

PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *MODELLING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF EFFICACY* KARIER SISWA KELAS XI SMAN 1 MENGANTI

Masitha Prisca Rahmadani

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: masithaprischa.19040@mhs.unesa.ac.id

Evi Winingsih, S.Pd., M.Pd.

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email : ewiwiningsih@unesa.ac.id

Abstrak

Keyakinan diri (Self efficacy) yang gigih memotivasi individu agar konsisten berupaya hingga visinya terwujud. Namun, jika keyakinan diri (Self efficacy) tidak gigih, seseorang berpeluang besar akan meminimalisir upayanya ketika ada problema. Visi dari penelusuran ini demi memahami pentingnya Layanan konseling kelompok teknik modelling untuk memajukan self efficacy Siswa Kelas XI SMAN 1 Menganti tahun ajaran 2022/2023. Jenis penelitian merupakan eksperimen semu melalui desain Pretest-Posttest. Subjek penelitian melalui 30 peserta didik dengan tingkat self efficacy di bawah rata-rata dan sedang melalui teknik pengambilan subjek purposive random sampling dari 30 siswa, kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen 8 siswa dan kelompok kontrol 22 siswa. Pada kajian penelusuran ini, kelompok eksperimen ditunjang layanan konsultasi dengan kelompok teknik modelling melalui 3 kali pertemuan. Teknik analisis yang digunakan oleh Mann Whitney dengan bantuan program SPSS for Windows Release 20. Dari luaran uji hipotesis terlihat bahwa konseling kelompok teknik modelling secara signifikan dapat memajukan self efficacy siswa kelas XI SMAN 1 Menganti dengan signifikansi yang dari hasil uji Mann Whitney post test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh hasil Asymp. Sig (2- tailed) $0,001 < 0,050$. dan selisih mean rank kelompok eksperimen dan kontrol sebesar 15,00. Teori dasar yang menunjang dalam kajian yang dilakukan bahwa modelling mampu memajukan self efficacy seperti yang dikemukakan oleh Masraroh (2012), secara khusus menggunakan teori teori Bandura bahwa modelling dapat memajukan self efficacy siswa secara signifikan.

Kata Kunci: Keyakinan Diri, Teknik Modelling, Layanan Bimbingan Kelompok.

Abstract

Strong self-confidence (self-efficacy) motivates a person to keep trying until his goals are achieved. However, if self-confidence (self- efficacy) is not strong, a person tends to reduce his efforts when there is a problem. The purpose of this study was to find out the importance of modelling technique group guidance services in increasing the self- efficacy of Class XI Students of SMAN 1 Menganti in the 2022/2023 academic year. This type of research is a quasi-experimental using a pretest-posttest design. The subjects of this study were 30 students with low and moderate levels of self-efficacy using a purposive random sampling technique of 30 students, then divided into two groups, namely the experimental group of 8 students and the control group of 22 students. In this research, the experimental group was given consulting services with the modelling technique group for 3 meetings. The analysis technique used by Mann Whitney with the help of the SPSS for Windows Relation 20 program. From the results of the hypothesis test it appears that group guidance on modelling techniques can significantly increase the self- efficacy of class XI students of SMAN 1 Changing with the significance of the results of the Mann Whitney post test between groups the experimental and control groups obtained Asymp results. Sig (2- tailed) $0.001 < 0.050$. and the difference in the mean rank of the experimental and control groups was 15.00. The basic theory that supports this research is that modelling can increase self-efficacy as stated by Masraroh (2012), specifically using Bandura's theory that modelling can significantly increase student self- efficacy.

Keywords: Self Efficacy, Modelling Techniques, Group Guidance Services.

PENDAHULUAN

Keyakinan diri atau self efficacy merupakan kapasitas seseorang dalam bertindak sesuai harapan, kapasitas seseorang untuk mengenali diri sendiri, apakah dapat melakukan sebuah perilaku yang baik atau buruk, konsisten dengan perilaku yang diinginkan. Pemikiran self efficacy merujuk teori sosial kognitif Bandura. Bandura menjelaskan bahwa self efficacy sebagai rasa percaya diri individu bahwa ia dapat mengendalikan kondisi dan melahirkan hasil yang sesuai. Keyakinan diri (self efficacy) dikaitkan dengan kondisi sosial, sikap di masa lalu, serta aspek-aspek lainnya, terutama harapan terhadap hasil dari suatu tindakan. Keyakinan diri (self efficacy) dapat mempengaruhi aspek pemahaman dan tindakan individu.

Keyakinan diri (self efficacy) merupakan persepsi individu tentang keyakinannya dalam mengatur serta melakukan sikap dan perilaku guna menghasilkan capaian yang diharapkan (Bandura, 1997). Hal tersebut bergantung pada keyakinan mengenai hal yang dapat diupayakan mengingat upaya individu dalam sebuah kinerja serta berapa lama waktu yang dibutuhkan.

Keyakinan diri (self efficacy) terhadap karier berperan penting dalam mengidentifikasi bagaimana individu merancang karier ke depannya. Keyakinan diri (self efficacy) berdampak pada kapasitas analisa tentang visi yang hendak dihasilkan. Visi ini merupakan hasil refleksi terhadap kapasitas seseorang. Orang dengan keyakinan diri (self efficacy) di atas rata-rata bereaksi cepat terhadap pemahaman tentang lingkungan kerja dan karier di mana seseorang dapat merancang dan membayangkan visi yang hendak dicapai.

Pribadi dengan keyakinan diri (self efficacy) di atas rata-rata dapat memajukan lebih banyak keyakinan melalui upayanya secara berkelanjutan, sedangkan pribadi dengan keyakinan diri (self efficacy) di bawah rata-rata tidak mendukung pengembangan keyakinan yang diperlukan seseorang (Bandura dalam Ridhoni, 2013:230). Seseorang dengan keyakinan diri (self efficacy) di bawah rata-rata didominasi rasa pesimisme, dengan kata lain seseorang dengan tingkat self efficacy di atas rata-rata cenderung memperhatikan serta berupaya lebih gigih dalam tuntutan kondisi dan akan dimotivasi oleh hambatan untuk membuat seseorang akan berupaya lebih keras.

Pengembangan karier adalah upaya agar siswa mampu lebih mengenal dirinya, memperkenalkan diri pada lingkungan kerja, meningkatkan gambaran kondisi di kemudian hari yang sejalan rencana hidup yang dicita-citakan, dapat mengidentifikasi serta menentukan sikap yang bijak dan logis (Sulistyarini dan Jauhar, 2014). Pengembangan karier adalah upaya yang bervisi

mengenal lebih dalam diri pribadi, memahami kelebihan dan kekurangan diri, serta untuk mengidentifikasi jenis pekerjaan yang sesuai, persyaratan yang diperlukan dalam pekerjaan tersebut. Sehingga diharapkan siswa mampu mengkombinasikan kebutuhan pekerjaan dengan kapasitas potensi yang ia miliki (Walgito, 2010).

Merancang karier acap kali dipadankan dengan memilih pekerjaan, padahal arti karier sebenarnya tidak hanya sekadar dalam hal menentukan pekerjaan. Penentuan karier berhubungan dengan pengembangan kapasitas pribadi dan menjadi hal yang fundamental dalam hidup, karena karier seyogiaynya dirancang dengan tepat. Keterampilan perancangan karier berhubungan dengan kapasitas siswa dan self efficacy tentang karier mereka.

Merujuk sebaran skala likert yang dibagikan ke 30 peserta didik kelas XI SMAN 1 Menganti, ditemukan sebanyak 55,3% siswa sering tidak yakin dalam meraih karier yang diinginkan, sebanyak 57,9% siswa hanya memimpikan karier yang biasa saja karena merasa kapasitasnya sedang, dan sebanyak 57,9% siswa merasa kurang maksimal dalam meraih karier impian. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa keyakinan diri (self efficacy) karier siswa kelas XI di SMAN 1 Menganti masih tergolong di bawah rata-rata.

Salah satu teori kognitif sosial yaitu teknik modelling. Teknik modelling terdiri dari banyak variasi, termasuk didalamnya ada teknik modelling simbolik. Teknik modelling simbolik merupakan modelling dengan media visual yang menampilkan contoh perilaku yang memicu sumber model pola perilaku (Komalasari et.al 2011: 176). Teknik modelling simbolik diterapkan untuk memajukan self efficacy karier siswa karena siswa akan mendapatkan model bagaimana berperilaku baru dari tampilan model tersebut. Teknik modelling simbolik bervisi, antara lain: (1) Siswa mampu belajar berkembang dengan mengamati dan meniru perilaku model; (2) Siswa dapat terdorong untuk mensimulasikan model dari film, video atau televisi untuk kelancaran tahapan konseling; dan (3) lebih mudah menemukan kriteria model yang cocok melalui media daripada pemodelan langsung.

Teknik modelling adalah strategi mengubah harapan keyakinan diri yang berasal dari vicarious experience (kejadian di masa lalu vikarius) berupa identifikasi atas model dalam bentuk media visual (Prasetya, 2006). Schunk 1996 (dalam Hsu Pi-Ying, 1999: 4) menjelaskan modelling ialah setiap perubahan perilaku, kecerdasan, dan keadaan sebagai akibat dari mengamati sebuah model, sedangkan model merupakan seseorang yang memiliki perilaku, atau keyakinan mengekspresikan dirinya dalam tata bahasa dan ekspresi yang ditampilkan kepada orang lain untuk diamati.

Modelling memiliki fungsi sebagai observational learning, yakni seseorang menyelesaikan tahap pembelajaran dalam empat tahap, yakni: attention, retention, production dan motivation. Dalam keadaan khusus, vicarious experiences akan mendorong seseorang memajukan self efficacy melalui peer modelling yang mampu memajukan keyakinan diri seseorang jika orang lain dapat melakukannya, maka mereka juga dapat melakukannya (Sudjana, 2008).

Pembelajaran melalui modelling berhubungan dengan kecerdasan dan bukan sekadar mencotah perilaku yang diamati (Padmomartono, 2012). Tahapan kognitif mencakup keyakinan seseorang untuk menganalisa informasi dan kemudian menyimpannya agar dapat diterapkan pada waktu mendatang. Adanya modelling, individu dapat memahami sikap, kapasitas, dan perilaku yang baru. Penggunaan kelompok pada saat layanan konseling secara valid berhasil diterapkan pada bidang pendidikan, contohnya dalam hal keterampilan belajar dan pengendalian amarah. Saat di luar sekolah, aktifitas kelompok juga dapat diterapkan guna memberikan informasi, pengembangan soft skill, aktifitas orientasi serta untuk memajukan efikasi diri siswa.

Layanan konseling secara kolektif (kelompok) merupakan tahap memberikan pendampingan seseorang dengan dialektika kelompok melalui berbagi kejadian di masa lalu sebagai upaya mengakselerasi gagasan, perilaku serta keahlian yang dibutuhkan sebagai upaya preventif melahirkan kendala atau sebagai ikhtiar memajukan diri (Rusmana, 2009: 13). Memajukan Sugesti pribadi generasi muda dengan dialektika kelompok, anggota ditentukan dengan tepat untuk menjadi contoh sebagai model agar mereka mampu menginspirasi serta memiliki daya dorong yang tepat dalam memajukan Sugesti pribadi mereka (Pajares, 2005: 347). Keadaan kolektif berorientasi kelompok dapat menentukan tema-tema umum terpilih (Prayitno, 1995).

Konseling kelompok diketuai seorang pembimbing yang bertindak sebagai seseorang yang berpengaruh secara emosional untuk memberi energi pada kelompok (Warsito, 2004). Pengaruh emosional ketua kelompok diharap dapat menjadi pemicu bagi teman lainnya agar pemikiran mereka dapat dikomunikasikan secara terbuka. Melalui metode ini, anggota kelompok mampu mengolah rasa, pikiran, serta memajukan pemahaman dan membangkitkan sikap yang matang.

Merujuk pada penjelasan diatas, peneliti mengajukan usul penelitian dengan judul “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modelling Untuk Meningkatkan Self efficacy Karier Siswa Kelas XI SMAN 1 Menganti”. Melalui penelitian ini, diharapkan peserta didik mampu menjadi pribadi yang mandiri,

mempunyai sugesti diri yang kuat, serta percaya akan kapasitas dirinya.

METODE

Jenis Data dan Sifat Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi eksperimental melalui Nonequivalent Control Group Design. Pada implemenasinya akan melibatkan kelompok eksperimen serta kelompok kontrol, kemudian dimulai pada tahap pre-test dilanjutkan dengan perlakuan dan akan ditutup dengan post-test sehingga hasil penelitian dapat dianalisis dengan akurat.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian yang diambil dalam penelitian ini yaitu siswa sekolah menengah atas kelas XI yang berjumlah 30 siswa.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data termasuk penyediaan kuesioner self efficacy karier yang telah diadopsi dan direvisi oleh (Lestari, 2011) Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode penilaian modifikasi skala Likert yang ditingkatkan menjadi dalam empat skala, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS) (Masrorah, 2012). Seluruh item terbagi dalam dua macam, yakni item yang bersifat favorable (mendukung teori) dan item yang bersifat unfavorable (tidak mendukung teori). Item-item yang favorable, skala SS sampai STS akan mendapatkan nilai mulai dari 4, 3, 2, dan 1. Skor paling tinggi terdapat pada jawaban Sangat Sesuai (SS) yang mendapat skor 4, Sesuai (S) mendapat skor 3, Tidak Sesuai (TS) mendapat skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat skor 1. Sebaliknya, untuk item-item unfavorable, jawaban SS sampai STS akan diberi nilai 1, 2, 3, 4. Skor tertinggi terdapat pada jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) yang mendapat skor 4, Tidak Sesuai (TS) mendapat skor 3, Sesuai (S) mendapat skor 2, dan Sangat Sesuai (SS) mendapat skor 1.

Teknik Analisis Data

Agar mendapatkan hasil mengenai peningkatan keyakinan diri (self efficacy) pada 30 siswa kelas XI SMAN 1 Menganti melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling akan diterapkan olah data melalui pengujian mann-whitney (U-test) yang terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan bantuan SPSS 2.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa kelas XI SMAN 1 yang berjumlah 30 siswa terdiri dari 2 (dua)

kelompok, yakni 8 siswa kelompok eksperimen & 22 siswa kelompok kontrol. Sebelum melakukan penelitian, kelompok eksperimen harus serupa dengan kelompok kontrol. Setelah melakukan uji angket dan didapatkan hasilnya, selanjutnya yaitu mengumpulkan data pre-test kelompok eksperimen & kelompok kontrol, setelah data hasil pre-test didapatkan kemudian subjek penelitian diberikan perlakuan yaitu, kelompok eksperimen diberi layanan berupa bimbingan kelompok dengan teknik modelling serta kelompok kontrol bimbingan tanpa perlakuan. Setelah kelompok diberikan perlakuan, kemudian dilakukan post-test bagi kedua kelompok tersebut. Post-test diberikan guna mengidentifikasi self efficacy karier siswa pasca menerima bimbingan. Demi menunjukkan gambaran tepat, hasil himpunan data penelitian diklasifikasikan berdasarkan kelompok eksperimen & kontrol.

Penulis mengolah hasil pembagian skala likert self efficacy subjek penelitian. Tabel di bawah ini menunjukkan angka perubahan hasil kelompok eksperimen sebelum dan pasca mendapat perlakuan:

Tabel 1. Perubahan Skor Kelompok Eksperimen Sebelum dan Pasca Mendapat Perlakuan

NO	NAMA	ASPEK						Total		Kategori	
		Level		Strength		Generality		Pre	Pos	Pre	Pos
		Pre	Pos	Pre	Pos	Pre	Pos				
1	Adenium	45	58	39	49	41	47	125	154	A	A
2	Akasia	41	57	34	48	25	46	100	151	C	A
3	Dahlia	41	54	37	49	35	46	113	149	A	A
4	Melati	39	56	32	49	28	46	99	151	C	A
5	Kamboja	42	57	32	50	31	46	105	153	B	A
6	Lily	36	56	38	50	35	43	109	149	B	A
7	Fuschia	41	57	39	51	27	44	107	152	B	A
8	Bougenville	44	56	34	46	31	42	109	144	B	A
Jumlah		329	451	285	392	253	360	867	1203		

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat perubahan positif skor skala Self efficacy kelompok eksperimen. Setelah dilakukan post-test, terdapat peningkatan signifikan pada setiap aspek. Tabel 4.6 menunjukkan perbandingan skor setelah dilakukan post-test pada kelompok eksperimen & kelompok kontrol.

Tabel 2. Perbandingan Skor Post-Test Kelompok Eksperimen & Kontrol

NO	NAMA		ASPEK						TOTAL		KET	
			Level		Strength		Generality		Ek	Ko	Ek	Ko
	Ek	Ko	Ek	Ko	Ek	Ko	Ek	Ko				
1	Adenium	Anggrek	58	48	49	38	47	30	154	116	A	A
2	Akasia	Aster	57	45	48	40	46	41	151	126	A	A
3	Dahlia	Calla	54	44	49	39	46	37	149	120	A	A
4	Melati	Camelia	56	48	49	45	46	33	151	126	A	A
5	Kamboja	Dandelion	57	43	50	37	46	33	153	113	A	A
6	Lily	Gloxinia	56	45	50	42	43	38	149	125	A	A
7	Fuschia	Hibiscus	57	53	51	45	44	41	152	139	A	A
8	Bougenville	Iris	56	39	46	37	42	30	144	106	A	A
9		Lavender		44		36		32		112		A
10		Lilac		44		35		33		112		A
11		Lotus		43		37		29		109		B
12		Mawar		44		32		32		108		B
13		Nemesia		42		35		33		110		B
14		Peony		47		42		36		125		A
15		Quince		47		44		40		131		A
16		Salvia		43		42		38		123		A
17		Sunflower		44		40		36		120		A
18		Triteleia		34		34		31		99		C
19		Sweet		47		39		36		122		A
20		Tulip		44		36		34		114		A
21		Vinca		37		33		30		100		C
22		Viola		38		33		28		99		C
Jumlah			451	963	392	841	360	751	1203	2555		

Ket:
 Ek: Eksperimen
 Ko: Kontrol
 A: Tinggi (skor >110)
 B: Sedang (skor 101 – 110)
 C: Rendah (skor <100)

Tabel diatas menunjukkan tingkat self efficacy kelompok eksperimen untuk memperoleh hasil; terdapat 8 siswa dengan kategori self efficacy tinggi. Sedangkan pada kelompok kontrol terdapat hasil 16 siswa memiliki tingkat self efficacy tinggi, 3 siswa dengan tingkat self efficacy sedang dan 3 siswa dengan tingkat self efficacy rendah. Total skor kelompok eksperimen adalah 1203, sedangkan jumlah skor keseluruhan kelompok kontrol yaitu 2.555. Dengan demikian, terdapat perubahan tingkat self efficacy pada kelompok eksperimen.

Tabel 3. Uji Mann Whitney Pre-Test dan Post-Test Kelompok Eksperimen

Hasil	RANKS			
	Test	N	Mean Rank	Sum of Ranks
	Pre-Test	8	4.50	36.00
	Post-Test	8	12.50	100.00
Total	16			

TEST STATISTICSa	
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	36.000
Z	-3.368

Asymp. Sig. (2-tailed)	.001
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000b
a. Grouping Variable: Test	
b. Not corrected for ties	

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa hasil mean rank pada pre-test yaitu 4,50 dan mean rank pada post-test yaitu 12,50. Terdapat peningkatan mean rank kelompok eksperimen sebesar 8,00. Hasil uji data dengan teknik Mann Whitney pre-test dan post-test kelompok eksperimen menunjukkan signifikansi yaitu Asymp. Sig. (2-tailed) $0,001 < 0,050$. Sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan kategori self efficacy kelompok eksperimen dari sebelum dan setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling.

Kemudian penulis membedakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan uji Mann Whitney. Tabel 4 berikut ini merupakan hasil analisis dan perbedaan post-test kelompok eksperimen dan kontrol.

Tabel 4.8 Uji Mann Whitney Post-Test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

RANKS				
	Test	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hasil	Eksperimen	8	26.50	212.00
	Kontrol	22	11.50	253.00
	Total	30		

TEST STATISTICS ^a	
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	253.000
Z	-4.130
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000b
a. Grouping Variable: Test	
b. Not corrected for ties	

Tabel di atas menggambarkan bahwa hasil olah data uji post-test antara kelompok eksperimen & kelompok kontrol menunjukkan bahwa mean reank post-test kelompok eksperimen yaitu 26,50 sedangkan mean rank post-test kelompok kontrol yaitu 11,50. Perbandingan mean reank post-test antara kelompok eksperimen & kontrol adalah 15,00. Hasil olahan data menggunakan teknik Mann Whitney menunjukkan bahwa Asymp. Sig. (2-tailed) $0,000 < 0,050$ dengan nilai Z: -4.130. Sehingga terdapat perbedaan antara kelompok eksperimen & kelompok kontrol serta disimpulkan adanya peningkatan self efficacy kelompok eksperimen secara signifikan.

Berdasarkan hasil uji hipotesis terlihat bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling mampu secara signifikan meningkatkan self efficacy siswa kelas SMAN 1 Menganti berdasarkan hasil uji Mann Whitney setelah post-test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memperoleh hasil Asymp. Sig (2-tailed) $0,001 < 0,050$ dan selisih mean rank kelompok eksperimen dan kontrol sebesar 15,00. Dari hasil di atas dapat

disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberi perlakuan dalam bentuk layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling.

Dari hasil temuan dapat dijelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik modelling secara signifikan dapat meningkatkan self efficacy siswa kelas siswa kelas XI SMAN 1 Menganti, sejalan dengan temuan penelitian Iin Marsela dkk (2020) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik modelling dapat digunakan untuk meningkatkan secara signifikan self efficacy siswa. Penelitian ini dikatakan konsisten dengan hasil penelitian Iin Marsela dkk (2020) karena menunjukkan kesamaan hasil penelitian, teknik pengambilan sampling dan metode bimbingan kelompok dengan teknik modelling. Variabel terikat dan variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini dengan penelitian Iin Marsela dkk (2020) yaitu self efficacy sebagai variabel terikat dan layanan bimbingan kelompok teknik modelling sebagai variabel bebas. Teori dasar yang mendukung penelitian ini adalah bahwa modelling dapat meningkatkan self efficacy,, khususnya menggunakan teori Bandura yang bahwa modelling dapat meningkatkan self efficacy.

PENUTUP

Simpulan

Modelling atau yang disebut dengan vicarious experience adalah individu belajar dengan mengamati pola relevan yang dipergigih. Hal ini merujuk pada tahapan peniruan yang akan menciptakan harapan bahwa mereka dapat memajukan kinerja mereka sendiri dengan belajar dari pengamatan mereka. Model yang digunakan dapat berupa real-life model, symbolic-model dan representational-model dengan belajar melalui model mengacu pada empat proses kognitif yaitu proses attentional, proses rettentional, proses motorik reproduction dan proses motivational.

Dari hasil uji Mann Whitney post-test kelompok eksperimen & kontrol memperoleh hasil Asymp. Sig (2-tailed) $0,001 < 0,050$. Hasil mean rank kelompok eksperimen dan kontrol yaitu $26,50 > 11,50$, artinya nilai mean rank kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan dibanding nilai mean rank kelompok kontrol.

Merujuk pada hasil uji hipotesis yang diteliti serta pembahasan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling dapat meningkatkan keyakinan diri (self efficacy) karier siswa kelas XI SMAN 1 Menganti.

Saran

Bagi pihak Sekolah SMAN 1 Menganti melalui Guru BK dapat mendorong siswa akselerasi self efficacy

karier khususnya bagi siswa kelas XI. Guru BK dapat menggunakan teknik modelling sebagaimana yang telah diterapkan penulis dalam penelitian karena terbukti mampu meningkatkan self efficacy karier siswa.

Merujuk hasil penelitian, penulis memberikan saran bagi siswa agar meningkatkan self efficacy melalui observasi pembelajaran bersama teman sebaya dan konseling oleh guru maupun kelompok. Siswa juga dapat menerapkan pembelajaran observasional di luar sekolah, yaitu dengan orang tua, kakak/saudara, teman bermain, maupun melalui media elektronik.

Penulis juga memberikan saran bagi peneliti selanjutnya agar benar-benar menggunakan model yang tepat demi mengoptimalkan hasil melalui analisis ketepatan model dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Evi Fatimah. (2020). Peningkatan Self-Efficacy Siswa Melalui Model Pembelajaran Connecting-Organizing-Reflecting-Extending (Core). *Jurnal Sintaxis*. 2 (1).
- Andy Ferdiansyah, et.al. (2020). Gambaran Self Efficacy Siswa Terhadap Pembelajaran. *Jurnal FOKUS*. 3 (1).
- Azwar (1997). *Realibilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997) *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York:W.H. Freeman.
- Danim, S. (2004) *Metode Penelitian Untuk Ilmu-Ilmu Perilaku*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Emzir (2009) *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Sigma Alpha.
- Evi Winingsih. (2021). *Potret Evaluasi Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah Atas*
- Evi Winingsih. (2010). *Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Dalam Mengungkapkan Pendapat di Kelas Melalui Konseling Kelompok Rasional-Emotif-Perilaku*
- Faizun. (2013). *Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Modeling Dalam*
- meningkatkan Self-Efficacy Siswa Kelas XI TEI B SMKN 2 Salatiga.*
- Hurlock, E. (1999) *Psikologi Perkembangan :suatu pendekatan sepanjang entang kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Iin Marsela, et.al. (2020). *Peningkatan Efikasi Diri melalui Konseling Kelompok Teknik Modeling pada Siswa SMP*. *Jurnal ALIBKIN*. 8 (2).
- Lestari Lilis Sri. (2011). *Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas X MEKATRONIK B SMK Negeri 3 Salatiga Melalui Bimbingan Kelompok Tahun Ajar 2010/2011*.
- Masrorah (2012) *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Monks, F.J. and A.M.P.K. (2001) *Psikologi Perkembangan, terjemahan Siti Rahayu Haditono*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nicki Nur Sabella dan Evi Winingsih. (2022). *Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Perencanaan Karir Siswa*.
- Nurfahanah. (2014). *Hubungan antara Self-Efficacy Akademik dengan Hasil Belajar Siswa*. 3 (1).
- Oktariani. (2018). *Peranan Self Efficacy Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa*. *Jurnal Kognisi*. 3 (1).
- Padmomartono, S. (2012) *Pengantar ke dalam Belajar Pembelajaran, Salatiga: Tisara Grafik*.
- Prasetya (2006) *Strategi Belajar Mengajar*, Salatiga:Widya Sari.
- Prayitno (1995) *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Romlah, T. (2001) *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok.*, Malang : Universitas Negeri Malang.
- Sofwan Adi Putra, et.al. (2013). *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Self Efficacy Siswa*. *Jurnal Konselor*. 2 (2).
- Sudjana, N. (2008) *Penelitian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung : Rosda Karya.

- Sugiyono (2006) Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, D. ketut (2008) Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Jakarta: Rineka Cipta.
- Warsito, H. (2004) 'Hubungan antara Self efficacy dengan Penyesuaian Akademik dan Prestasi Akademik', Jurnal Psikologi, 14(2).
- Winkel, W.S. & Hastuti, S. (2006) Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan. Yogyakarta: Media Abadi.

