

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PROBLEM BASED LEARNING UNTUK MENUMBUHKAN EFIKASI DIRI AKADEMIK PELAJAR KELAS 7B DI SMPN 36 SURABAYA

Hardiansyah Tri Laksono

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
hardiansyah.21055@mhs.unesa.ac.id

Denok Setiawati

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
denoksetiawati@unesa.ac.id

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa baik pengajaran kelompok menggunakan strategi *Problem Based Learning* (PBL) dalam menumbuhkan efikasi diri akademik pada siswa SMPN 36 Surabaya kelas 7B. Latar belakang penelitian ini adalah rendahnya efikasi diri akademik yang berdampak pada prestasi belajar dan motivasi belajar siswa. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok yang sama sebagai bagian dari teknik kuantitatif penelitian ini dan one group pretest-posttest design. Instrumen pengukuran efikasi diri akademik digunakan dalam proses pengumpulan data. Untuk mengidentifikasi perubahan yang signifikan setelah perlakuan, data diuji secara statistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok berbasis PBL berhasil meningkatkan efikasi diri akademik siswa. Siswa diajarkan untuk berpikir kritis, aktif memecahkan masalah, dan mengembangkan kepercayaan diri melalui dinamika kelompok yang positif dengan metode ini. Hasilnya, konseling kelompok dengan menggunakan teknik PBL dapat menjadi strategi intervensi yang berguna bagi para guru yang ingin membantu siswa merasa lebih percaya diri dengan kemampuan akademis mereka.

Kata Kunci : Bimbingan Kelompok, *Problem Based Learning*, Efikasi Diri Akademik, Siswa SMP.

Abstract

The purpose of this study is to ascertain how well group instruction using Problem Based Learning (PBL) strategies fosters academic self-efficacy in SMPN 36 Surabaya students in grade 7B. This study's background is low academic self-efficacy, which has an impact on learning achievement and student motivation. Measurements were taken before and after treatment in the same group as part of this study's quantitative technique and one group pretest-posttest design. An academic self-efficacy measure instrument was employed in the data collection process. To identify significant changes following treatment, data were subjected to statistical testing. The findings demonstrated that PBL-based group counseling services were successful in raising students' academic self-efficacy. Students are taught to think critically, actively solve problems, and develop self-confidence through positive group dynamics with this method. As a result, group counseling using the PBL technique can be a useful intervention strategy for teachers seeking to help kids feel more confident about their academic abilities.

Keywords: group guidance, *Problem Based Learning*, academic self-efficacy, junior high school students.

PENDAHULUAN

Keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas akademik yang diberikan dikenal sebagai efikasi diri akademik. Albert Bandura (1997) pertama kali mengajukan gagasan ini dalam konteks teori sosial-kognitifnya, yang menyatakan bahwa efikasi diri adalah faktor kunci dalam menentukan seberapa keras orang bekerja untuk mengatasi rintangan, seberapa lama

mereka bertahan dalam menghadapi kesulitan, dan bagaimana mereka bereaksi terhadap kegagalan. Karena orang dengan tingkat efikasi diri yang tinggi lebih siap untuk menetapkan tujuan, membuat rencana tindakan, dan mengatasi tantangan dalam proses pembelajaran, efikasi diri akademik memengaruhi pencapaian siswa dalam lingkungan pendidikan.

Alwisol (2009) menyatakan bahwa “efikasi diri adalah penilaian, apakah dapat melakukan tindakan yang baik dan

buruk, benar atau salah, dapat atau tidak dapat melakukan sesuai dengan yang dibutuhkan.” efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat melakukan kontrol terhadap lingkungannya dan mencapai hasil yang positif. Menurut pengertian ini, efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat melakukan tugas-tugas yang ada, mengatasi rintangan, dan mendapatkan hasil yang diinginkan.

Perpindahan dari sekolah dasar ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi mungkin akan terasa sulit di tingkat sekolah menengah pertama. Murid harus menghadapi tugas-tugas pelajaran yang semakin menantang, dinamika sosial yang lebih luas, dan instruksi yang lebih canggih. Siswa dengan efikasi diri akademik yang rendah pada masa ini sering kali merasa tidak mampu memenuhi ekspektasi tersebut. Mereka sering kali bersikap menghindari, mudah menyerah, tidak memiliki dorongan, dan memiliki pendapat yang buruk tentang pekerjaan akademis dan diri mereka sendiri. Prestasi belajar menurun sebagai akibat dari penyakit ini, yang juga dapat menyebabkan masalah psikologis lainnya seperti kecemasan akademik.

Dibandingkan dengan siswa yang tidak berada di bawah tekanan untuk mengejar dan mempertahankan kesuksesan akademik mereka, mereka yang berada di bawah tekanan akan lebih mungkin menderita stres akademik. Suldo dan rekan (2009). Secara tidak langsung, anak-anak menghadapi lebih banyak kendala waktu dan lingkungan akademis yang lebih kompetitif. Adebussy, Mates & Allison (2018). Kesejahteraan fisik dan mental remaja terkait dengan stres akademik, yang dapat membuat mereka berada di bawah tekanan yang tidak semestinya (González et al., 2018). Stres akademik adalah istilah yang digunakan di Korea, Jepang, dan Cina untuk menggambarkan diagnosis yang mencakup sejumlah gejala medis dan psikologis, termasuk sakit kepala, alergi, insomnia, dan sakit perut. Bossy (2000). Jika dibandingkan dengan rekan-rekan mereka di Amerika, mahasiswa Korea ditemukan memiliki tingkat yang lebih besar untuk masalah fisik dan depresi. Larson dan Lee (2000). Ikbaldkk. (2023) menemukan bahwa rendahnya hasil belajar siswa di Indonesia disebabkan oleh variabel internal seperti kurangnya aktivitas siswa, gaya belajar yang kacau, dan keengganan untuk beradaptasi.

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu upaya yang diperhitungkan untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah *self-Efficacy* yang rendah. Salah satu layanan dasar dalam program Bimbingan dan Konseling (BK) sekolah adalah bimbingan kelompok, yang bertujuan untuk mendukung siswa dalam mengembangkan aspek akademik, profesional, sosial, dan pribadi mereka secara maksimal. Melalui layanan ini, siswa dapat berbicara, berbagi pengalaman, dan menerima komentar yang

membangun dari teman sekelas dan guru BK dalam lingkungan yang aman.

Menurut Prayitno (1995), tujuan bimbingan kelompok adalah agar setiap peserta dapat: 1) memperoleh kepercayaan diri untuk berbicara di depan orang lain; 2) memperoleh kepercayaan diri untuk mengungkapkan pikiran, ide, saran, tanggapan, dan perasaan kepada orang lain; 3) belajar menghargai pendapat orang lain; 4) menerima tanggung jawab atas pendapat yang dipegangnya; 5) memperoleh kepercayaan diri untuk mengendalikan pikiran dan emosi sendiri; 6) mengembangkan sikap toleran; 7) saling mengenal satu sama lain; dan 8) mendiskusikan topik-topik yang menjadi minat atau kepedulian bersama..

Namun, untuk meningkatkan efektivitas layanan bimbingan kelompok, metode atau strategi baru yang sesuai dengan kebutuhan siswa saat ini harus digunakan. Strategi Problem Based Learning (PBL) merupakan salah satu metode yang relevan dan telah berhasil didemonstrasikan dalam pengajaran dan pembelajaran. PBL adalah metodologi pengajaran yang memberikan penekanan kuat pada siswa untuk berpartisipasi aktif dalam penyelesaian masalah-masalah yang aktual dan menantang melalui proyek kelompok, introspeksi, dan penelitian. Melalui pemecahan masalah secara individu dan kelompok, PBL dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan berpikir kritis, meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal, dan meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam konteks layanan konseling.

Menurut Ngilimun (2013), paradigma PBL memusatkan pembelajaran pada topik yang dipilih, memastikan bahwa siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan yang berhubungan dengan masalah tetapi juga proses ilmiah untuk menyelesaikan masalah tersebut. Sebagai hasilnya, selain memahami ide-ide yang berkaitan dengan masalah yang dihadapi, siswa juga perlu memperoleh pengetahuan tentang bagaimana memecahkan masalah menggunakan pendekatan ilmiah dan mengembangkan kemampuan berpikir kritis.

Ngilimun (2013) menegaskan bahwa kualitas-kualitas berikut ini sangat penting dalam paradigma Pembelajaran Berbasis Masalah :

- Pembelajaran dimulai dengan sebuah masalah.
- Pastikan bahwa masalah tersebut berkaitan dengan kehidupan sehari-hari siswa.
- Masalah, bukan disiplin ilmu, yang harus menjadi titik fokus pelajaran. Berikan tanggung jawab yang besar kepada siswa untuk merencanakan dan melaksanakan pendidikan mereka sendiri.
- Manfaatkan kelompok-kelompok kecil.
- Tuntutlah siswa untuk menunjukkan hasil belajar mereka melalui pertunjukan atau produk..

Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Problem Based Learning Untuk Menumbuhkan Efikasi Diri Akademik Pelajar Kelas 7b Di Smpn 36 Surabaya

Guru harus memilih mata pelajaran dengan masalah yang dapat dipecahkan untuk menggunakan PBL. Masalah-masalah tersebut dapat diambil dari buku pelajaran atau dari sumber-sumber lain, seperti lingkungan sekitar, keluarga, atau kejadian-kejadian di masyarakat.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa penggunaan PBL dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan efikasi diri, motivasi belajar, dan keterampilan sosial siswa. Namun, hanya sedikit penelitian yang secara eksplisit melihat seberapa baik strategi PBL bekerja dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa sekolah menengah pertama di Indonesia, khususnya di kota Surabaya. Untuk mengatasi kesenjangan ini, penelitian ini dilakukan dengan fokus pada siswa SMPN 36 Surabaya di kelas 7B yang diketahui mengalami kesulitan dalam efikasi diri akademik.

Beberapa siswa di kelas memiliki pertanyaan tentang kapasitas mereka untuk belajar, berpartisipasi secara pasif dalam kegiatan belajar mengajar, dan berjuang untuk menetapkan tujuan dan strategi belajar yang efektif, menurut data guru BK dan observasi awal. Hal ini menunjukkan kurangnya efikasi diri akademik, yang dapat mempengaruhi perkembangan akademik dan psikososial siswa dalam jangka panjang jika tidak ditangani. Dengan pemikiran tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik Problem Based Learning dalam rangka meningkatkan efikasi akademik siswa. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi secara teoritis dan praktis, khususnya bagi guru BK dalam mengembangkan program layanan yang inovatif berdasarkan kebutuhan siswa dan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya di bidang pendidikan dan konseling.

METODE

Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif, yaitu penelitian pada populasi atau sampel tertentu yang menggunakan teknik-teknik kuantitatif yang berlandaskan pada positivisme (Sugiyono, 2017). Penelitian pra-eksperimen adalah jenis penelitian ini. Penelitian pra-eksperimen didefinisikan oleh Sugiyono (2017) sebagai penelitian yang variabel-variabelnya belum dikontrol secara ketat. Metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pretest-Posttest untuk Satu Kelompok.

Rancangan perlakuan dalam penelitian ini dijabarkan dalam tabel berikut:

Tabel 2.1 Rencana perlakuan

Sesi	Tahapan Perlakuan	Keterangan Kegiatan
Sesi 1	<i>Pretest</i>	Menyebarkan <i>pretest</i> untuk mengukur tingkat efikasi diri akademik siswa, dan siswa yang

Sesi	Tahapan Perlakuan	Keterangan Kegiatan
		hasil skor menunjukkan kategori rendah akan diberikan perlakuan.
Sesi 2	Tahap pembentukan	1) Menjalin hubungan dengan anggota kelompok 2) Mencairkan suasana 3) Menyampaikan hasil <i>pretest</i>
Sesi 3	Tahap peralihan	1) Menjelaskan mengenai kegiatan bimbingan kelompok yang akan dilakukan menggunakan <i>problem based learning</i>
Sesi 4	Tahap kegiatan	1) Mengembangkan keyakinan siswa terhadap kemampuan yang dimilikinya. 2) Mengembangkan keyakinan siswa dalam menyikapi suatu masalah. 3) Mengembangkan keyakinan siswa dalam merencanakan akademik.
Sesi 5	Tahap kegiatan	1) Mengembangkan kekuatan usaha siswa dalam mencapai tujuan akademiknya. 2) Mengembangkan kekuatan siswa dalam menghadapi tantangan atau kesulitan.
Sesi 6	Tahap kegiatan	1) Mengembangkan keluasan siswa untuk mencari informasi tentang peluang studi lanjutnya 2) Mengembangkan keluasan siswa dalam mewujudkan akademik atau studi lanjut yang diinginkan 3) Mengembangkan keluasan siswa dalam mengambil keputusan studi lanjut dalam perencanaan akademiknya
Sesi 7	Tahap pengakhiran	1) Konselor memberikan apresiasi kepada anggota atas partisipasi dan keaktifannya 2) Konselor memberikan refleksi dan kesimpulan terhadap bimbingan kelompok yang sudah dilakukan
Sesi 8	<i>Posttest</i>	Menyebarkan <i>posttest</i> untuk melihat hasil efikasi diri akademik siswa dari perlakuan bimbingan kelompok <i>problem based learning</i> yang sudah diberikan.

Populasi penelitian adalah 28 siswa yang berasal dari peserta didik kelas VII. Pemilihan populasi tersebut berdasarkan pada rekomendasi guru bk dan data hasil AKPD yang telah disebar. Sampel penelitian ini menggunakan teknik random sampling. Penentuan jumlah sampel minimal sesuai pernyataan Arikunto (2002) adalah

Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Problem Based Learning Untuk Menumbuhkan Efikasi Diri Akademik Pelajar Kelas 7b Di Smpn 36 Surabaya

10% dari populasi atau 2,8, dan berdasarkan rumus samuel L.Taro Yamene (1973) mendapatkan hail 3,5. Maka dari hasil di atas pengambilan sampel dan ketentuan POP BK tahun 2023 sudah memenuhi. Peneliti menetapkan jumlah sampel sebanyak 9 siswa yang diambil berdasarkan kriteria siswa kelas VII yang memiliki kategori hasil pre-test rendah, cukup, dan tinggi.

Kuesioner skala penelitian tertutup tentang efikasi diri akademik siswa didistribusikan sebagai bagian dari proses pengumpulan data. Survei ini menggunakan skala Likert dengan empat kemungkinan jawaban: (1) sangat setuju; (2) setuju; (3) tidak setuju; dan (4) sangat tidak setuju. Para peneliti memodifikasi skala Likert untuk membuatnya lebih sederhana dan mencegah responden memilih jawaban netral yang mungkin bias. Sejalan dengan hal ini, Hadi (1991) berpendapat bahwa kelemahan dalam skala lima tingkat dapat diperbaiki dengan mengubah skala Likert.

Analisis data menggunakan analisis statistik *deskriptif* karena data yang akan dianalisis berasal dari subjek yang relatif kecil. Jenisnya adalah *Shapiro-wilk test* karena data berbentuk ordinal dan saling berkaitan. Analisis data akan dilakukan menggunakan *IBM SPSS Statistics 25*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di SMPN 36 Surabaya selama 6 kali pertemuan menggunakan teknik bimbingan kelompok *problem based learning* diperoleh hasil analisis perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 3.1 Analisis Perbandingan Skor *Pre-Test* dan *Post-Test*

Nama	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>		Selisih Perbedaan Skor
	Skor	Kategori	Skor	Kategori	
RHN	105	Tinggi	106	Tinggi	+1
MLN	90	Rendah	97	Sedang	+7
NPL	106	Tinggi	108	Tinggi	+2
DLO	97	Sedang	105	Tinggi	+8
EVYN	100	Sedang	104	Sedang	+4
ARL	103	Sedang	105	Tinggi	+2
SFR	96	Sedang	104	Sedang	+8
ZDN	98	Sedang	100	Sedang	+2
JN	90	Rendah	99	Sedang	+9
Rata-rata	98,333	Sedang	103,111	Sedang	+4,78

Selanjutnya menganalisis hasil menggunakan uji wilcoxon dengan bantuan SPSS. Berikut ini hasil perhitungan uji *Shapiro Wilk* menggunakan *SPSS Statistics 25 For Windows*:

Tabel 3.2 Hasil Uji Hipotesis

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretest	,131	9	,200 [*]	,963	9	,832
posttest	,279	9	,042	,887	9	,185

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan output uji normalitas *Shapiro-Wilk*, berikut interpretasinya:

Hipotesis nol, atau uji, adalah bahwa data terdistribusi secara normal.

Data tidak terdistribusi secara teratur, sesuai dengan hipotesis alternatif, atau H_1 .

Kriteria Keputusan:

Data dianggap berdistribusi normal (terima H_0) jika nilai Sig. (p-value) > 0,05.

Data tidak terdistribusi secara normal jika nilai Sig. (p-value) kurang dari 0,05 (tolak H_0).

Analisis Temuan:

Pretest: Data pretest terdistribusi normal, dengan nilai sig. 0,832 (lebih tinggi dari 0,05).

Posttest: Data juga terdistribusi normal, dengan nilai sig 0,185 (lebih tinggi dari 0,05).

Kesimpulan: Mengingat nilai signifikansi pretest dan posttest keduanya lebih tinggi dari 0,05, maka dapat dikatakan bahwa. Uji Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data pretest dan posttest terdistribusi secara teratur. Oleh karena itu, uji statistik parametrik seperti uji-t berpasangan dapat digunakan untuk analisis tambahan jika Anda ingin membandingkan pretest dan posttest.

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 pretest & posttest	9	,820	,007

Hipotesis penelitian berikut ini dapat dikembangkan berdasarkan output Paired Samples Correlations:

Hipotesis nol (H_0) menyatakan bahwa skor pada pretest dan posttest tidak berkorelasi secara signifikan.

Hipotesis Alternatif (H_1): Hasil pretest dan posttest berkorelasi secara signifikan.

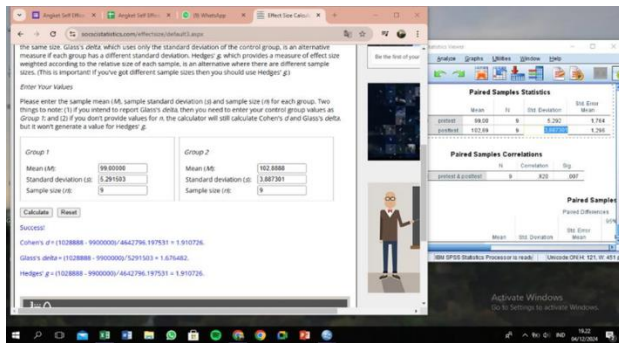
Analisis Temuan:

Hubungan positif yang sangat tinggi antara pretest dan posttest ditunjukkan oleh nilai korelasi (r) = 0,820.

Karena Sig. = 0.007 (kurang dari 0.05), maka H_1 diterima dan H_0 ditolak.

Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Problem Based Learning Untuk Menumbuhkan Efikasi Diri Akademik Pelajar Kelas 7b Di Smpn 36 Surabaya

Hal ini menunjukkan bahwa perubahan dari pretest ke posttest berhubungan erat, yang mengindikasikan adanya hubungan yang cukup besar antara kedua tes tersebut. Singkatnya, ada korelasi yang substansial dan signifikan secara statistik antara hasil pretest dan posttest.



Ukuran efek dihitung menggunakan Cohen's d, Glass's Δ , dan Hedges' g berdasarkan data yang ditunjukkan pada gambar.

Berdasarkan temuan perhitungan:

Glass's $\Delta = 1.676428$ dan Cohen's $d = 1.910726$

g untuk Hedges = 1.910726

Pengaruh yang sangat besar (ukuran efek yang tinggi) ditunjukkan dengan nilai 1,91.

Interpretasi Ukuran Efek:

Hedges' g dan Cohen's d:

Menurut pembacaan Cohen's d:

$D < 0,2 \rightarrow$ Pengaruh minimal

Pengaruh sedang: $0,2 \leq d < 0,5$; pengaruh besar: $0,5 \leq d < 0,8$ $d \geq 0,8 \rightarrow$ Pengaruh yang sangat signifikan

Pengaruh yang sangat signifikan juga ditunjukkan oleh Δ Glass: Nilai sebesar 1,67.

Jika ada perbedaan yang cukup besar dalam varians antar kelompok, Glass's Δ adalah pilihan yang lebih baik.

Kesimpulan:

Karena nilai Cohen's d, Hedges' g, dan Glass's Δ semuanya menunjukkan angka di atas 1,5, maka dapat disimpulkan bahwa efek dari perlakuan atau intervensi terhadap perubahan antara pretest dan posttest sangat besar. Ini berarti bahwa ada pengaruh yang kuat dari intervensi terhadap hasil posttest.

Pembahasan

Peneliti mendasarkan kesimpulannya pada temuan penelitian sebelumnya tentang efikasi diri akademik. Berkenaan dengan efikasi diri akademik, terdapat sembilan (9) subjek, dengan dua (2) siswa dalam kelompok tinggi,

lima (5) dalam kategori sedang, dan dua (2) dalam kategori rendah. Pemilihan sembilan (9) subjek oleh peneliti didasarkan pada sudut pandang yang dikemukakan dalam pedoman operasional bimbingan dan konseling sekolah menengah pertama. Bimbingan kelompok adalah proses di mana konselor dan guru BK membantu siswa dalam kelompok kecil yang terdiri dari delapan hingga lima belas orang sebagai cara untuk mempertahankan nilai-nilai, menghindari masalah, dan membangun keterampilan hidup. Oleh karena itu, siswa akan menerima perlakuan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik pembelajaran berbasis masalah untuk meningkatkan efikasi diri akademik. RHN (skor pretest 105), MLN (skor pretest 90), NPL (skor pretest 106), DLO (skor pretest 97), EVYN (skor pretest 100), ARL (skor pretest 103), SFR (skor pretest 96), ZDN (skor pretest 98), dan JN (skor pretest 90) merupakan siswa yang terpilih menjadi subjek penelitian. Menurut (Susanti, 2021), "Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik PBL terhadap Self-Efficacy Akademik Siswa di SMP Negeri 2 Surakarta."

Tingkat efikasi diri meningkat secara signifikan setelah perlakuan PBL, menurut hasil penelitian. Siswa menerima perlakuan bimbingan kelompok pembelajaran berbasis masalah sebanyak delapan kali, dengan dua kali pertemuan pretest dan posttest. Untuk mencapai timbal balik di antara para siswa, bimbingan kelompok bertujuan untuk menciptakan lingkungan kelompok yang positif dan mendorong kerja sama. "Penggunaan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Pembelajaran Berbasis Masalah untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama" (Fitriani, 2019) menyatakan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan PBL secara signifikan meningkatkan self-efficacy siswa dalam menghadapi tugas-tugas akademik. Bimbingan kelompok dilaksanakan di salah satu ruangan yang ada di SMPN 36 Surabaya dengan persetujuan guru bimbingan dan konseling di SMPN 36 Surabaya ruangan ini biasa disebut ruangan Sumber. Pada pertemuan pertama topik bahasan yang merupakan materi pada bimbingan dan kelompok ialah mengenai pengenalan antara satu sama lain dengan peneliti dan peneliti mengumpulkan informasi mengenai peserta didik agar pada pertemuan selanjutnya dapat dilakukan tanpa adanya rasa canggung maupun ketidaknyamanan peserta didik. Pada pertemuan kedua dan ketiga dimana peneliti memberikan materi yang dibentuk menggunakan media PPT agar menarik perhatian siswa/i dan diharapkan agar siswa/i dapat memahami secara mendasar mengenai self efficacy dan agar siswa/i dapat mendalami dari sumber-sumber yang tersedia dari informasi maupun media terbaru pada pertemuan keempat hingga keenam peneliti memberikan LKPD dengan harapan siswa dapat memahami arti dari

Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Problem Based Learning Untuk Menumbuhkan Efikasi Diri Akademik Pelajar Kelas 7b Di Smpn 36 Surabaya

pembelajaran *problem based learning*. Menurut (Mulyani, & Hartati, 2020), "*Efektivitas Problem Based Learning dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMP*". Penelitian ini menemukan bahwa siswa yang mengikuti bimbingan kelompok PBL lebih percaya diri dan mandiri dalam menyelesaikan tugas sekolah dibandingkan kelompok yang tidak diberi perlakuan. Berdasarkan pada hasil penelitian, terlihat bahwa kesembilan subjek mengalami peningkatan yang sangat signifikan dalam hal *self efficacy* akademik setelah dilakukan *treatment*. Peserta didik yang awalnya belum memiliki *self efficacy* akademik setelah diberikan *treatment* memiliki peningkatan dalam *self efficacy* akademiknya. Terdapat empat (4) subjek penelitian yang mengalami peningkatan paling signifikan adapun keempat subjek tersebut adalah MLN, DLO, SFR, dan JN. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa peserta didik mengalami peningkatan setelah mengikuti bimbingan kelompok. Perolehan skor itu sendiri pada subjek RHN sebesar 106, MLN sebesar 97, NPL sebesar 108, DLO sebesar 105, EVYN sebesar 104, ARL sebesar 105, SFR sebesar 104, ZDN sebesar 100, dan JN sebesar 99.

Selain itu, RHN, NPL, ARL, dan ZDN merupakan subjek yang mengalami peningkatan paling sedikit dari kesembilan subjek. Skor rata-rata *pretest* untuk subjek penelitian adalah 99.00, yang termasuk dalam rentang sedang hingga rendah berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*. Karena nilai rata-rata *posttest* 103,111 mendekati nilai kategori atas yaitu 104,3 ke atas, maka nilai ini dimasukkan ke dalam kategori rata-rata yang lebih tinggi. Uji *Shapiro-Wilk* SPSS digunakan untuk menguji data *pretest* dan *posttest*. Ditemukan bahwa nilai *sig* untuk *pretest* dan *posttest* masing-masing adalah 0,832 dan 0,185, yang menunjukkan bahwa H_0 diterima. Dengan demikian, dapat diketahui adanya perbedaan efikasi diri akademik siswa sebelum dan sesudah perlakuan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik pembelajaran berbasis masalah. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik pembelajaran berbasis masalah efektif untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa kelas VII di SMPN 36 Surabaya.

PENUTUP

Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan maka dapat disimpulkan :

1. Terdapat hubungan antara Bimbingan kelompok dengan teknik **Problem-Based Learning (PBL)** terbukti efektif dalam meningkatkan

efikasi diri akademik siswa kelas 7b di SMPN 36 Surabaya.

2. Teknik **Problem-Based Learning (PBL)** terbukti efektif dalam meningkatkan **efikasi diri akademik** siswa di SMPN 36 Surabaya. Pendekatan ini membantu siswa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan akademik, meningkatkan kemampuan pemecahan masalah, serta membangun sikap positif terhadap proses belajar.
3. Dengan bimbingan kelompok berbasis PBL, siswa dapat lebih aktif berdiskusi, berpikir kritis, dan menemukan solusi atas permasalahan yang mereka hadapi dalam pembelajaran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode ini dapat menjadi strategi yang efektif bagi guru dan konselor dalam mendukung perkembangan akademik siswa, terutama dalam membangun keyakinan diri mereka terhadap kemampuan belajar.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa masukan untuk siswa, guru, sekolah, dan peneliti sebagai berikut :

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling
Penelitian ini ditujukan untuk guru bimbingan dan konseling sebagai dasar pertimbangan dalam meningkatkan *self efficacy* akademik siswa kelas 7b di SMPN 36 Surabaya dapat meningkat secara signifikan. Dan juga penelitian ini bisa sebagai dasar pertimbangan dalam memberikan layanan agar siswa dapat meningkatkan *self efficacy* akademiknya dalam menghadapi tantangan akademik, meningkatkan kemampuan pemecahan masalah, serta membangun sikap positif terhadap proses belajar.
2. Bagi Sekolah
Penelitian ini ditujukan untuk sekolah guna untuk memberikan sarana dan wadah untuk menggali ilmu pengetahuan yang diharapkan mampu memfasilitasi siswa dalam mencapai *self efficacy* akademik siswa yang baik. Hal tersebut selain diberikan layanan bimbingan dan konseling perlu diadakan training atau sosialisasi untuk meningkatkan *self efficacy* dan motivasi belajar.
3. Bagi Peneliti
Selanjutnya Penelitian ini ditujukan untuk peneliti selanjutnya yang diharapkan memberikan hasil dan melihat aspek variabel ini secara luas dengan keaslian dan keunikan. Peneliti ini dilakukan dengan populasi terbatas yaitu peserta didik SMPN 36 Surabaya yang diharapkan untuk melakukan penelitian dengan memperhatikan pelaksanaan penelitian agar data populasi lebih lengkap.

Implikasi

Ada beberapa implikasi yang dapat dijelaskan sebagai berikut sehubungan dengan temuan penelitian tentang efisiensi konseling kelompok menggunakan strategi Problem Based Learning (PBL) untuk meningkatkan efikasi diri akademik pada siswa kelas 7B di SMPN 36 Surabaya:

1. Bagi Guru BK: Efikasi diri akademik siswa terbukti meningkat dengan penggunaan pendekatan Problem Based Learning (PBL). Bagi siswa yang kurang memiliki efikasi diri akademik, khususnya, guru BK dapat menggunakannya sebagai pengganti dalam layanan bimbingan kelompok..
2. Bagi Siswa/I: Melalui PBL, siswa dilatih berpikir kritis dan menyelesaikan masalah, yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan sikap positif terhadap kemampuan belajar mereka.
3. Bagi Sekolah: Penerapan layanan bimbingan berbasis PBL dapat menjadi strategi peningkatan mutu pendidikan dan mendukung prestasi akademik siswa secara menyeluruh.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya: Penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan studi lebih lanjut, terutama yang mengkaji pengaruh PBL terhadap variabel psikologis lain seperti motivasi atau kecemasan belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbudin, N. 2011. "Perspektif Islam tentang Strategi Pembelajaran." Jakarta: Kencana.
- Adebusuyi, A. 2018. "Academic Stress and Mental Health among College Students". *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 6(2), pp.35–42.
- Agolla, J.E. and Ongori, H. 2009. "An assessment of academic stress among undergraduate students." *The International Journal of Interdisciplinary Social Sciences*, 4(1), pp.125–131.
- Alwisol, 2009. "Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)." Malang: UMM Press.
- Amar, M.F., 2024. "Peran kemampuan komunikasi interpersonal pendidik dalam menumbuhkan self-efficacy." *Aafiyah: Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(1), January–June. Available at: <https://edujavare.com/index.php/Aafiyah/issue/archive>
- Ang, R.P. and Huan, V.S. 2006. "Academic expectations stress inventory: Development, factor analysis, reliability, and validity." *Educational and Psychological Measurement*, 66(3), pp.522–539. <https://doi.org/10.1177/0013164405282461>
- Arikunto, S. 2002. "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Ed. Revisi)." Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2006. "Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi VI)." Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariska Srinikasari & Syukur, Y., 2023. "Efektivitas layanan informasi menggunakan teknik problem-based learning untuk meningkatkan self regulated learning siswa." *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 8(1), pp.43–52. Available at: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jrti>
- Arsanti, T.A., 2009. "Hubungan antara penetapan tujuan, self-efficacy dan kinerja." *Jurnal Bisnis dan Ekonomi (JBE)*, pp.97–110.
- Atikah, N. & Asni, 2023. "Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan self efficacy siswa SMPN 33 Bekasi." *Research and Development Journal of Education*, 9(2), pp.674–678. Available at: <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/RDJE>
- Ayu Noviatu Sa'adah, Retnaningdyastuti, M.A. & Primaningrum, D.M., 2020. "Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan regulasi diri dalam belajar siswa kelas XI IPS-1 SMA Kartika III-1 Banyubiru." *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(2), pp.11–19. Available at: <http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/suluh>
- Bandura, A. 1997. "Self-efficacy: The exercise of control." New York: W.H. Freeman and Company.
- Bossy, S. 2000. "Educational stress and youth in Japan." *McGill Journal of Education*, 35(2), pp.147–162.
- Brown, S.D. & Lent, R.W., 2022. "Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work." Hoboken: John Wiley & Sons.
- Cholis, 2006. "Pembelajaran Kontekstual dan Implementasinya." Yogyakarta: UNY Press.
- Citra Yolantia et al., 2021. "Penerapan modul problem based learning terhadap self efficacy dan hasil belajar peserta didik." *Jurnal Pendidikan Sains Indonesia*.
- Corey, G. 1972. "Theory and Practice of Group Counseling." California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Corey, G. 2000. "Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy (6th ed.)." Belmont, CA: Brooks/Cole.

Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Problem Based Learning Untuk Menumbuhkan Efikasi Diri Akademik Pelajar Kelas 7b Di Smpn 36 Surabaya

- Fauzi, M.A.R. et al., 2023. "Penerapan model problem based learning berbasis game edukatif dalam peningkatan hasil belajar kognitif biologi." *Jurnal Biologi*, 1(3), pp.1–11. Available at: <https://journal.pubmedia.id/index.php/biology>
- Fitriani, A. 2019. "Pengaruh Pembelajaran Kooperatif terhadap Efikasi Diri Siswa." *Jurnal Pendidikan*, 4(3), pp.132–140.
- Garcia-Ros, R., Perez-Gonzalez, F. And Hinojosa, E. 2018. "Analyzing academic stress in adolescence: Development and validation of the QASSE." *Frontiers in Psychology*, 9, p.2655. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02655>
- Hamann, K.R.S. et al., 2024. "Believing that we can change our world for the better: A Triple-A (Agent-Action-Aim) framework of self-efficacy beliefs in the context of collective social and ecological aims." *Personality and Social Psychology Review*, 28(1), pp.11–53.
- Hartinah, S. 2009. "Konsep Dasar Bimbingan Kelompok (Cet..)" Bandung: Refika Aditama.
- Hasmatang, 2019. "Pentingnya Self Efficacy pada Diri Peserta Didik." *Prosiding Seminar Nasional Biologi VI*, 1, pp.296–298.
- Hendriana, H. & Kadarisma, G., 2019. "Self-efficacy dan kemampuan komunikasi matematis siswa SMP." *JNP M (Jurnal Nasional Pendidikan Matematika)*, 3(1), pp.153–164.
- Hidayat, R. & Wicaksono, L.A.F., 2022. "Analisis efikasi diri akademik rendah pada siswa kelas IX SMP Negeri 21 Pontianak." *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khayatuli*, 11(12), pp.3227–3237. Available at: <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb>
- Ifdil et al., 2019. "The College Academic Self-Efficacy Scale (CASES); An Indonesian validation to measure the self-efficacy of students." *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 4(4), pp.115–121. Available at: <https://citeus.um.ac.id/jkbk>
- Ikbali, M., Abbas, M. And Haron, H. 2023. "Motivational determinants of academic performance in higher education." *Frontiers in Education*, 8, p.1099415. <https://doi.org/10.3389/educ.2023.1099415>
- Jatisunda, M.G., 2017. "Hubungan self-efficacy siswa SMP dengan kemampuan pemecahan masalah matematis." *Jurnal THEOREMS (The Original Research of Mathematics)*, 1(2).
- Juwita, R., Afdal, M. & Satriana, F., 2024. "Career decision self-efficacy pada peserta didik Sekolah Menengah Pertama di Indonesia."
- Kumar, S. And Coe, C. 2017. "Mentoring and Student Retention in Online Doctoral Programs." *American Journal of Distance Education*, 31(2), pp.128–142. <https://doi.org/10.1080/08923647.2017.1300466>
- Kunandar, 2010. "Guru Profesional: Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan Sukses dalam Sertifikasi Guru." Jakarta: Rajawali Pers.
- Kurniasih, E. 2024. "Efektivitas Model Pembelajaran Reflektif terhadap Efikasi Diri Akademik Siswa." Semarang: Universitas Negeri Semarang (UNNES) Press.
- Lee, M. And Larson, R. 2000. "The Korean "examination hell": Long hours of studying, distress, and depression." *Journal of Youth and Adolescence*, 29(2), pp.249–271. <https://doi.org/10.1023/A:1005160713622>
- Martina, T., Sutja, A. & Sarman, F., 2024. "Pengaruh self efficacy terhadap motivasi belajar siswa di SMP N 9 Kota Jambi." *Jurnal Parama Utama*, 1(3), pp.220–227. Available at: <https://nafatimahpustaka.org/jpe/article/view/328>
- Moma, L., 2014. "Self-efficacy matematik pada siswa SMP."
- Mosharafa: *Jurnal Pendidikan Matematika*, 3(2), pp.85–94.
- Mugiarso, H., Setyowani, N. & Tedra, L.B., 2018. "Self-efficacy dan persistensi mahasiswa ketika mengerjakan skripsi ditinjau dari kecemasan akademik." *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(3), pp.171–175. Available at: <https://ejournal-bk.unindra.ac.id/index.php/terapeutik/>
- Mulyani, S. And Hartati, Y. 2020. "Hubungan Kedisiplinan dengan Efikasi Diri pada Siswa SMA." *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 7(1), pp.22–30.
- Ngalamun, S. 2013. Pengaruh Motivasi Belajar terhadap Prestasi Akademik Siswa. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Noer, S.H. & Hidayat, R.A., 2021. "Analisis kemampuan berpikir kritis matematis yang ditinjau dari self efficacy siswa dalam pembelajaran daring." *Media Pendidikan Matematika*, 9(2). Available at: <https://ejournal.undikma.ac.id/index.php/jmpm>
- Nova, L.M., Firman, F. & Sukmawati, I., 2016. "Efektivitas layanan informasi dengan pendekatan problem based learning untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa." *Jurnal Ilmiah Konseling*, 3(4), pp.1–10. Available at: <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>

Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Problem Based Learning Untuk Menumbuhkan Efikasi Diri Akademik Pelajar Kelas 7b Di Smpn 36 Surabaya

- Novferma, N., 2016. "Analisis kesulitan dan self-efficacy siswa SMP dalam pemecahan masalah matematika berbentuk soal cerita." *Jurnal Riset Pendidikan Matematika*, 3(1), pp.76–87.
- Pertiwi, R.E., 2021. "Keefektifan bimbingan kelompok teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy penggunaan internet dan critical thinking siswa SMP Negeri 3 Semarang." *AL-INSAN: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 1(2), Mei.
- Pintrich, P.R. & Zusho, A., 2021. "The development of academic self-efficacy." *Educational Psychology Review*, 33(1), pp. 15–31.
- Pratiwi, A.F. & Imami, A.I., 2022. "Analisis self-efficacy dalam pembelajaran matematika pada siswa SMP." *AKSIOMA: Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, 13(3), pp.403–410.
- Prayitno, 1995. "Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)." Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Prayitno, and Amti, E. 1999. "Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling." Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno, and Amti, E. 2004. "Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling (Edisi Revisi)." Jakarta: Rineka Cipta.
- Putra, S.A., Daharnis & Syahniar, 2013. "Efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan self efficacy siswa." *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(2), Juni. Available at: <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>
- Rachmadany, W. & Rahma, U., 2022. "Psikoedukasi sebagai strategi meningkatkan self efficacy pada warga binaan perempuan pasca pandemi." *Seminar Nasional Psikologi 2022*.
- Remadhani, R., 2021. "Pengaruh model pembelajaran problem based learning terhadap self efficacy dan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran IPA di SMK Amal Bakti Jatimulyo." *Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung*.
- Richardson, M., Abraham, C. & Bond, R., 2021. "Psychological correlates of university students' academic performance: A systematic review and meta-analysis." *Psychological Bulletin*, 147(2), pp.353–387.
- Riyanto, M., Asbary, M. & Latif, D., 2024. "Efektivitas problem based learning terhadap kemampuan berpikir kritis mahasiswa." *Journal of Information Systems and Management*, 3(1). Available at: <https://jisma.org>
- Romlah, T. 2001. "Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok." Malang: Universitas Negeri Malang.
- Romlah, T. 2005. "Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok." Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sanjaya, W. 2010. "Strategi pembelajaran berorientasi standar proses pendidikan." Jakarta: Kencana.
- Sanjaya, W. 2012. "Perencanaan dan desain sistem pembelajaran." Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Setiawati, I., Rahmawati, D. And Hidayat, R. 2022. "Pengaruh Model Problem Based Learning terhadap Motivasi Belajar Siswa." *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 9(1), pp.45–55.
- Soldo, B., Milinković, D. And Lazić, B. 2009. "The Role of Self-efficacy in Academic Achievement." *Croatian Journal of Education*, 11(1), pp.175–188.
- Stepien, W., Gallagher, S. And Workman, D. 1993. "Problem-Based Learning for Traditional and Interdisciplinary Classrooms." *Journal of Educational Leadership*, 50(7), pp.62–65.
- Sugiartha, I.K. 2019. "Metodologi Penelitian Pendidikan." Denpasar: Pustaka Larasan.
- Sugiharto, D.Y.P. & Saputri, K.A., 2019. "Hubungan antara self efficacy dan social support dengan tingkat stres pada mahasiswa akhir penyusun skripsi di FIP UNNES." *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*.
- Sugiyono, 2015 "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D." Bandung: Alfabeta.
- Suharna, H. And Abdullah, N.H. 2020. "Implementation of Student Learning (4C) During The Covid-19 Pandemic."
- Sukardi, 2003. "Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya." Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukardi, 2008. "Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah." Jakarta: Rineka Cipta.
- Supriatna, D. 2023. "Pengembangan Model Pembelajaran Inovatif." Jakarta: Prenadamedia Group.
- Susanti, D. 2021. "Efikasi Diri Akademik dan Hubungannya dengan Prestasi Belajar Siswa." *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 6(2), pp.87–96.
- Tuckman, B.W. & Monetti, D.M., 2023. "Educational Psychology: Active Learning Edition." Boston: Cengage Learning.
- Ubaidillah, F.A., Saifullah, S. And Hitomi, A.R. 2018. "Efikasi Diri dan Performansi Akademik Siswa Sekolah Menengah Kejuruan." *Psikolislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 15(2), pp.123–134.
- Venanda, Y.A., 2022. "Hubungan efikasi diri (self efficacy)

denganprokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa.”*Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(1), April, pp.40–55. Available at: <https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/index>

Wentzel, K.R. & Ramani, G.B., 2022. “*Handbook of Social Influences in School Contexts: Social-Emotional, Motivation, and Cognitive Outcomes.*” New York: Routledge.

Wibowo, S. 2005. “Manajemen Bimbingan dan Konseling SMAN ISidoarjo. Skripsi, Program Studi Psikologi Pendidikan, Universitas Surabaya.”

Winkel, W.S. and Hastuti, M.M.S. 2004. “Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan.” Yogyakarta: Media Abadi.

Yamane, T. 1973. “Statistics: An Introductory Analysis (3rd ed.)” New York: Harper and Row.

Yew, E.H.J. & Goh, K., 2016. “Problem-based learning: An overview of its process and impact on learning.” *Health Professions Education*, 2, pp.75–79. Available at: www.sciencedirect.com

Yunidawati, 2023. “Pengaruh Model Problem Based Learning (PBL) dan Efikasi Diri terhadap Kemampuan Berpikir.” [online]Available at:https://repository.uhamka.ac.id/38646/1/TESIS_YUNIDAWATI-2009087022.pdf [Accessed 18 May 2025].

Zee, M., de Jong, P.F. & Koomen, H.M.Y., 2024. “The relationalside of teachers’ self-efficacy: Assimilation and contrast effects ofclassroom relational climate on teachers’ self-efficacy.” *Journal of School Psychology*. Availableat: www.elsevier.com/locate/jschpsyc

Zimmerman, B.J. & Schunk, D.H., 2022. “*Self-Regulated Learningand Academic Achievement: Theoretical Perspectives.*” London: Routledge