

Penerapan Teknik Modeling *Symbolic* Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di SMA Negeri 8 Gowa

Application Of Symbolic Modeling Techniques In Group Guidance To Increase Student Confidence In SMA Negeri 8 Gowa

Venni Harivmah¹, Muhammad Anas², Syamsul Bachri Thalib³

Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia
venniharivmah@gmail.com

Abstrak

Kepercayaan diri adalah keyakinan akan kemampuan diri sendiri untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan sehingga membuatnya merasa mampu untuk mencapai semua tujuan dalam hidupnya. Rendahnya kepercayaan diri akan berdampak pada proses belajar dan pengembangan peserta didik, sehingga diperlukan upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan teknik modeling symbolic dalam bimbingan kelompok. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui 1) Gambaran kepercayaan diri siswa. 2) Gambaran pelaksanaan teknik modeling simbolik dalam bimbingan kelompok. 3) Apakah teknik modeling symbolic dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah Quasi Eksperimen dengan desain nonequivalen pretest-posttest control group design. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XII MIPA 1 dan XII IPS 1 sebanyak 68 siswa dan sampel penelitian sebanyak 10 siswa yang terbagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing berjumlah 5 siswa. Penarikan sampel dengan teknik purposive sampling. Pelaksanaan teknik modeling symbolic dalam bimbingan kelompok dilaksanakan melalui empat kali pertemuan. Adapun tahap intervensi dilaksanakan sebagaimana tahapan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok mulai dari tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan kegiatan inti, dan pengakhiran. Pada tahap kegiatan inti dibagi menjadi lima tahap berdasarkan langkah-langkah pelaksanaan teknik modeling symbolic yaitu rasionalisasi treatment (pemberian informasi), memberi contoh, praktik atau latihan, tugas rumah dan evaluasi. Tingkat kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat pretest berada pada kategori rendah. Pada saat posttest, tingkat kepercayaan diri siswa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan ke kategori tinggi dan kelompok kontrol tetap pada kategori rendah. Berdasarkan analisis data, diketahui bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri pada siswa setelah dilaksanakan teknik modeling symbolic dalam bimbingan kelompok dengan diperoleh nilai sign.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ($0.000 \leq 0,005$), ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, selain itu didapatkan nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi dari pada kelompok kontrol ($47,60 \geq 36,80$). Jadi dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik modeling symbolic dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 8 Gowa.

Kata Kunci: Teknik Modeling *Symbolic*, Bimbingan Kelompok, Kepercayaan Diri

Abstract

Confidence is a belief in one's own ability to act or perform an action so that it makes him feel capable of achieving all goals in his life. Low self-confidence will have an impact on the learning process and development of students, so efforts are needed to increase student self-confidence through symbolic modeling technical services in group guidance. The purpose of this study is to find out 1) The description of students' self-confidence. 2) Description of the implementation of symbolic modeling techniques in group guidance. 3) Does the symbolic modeling technique in group guidance can increase students' self-confidence. This research uses quantitative methods. This type of research is a quasi-experimental design with nonequivalent pretest-posttest control group design. The population of this study were 68 students in class XII MIPA 1 and XII IPS 1 and the sample consisted of 10 students divided into the experimental group and the control group, each of which consisted of 5 students. Withdrawal of samples with purposive sampling technique. The implementation of symbolic modeling techniques in group guidance is carried out through four meetings. The intervention stage is carried out in the same way as the stages of implementing group guidance services starting from the formation stage, the transition stage, the core activity implementation stage, and termination. At the core activity stage it is divided into five stages based on the steps in implementing symbolic modeling techniques, namely treatment rationalization (providing information), giving examples, practice or training, homework and evaluation. The level of self-confidence of students in the experimental group and the control group during the pretest was in the low category. At the time of the posttest, the level of self-confidence of the experimental group students experienced a significant increase in the high category and the control group remained in the low category. Based on data analysis, it is known that there is an increase in self-confidence in students after implementing symbolic modeling techniques in group guidance with a sign.(2-tailed) value smaller than the critical value of 0.005 ($0.000 \leq 0.005$), this indicates that H_0 is rejected and H_1 is accepted, besides that the average value of the experimental group was higher than that of the control group ($47.60 \geq 36.80$). So it can be concluded that the application of symbolic modeling techniques in group guidance can increase the self-confidence of students in SMA Negeri 8 Gowa

Keywords: Symbolic Modeling Techniques, Group Guidance, Confidence

1. PENDAHULUAN

Peserta didik ditingkat Sekolah Menengah Atas menurut usianya berada dalam masa remaja. Dalam masa ini remaja mencoba berbagai hal dalam pekerjaan, pendidikan dan mereka berusaha menemukan jati diri, terkadang dalam mencoba berbagai hal baru dalam hidupnya, ada beberapa hal yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh remaja. Hal ini dapat memberikan dampak bagi pembentukan konsep diri remaja pada akhirnya berakibat pada kepercayaan dirinya.

Ghufron & Risnawati (Mujiyati dkk, 2020) percaya diri merupakan keyakinan akan kemampuan peserta didik untuk bertindak sesuai keinginan tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Selanjutnya Hakim menjelaskan bahwa percaya diri dapat tumbuh melalui interaksi lingkungan sekitar dan secara langsung dapat berkembang maupun menurun sesuai dengan lingkungan sekitarnya.

Menurut Lindenfield (Novelia, 2021), orang yang percaya diri adalah orang yang merasa puas dengan dirinya. Seseorang dengan kepercayaan diri tinggi dapat lebih bebas mengungkapkan pendapatnya, merasa berharga dan yakin akan kemampuan dirinya. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri yang negatif dan kurang percaya pada kemampuannya sehingga sering menutup diri. Oleh karena itu, masalah kepercayaan diri pada individu menjadi prioritas yang harus dibangun untuk mencapai penyesuaian diri secara maksimal.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 8 Gowa yang telah dilakukan pada tanggal 14 April 2022, didapatkan informasi bahwa terdapat peserta didik dengan kepercayaan diri rendah seperti tidak berani ketika diminta maju kedepan, takut salah ketika menyatakan pendapat, minder dengan teman-temannya dan tidak percaya dengan kemampuan dirinya. Hal tersebut terjadi karena faktor lingkungan, seperti misalnya keluarga katakanlah golongan ekonomi kebawah yang membuatnya minder dalam berteman sehingga menimbulkan kurangnya pergaulan dengan teman sebaya dan membuat kemampuan sosialnya berkurang.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan pada tanggal 18 April 2022, peneliti menemukan adanya peserta didik yang menunjukkan perilaku kurangnya kepercayaan diri, khususnya kelas XI MIPA 1 pada saat proses belajar dan jam istirahat.

Terdapat siswa yang minder dalam pergaulan, seperti tidak percaya diri tampil di depan kelas, takut mengungkapkan pendapat dalam kelompok dan lebih banyak diam di dalam kelas.

Berikut dibuktikan dengan adanya pernyataan langsung dari salah satu peserta didik dengan inisial ISM yang mengalami masalah dalam kepercayaan dirinya.

“Saya ini kadang takut, malu, bahkan tidak berani jika disuruh maju ke depan kelas untuk menyampaikan hal apapun itu, bahkan saya cenderung lebih banyak diam karena takut jika diminta untuk menjawab atau mengajukan pendapat, terkadang saya juga suka bingung bagaimana caranya untuk menyampaikan ide-ide yang ada dalam pikiran saya”.

Peneliti menyimpulkan apabila hal tersebut dibiarkan maka akan menyebabkan kegagalan dalam proses belajar dan pengembangan peserta didik. Dampak dari kepercayaan diri yang rendah diantaranya yang dapat muncul seperti perasaan mudah mengeluh, munculnya rasa putus asa dan mengalami kegagalan. Apabila hal tersebut berlanjut tanpa penanganan dari pihak sekolah, maka peserta didik akan menjadi generasi muda yang tidak memiliki masa depan dan terbelakang.

Berdasarkan hal tersebut maka, perlu diadakannya upaya untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri yang rendah dikalangan peserta didik tersebut. Untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat digunakan pendekatan behavioral yang mempelajari tingkah laku. Konseling behavioral memiliki peranan penting dalam mengubah tingkah laku siswa yang baru melalui proses belajar atau pembiasaan. Salah satu teknik dari pendekatan behavioral yang dapat digunakan adalah teknik modeling *symbolic*.

Teknik modeling berakar dari teori Albert Bandura dengan teori belajar sosial. Modeling merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus melibatkan proses kognitif. Teknik modeling *symbolic* merupakan cara atau prosedur yang dilakukan dengan menggunakan media seperti film, video, buku pedoman, dll. Teknik modeling *symbolic* merupakan suatu prosedur pemberian bantuan kepada konseli dalam upaya memodifikasi pikiran atau pola pikir seseorang, sikap, dan keyakinan yang

dimiliki berdasarkan dengan apa yang dilihat dan didengar.

Dalam hal ini peserta didik dapat mengamati seseorang yang dijadikan model untuk kemudian mengambil kesimpulan bagaimana dia akan menyikapi dan merubah pikiran serta sikap yang tidak sesuai, kemudian diperkuat dengan mencontoh atau meniru tingkah laku sang model dalam membentuk perilaku baru dalam dirinya. Penggunaan teknik modeling dalam layanan bimbingan kelompok bertujuan agar siswa mendapatkan keterampilan baru, menghilangkan respon takut dan pengambilan suatu respon yang diperlihatkan oleh model dengan jalan melakukan pengamatan atau observasi. Dengan modeling dapat memfasilitasi siswa dalam mencari informasi untuk membuat keputusan yang sesuai dengan kondisi dirinya.

Layanan yang digunakan dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok dipilih karena untuk meningkatkan kepercayaan diri tidak hanya melibatkan diri sendiri namun melibatkan orang lain agar terjadinya interaksi yang dinamis. Bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan pemberian informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial. Bimbingan kelompok merupakan layanan yang membantu siswa untuk mengembangkan kemampuan diri, meyakinkan siswa tentang potensi diri atau kemampuan yang dimiliki, melatih siswa tampil tanpa ada perasaan cemas yang berlebihan, melatih siswa untuk mengungkapkan idenya, membantu siswa mengembangkan daya kreativitasnya, dan masih banyak lagi keunggulan dari layanan bimbingan kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa (Prayitno, 2017).

Teknik modeling dalam bimbingan kelompok dipilih sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa memiliki beberapa keunggulan. Yang pertama, dengan penciptaan dinamika kelompok yang positif, siswa akan terpengaruh dan mengadopsi nilai-nilai yang ada didalam kelompok tersebut, serta termotivasi untuk mengubah tingkah laku yang kurang efektif pada dirinya. Selanjutnya didalam kelompok menghadirkan

model atau contoh perilaku yang akan ditiru, dalam hal ini berkaitan dengan modeling symbolic tentang kepercayaan diri, siswa kemudian mempelajari dan meniru tingkah laku yang dicontohkan dan menjadikan kelompok sebagai wahana latihan siswa dalam mengungkapkan dan mengekspresikan tingkah laku yang telah diamatinya kepada para anggota lain, sehingga dapat membuat dia percaya akan kemampuan yang ada dalam dirinya.

Adapun penelitian terdahulu yang mempunyai keterkaitan dan relevan dengan judul yang peneliti angkat adalah penelitian dari Tara Indra Lesmana (2018), hasil penelitian menyimpulkan bahwa setelah pemberian layanan dengan bimbingan kelompok teknik modeling peserta didik sudah mengalami perubahan dalam kepercayaan dirinya, seperti percaya akan kemampuan diri sendiri dan lebih menghargai kelebihan diri sendiri, mengganti fikiran-fikiran negative menjadi pikiran-pikiran positif, meningkatkan rasa percaya diri dengan melawan ketakutan-ketakutan untuk gagal, lebih terbuka dan menerima dengan baik setiap pujian-pujian yang diterima. Hasil penelitian terdahulu dari Mujiyati dkk (2020), menyimpulkan bahwa layanan konseling behavioral teknik modeling dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII Tunagrahita SLB Dharma Bhakti, Piyungan. Sebelum dilakukan tindakan nilai rata-rata kepercayaan diri siswa sebesar 50 persen dan setelah melakukan layanan konseling behavioral teknik modeling meningkat menjadi 77,5 persen. Dan hasil penelitian terdahulu dari Mufarrohah dan Wirastania (2020), menunjukkan bahwa penerapan teknik modeling dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dalam mengungkapkan gagasan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti bermaksud untuk mengangkat judul "Penerapan Teknik Modeling Symbolic Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di SMA Negeri 8 Gowa".

2. TINJAUAN PUSTAKA (jika diperlukan)

2.1. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri sehingga seseorang tidak terpengaruh oleh orang lain. Menurut Ghufron & Risnawati (Mujiyati dkk, 2020), percaya diri merupakan keyakinan akan kemampuan peserta didik

untuk bertindak sesuai keinginan tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Selanjutnya Hakim (2005), menjelaskan bahwa percaya diri dapat tumbuh melalui interaksi lingkungan sekitar dan secara langsung dapat berkembang maupun menurun sesuai dengan lingkungan sekitarnya. Menurut Thantaway (Sriyono, 2017), percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis dari seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya sehingga sering menutup diri.

Marika (2017), dalam penelitiannya menyebutkan beberapa ciri atau karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri yang proporsional, diantaranya adalah: 1) Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lain; 2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok; 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri; 4) Punya pengendalian diri yang baik (tidak *moody* dan emosinya stabil); 5) Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain); 6) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya; 7) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.

Individu yang mengalami kurang percaya diri disebabkan oleh berbagai faktor. Hakim (Romdhoni, 2017), mengemukakan faktor penyebab kurang percaya diri yaitu factor internal yang meliputi konsep diri, harga diri, kondisi fisik, pengalaman hidup dan factor eksternal yang meliputi lingkungan keluarga, Pendidikan formal dan Pendidikan non formal. Adapun dampak dari seseorang yang tidak memiliki kepercayaan diri yakni akan mudah mengalami kegagalan karena tidak yakin akan kemampuan atau keahlian yang dimiliki dirinya dalam melakukan suatu tindakan maupun mengambil suatu keputusan dalam memecahkan suatu masalah yang sedang

dihadapinya, selalu mengeluh dan merasa tidak nyaman setiap kali diminta untuk melakukan suatu pekerjaan, sikap seperti ini terjadi karena menganggap bahwa dirinya itu tidak mampu, dan merasa terbebani bila mengerjakan tugas atau pekerjaan yang dilakukannya.

2.2. Teknik Modeling *Symbolic*

Modeling merupakan salah satu teknik konseling yang dikembangkan oleh Albert Bandura yang berakar dari teori belajar sosial (sosial learning). Menurut Bandura (Corey, 2016) teknik modeling merupakan observasi permodelan, mengobservasi seseorang lainnya sehingga seseorang tersebut membentuk ide dan tingkah laku, kemudian dijelaskan sebagai panduan untuk bertindak. Cervon dan Pervi (Yulia, 2019), menjelaskan bahwa teknik modeling *symbolic* merupakan cara penyajian melalui pemberian contoh yang positif/model seperti film dan gambar. Selanjutnya Komalasari (Syamsudin, 2017) juga menjelaskan *symbolic model technique* merupakan model pembelajaran yang disajikan dengan penokohan yang dilihat melalui film/gambar/cerita.

Teknik modeling *symbolic* merupakan model layanan yang disajikan melalui tertulis, rekaman audio, atau video, film dan slide. Model-model simbolis dapat dikembangkan untuk klien perorangan atau untuk kelompok. Suatu model simbolis dapat mengajarkan klien tingkah laku yang sesuai, mempengaruhi sikap dan nilai-nilai dan mengajarkan keterampilan-keterampilan sosial melalui simbol atau gambar dari benda aslinya dan mempertunjukkan pada klien melalui alat-alat perekam seperti tersebut diatas. Permodelan *symbolic* diadministrasikan dengan cara meminta konseli untuk mempelajari perilaku sasaran melalui media seperti buku, gambar, film. (Yulia, 2019). Terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan prosedur modeling *symbolic*, yaitu sebagai berikut:

- 1) Karakteristik klien atau penggunaan model
- 2) Perilaku tujuan yang dimodelkan
- 3) Media yang digunakan
- 4) Isi tampilan/persentasi
- 5) Uji coba.

Beberapa langkah yang dilaksanakan dalam proses modeling *symbolic* diantaranya adalah: 1) Rasional, pada tahap ini konselor memberikan

penjelasan atau uraian singkat tentang tujuan, prosedur, dan komponen-komponen strategi yang akan digunakan dalam proses memberikan layanan bimbingan; 2) Memberi contoh. pada tahap ini konselor memberikan contoh kepada klien berupa model yang disajikan dalam bentuk video atau media lainnya, dimana perilaku model yang akan diperhatikan telah disetting untuk ditiru oleh klien; 3) Praktek/ Latihan, pada tahap ini, klien akan diminta untuk mempraktekkan setelah ia memahami perilaku model yang telah disaksikan; 4) Pekerjaan rumah Pada tahap ini konselor memberikan pekerjaan rumah kepada klien yang berisi tentang 6 komponen yaitu : apa yang akan dikerjakan oleh klien, kapan perilaku itu harus dilakukan, di mana tingkah laku tersebut dilakukan, bagaimana mencatat tingkah laku tersebut, dan membawa hasil pekerjaan rumah ke pertemuan selanjutnya; 5) Evaluasi Pada tahap ini konselor bersama dengan konseli mengevaluasi apa saja yang telah dilakukan, serta kemajuan apa saja yang telah dirasakan konseli selama proses pemberian layanan.

2.3. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktifitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial. Prayitno (2017), mengatakan bahwa "bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan dalam suasana kelompok", sedangkan menurut Lahmuddin (Syamsudin, 2017), bahwa "layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan baru dari konselor untuk dibahas bersama-sama topik tertentu sehingga berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari".

Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkan tingkah laku yang lebih efektif. Dalam

hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non-verbal ditingkatkan.

Dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar kegiatan bimbingan kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan, asas-asas tersebut meliputi asas kerahasiaan, asas keterbukaan, asas kesukarelaan dan asas. Di dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat 4 tahap, yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran kenormatifan (Prayitno, 2017).

3. METODE PENELITIAN

3.1. Pendekatan Penelitian

Pada penelitian ini pendekatan yang digunakan oleh penulis adalah metode kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data *numerical* (angka) yang diolah dengan melakukan perhitungan data yang bersifat membuktikan dari suatu masalah. Dalam penelitian kuantitatif yang dimulai dari sebuah teori menuju data dalam bentuk angka dan berakhir pada penolakan dan penerimaan dari teori atau hipotesis yang diuji kebenarannya.

3.2. Desain Penelitian

Desain yang digunakan adalah *Non-Equivalent pretest-posttest Control Group design*. Dalam rancangan ini, kelompok eksperimen diberi perlakuan sedangkan kelompok kontrol tidak. Pada kedua kelompok diawali dengan pengukuran awal (*pretest*) dan setelah dilakukannya *treatment* atau perlakuan maka dilakukan pengukuran kembali (*posttest*), kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel 1. Desain Penelitian

| Sampel | Pretest | Perlakuan | Posttest |
|------------|----------------|-----------|----------------|
| Eksperimen | O ₁ | X | O ₂ |
| Kontrol | O ₁ | - | O ₂ |

Sumber : Pandang dan Anas (2019)

Keterangan:

O₁ : *Pretest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum diberikan perlakuan

O₂ : *Posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan

X : Perlakuan pada kelompok eksperimen

3.3. Populasi Sampel

Populasi pada peneliti ini ialah semua siswa kelas XI MIPA 1 dan XI IPS 1 yang teridentifikasi memiliki kepercayaan diri rendah dengan jumlah populasi 68 siswa. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan purposive sampling yaitu cara pengambilan sampel berdasarkan kriteria yang ditentukan oleh peneliti yaitu: 1) siswa kelas XII MIPA 1; 2) memiliki nilai pretest rendah; 3) berjenis kelamin perempuan. Dalam jenis penarikan sampel ini, dilakukan dengan memperhitungkan proporsi jumlah subjek dalam tiap sub-populasi (Pandang dan Anas, 2019). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 10 siswa dengan rincian 5 siswa dalam kelompok eksperimen dan 5 siswa dalam kelompok kontrol.

3.4. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang dipergunakan dalam penelitian ini berupa angket atau kuesioner yang dibuat sendiri oleh peneliti. Angket ini disusun berdasarkan tujuan peneliti dan diberikan kepada responden sebelum dan sesudah dilakukan *treatment* untuk mengetahui gambaran tingkat kepercayaan diri siswa dengan menggunakan model skala likert. Skala kepercayaan diri menggunakan empat jawaban alternatif pada setiap itemnya, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), KR (Kurang Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Skala kepercayaan diri terdiri dari 20 aitem yang diujikan kepada 30 responden. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dengan bantuan SPSS ditemukan bahwa terdapat 15 item yang valid, dengan hasil uji realibilitas 0.863 yang artinya memuaskan atau reliabel sehingga item-itemnya dapat dikatakan baik sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini.

3.5. Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah berupa analisis deskriptif, yaitu suatu teknik untuk mendiskripsikan atau memberikan gambaran umum

terhadap objek yang diteliti serta kaitannya dengan variable lainnya. Dimana dijelaskan layanan teknik modelling *symbolic* dalam bimbingan kelompok yang kemudian dilihat bagaimana pengaruh terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 8 Gowa berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*.

Selain itu, dalam penelitian ini juga menggunakan analisis inferensial berupa uji homogenitas, uji normalitas, dan uji hipotesis *independent t-test* yang dihitung menggunakan *software* statistik yaitu *Statistical Package for Social Scien (SPSS) versi 22.0*.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

Penerapan teknik modeling *symbolic* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 8 Gowa dilakukan dengan pengujian hipotesis *independent t-test*. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dimaksudkan untuk menguji hipotesis penelitian yaitu penerapan teknik modeling *symbolic* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 8 Gowa. Sebelum mengetahui pengaruh tersebut maka harus diubah hipotesisnya menjadi hipotesis nihil (H₀) yaitu: "penerapan teknik modeling *symbolic* dalam bimbingan kelompok tidak dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 8 Gowa". Adapun kriteria pengujiannya adalah H₀ ditolak jika nilai sig < 0,05. Berikut disajikan data tingkat kepercayaan diri siswa pada saat pretest dan posttest sebagai berikut:

Tabel 2. Uji Hipotesis

| Kelompok Penelitian | Rata-rata (Mean) | | | t | Sig | Keterangan |
|---------------------|------------------|----------|------------|--------|------|------------------------|
| | Pretest | Posttest | Gain Score | | | |
| Eksperimen | 36,20 | 47,60 | 11,40 | 17,076 | ,000 | H ₀ ditolak |
| Kontrol | 35,20 | 36,80 | 1,60 | | | |

Sumber: Hasil Pengolahan SPSS 22.00 *for windows*

Berdasarkan tabel 2. hasil uji *independent t-test* diperoleh nilai sig (0,000) yang berarti lebih kecil dari α (0,05) maka hipotesis nihil (H₀) dinyatakan ditolak dan hipotesis alternatif (H₁) dinyatakan diterima. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh nilai rata-rata gain score kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen 11,40 dan pada kelompok

kontrol 1,60. Hal ini berarti tingkat kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen yang mendapatkan layanan teknik modeling *symbolic* lebih tinggi di bandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan layanan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik modeling *symbolic* dalam bimbingan kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan nilai learning engagement siswa.

4.2. Pembahasan Penelitian

Pengamatan peneliti di awal penelitian terkait gambaran kepercayaan diri siswa sebelum di berikan intervensi berupa teknik modeling *symbolic* di peroleh hasil, bahwa siswa melakukan perilaku-perilaku yang mencerminkan rendahnya kepercayaan diri yang diperkuat dengan hasil *pretest* siswa yang menjadi sampel penelitian. Hal ini dikarenakan adanya perilaku yang kurang baik ditunjukkan oleh siswa yakni minder dalam bergaul, tidak percaya diri tampil di depan kelas, takut untuk berbicara dan lebih banyak diam di dalam kelas. Apabila hal tersebut dibiarkan maka akan menyebabkan kegagalan dalam proses belajar dan pengembangan peserta didik. Untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat digunakan pendekatan behavioral yang mempelajari tingkah laku. Konseling behavioral memiliki peranan penting dalam mengubah tingkah laku siswa yang baru melalui proses belajar atau pembiasaan. Salah satu teknik dari pendekatan behavioral yang dapat digunakan adalah teknik modeling *symbolic*.

Penerapan teknik modelling *symbolic* dalam penelitian ini dilakukan dengan empat kali pertemuan berdasarkan pada tahap-tahap pelaksanaan bimbingan kelompok yang telah dijelaskan sebelumnya. Dalam pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi lima bagian berdasarkan dengan Langkah pelaksanaan teknik modelling *symbolic* yaitu rasionalisasi treatment, memberi contoh, praktik/latihan, pekerjaan rumah dan evaluasi

Sesi pertama (pembentukan dan peralihan) peneliti memanfaatkan pertemuan ini untuk membangun *rapport* antara peneliti dengan siswa. peneliti mengawali dengan berkenalan dengan para peserta didik yang akan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, melakukan *ice breaking* serta menjalin kesepakatan untuk menentukan waktu

pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Pada pertemuan pertama ini, para peserta didik yang dijadikan sampel dalam penelitian terlihat ragu-ragu untuk mengungkapkan permasalahan yang dialami. Peserta didik juga masih terlihat kaku dan malu-malu untuk bertanya, untuk itu peneliti mencoba membentuk kelompok yang solid supaya tercipta dinamika kelompok yang dapat berkembang dengan baik. Peneliti terus memberi dorongan kepada anggota kelompok untuk berani bertanya jika ada hal dirasa kurang jelas bagi peserta didik.

Sesi intervensi kedua (kegiatan inti), dilakukan sebanyak dua kali pertemuan. Peneliti memulai dengan melakukan *rasionalisasi treatment* dengan menjelaskan tujuan, prosedur dan hal-hal yang harus diperhatikan saat penayangan video dan pelaksanaan modeling simbolis. Pada tahap ini anggota kelompok terlihat lebih rileks dibandingkan pada pertemuan sebelumnya. Selanjutnya masuk ke tahap inti yaitu **memberi contoh** berupa film atau video modeling *symbolic*. Peneliti meminta siswa untuk menyaksikan film dengan judul "Film Pendek Percaya Diri" dengan durasi 3 menit. Selama film disaksikan, peneliti memberikan penekanan pada tindakan yang menunjukkan kepercayaan diri tinggi yang ada dalam film tersebut. Tujuan dari penayangan film ini untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri pada peserta didik dengan menyadari kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, serta meningkatkan kepekaan terhadap lingkungan sosialnya. Kegiatan selanjutnya adalah **praktik dan latihan** terkait hal yang didapatkan dari video modeling *symbolic* yang telah ditonton. Sebelum kegiatan bimbingan berakhir, peneliti memberikan **tugas rumah** kepada anggota kelompok yaitu mencatat hal-hal apa saja yang dilakukan dalam kurung waktu satu minggu yang menunjukkan bahwa kepercayaan dirimu sudah meningkat.

Setelah pelaksanaan kegiatan inti maka sesi selanjutnya adalah evaluasi dan terminasi dimana peneliti melihat perkembangan siswa melalui hasil *posttest* dan *rapport* konseling siswa, lalu menutup sesi konseling. Dalam tahap evaluasi dan terminasi pemimpin kelompok mengulas kembali dari pertemuan yang pertama sampai pertemuan terakhir. Kemudian seluruh anggota dan pemimpin kelompok mengevaluasi tugas rumah yang diberikan kepada anggota kelompok. Pemimpin kelompok memberikan

penguatan positif, dan meyakinkan bahwa pikiran-pikiran negatif yang diyakini oleh anggota kelompok adalah tidak benar. Selanjutnya pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk memberikan kesannya selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

Keberhasilan penerapan teknik modelling *symbolic* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dilihat dari sikap dan perilaku peserta didik yang awalnya masih menunjukkan gejala-gejala percaya diri rendah, kemudian setelah mendapatkan treatment, sikap dan perilaku peserta didik sudah bisa berubah kearah yang lebih baik. Sedikit demi sedikit para anggota kelompok atau peserta didik sudah mulai bisa dalam memahami dirinya dan menunjukkan kemampuannya, mengerti tentang kelebihan dan kelemahan dirinya, tidak merasa malu-malu dalam berkomentar, bertanya ketika berdiskusi dan dalam pelaksanaannya para anggota kelompok sudah mampu berperan dengan baik walaupun belum begitu sempurna. Peserta didik sudah mulai menunjukkan rasa percaya terhadap dirinya, yakin terhadap kemampuannya, dapat menerima kritikan dari orang lain tanpa marah dan tersinggung dan mulai mampu mengontrol emosinya. Perubahan perilaku ini berarti, peserta didik sudah dapat menerapkan hasil pemahamannya dalam suatu perilaku yang dimunculkan melalui film/ video pada saat proses layanan teknik modeling *symbolic* dalam bimbingan kelompok pada setiap pertemuannya dan setelahnya. Perubahan perilaku yang positif tersebut diharapkan dapat selalu diterapkan dalam lingkungan yang lebih luas.

Interaksi yang dinamis dikembangkan dalam kegiatan bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai usaha dalam melatih peserta didik dalam hal percaya diri. Kegiatan bimbingan kelompok dilakukan enam kali pertemuan yang mencakup dua pertemuan untuk pre-test dan post-test, dan empat pertemuan untuk pelaksanaan layanan teknik modeling *symbolic* dalam bimbingan kelompok, peserta didik dapat mengambil nilai-nilai positifnya pada masing-masing pertemuannya, yang pada akhirnya dapat memberikan peningkatan rasa percaya diri yang diharapkan. Sebagaimana yang dikemukakan dalam landasan teori, bahwa proses kelompok, yaitu interaksi dan komunikasi yang dimanfaatkan dalam proses

bimbingan kelompok dapat menunjang kepribadian dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerjasama kelompok guna mencapai tujuan yang diharapkan. Serangkaian proses ini akan dijadikan tiap anggota untuk belajar suatu perilaku yang baru berupa peniruan, ingatan, pemahaman yang dialami kelompok sehingga kegiatan bimbingan menunjang perkembangan pribadi peserta didik yang mengarah pada peningkatan rasa percaya diri.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian bahwa penerapan teknik modeling *symbolic* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA Negeri 8 Gowa efektif dan mengalami peningkatan dengan bukti data yang diperoleh sebagai berikut: 1) Tingkat kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat pretest berada pada kategori rendah. Pada saat posttest, tingkat kepercayaan diri siswa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan ke kategori tinggi dan kelompok kontrol tetap pada kategori rendah. 2) Pelaksanaan teknik modeling *symbolic* dalam bimbingan kelompok dilaksanakan melalui empat kali pertemuan. Adapun tahap intervensi dilaksanakan sebagaimana tahapan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, pelaksanaan kegiatan dan pengakhiran. Pada tahap pelaksanaan kegiatan inti dibagi menjadi lima bagian berdasarkan langkah-langkah pelaksanaan teknik modeling *symbolic* yaitu *rasionalisasi treatment* (pemberian informasi), memberi contoh, praktik/latihan, pekerjaan rumah dan evaluasi. 3) Terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen setelah mendapatkan perlakuan berupa teknik modeling *symbolic* dalam layanan bimbingan kelompok. Artinya, penerapan teknik modeling *symbolic* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa secara signifikan di SMA Negeri 8 Gowa.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Corey, G. 2016. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Fitriana. 2018. Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam. *Sripsi*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
- Jayanti, E.D. 2017. Penerapan Teknik Modeling Simbolik Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 34 Surabaya. *Skripsi*. Universitas Negeri Surabaya.
- Lesmana, T. I. 2018. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 11 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. *Skripsi*. Bandar Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Marika. 2017. Pelaksanaan Layanan Terapi Client Centered Dalam Mengatasi Kurang Percaya Diri Peserta Didik Smp Pgri 6 Bandar Lampung. *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Monnalisza. (2018). Kepercayaan Diri Remaja Panti Asuhan Aisiyyah dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*. Vol. 3, No. 2.
- Mufarrohah, N. dan Wirastania, A. 2020. Efektifitas Teknik Modeling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Dalam Mengungkapkan Gagasan Kelas VIII SMP Kyai Hasyim Surabaya. *Prosiding Seminar Dan Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling*.
- Mujiyati dkk. 2020. Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Pada Siswa Kelas VII Tunagrahita Di SLB Dharma Bakti, Piyungan Tahun Pelajaran 2020/2021. *Prosiding Pendidikan Profesi Guru Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*.
- Munir, A. 2018. Teknik Modelling Sebagai Upaya Penanganan Untuk Mengurangi Perilaku Adiktif Smartphone Pada Anak di Kelurahan Teritip, Kota Balikpapan, Kalimantan Timur. *Skripsi*. Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Pandang dan Anas. 2019. *Penelitian Eksperimen Dalam Imbingan Konseling: Konsep Dasar Dan Aplikasinya Tahap Demi Tahap*. Makassar: Badan Penerbit UNM.
- Pratiwi, A. 2017. Efektivitas Teknik Modeling Simbolis Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Siswa SMP Negeri 2 Minasatene. *Jurnal Konseling Andi Matappa*. Vol.1 No.2
- Prayitno. 2017. *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok Yang Berhasil*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Romdhoni, M. W. 2017. Efektivitas Teknik Modeling Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Santri Di Pondok Pesantren Assalafi Al-Fitrhrah Surabaya. *Skripsi*. Unversitas Negeri Sunan Ampel.
- Saifuddin, A. 2020. Penyusun Skala Psikolgi. Jakarta: Kencana.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sriyono, H. 2017. Efektivitas Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Research And Development Journal Of Education*. Vol. 4. No. 1
- Syam, A., dan Amri. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidance) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahapeserta Didik. *Jurnal Biotek*. 5, 87-102.
- Syamsudin. 2017. Teknik Modeling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas Viii G Smp Pgri 6 Bandar Lampung T.P 2017/2018. *Skripsi*. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Tim WesFix. 2016. *Percaya Diri Itu "Dipraktekin"*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Yulia. 2019. Penerapan teknik modeling simbolis dalam pengembangan perencanaan karier siswa SMP Negeri 6 Palangka Raya. *Skripsi*. Universitas Palangka Raya