M.Pd / selaku dosen pembimbing II yang selalu sabar dalam memberikan bimbingan dan arahan yang positif dengan suka rela demi terselesaikannya penelitian ini.
5. Ahmad Rofi'i, S.Pd.MM. selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Balen. Yang telah mengizinkan kepada peneliti untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 2 Balen.
6. Kasiyan, S. Pd selaku Guru Bimbingan Konseling di SMP Negeri 2 Balen Bojonegoro yang senantiasa membantu selama proses penelitian berlangsung
7. Teman teman Program studi Bimbingan Konseling di Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro angkatan 2017 yang berjuang bersama sama dalam suka maupun duka dan senantiasa saling memberikan dukungan dan semangat.

8. Keluarga khususnya kedua orang tuaku yang selalu memberi dukungan dan kasih sayang yang tiada henti.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Terdapat kekurangan yang tidak lain di sebabkan oleh keterbatasan penulis, oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar bisa dijadikan sebagai evaluasi dan masukan untuk penulis



Bojonegoro, 10 September 2021  
Penulis

Siti Umi Zuhriyah  
NIM. 3320170060

**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

## ***ABSTRACT***

Zuhriyah, S.U. 2021. *The Effectiveness of Discussion Techniques to Improve Self-Efficacy of Class VIII Students of SMP Negeri 2 Balen*. Thesis, Department of Guidance Counseling, Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama Sunan University. Giri Main Advisor Zeti Novitasari, M.Pd and co-supervisor M. Iqbal Tawakkal, M.Pd.

This research is motivated by the problem of low self-efficacy of class VIII. This research is motivated by the problem of self-efficacy of low is class VIII students of SMP Negeri 2 Balen which is characterized by behaviors such as lack of confidence, often anxious in making decisions and having doubts, this is based on the results of observations, interviews and the distribution of self-efficacy scale questionnaires as a pre-test. This study means to determine the effectiveness of discussion techniques to improve students' self-efficacy. The research method with is pre-experimental with a one-group pretest-posttest design. The research subjects were students of class VIII SMP Negeri 2 Balen State for the academic year 2020/2021. Data were collected through a self-efficacy scale instrument. The data analysis technique used the Wilcoxon test to differentiate the pre-test and post-test scores. And, the results of this study indicate that the self-efficacy of class VIII students of SMP Negeri 2 Balen before being given treatment with discussion techniques is in the low category with a percentage of 56.8% and after being given treatment with discussion techniques has increased to a high category moderate an average percentage of 81.1.% comparison between the results of the percentage of students before and after being given treatment an average of 22.3%. So, it can be concluded that there is a deviation between pre-test and post-test, meaning that group guidance on discussion techniques is effective in increasing students' self-efficacy.

Keywords: Discussion Technique, Self-Efficacy

## ABSTRAK

Zuhriyah, S.U. 2021. *Kefektifan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Balen*. Skripsi, Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan. Giri Pembimbing Utama Zeti Novitasari, M.Pd dan pembimbing pendamping M. Iqbal Tawakkal, M.Pd.

Penelitian ini dilatar belakangi dengan permasalahan efikasi diri yang rendah pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Negeri Balen yang ditandai dengan perilaku seperti kurangnya keyakinan, sering cemas dalam mengambil keputusan dan memiliki keraguan. hal ini berdasarkan hasil observasi, wawancara serta penyebaran angket skala efikasi diri sebagai *pre-test*. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui keefektifan teknik diskusi untuk meningkatkan efikasi diri siswa. Metode penelitian yang pakai adalah *pre eksperimen* dengan *one group pretest – postes Design*. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Negeri Balen Tahun Ajaran 2020/2021. Data dikumpulkan melalui instrumen skala efikasi diri. Teknik analisis data menggunakan uji *wilcoxon* untuk membedakan nilai *pre test* dan *post-test*. Dari hasil penelitian ini membuktikan efikasi diri siswa kelas kelas VIII SMP Negeri 2 Negeri Balen sebelum diberikan perlakuan dengan teknik diskusi berada pada kategori rendah dengan presentase 56.8% dan setelah diberikan perlakuan dengan teknik diskusi terjadi peningkatan menjadi kategori sedang dengan presentase rata-rata 81,1.% perbandingan antara hasil presentase siswa sebelum dan setelah diberikan *treatment* rata-rata 22.3%. Maka, dapat menyimpulkan terdapat selilish antara *pre-test* dan *post-test*, artinya bimbingan kelompok teknik diskusi efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa.

Kata kunci : *Teknik Diskusi, Efikasi Diri*



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN SAMPUL DALAM</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK INGGRIS</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK INDONESIA</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat dan Kegunaan penelitian .....	7
1.5 Ruang Lingkup Dan Batasan Penelitian .....	7
1.6 Definisi Operasional .....	8
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>9</b>
2.1 Konsep Efikasi Diri .....	9
2.1.1 Pengertian Efikasi Diri .....	8
2.1.2 Perkembangan Efikasi Diri .....	11
2.1.3 Aspek-Aspek Efikasi Diri .....	13
2.1.4 Proses Pembentukan Efikasi Diri .....	15
2.1.5 Faktor Efikasi Diri .....	16
2.2 Bimbingan Kelompok .....	18
2.2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok .....	18

2.2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok.....	19
2.2.3 Fungsi Bimbingan Kelompok.....	20
2.3 Teknik Diskusi .....	21
2.3.1 Pengertian Teknik diskusi.....	21
2.3.2 Tujuan Teknik Diskusi.....	22
2.3.3 Manfaat Teknik Diskusi.....	22
2.3.4 Fungsi Teknik Diskusi .....	24
2.3.5 Bentuk-Bentuk Diskusi.....	24
2.3.6 Langkah-Langkah Teknik Diskusi Dalam Meningkatkan Efikasi Diri.....	25
2.3.7 Keefektifan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Efikasi Diri .....	26
2.3.8 Kerangka Berfikir .....	27
2.3.9 Hipotesis Penelitian .....	28
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
3.1 Rancangan Penelitian .....	30
3.2 Subjek Penelitian.....	31
3.3 Waktu Penelitian.....	31
3.4 Lokasi Penelitian.....	31
3.5 Variabel Penelitian.....	32
3.6 Instrumen Penelitian .....	32
3.6.1 Wawancara .....	32
3.6.2 Angket.....	33
3.6.3 Observasi.....	33
3.6.4 Kisi-Kisi Instrumen.....	34
3.7 Prosedur Penelitian.....	35
3.7.1 Tahap Perencanaan .....	35
3.7.2 Tahap Pelaksanaan.....	36
3.7.3 Tahap Akhir .....	38
3.8 Langkah-Langkah Pemberian Layanan.....	38
<b>BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>42</b>
4.1 Pelaksanaan Penelitian .....	42
4.2 Hasil Penelitian .....	44

4.2.1 Tingkat Efikasi Diri Siswa Sebelum Diberikan Treatment Dengan Menggunakan Teknik Diskusi ( <i>Pre Test</i> ).....	45
4.2.2 Tingkat Efikasi Diri Siswa Setelah Diberikan <i>Treatment</i> Dengan Menggunakan Teknik Diskusi ( <i>Hasil Post Test</i> ) .....	45
4.2.3 Tingkat Efikasi Diri Siswa Sebelum Dan Setelah Diberikan <i>Treatment</i> / Menggunakan Teknik Diskusi .....	46
4.3 Hasil Uji Validitas.....	46
4.4 Hasil <i>Reliability</i> .....	48
4.5 Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> .....	49
4.6 Pembahasan.....	50
4.6.1 Gambaran Efikasi Diri Siswa Sebelum Diberikan <i>Treatment</i> Teknik Diskusi .....	52
4.6.2 Gambaran Efikasi Diri Siswa Setelah Diberikan <i>Treatment</i> Teknik Diskusi .....	52
4.6.3 Perbedaan Eikasi Diri Siswa Sebelum Dan Sesudah Diberikan <i>Treatment</i> Teknik Diskusi .....	53
<b>BAB V. SIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>55</b>
5.1 Simpulan .....	55
5.2 Saran .....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>57</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>61</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Desain Penelitian <i>One Group Pre test-Post test Design</i> .....	30
3.6.4 Kisi-Kisi Instrumen Efikasi Diri .....	34
3.8 Langkah-Langkah Pemberian Layanan.....	39
4.1 Kriteria Penilaian Tingkat Efikasi Diri Siswa.....	43
4.2.1 Hasil <i>Pre Test</i> Sebelum Diberikan.....	44
4.2.2 Tingkat Efikasi Diri Siswa Setelah Diberikan <i>Treatment</i> Dengan Menggunakan Teknik Diskusi (Hasil <i>Post Test</i> ).....	45
4.2.3 Tingkat Efikasi Diri Siswa Sebelum Dan Setelah Diberikan <i>Treatment</i>	46
4.3 Hasil Uji Validitas.....	46
4.4 Uji <i>Reliability</i> .....	48
4.5 Uji <i>Wicoxon</i> .....	49



**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

## DAFTAR BAGAN

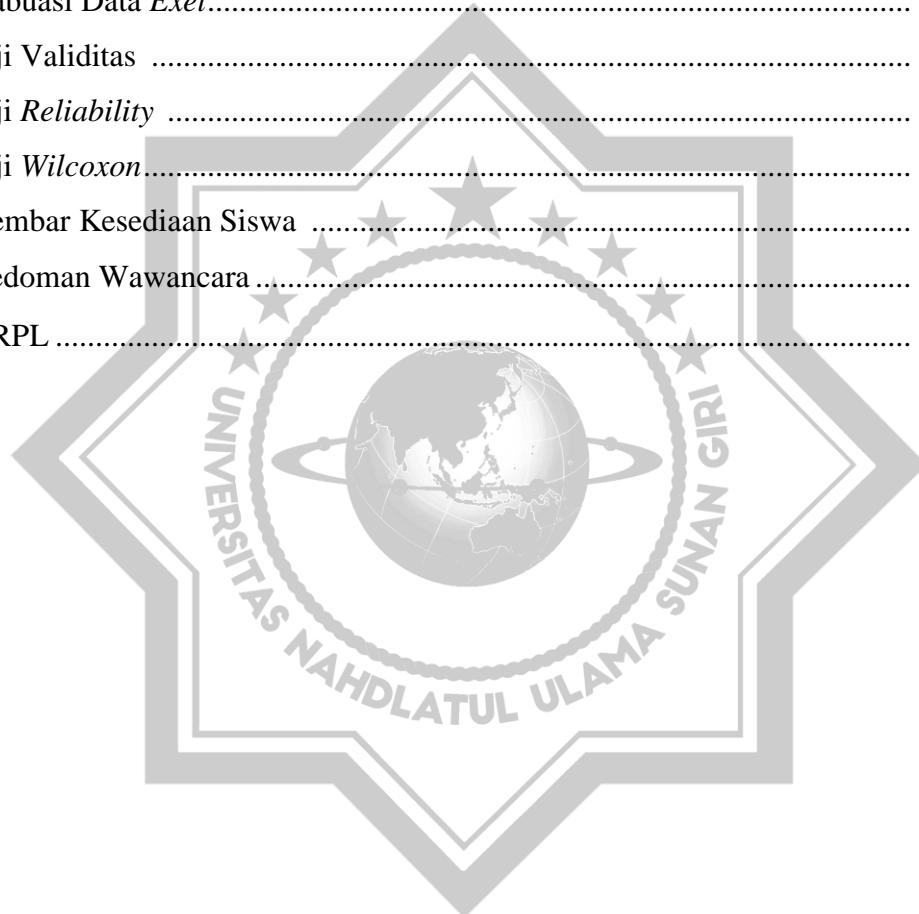
Bagan	Halaman
2.3.8 Kerangka Berpikir.....	28
3.7 Prosedur Penelitian .....	35



**UNUGIRI**  
BOJONEGORO

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat balasan keterangan penelitian dari sekolah .....	62
2. Dokumentasi .....	63
3. Uji Validitas Angket.....	68
4. Tabulasi Data <i>Exel</i> .....	93
5. Uji Validitas .....	97
6. Uji <i>Reliability</i> .....	99
7. Uji <i>Wilcoxon</i> .....	102
8. Lembar Kesiediaan Siswa .....	103
9. Pedoman Wawancara .....	104
10. RPL .....	105



**UNUGIRI**  
BOJONEGORO