

## PENERAPAN TEKNIK MODELING SEBAGAI SUATU PENDEKATAN UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK

**Dewi Mega Agustien**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: [dewi.18034@mhs.unesa.ac.id](mailto:dewi.18034@mhs.unesa.ac.id)

**Titin Indah Pratiwi**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email : [titinindahpratiwi@unesa.ac.id](mailto:titinindahpratiwi@unesa.ac.id)

### Abstrak

Percaya diri sering kali menjadi masalah bagi peserta didik di sekolah, ketika proses pembelajaran dibutuhkan kemampuan percaya diri seperti mengemukakan pendapat, tampil di depan kelas, menjawab soal ujian, dan mengambil keputusan. Peserta didik yang tidak mampu melakukan hal tersebut akan terhambat proses pembelajarannya saat disekolah. Akibat dari rendahnya percaya diri peserta didik tentu tidak boleh dibiarkan, perlu tindakan untuk menyelesaikan permasalahan tersebut dan meningkatkan percaya diri peserta didik. Salah satu cara untuk mengatasi permasalahan rendahnya percaya diri peserta didik yaitu menggunakan pendekatan behavioral teknik modeling. Sehingga tujuan dari penelitian ini yaitu mengkaji penerapan teknik *modeling* sebagai suatu pendekatan untuk meningkatkan percaya diri peserta didik dengan fokus penelitian diantara yaitu: 1) Mengetahui keberhasilan atau efektifitas penerapan teknik *modeling*, 2) Prosedur penerapan teknik modeling, 3) Jenis teknik yang digunakan pada penerapan teknik *Modeling*, 4) Sasaran atau target pelaksanaan pendekatan behavior dengan teknik *modeling* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kepustakaan dengan mengkaji literatur-literatur ilmiah seperti jurnal nasional dan jurnal internasional. Sedangkan metode analisis data menggunakan teknik analisis isi untuk mengidentifikasi dan menarik sebuah kesimpulan terkait bahasan penelitian. Hasil penelitian yang didapatkan dari pengkajian berbagai studi yaitu, teknik *modeling* efektif dan berhasil digunakan untuk meningkatkan percaya diri peserta didik yang rendah juga dapat berpengaruh pada perubahan tingkah laku peserta didik yang lebih baik. Serta, teknik *modeling* tidak hanya berhasil diberikan kepada peserta didik SMP dan SMA/SMK namun juga berhasil diberikan kepada siswa tungrahita yang berasal dari SLB. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa teknik modeling dapat direkomendasikan bagi guru bimbingan dan konseling untuk mengatasi permasalahan peserta didik dengan kepercayaan diri yang rendah.

**Kata Kunci:** Teknik *modeling*, percaya diri, peserta didik

### Abstract

Confidence is often a problem for students at school, when the learning process requires confident abilities such as expressing opinions, appearing in front of the class, answering exam questions, and making decisions. Students who are not able to do this will be hampered in the learning process at school. As a result of the low self-confidence of students, of course, it should not be allowed, it is necessary to take action to solve these problems and increase the confidence of students. One way to overcome the problem of low self-confidence of students is to use a behavioral approach to modeling techniques. So that the purpose of this study is to examine the application of modeling techniques as an approach to increase student confidence with the focus of research including: 1) Knowing the success or effectiveness of the application of modeling techniques, 2) Procedures for applying modeling techniques, 3) Types of techniques used in the application of modeling techniques. Modeling techniques, 4) Targets or targets for implementing the behavior approach with modeling techniques to increase students' confidence. The method used in this research is literature study by reviewing scientific literature such as national journals and international journals. While the data analysis method uses content analysis techniques to identify and draw a conclusion related to the research discussion. The results of the research obtained from the study of various studies, namely, effective and successful modeling techniques used to increase students' low self-confidence can also affect changes in student behavior for the better. In addition, the modeling technique was not only successfully given to junior high school and high school / vocational students but also given to mentally retarded students from special schools. So it can be concluded that modeling techniques can be recommended for guidance and counseling teachers to overcome the problems of students with low self-confidence.

**Keywords:** Modeling techniques, confidence, students

## PENDAHULUAN

Sekolah merupakan tempat dimana seseorang memperoleh sebuah pendidikan yang didalamnya peserta didik dapat mengembangkan potensi-potensi dalam dirinya, mengembangkan dan mengasah bakat minat yang dimiliki, mengaktualisasikan diri dengan baik dalam hal berkomunikasi juga dalam bertingkah laku, serta bersosialisasi dengan orang-orang yang ditemuinya (Musrifatun Nikmah, Gede Sedanayasa, 2014). Sejalan dengan pernyataan tersebut, agar dapat melakukannya secara optimal salah satunya dibutuhkan rasa percaya diri yang kuat dalam diri peserta didik. Ketika peserta didik dengan percaya diri yang tinggi mengalami kegagalan, ia tidak akan serta merta menyerah, namun justru berkaca pada dirinya lalu bangkit dan memperbaiki kesalahan apa yang telah di perbuat dengan maksimal. Menurut Lauster (dalam Listiyansih & Dewayani, 2009) kepercayaan diri adalah salah satu ciri kepribadian yang dimiliki oleh individu dengan keyakinan yang dimiliki pada dirinya, sehingga orang lain tidak mudah mempengaruhi dirinya. Wahyudi et al (2021) juga menjelaskan, percaya diri merupakan kepercayaan dan keyakinan individu akan kemampuan yang dimilikinya, bertanggung jawab, objektif dalam memandang suatu hal, selalu optimis, rasional serta realistis ketika menyelesaikan maupun mengatasi suatu masalah yang dihadapinya sehingga dapat mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri maupun lingkungannya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa percaya diri merupakan sikap yang dimiliki oleh individu terhadap keyakinan dan kemampuan yang dimiliki, tidak mudah menyerah, bertanggung jawab, dan tidak mudah terpengaruh oleh dunia luar.

Lindenfield (dalam Priyatna, 2019) menyebutkan beberapa indikator kepercayaan diri, beberapa diantaranya dapat dilihat pada: a) Komunikasi yang baik, b) Tegas dalam bersikap, c) Berpenampilan diri yang baik, d) Kemampuan mengendalikan emosi, e) Mencintai diri sendiri, f) Memahami diri sendiri dengan baik, g) Memiliki tujuan tindakan yang jelas, h) Selalu berpikir positif. Setiap peserta didik tentu memiliki tingkat percaya diri yang berbeda-beda. Peserta didik dengan percaya diri yang tinggi biasanya menunjukkan perilaku seperti mandiri dalam belajar, memiliki inisiatif dan kreatifitas yang tinggi, selalu bersikap optimis serta bekerja maksimal pada segala hal yang dilakukannya, berani mengemukakan pendapat, berani tampil di depan banyak orang, dan berani mengambil tanggung jawab (Patriana, 2019). Peserta didik dengan percaya diri yang tinggi juga meyakini bahwa kemampuan yang dimilikinya tidak memerlukan pengakuan juga pujian

dari teman-temannya, guru, maupun warga sekolah yang lain, ia memiliki penguasaan diri yang baik, dan mengenali apa saja sisi positif dan negatif yang ada dalam dirinya dan lingkungan di luar dirinya (Mufarrohah & Wirastania, 2020).

Marentika (2020) menjelaskan bahwa dengan kepercayaan diri yang dimiliki oleh peserta didik maka kesuksesan dan keberhasilan hidupnya dapat diperkirakan, sebab peserta didik selalu bersikap optimis, yakin dan mengenali kapasitas kemampuannya. tidak mudah menyerah ketika menghadapi suatu tantangan, bersikap tenang dan bisa mengatasi kekhawatirannya serta berusaha untuk menyelesaikan tanggung jawabnya dengan baik. Dengan bekal percaya diri tersebut, peserta didik akan meraih apa yang menjadi tujuan hidupnya dengan berpijak pada usaha-usahnya sendiri tanpa mudah terpengaruh akan hal negatif yang ada di lingkungannya.

Sebaliknya, pada saat peneliti berada di sekolah selama kurun waktu tiga bulan menemui fenomena peserta didik dengan percaya diri yang rendah. Hal tersebut ditunjukkan dari beberapa tingkah laku, seperti sulit menyampaikan gagasan atau pendapat yang dimilikinya, gugup saat tampil didepan banyak orang, diam saja bahkan menolak ketika guru memberikan pertanyaan, menunjuk orang lain ketika dibutuhkan partisipan saat lomba antar kelas, takut dan mencontek ketika ujian, mudah cemas dalam berbagai situasi, suka menyendiri, dan pemalu. Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dan Denok Setiawati, 2019 dengan judul “Penerapan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Modeling Partisipan untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Saat Mengemukakan Pendapat Pada Kelas XI IPS 3 di SMAN 2 Karanganyar” yang dilakukan pada tahun 2018 menunjukkan dari 24 peserta didik terdapat 6 peserta didik dengan kategori percaya diri rendah, dan 15 peserta didik dalam kategori sedang. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Irwan Roza, Amyah Harjanto, Herni Yuli dengan judul “Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 29 Bandar Lampung” dengan hasil dari 26 responden terdapat 6 responden dengan rasa percaya diri rendah, dan 1 responden dengan hasil percaya diri sedang.

Kurangnya rasa percaya diri tidak serta merta ada pada diri peserta didik, namun ada beberapa faktor yang mempengaruhi, seperti yang dijelaskan oleh Purnawan (dalam Marentika, 2020) diantaranya yaitu: 1) Pengaruh dari lingkungan, 2) Diabaikan dan diremehkan oleh teman-teman disekitarnya, 3) *Strict Parents* atau orang tua yang mengatur anak sesuai kemauannya sendiri, tipe orang tua ini sering melarang dan membatasi kegiatan

anak, 4) Orang tua yang tidak pernah memberikan penghargaan juga pujian ketika anaknya berprestasi namun justru sering marah atas kesalahan-kesalahan yang dilakukan anak, 5) Memiliki trauma dimasa lalu, 6) Pernah menjadi korban pelecehan seksual hingga merasa dirinya tidak lagi berharga, 7) Merasa tidak sempurna akan bentuk fisiknya, 8) Memiliki tingkat pendidikan yang rendah

Tentunya, faktor-faktor tersebut akan memberikan banyak dampak juga hambatan-hambatan pada kehidupan peserta didik, seperti rendahnya prestasi belajar, sulit berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, terhambatnya perkembangan potensi dan bakat minat peserta didik dan bahkan lebih parahnya dapat menyebabkan depresi, bunuh diri, anoreksia nervosa, dan delinkuensi (Musrifatun Nikmah, Gede Sedanayasa, 2014). Banyaknya dampak bagi peserta didik yang terjadi akibat rendahnya rasa percaya diri tentu tidak boleh dibiarkan begitu saja, perlu adanya tindakan guna menyelesaikan permasalahan dan meningkatkan percaya diri peserta didik agar semua peserta didik memiliki kesempatan yang sama untuk bisa mengembangkan potensi, dan mengaktualisasikan dirinya dengan baik. Sehingga dengan pemberian layanan-layanan tersebut diharapkan terjadi perubahan tingkah laku yang baik pada peserta didik seperti mampu mengemukakan pendapatnya, ikut berpartisipasi dalam banyak kegiatan di sekolah, berani bertanggung jawab, dan tingkah laku lain yang seyogyanya dilakukan oleh peserta didik dengan percaya diri yang tinggi.

Dalam bimbingan dan konseling, konselor atau guru BK memberikan layanan yang disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik. Seperti yang telah dijelaskan dalam POP BK SMA Kemendikbud (2016) layanan dalam bimbingan konseling ,diantaranya yaitu: a) Konseling individu,, b) Konseling kelompok, c) Bimbingan kelompok, d) Bimbingan klasikal. Pada pemberian layanan-layanan tersebut kepada peserta didik tentunya dapat dikolaborasi dengan berbagai teknik sesuai dengan permasalahan yang dihadapi, yang dalam topik penelitian ini terdapat sebuah teknik yang telah banyak digunakan oleh peneliti-peneliti sebelumnya untuk mengatasi permasalahan rendahnya percaya diri peserta didik dan terbukti efektif untuk meningkatkan percaya diri peserta didik, adalah teknik *Modeling* yang merupakan salah satu teknik yang terdapat dalam pendekatan behavioral. Salah satu dari beberapa penelitian tersebut yaitu, penelitian dengan judul “Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VIII B MTs. Al-Khairiyah Tegallingsah Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014” yang dilakukan oleh Musrifatun Nikmah, Gede Sedanayasa, dan Ni Nengah

Madri pada tahun 2014 menyatakan adanya oeningkatkan percaya diri pada siswa yang dapat dilihat dari hasil observasi peneliti langsung didalam kelas VIII B dan hasil penyebaran kuisioner dengan jumlah 30 butir pertanyaan terdiri dari aspek tingkah laku, aspek emosi dan aspek spiritual. Selanjutnya peneliti melakukan pengujian validitas dan reliabilitas sebagai analisis data. Hasil analisis data menunjukkan skor yang didapatkan dari delapan orang siswa yaitu dari 465,33% menjadi 575,33% dengan peningkatan 110%, lalu dari siklus I ke siklus II terjadi peningkatan rata-rata 168,67% menjadi 250,67% dengan peningkatan 82%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa percaya diri dengan konseling behavioral teknik modeling terbukti efektif dalam membantu siswa untuk meningkatkan percaya diri

Faridah (dalam Syamsudin, 2017) menjelaskan bahwa teori *Modeling* yang dicetuskan oleh Albert Bandura ini memiliki pendapat bahwasanya perubahan tingkah laku manusia tidak serta merta mendapatkan pengaruh dari lingkungan saja, namun juga tingkah laku, lingkungan serta pribadi juga saling berkaitan mempengaruhi satu sama lain. Sejalan dengan pendapat sebelumnya, Rumiani (dalam Repita et al., 2016) menyatakan bahwasanya teknik *Modeling* merupakan proses belajar yang dilakukan oleh peserta didik dengan melakukan pengamatan kepada model yang selanjutnya diberikan penguatan untuk mengikuti atau mencontoh tingkah laku yang ditunjukkan oleh model. Pendapat selanjutnya yang dikemukakan oleh Repita, Parmiti, dan Tirtayani (2016), mengatakan teknik *Modeling* merupakan proses pembentukan perilaku yang terjadi penambahan, pengurangan, pengubahan juga perbaikan pada perilaku peserta didik dengan melakukan pengamatan pada seorang model atau tokoh berdasarkan bagaimana respon peserta didik dengan melibatkan cara kerja otak sehingga terbentuknya perilaku baru.

Berdasarkan pendapat-pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa teknik *Modeling* merupakan proses belajar yang dilakukan oleh peserta didik dengan melakukan pengamatan kepada model dan memberikan penguatan kepada peserta didik untuk dapat meniru juga memodifikasi perilaku model sehingga dapat terbentuk perilaku baru pada peserta didik. Adapun tujuan dari penggunaan teknik *Modeling* bagi peserta didik yaitu: a) Mendapatkan perilaku baru melalui pengamatan pada model, b) Menghilangkan perilaku tertentu dan menampilkan perilaku baru yang telah diperoleh sebelumnya dengan cara dan di waktu yang tepat, c) Mengurangi rasa takut dan cemas, d) Mendapat keterampilan sosial, e) Merubah perilaku verbal serta mengatasi ketergantungan atau kecanduan obat-obatan terlarang (Syamsudin, 2017). Disesuaikan dengan topik

bahasan penelitian, tujuan dari penggunaan teknik modeling pada peserta didik yaitu menghapus perilaku negatif seperti sulit menyampaikan pendapat, gugup saat tampil didepan banyak orang, tidak mau berpartisipasi dalam berbagai kegiatan disekolah, penyendiri dan pemalu, serta tidak memiliki tanggung jawab, disiplin, inisiatif serta kreatifitas dalam belajar yang selanjutnya digantikan dengan perilaku baru yang lebih positif.

Tidak menampik kenyataan bahwa selama ini permasalahan percaya diri pada peserta didik masih dipandang sebelah mata oleh banyak pihak yang kurang memahami betapa pentingnya percaya diri untuk dimiliki oleh semua peserta didik (Musrifatun Nikmah, Gede Sedanayasa, 2014). Didukung oleh hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh Miyaningrum dan Novindari pada tahun 2018 dengan judul penelitian “Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Modeling* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa”, konselor di sekolah telah melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok namun dalam pelaksanaannya masih kurang dan belum terjadwal. Tidak hanya itu dalam implementasi bimbingan kelompok sendiri masih dilakukan secara umum, belum menggunakan teknik atau pendekatan khusus. Sehingga tidak ada dampak khusus yang dirasakan oleh peserta didik. Padahal, rasa percaya diri sangat penting untuk dimiliki sebab hal tersebut akan menunjang proses pembelajaran disekolah, karena peserta didik mampu mengembangkan potensi yang dimiliki dengan maksimal, dapat mengaktualisasikan dirinya dengan baik, mampu berprestasi di bidang akademik maupun non akademik. Dengan adanya penelitian kualitatif ini diharapkan dapat memberikan pemahaman serta gambaran kepada berbagai pihak di sekolah khususnya konselor atau guru BK bahwa teknik *Modeling* tepat untuk dikolaborasi dengan berbagai layanan kepada peserta didik dengan permasalahan rendahnya percaya diri.

Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya. Adapun tujuan yang ingin dicapai yaitu :

1. Mengetahui keberhasilan atau efektifitas penerapan teknik *Modeling* dalam meningkatkan percaya diri peserta didik.
2. Prosedur penerapan teknik *Modeling* dalam Pemberian Layanan Kepada Peserta Didik
3. Jenis teknik yang digunakan pada penerapan teknik *Modeling* dalam pemberian layanan kepada peserta didik.
4. Sasaran atau target pelaksanaan pendekatan behavior dengan teknik *Modeling* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik.

## METODE

### Jenis dan Prosedur Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan (*library search*). Jenis penelitian studi kepustakaan selalu berhubungan dengan kajian teoritis serta referensi lain yang berkaitan dengan literatur-literatur ilmiah (Sugiyono, 2016).

Metode studi kepustakaan dalam penelitian ini digunakan untuk menyusun deskripsi tentang penerapan teknik modeling sebagai suatu pendekatan untuk meningkatkan percaya diri peserta didik. Agar penelitian ini dapat berjalan efektif maka dibutuhkan prosedur penelitian yang menurut (Kuhltau, 2002) dapat dilakukan dengan Langkah-langkah sebagai berikut:

1. Pemilihan Topik
2. Eksplorasi Informasi
3. Menentukan Fokus Penelitian
4. Pengumpulan Sumber dan Data
5. Persiapan Penyajian Data
6. Penyusunan Laporan

### Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini merupakan artikel-artikel ilmiah yang disesuaikan dengan topik bahasan yaitu teknik *Modeling* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik yang keseluruhan didapatkan dari:

1. <https://scholar.google.com>
2. <https://sci-hub.hkvisa.net>
3. [www.researchgate.com](http://www.researchgate.com).
4. [www.sciendirect.com](http://www.sciendirect.com)

Dengan memberikan kode pada setiap sumber data bertujuan untuk mempermudah peneliti dalam menganalisis data. Pembagian kode referensi diantaranya yaitu:

JN : Jurnal Nasional

JI : Jurnal Internasional

Tabel 3.1 Daftar Bahan Penelitian

Kode	Sumber Data	Tahun	Penulis
JN1	Efektifitas Teknik <i>Modeling</i> dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik dalam Mengungkapkan Gagasan Kelas VIII SMP Kyai Hasyim Surabaya	2020	Nurul Mufarrohah, Aniek Wirastania
JN2	Efektifitas	2018	Miyaningrum,

	Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Modeling</i> untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa		Harwanti Novindari		Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung T.P 2017/2018		
JN3	Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik <i>Modeling</i> untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VIII B MTs. Al-Khairiyah Tegallingah Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014	2014	Musrifatun Nikmah, Gede Sedanayasa, Ni Nengah Madri Antari	JN7	Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Modeling</i> dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas X IPS SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun 2019/2020	2019	Aditya Juli Priyatna
JN4	Penerapan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Modeling</i> Partisipasi untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Saat Mengemukakan Pendapat pada Kelas XI IPS 3 di SMAN 2 Karang	2018	Vika Wulandari, Denok Setiawati, M.Pd., Kons	JN8	Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Modelling</i> dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas VIII di SMPN 11 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018	2018	Tara Indra Lesmana
JN5	Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Konseling Behavioral Teknik <i>Modeling</i> Pada Siswa Kelas VIII Tunagrahita di SLB Dharma Bhakti, Piyungan Tahun Pelajaran 2020/2021	2020	Mujiyati, Amin Wahyudi, Nurbowo Budi Utomo	JN9	Efektivitas Teknik <i>Modeling</i> dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Santri di Pondok Pesantren Assalafi Al-Fitrah Surabaya	2018	Muhammad Wildan Romdhoni, Nurul Faizah Kamarudin
JN6	Teknik <i>Modeling</i> dalam	2017	Syamsudin	JN10	Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Modeling</i> untuk Meningkatkan	2019	Patriana

	Kepercayaan Diri Siswa		
Jl11	The Effectiveness of Using Educational Cinema Techniques to Increase Students Self-Confidence: An Experimental Research	2021	Prio Utomo, Mar'atus Sholihah
Jl12	Effectiveness Behavioral Coaching with Modeling Techniques and Assertive Training Techniques to Increase Confidence	2017	Lailatul Fitriyah, Nyoman Dantes, Luh Putu Sri Lestari
Jl13	Behavioral Counseling with Engineering and Modeling and Technique Token Economy to Improve Confidence	2017	Km. Shintia Agustini, Purnama Sari, N. Dantes, Dewi Arum. MWP

### Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi (*content analysis*). Dimana, penulis melakukan identifikasi terhadap informasi maupun daya yang telah didapatkan dari berbagai macam literatur dengan sistematis agar dapat ditarik sebuah kesimpulan (Yusuf, 2016). Penulis pada penelitian ini melakukan identifikasi terhadap 13 jurnal baik nasional maupun internasional untuk meninjau bagaimana teknik *modeling* dapat meningkatkan percaya diri peserta didik.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Efektifitas Penerapan Teknik *Modeling* dalam Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik.

Tabel 4.1 Kajian Keberhasilan Teknik *Modeling* dalam Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik

Jurnal	Temuan
JN1	Teknik modeling dengan layanan bimbingan kelompok terbukti efektif untuk meningkatkan

	percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Kyai Hasyim Surabaya dalam mengungkapkan gagasan yang dibuktikan dengan adanya peningkatan yang cukup tinggi pada peserta didik setelah diberikan <i>treatment</i> dari yang sebelumnya berkategori percaya diri rendah dalam mengungkapkan gagasan
JN2	Terdapat peningkatan secara signifikan terhadap tingkat kepercayaan diri kepada 8 siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bangorejo setelah diberikan tindakan berupa bimbingan kelompok dengan teknik modeling sebesar 12,1%, selain itu siswa juga terlihat senang dan antusias dalam mengikuti kegiatan. Sehingga disimpulkan bahwa hasil penelitian mengungkapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling efektif digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri 8 orang siswa kelas VIII SMP.
JN3	Terjadi peningkatan yang dicapai oleh 8 orang siswa dengan skor lebih dari 80% setelah dilaksanakannya kegiatan konseling behavioral teknik modeling yang memberikan dampak positive terhadap percaya diri siswa, sehingga teknik modeling dikatakan efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII B.
JN4	Penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling yang diberikan kepada 6 orang siswa dengan percaya diri yang rendah terbukti mengalami peningkatan skor antara sebelum dan sesudah berikan <i>treatment</i> . Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling dapat meningkatkan percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat kelas X IPS 3.
JN5	Setelah diberikan layanan konseling individu dengan teknik modeling melalui home visit ke rumah konseli yaitu TTW yang merupakan siswa tunagrahita dengan skor percaya diri yang rendah yaitu 50% selama 2 siklus, hasil penelitian pada siklus pertama menunjukkan hasil 62,5% dengan kategori percaya diri cukup, dan pada siklus kedua dengan hasil 77.5% dengan kategori percaya diri baik. Sehingga disimpulkan layanan konseling individu dengan teknik modeling dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas VIII Tunagrahita
JN6	Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik <i>modeling</i> dapat digunakan untuk meningkatkan

	kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G, yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan skor kepercayaan diri pada 10 orang peserta didik saat sebelum dan sesudah diberikan layanan	Jl12	Hasil penelitian menyatakan bahwa konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik latihan asertif efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas X Boga SMKN 2 Singaraja
JN7	Pada penelitian ini, peneliti menggunakan dua kelompok untuk diuji yaitu satu kelompok eksperimen dan satu kelompok kontrol dengan hasil keduanya sama-sama mengalami peningkatan, sehingga disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik <i>Modeling</i> efektif untuk meningkatkan percaya diri peserta didik kelas X IPS SMA Negeri 3 Bandar Lampung.	Jl13	Teknik modeling dinyatakan efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa dalam belajar, hal ini dibuktikan dengan adanya pengaruh konseling behavioral dengan teknik modeling terhadap rasa percaya diri siswa kelas C SMAN 1 Singaraja, selain itu teknik modeling terbukti lebih berpengaruh dibanding teknik token economy karena peningkatannya lebih signifikan
JN8	Setelah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk meningkatkan percaya diri peserta didik selama 6 kali pertemuan, peneliti menyimpulkan bahwa kegiatan sudah berjalan dengan baik dan dikatakan berhasil dalam meningkatkan percaya diri peserta didik kelas VII SMP 11 Bandar Lampung.		Untuk menjawab tujuan penelitian yang pertama dalam mengetahui keberhasilan atau efektifitas dari penerapan teknik modeling yang telah dijelaskan pada hasil kajian 13 artikel diatas dapat diambil kesimpulan bahwa penerapan teknik modeling terhadap peserta didik dikatakan efektif dan memberikan pengaruh pada peningkatan percaya diri peserta didik setelah diberikan <i>treatment</i> . Peningkatan percaya diri tersebut akibat dari adanya pengaruh dari tingkah laku yang ditunjukkan oleh model, dalam hal ini konselor menunjukkan kepada konseli model yang dapat berupa model audio, model fisik, atau model lainnya yang nantinya diamati dan dipahami jenis tingkah laku yang akan di contoh (Sharf dalam Wahyudi et al., 2021)
JN9	Teknik modeling efektif dalam mengatasi permasalahan santri dengan percaya diri yang rendah saat berbicara didepan umum, terjadi perbedaan yang signifikan saat sebelum dan sesudah diberikan <i>treatment</i> pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol di kelas Isti'dad Ulya		Pada jurnal Jl12 teknik modeling berhasil meningkatkan percaya diri siswa yang memiliki masalah diantaranya yaitu siswa yang tidak mampu berinteraksi dengan guru maupun teman-teman disekolah, juga kurang dalam kemampuan bersosialisasi. Selanjutnya, pada jurnal dengan kode JN9, peneliti mengungkapkan bahwa dari pihak pondok pesantren telah berupaya meningkatkan percaya diri santri salah satunya dengan melatih berbicara didepan umum melalui kegiatan ekstrakurikuler bahasa Arab dan Inggris, namun upaya tersebut masih dinilai kurang karena adanya beberapa kendala yang tidak mendukung, sehingga peneliti tertarik untuk membantu dengan memberikan <i>treatment</i> konseling menggunakan teknik modeling. Hasilnya setelah diberikan <i>treatment</i> , teknik modeling terbukti efektif dan dapat meningkatkan percaya diri santri saat berbicara didepan umum. Sedangkan pada JN1, permasalahan percaya diri yang dialami oleh peserta didik terutama kelas VII yaitu takut dalam mengungkapkan gagasan yang dimiliki dan ragu-ragu saat bertanya di depan kelas. Setelah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling terhadap 7 orang siswa dengan kategori percaya diri rendah dalam mengungkapkan gagasan, hasil <i>post-test</i> menunjukkan adanya peningkatan percaya diri pada
JN10	Dari hasil penyebaran skala kepercayaan diri terhadap 182 siswa, didiapatkan hasil 75,20% berada pada kategori sedang, sehingga peneliti bermaksud untuk lebih meningkatkan lagi kepercayaan diri siswa. Setelah diberikan <i>treatment</i> didapatkan perubahan peningkatan saat sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling pada peserta didik kelas VIII SMPN 17 Pontianak, sehingga dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik modeling efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa		
Jl11	Penerapan Teknik Modeling dengan menggunakan media film kepada 16 siswa menunjukkan hasil, 14 siswa mengalami peningkatan dari kategori rendah ke sedang dan 2 siswa mengalami peningkatan dari kategori rendah ke tinggi. Dengan itu disimpulkan bahwa penggunaan teknik modeling efektif dan film edukasi dapat digunakan sebagai media untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII.		

ketujuh peserta didik, sehingga disimpulkan bahwa teknik modeling dengan layanan bimbingan kelompok efektif diberikan pada peserta didik kelas VIII SMP Kyai Hasyim Surabaya yang tidak dapat mengungkapkan gagasan.

Percaya diri bagi peserta didik sangat dibutuhkan dalam proses pembelajaran, sebab peserta didik memiliki keyakinan atas kemampuan yang dimiliki, selalu bersikap optimis bahkan ketika ia mengalami kegagalan akan tetap menerima dan berusaha untuk memperbaiki. Didukung oleh pendapat yang disampaikan oleh Komara dalam (Solina et al., 2020) kepercayaan diri sangat berpengaruh pada kesuksesan peserta didik dalam belajar dan bekerja, dalam lingkungan keluarga, dan interaksi sosialnya dengan orang lain. Peserta didik dengan percaya diri yang baik senantiasa tidak mudah menyerah, dan mampu mengaktualisasikan dirinya dengan baik, sebaliknya peserta didik dengan percaya diri yang kurang akan merasakan beberapa kesulitan dalam proses belajarnya, seperti tidak dapat mengembangkan bakat minat yang dimiliki, cenderung pasif dalam berinteraksi. Pada akhirnya, permasalahan belajar yang dialami oleh peserta didik dengan percaya diri rendah tidak akan terjadi jika ia memiliki percaya diri yang tinggi dalam dirinya.

#### Prosedur Penerapan Teknik Modeling dalam Pemberian Layanan Kepada Peserta Didik

Tabel 4.2 Tahap Kegiatan dan Sesi Pertemuan

Jurnal	Tahap Kegiatan	Sesi Pertemuan
JN1	<ol style="list-style-type: none"> <li>Tahap Pendahuluan: pembentukan kelompok dan pemimpin kelompok, perkenalan, serta menjelaskan tujuan, asas, serta prinsip dalam kegiatan kelompok</li> <li>Tahap Perubahan: membuat aturan-aturan yang disetujui oleh anggota kelompok, memberi arahan dan bertanya kepada anggota apakah sudah siap untuk memulai tahap selanjutnya</li> <li>Tahap Inti: identifikasi masalah, menentukan model yang akan dijadikan contoh untuk diamati, model melakukan</li> </ol>	<p>Layanan dilakukan selama 8 sesi pertemuan, yang terdiri dari:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 sesi <i>pre-test</i></li> <li>6 sesi <i>treatment</i></li> <li>1 sesi <i>post-test</i></li> </ol>

	<p>simulasi perubahan perilaku, sementara anggota lain bertugas mengamati dan mencontoh perilaku model</p> <p>4. Tahap Penutupan: pemimpin memberikan arahan bahwa kegiatan akan segera berakhir, melakukan evaluasi terhadap proses kegiatan yang telah dilaksanakan dari awal hingga akhir, pemimpin kelompok mengakhiri kegiatan bimbingan kelompok</p>	
JN2	<p>Pada penelitian ini, peneliti tidak menjelaskan tahap kegiatan dan berapa kali sesi pertemuan yang dilakukan.</p>	
JN3	<ol style="list-style-type: none"> <li>Tahap Identifikasi</li> <li>Tahap Diagnosa</li> <li>Tahap Prognosa</li> <li>Tahap Konseling</li> <li>Tahap Evaluasi</li> <li>Refleksi</li> </ol>	<p>Layanan dilakukan selama 2 siklus, dengan rincian:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Siklus pertama diikuti oleh 8 orang siswa</li> <li>Siklus kedua diikuti oleh 3 orang siswa dengan kategori percaya diri yang rendah setelah mengikuti siklus 1</li> </ol> <p>Peneliti tidak menjelaskan dengan rinci tiap siklus dilakukan berapa kali sesi pertemuan</p>
JN4	<p>Pada penelitian ini, peneliti tidak menyebutkan tahapan-</p>	<p>Layanan dilakukan selama 6 sesi</p>

	tahapan kegiatan yang dilakukan.	pertemuan			
JN5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tahap Perencanaan: Menentukan waktu dan tempat dilaksanakannya layanan, mempersiapkan materi, lembar observasi dan lembar evaluasi</li> <li>2. Tahap Pelaksanaan: membuka kegiatan dengan salam dan doa, memperkenalkan diri, menyampaikan maksud dan tujuan. Selanjutnya melaksanakan kegiatan ini dengan rincian:               <ol style="list-style-type: none"> <li>a) <i>Assesment</i></li> <li>b) <i>Goal Setting</i></li> <li>c) <i>Technique Implementation</i></li> </ol> </li> <li>3. Penutup</li> </ol>	Layanan dilakukan selama 2 siklus, tiap siklus dilaksanakan satu sesi pertemuan	menyimpan tingkah laku tersebut kedalam ingatan, konselor memberikan penguatan kepada konseli selagi memperhatikan film/video, konselor meminta konseli untuk menyebutkan dan menjelaskan apa saja yang diperhatikan oleh konseli didalam film/video yang sudah ditayangkan sebelumnya, dan konselor memberikan respon penguatan ketika konseli menjelaskan		
JN6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tahap Pembentukan: menerima kehadiran anggota, memimpin doa, dan membuat kesepakatan waktu</li> <li>2. Tahap Peralihan: menayangkan film/video peningkatan percaya diri, mengarahkan anggota untuk bersiap ke tahap selanjutnya, mengarahkan anggota untuk memperhatikan film/video</li> <li>3. Tahap Kegiatan: mengarahkan anggota untuk memperhatikan dan mengamati perilaku seperti apa yang akan ditampilkan pada film/video yang ditayangkan, dan</li> </ol>	Layanan dilakukan selama 6 kali pertemuan, yang terdiri dari: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 1 sesi <i>pre-test</i></li> <li>2. 4 sesi <i>treatment</i></li> <li>3. 1 sesi <i>post-test</i></li> </ol>	4. Tahap Pengakhiran: konselor memberitahu bahwa kegiatan akan segera berakhir, konselor meminta konseli untuk membuat kesimpulan dari topik yang sudah dibahas, konselor melakukan penilaian dan evaluasi, membahas tindak lanjut, memberikan pekerjaan rumah, diakhiri dengan terimakasih dan doa penutup		
			JN7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tahap Awal: perkenalan dan membangun hubungan baik dengan peserta didik, menjelaskan tujuan layanan, dan peserta didik mengisi instrument/ angket <i>pre-test</i> percaya diri.</li> <li>2. Tahap Kedua: dimulai dengan perkenalan diri dari</li> </ol>	Layanan dilakukan selama 8 sesi pertemuan, yang terdiri dari: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 1 sesi <i>pre-test</i></li> <li>2. 6 sesi <i>treatment</i></li> <li>3. 1 sesi <i>post-test</i></li> </ol> Setiap sesi dilakukan dalam

	<p>konselor dan dilanjutkan dengan anggota kelompok, konselor menjelaskan kegiatan layanan yang akan dilakukan, konselor memuali permainan untuk menghangatkan suasana , konselor menjelaskan maksud, tujuan, dan asas-asas konseling pada pelaksanaan konseling kelompok, serta bagaimana tata cara pemberian layanan, masuk ke tahap peralihan dimana pemimpin mengemukakan topik bahasan dan para anggota menyebutkan permasalahan percaya diri yang sedang dihadapi</p> <p>3. Tahap Ketiga: konselor mengulas sedikit pertemuan sebelumnya, konselor mengajak konseli untuk mengubah perilaku negatif dan memberikan gambaran tentang hal baik yang didapatkan ketika konseli dapat berubah tingkah laku yang lebih baik</p> <p>4. Tahap Keempat-Keenam: <i>technique implementation</i></p> <p>5. Tahap Kedelapan: pengakhiran kegiatan, peser'ta diidk diarahkan untuk mengisi intrumen/angket percaya diri <i>post-test</i></p>	<p>kurun waktu 30-45 menit</p>		<p>kehadiran anggota kleompok, memimpin doa, dan menyampaikan kesepakatan waktu</p> <p>2. Peralihan: mengkondisikan anggota untuk bersiap ketahap selanjutnya dan memperhatikan film/video yang akan ditayangkan</p> <p>3. Kegiatan: anggota kelompok menceritakan pengalaman perihal permasalahan percaya diri yang dialami, mengarahkan anggota kelompok untuk bersiap memperhatikan film/video dan mengarahkan untuk mengamati setiap perilaku yang ditampilkan dan disimpan dalam ingatan, konselor memberikan penguatan selama anggota menonton film/video</p> <p>4. Pengakhiran: konselor memberitahu bahwa kegiatan layanan akan berakhir, meminta anggota kelompok untuk menyimpulkan topik yang sudah dibahas dan melakukan evaluasi</p>	<p>pertemuan</p>
JN8	<p>1. Pembentukan: menerim dan menyambut</p>	<p>Layanan dilakukan selama 6 sesi`</p>	JN9	<p>Pada penelitian ini, peneliti tidak menjelaskan tahap kegiatan dan berapa kali sesi pertemuan yang dilakukan.</p>	
	<p>1. Pembentukan: menerim dan menyambut</p>	<p>Layanan dilakukan selama 6 sesi`</p>	JN10	<p>1. Rasional 2. Visi dan Miai 3. Konsep Kunci, terdiri</p>	<p>Layanan dilakukan selama 8 sesi</p>

	<p>dari:</p> <p>a) Menjelaskan pengertian bimbingan kelompok dengan teknik <i>modeling</i></p> <p>b) Menjelaskan tujuan diadakannya layanan</p> <p>4. Isi model bimbingan kelompok</p> <p>5. Kualifikasi konselor</p> <p>6. Tahapan bimbingan kelompok, terdiri dari:</p> <p>a) Tahap awal</p> <p>b) Tahap peralihan</p> <p>c) Tahap kegiatan</p> <p>d) Tahap pengakhiran</p> <p>e) Evaluasi dan tindak lanjut</p>	<p>pertemuan</p>
Jl11	<p>1. Penilaian Kebutuhan: proses mengetahui permasalahan dan apa yang dibutuhkan oleh siswa agar film yang dipilih sesuai</p> <p>2. Persiapan: mempersiapkan media film</p> <p>3. Pelaksanaan: pemutaran film dan diamati oleh siswa</p> <p>4. Proses Pengalaman: diskusi, refleksi, dan evaluasi</p>	<p>Layanan dilakukan selama 6 sesi pertemuan, yang terdiri dari:</p> <p>1. 1 sesi <i>pre-test</i></p> <p>2. 4 sesi <i>treatment</i></p> <p>3. 1 sesi <i>post-test</i></p>
Jl12	<p>1. Konselor menjelaskan tujuan serta gambaran awal proses kepada konseli</p> <p>2. Mengidentifikasi bagaimana cara konseli berfikir terhadap permasalahan yang dialami</p> <p>3. Konselor mengenalkan dan dan melatih konseli untuk</p>	<p>Layanan dilakukan selama 8 sesi pertemuan</p>

	<p>mengubah pola pikir yang salah</p> <p>4. Mengubah pikiran-pikiran yang merusak diri konseli</p> <p>5. <i>Homework</i> dan <i>follow up</i></p>	
Jl13	<p>Pada penelitian ini, peneliti tidak menjelaskan tahap kegiatan dan berapa kali sesi pertemuan yang dilakukan.</p>	

Dari hasil kajian diatas, untuk menjawab tujuan penelitian kedua yaitu mengetahui prosedur penerapan teknik modeling dalam pemberian layanan kepada peserta didik yang paling sering digunakan yaitu berkisar pada 6 hingga 8 sesi pertemuan, dengan durasi tiap pertemuan 30-45 menit dalam satu hari. Selain itu, terdapat penelitian yang berhasil menerapkan teknik modeling dalam 2 siklus, dimana setiap siklus dilakukan 1 sesi pertemuan. Meskipun pada awalnya peneliti JN5 hanya merencanakan satu siklus dengan satu pertemuan terhadap konseli tunagrahita yang memiliki percaya diri rendah, namun hasil yang diharapkan belum memuaskan bagi peneliti sehingga diadakan siklus kedua dengan harapan percaya diri konseli lebih meningkat.

Priyatna (2019) menyebutkan langkah-langkah dalam pelaksanaan teknik *Modeling*, diantaranya yaitu: a) Menentukan teknik penokohan (*live model, symbolic model, multiple model*), b) Jika memilih *live model*, direkomendasikan untuk memilih sahabat atau teman sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti penampilan fisik maupun usia, c) Dapat menggunakan lebih dari satu model, d) Perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan perilaku konseli, e) *Modeling* dapat dikombinasikan dengan intruksi, aturan dan penguatan, f) Saat konseli sedang memperhatikan model, konselor dapat memberikan penguatan secara verbal, g) Jika memungkinkan, konselor dapat membuat desain pelatihan supaya konseli menirukan model dengan tepat, h) Apabila perilaku yang ditunjukkan bersifat kompleks, maka tahapan *modeling* yang dilakukan dapat dimulai dari yang paling mudah hingga ke yang sulit, i) Skenario *modeling* harus dibuat realistis.

**Jenis teknik yang digunakan pada penerapan Teknik Modeling dalam Pemberian Layanan Kepada Peserta Didik**

Tabel 4.3 Jenis teknik yang digunakan dalam penerapan Teknik Modeling

Jurnal	Teknik
JN1	<p>Penelitian ini difokuskan pada teknik <i>multiple models</i>, dimana salah satu anggota kelompok dipilih untuk dijadikan model untuk menunjukkan perilaku-perilaku yang</p>

	mencerminkan sikap percaya diri bagi anggota kelompok lainnya	J12	Pada penelitian ini, teknik yang digunakan yaitu <i>symbolic models</i> , dimana media yang digunakan oleh peneliti adalah sebuah film/video yang dapat memotivasi dan memberikan dampak positive bagi tingkah laku peserta didik
JN2	Pada penelitian ini tidak disebutkan secara spesifik jenis teknik <i>modeling</i> apa yang digunakan oleh peneliti untuk memberikan layanan pada konseli	J13	Pada penelitian ini tidak disebutkan secara spesifik jenis teknik <i>modeling</i> apa yang digunakan oleh peneliti untuk memberikan layanan pada konseli
JN3	Teknik <i>symbolic models</i> dipilih oleh peneliti untuk meningkatkan percaya diri peserta didik dengan menayangkan media audiovisual		
JN4	Penelitian ini menggunakan teknik <i>live models with participant</i> , yaitu memilih seseorang atau kelompok untuk dijadikan model yang berperan untuk menstimulasi pikiran dan perilaku pengamat		
JN5	1. Pada siklus pertama, konselor menggunakan teknik <i>live models with participant</i> dengan konselor itu sendiri yang menjadi model bagi konseli 2. Pada siklus kedua, konselor menggunakan teknik <i>symbolic models</i> dengan memutar video menari yang selanjutnya ditirukan oleh konseli		
JN6	Peneliti menggunakan teknik <i>symbolic models</i> dengan mempersiapkan video yang dijadikan model, video tersebut berisikan ciri-ciri percaya diri dan tidak percaya diri		
JN7	Penelitian ini menggunakan teknik <i>live models with participant</i> , dimana pada tahap kegiatan model yang dihadirkan berbagi pengalaman tentang segala proses kegagalan dan keberhasilan yang telah dialaminya		
JN8	Teknik <i>symbolic models</i> dipilih oleh peneliti dengan memutar sebuah film pendek dengan tema percaya diri. Diharapkan setelah mengamati tayangan tersebut peserta didik dapat meningkatkan percaya dirinya dengan mengubah pandangan negatif yang muncul menjadi lebih positif sehingga membangun kepercayaan diri dalam dirinya		
JN9	Pada penelitian ini tidak disebutkan secara spesifik jenis teknik <i>modeling</i> apa yang digunakan oleh peneliti untuk memberikan layanan pada konseli		
JN10	Teknik <i>live models with participant</i> digunakan oleh konselor pada penelitian ini, dimana konselor menghadirkan model untuk diamati tingkah lakunya oleh konseli		
J11	Peneliti memilih teknik <i>symbolic models</i> dengan menayangkan sinema edukasi pendidikan dimana siswa diminta untuk merefleksikan diri dengan meniru dan mengikuti tingkah laku karakter dalam film		

Dalam penerapan teknik modeling, terdapat beberapa jenis teknik yang dapat diaplikasikan oleh konselor dalam memberikan intervensi kepada konseli agar penerapan teknik *modeling* dapat mencapai tujuan secara optimal. Corey (dalam Miyaningrum & Novindari, 2018) menyebutkan, diantaranya yaitu: a) *Live Model*, yaitu menghadirkan tokoh langsung yang dijadikan model untuk diamati, b) *Symbolic Model*, tokoh yang digunakan berupa simbol yang berupa film maupun audio visual yang lain, c) *Multiple Model*, berupa penokohan ganda yang berlangsung dalam kelompok, artinya salah satu anggota dari kelompok merubah sikap dengan mempelajari sikap baru yang akan dimodelkan dan diamati oleh anggota kelompok lain. Selain itu, terdapat 2 penelitian, diantaranya J12 yang berhasil mengkombinasikan dengan teknik Latihan Assertive dan J13 mengkombinasikan dengan teknik Token Ekonomi.

Dari hasil kajian jurnal diatas terdapat 4 jurnal yang menggunakan teknik *live model*, diantara yaitu JN4, JN5, JN7, JN10. Konselor menghadirkan tokoh langsung untuk diamati tingkah lakunya oleh konseli, tokoh dapat diambil dari guru, tenaga pendidik, bahkan salah seorang anggota dari kelompok. Selanjutnya, terdapat 6 jurnal yang berhasil menggunakan teknik *symbolic model*, diantaranya yaitu JN3, JN5, JN6, JN8, J11, J12. Pada jurnal dengan kode JN5, konselor menggunakan 2 teknik yang berbeda pada dua siklus pertemuan dengan konseli. Siklus pertama menggunakan teknik *live model* dengan konselor itu sendiri yang menjadi model bagi konseli, dan siklus kedua menggunakan *symbolic model* dengan menayangkan video menari untuk diamati dan ditiru oleh konseli. Pada penerapan teknik *symbolic model*, dari hasil kajian kebanyakan konselor menayangkan video/film yang dapat memotivasi percaya diri peserta didik dan dapat memberikan dampak positive bagi tingkah laku konseli. Utomo dan Sholihah (2021) mengatakan, dengan menayangkan film/video pendidikan dirasakan lebih praktis dalam penggunaannya, sebab dengan peserta didik menonton film tersebut mereka dapat memahami dan mengikuti sikap yang ditunjukkan oleh tokoh dalam film tersebut, sehingga dijadikan teladan berperilaku bagi peserta didik. Selanjutnya, teknik terakhir yaitu *multiple model* yang digunakan oleh JN1 yang pada penerapannya

konselor memilih salah seorang dari kelompok untuk menjadi model dan memerankan sikap percaya diri bagi anggota kelompok yang lain dengan harapan terjadi proses timbal balik antara pemimpin dengan anggota kelompok.

Maka, untuk menjawab tujuan penelitian yang ketiga yaitu mengetahui jenis-jenis teknik yang digunakan dalam penerapan teknik modeling dalam pemberian layanan kepada peserta didik dapat menggunakan jenis teknik *live model*, *symbolic model*, dan *multiple model*. Salah satu jenis teknik yang paling sering digunakan dari ke 13 artikel diatas yaitu teknik *symbolic model*, karena teknik *symbolic model* menggunakan model nyata berupa film/video audio visual sehingga memberikan dampak positive bagi tingkah laku peserta didik.

#### Sasaran atau Target Pelaksanaan Pendekatan Behavior dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik.

Tabel 4.4 Sasaran Pelaksanaan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik

Jurnal	Sasaran Pelaksanaan
JN1	7 orang peserta didik kelas VIII SMP Kyai Hasyim dengan kategori percaya diri rendah
JN2	182 peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Bangorejo dengan rata-rata kategori sedang
JN3	8 siswa kelas VIII B MTs. Al-Khairiyah Tegallingsih Singaraja dengan kategori percaya diri rendah
JN4	6 siswa yang memiliki percaya diri rendah, kelas XI IPS 3 di SMAN 2 Karang
JN5	1 orang siswa tunagrahita kelas VIII di SLB Dharma Bhakti, Piyungan
JN6	Dari populasi sebanyak 30 siswa kelas VIII 6 SMP PGRI 6 Bandar Lampung, didapatkan sampel sebanyak 10 orang dengan kategori percaya diri rendah, diantaranya terdiri dari 5 laki-laki dan 5 perempuan
JN7	Populasi sebanyak 56 siswa dari kelas X IPS dan X IPS 2 SMA Negeri 3 Bandar Lampung, dikerucutkan menjadi 10 orang siswa sebagai sampel penelitian yang didapatkan dari rekomendasi guru BK, yang terdiri dari 6 siswa kelas X IPS 1 dan 4 siswa kelas X IPS 2
JN8	10 peserta didik kelas VIII E dengan kategori percaya diri rendah
JN9	60 santri dengan kriteria percaya diri rendah dalam berbicara didepan umum, yang terdiri dari: 30 santri kelas Isti'dad Ulya A dan 30 santri kelas Isti'dad Ulya B di Pondok Pesantren Assalafi Al-Fitrah Surabaya
JN10	143 siswa dari SMP 17 dan 19 Pontianak, yang terdiri dari: 138 siswa dengan kategori percaya

	diri sedang dan 5 siswa dengan kategori percaya diri kurang
J11	16 siswa kelas VIII di SMPN Negeri 6 Malang dengan rasa percaya diri rendah
J12	Dari populasi sebanyak 203 orang didapati sampel sebanyak 16 siswa dengan kategori percaya diri rendah di kelas X Boga SMK Negeri 2 Singaraja
J13	Dari total siswa kelas X sebanyak 311 siswa ditemukan 25% atau 90 siswa dengan kategori percaya diri rendah saat tampil didepan kelas berasal dari kelas X MIA 3, MIA 7, dan MIA 8

Berdasarkan hasil kajian dari 13 jurnal diatas, untuk menjawab tujuan penelitian yang keempat yaitu sasaran atau target pelaksanaan teknik modeling dapat diberikan pada peserta didik dengan rentang pendidikan sekolah menengah pertama hingga sekolah menengah atas dengan kategori percaya diri rendah hingga sedang. Selain itu terdapat satu penelitian yang berhasil meningkatkan percaya diri subjek yang berasal dari pondok pesantren yaitu santri dari kelas Isti'dad Ulya Pondok Pesantren Assalafi Al-Fitrah Surabaya. Pada jurnal dengan kode JN5, konseli berasal dari sekolah luar biasa yang merupakan siswa tunagrahita dengan kategori percaya diri rendah. Banyaknya peserta didik dengan percaya diri rendah tentu dapat menghambat perkembangan dalam dirinya, sehingga dengan diberikannya intervensi teknik *modeling* bagi peserta didik diharapkan terjadi peningkatan percaya diri dan peserta didik dapat mengaktualisasikan dirinya dengan baik.

#### PENUTUP Kesimpulan

Berdasarkan empat fokus penelitian yang telah diuarikan dalam hasil dan pembahasan, maka diperoleh kesimpulan diantaranya:

1. Teknik *modeling* efektif dan dapat digunakan untuk meningkatkan percaya diri peserta didik dengan kategori rendah hingga sedang. Permasalahan percaya diri yang sering dialami oleh peserta didik diantaranya yaitu sulit mengemukakan pendapat, gugup untuk tampil didepan kelas, mencontek, dan lain sebagainya. Dengan diberikannya intervensi teknik *modeling* pada peserta didik, terdapat pengaruh pada perubahan tingkah laku peserta didik kearah yang lebih positif.
2. Prosedur penerapan teknik *modeling* dalam pemberian layanan kepada peserta didik yang paling efektif untuk diterapkan dari hasil kajian diatas yaitu, konseling yang dilaksanakan dalam

- 6 hingga 8 sesi dengan durasi 30-45 menit tiap sesinya.
3. Jenis teknik yang paling banyak digunakan dan terbukti berhasil meningkatkan percaya diri peserta didik yaitu *symbolic model* dimana peserta didik diberikan model nyata berupa film/video audio visual
  4. Sasaran pelaksanaan teknik modeling paling banyak diberikan kepada peserta didik SMP dan SMA, namun teknik modeling juga berhasil diberikan kepada peserta didik tunagrahita yang berasal dari SLB

### Saran

Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak yang khususnya ingin mempelajari efektifitas penerapan teknik *modeling* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik. Namun mengingat masih banyaknya kekurangan dalam penelitian ini maka bagi peneliti selanjutnya diharapkan memperbanyak sumber bacaan atau literatur yang disesuaikan dengan topik penelitian dan lebih teliti dalam menganalisis setiap sumber data.

### DAFTAR PUSTAKA

- Kemendikbud, D. G. dan T. K. (2016). Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP). In *Ditjen Guru dan Tenaga Kependidikan Kemendikbud*.
- Kuhltau. (2002). *Teaching The Library Research*. USA: Scarecrow Press Inc.
- 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*.
- Listyaningsih, R., & Dewayani, T. N. E. (2009). Kepercayaan diri pada orangtua yang memiliki anak tunagrahita. *Reny Listyaningsih Triana Neor Edwina Dewayani*, 1–12.
- Marentika, J. (2020). *Deskripsi Kepercayaan Driri Siswa Kelas XI IPS SMA SRIJAYA NEGARA PALEMBANG*. Universitas Sriwijaya.
- Miyaningrum, & Noviandari, H. (2018). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Sosioedukasi*, 7.
- Mufarrohah, N., & Wirastania, A. (2020). *Efektifitas teknik modeling dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dalam mengungkapkan gagasan*. 346–353.
- Musrifatun Nikmah, Gede Sedanayasa, N. N. M. A. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas Viii B Mts. Al-Khairiyah Tegallingsingh Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. *Human Ecology: A Theoretical Essay*, 31(4), 373–383. <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/viewFile/3915/3128>
- Patriana. (2019). MODEL BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 4(September), 0–4.
- Priyatna, A. J. (2019). *Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik Modeling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas X IPS SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun 2019/2020*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Repita, L. E., Parmiti, D. P., & Tirtayani, L. A. (2016). Implementasi Teknik Modeling untuk Meminimalisasi Perilaku Bermasalah Oppositional Defiant Pada Anak Kelompok B. *E-Journal Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Pendidikan Ganesh*, 4(2), 1–12.
- Romdhoni, M. W., & Faizah, N. (2018). Efektivitas Teknik Modeling Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Santri di Pondok Pesantren Assalafi Al-Fithrah Surabaya. *Transformatif*, 2(1), 374. <https://doi.org/10.23971/1f.v2i1.917>
- Roza, I., Harjanto, A., & Widayanti, H. Y. (n.d.). *UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 29 BANDAR LAMPUNG PENDAHULUAN Salah satu tujuan pendidikan nasional adalah untuk meningkatkan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa , kecerdasan dan keterampilan , mempertinggi budi p*. 1–6.
- Sari, K. S. A. P., N. Dantes, N. D., & Arum MWP, D. (2017). Behavioral Counseling with Engineering Modeling and Technique Token Economy to improve Confidence. *Bisma The Journal of Counseling*, 1(2), 18. <https://doi.org/10.23887/128182017>
- Solina, W., Sari, A. N., & Alfaiz, A. (2020). Efektifitas Reinforcement Negatif dalam Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik. *Jurnal Neo Konseling*, 2(2), XX–XX. <https://doi.org/10.24036/00265kons2020>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (13th ed.). ALFABETA.
- 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. In *Journal*

*of Physical Therapy Science* (Issue 1). Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Utomo, P., & Sholihah, M. (2021). *The effectiveness of using educational cinema techniques to increase students ' self-confidence : An experimental research*. 2(2), 51–61.

Wahyudi, A., Utomo, N. B., & Mujiyati. (2021). *Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Pada Siswa Kelas VIII Tunagrahita di SLB Dharna Bhakti , Piyungan Tahun Pelajaran 2020 / 2021*. 1023–1030.

Wulandari, V. (2019). MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA SAAT MENGEMUKAKAN PENDAPAT PADA KELAS XI IPS 3 DI SMAN 2 KARANGAN Vika wulandari Denok Setiawati , M . Pd ., *Kons. Bk Unesa*, 9(2), 14–27.

Yusuf, A. M. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif & penelitian gabungan*. Prenada Media.

