

EFEKTIFITAS TEKNIK *MODELING* DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK DALAM MENGUNGKAPKAN GAGASAN KELAS VIII SMP KYAI HASYIM SURABAYA

Nurul Mufarrohah⁽¹⁾, Aniek Wirastania⁽²⁾
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
Email: mufarfarohah21@gmail.com⁽¹⁾, aniek.bk04@gmail.com⁽²⁾

ABSTRAK

Kepercayaan diri dalam mengungkapkan gagasan masih menjadi kendala dalam melaksanakan pembelajaran yang efektif. Rendahnya kepercayaan diri peserta didik berdampak pada prestasi belajar peserta didik di sekolah. Penelitian ini bertujuan menguji keefektifan penerapan teknik pemodelan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dalam mengungkapkan gagasan. Penelitian dilaksanakan melalui pendekatan kuantitatif dengan rancangan pra eksperimen. Model rancangan pra eksperimen yang digunakan adalah *one group pre test - post test*. Subyek penelitian adalah tujuh orang peserta didik kelas VIII yang memperoleh skor rendah pada skala kepercayaan diri mengungkapkan gagasan. Teknik statistik *non parametric* dengan uji *wilcoxon* digunakan sebagai metode analisis data. Hasil interpretasi menggunakan uji *wilcoxon* yang diketahui bahwa nilai *asympt* lebih kecil dari dasar pengambilan keputusan yang artinya H_a diterima. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan dalam mengungkapkan gagasan pada peserta didik kelas VIII SMP Kyai Hasyim Surabaya.

Kata kunci: *Kepercayaan Diri, Modeling, Bimbingan Kelompok*

ABSTRACT

Confidence in expressing ideas is still an obstacle in implementing effective learning. The low confidence of students has an impact on student achievement in school. This study aims to test the effectiveness of the application of modeling techniques in group guidance to increase students' confidence in expressing ideas. The study was conducted through a quantitative approach with a pre-experimental design. The pre-experimental design model used was one group pre-test - post test. The research subjects were seven grade VIII students who scored low on the confidence scale expressing ideas. Non parametric statistical techniques with the Wilcoxon Test are used as data analysis methods. The results of the interpretation using the Wilcoxon Test are known that the *asympt* value is smaller than the basis of decision making, which means H_a is accepted. Based on the results of data analysis, it can be concluded that the use of modeling techniques in group guidance is effective in increasing confidence in expressing ideas to grade VIII students of Kyai Hasyim Surabaya Middle School.

Keywords: *Self Confidence, Modeling, Group Guidance*

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri merupakan kekuatan besar untuk menunjang keberhasilan peserta didik. Peserta didik yang selalu percaya diri akan berhasil mendapatkan nilai bagus pada akademiknya dibandingkan dengan peserta didik yang percaya dirinya rendah. Percaya diri merupakan keyakinan akan kemampuan peserta didik untuk bertindak sesuai keinginan tanpa ada paksaan dari pihak manapun (Ghufroon & Risnawati, 2010). Menurut Hakim percaya diri

dapat tumbuh melalui interaksi lingkungan sekitar dan secara langsung dapat berkembang maupun menurun sesuai dengan lingkungan sekitarnya (Syam & Amri, 2017) .

Sebagai seorang peserta didik sudah seharusnya mempunyai rasa percaya diri tinggi, dan yang paling diutamakan adalah dalam hal mengungkapkan gagasan, namun fenomena yang ditemukan oleh peneliti ada beberapa peserta didik yang mempunyai percaya diri rendah. Ketika di kelas dia takut dan malu untuk mengungkapkan gagasan dan berbicara di depan kelas.

Menurut Lie percaya diri adalah keyakinan berupa kemampuan dirinya sendiri dalam melakukan pekerjaan dan menyelesaikan *problem* yang dihadapinya (Saputra & Prasetiawan, 2017). Sedangkan menurut Lauster percaya diri bukanlah suatu karakter yang berasal dari keturunan keluarga tetapi percaya diri dapat diperoleh melalui interaksi dan pengalaman kemudian ditanamkan pada lingkungan sekolah oleh guru (Maulida & Dhanial, 2012).

Karakteristik peserta didik yang mempunyai percaya diri adalah meyakini kecakapan potensinya sehingga tidak membutuhkan pujian dan pengakuan dari peserta didik dan gurunya, dapat menghadapi penolakan dari teman-temannya, mempunyai penguasaan diri dengan baik, dan dapat membedakan sisi positif negative dirinya sendiri dan lingkungan di luar dirinya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi percaya diri yaitu (a) Faktor diri sendiri seperti konsep diri dan harga diri, (b) faktor lingkungan dan pengalaman seperti keluarga, bermain bersama teman sejawat dan lingkungan pendidikan. Fenomena yang ditemukan peneliti ketika melakukan penelitian, masih banyak peserta didik yang menunjukkan percaya diri rendah seperti ragu-ragu ketika menjawab pertanyaan dari guru, takut salah ketika bertanya dan mengungkapkan gagasan, serta peserta didik diam dan menolak ketika ditunjuk untuk maju ke depan dan menyelesaikan soal. Hal ini dapat menghambat proses pembelajaran di kelas serta tumbuh kembang peserta didik yang kurang optimal. Salah satu usaha yang untuk melakukan peningkatan terhadap percaya diri peserta didik adalah dengan menggunakan pelayanan bimbingan dan konseling. Berdasarkan hal ini bimbingan dan konseling bertujuan untuk memberikan fasilitas dan kesempatan mengembangkan potensi yang ada dalam diri peserta didik.

Menurut Juntika bimbingan kelompok adalah bantuan profesional yang ditujukan kepada peserta didik yang mempunyai masalah dan pelayanannya berbentuk kelompok (Hanan, 2017). Bimbingan kelompok menurut Prayitno adalah layanan yang dilakukan dalam bentuk kelompok yang didalamnya anggota kelompok saling berhubungan dan mempengaruhi dengan cara mengungkapkan gagasan dan memberikan respon, serta timbale balik untuk suatu

materi yang ditentukan oleh pemimpin kelompok dan diharapkan bermanfaat bagi anggota kelompok. (Fitriati, 2017).

Bimbingan dan konseling mempunyai beberapa teknik, salah satunya adalah teknik *modeling*. *Modeling* merupakan pengamatan suatu perilaku baru yang dimunculkan oleh tokoh dan pengamat dapat menambah atau mengurangi perilaku tersebut sesuai dengan yang dibutuhkan. Menurut Bandura *modeling* tidak hanya sekedar meniru, tetapi melibatkan kognitif dengan menyesuaikan diri dengan perilaku peserta didik yang menjadi model dengan cara mengamati dan merepresentasikan sebagai informasi kemudian menyimpannya untuk digunakan di kemudian hari atau apabila membutuhkannya (Usman, Puluhulawa, & Smith, 2017).

Sedangkan menurut Rumiani dkk menyatakan teknik *modeling* adalah proses peserta didik mengamati seorang model kemudian diperkuat untuk mencontoh perilaku yang dilakukan oleh sang model. Peserta didik akan memperhatikan seorang model, kemudian peserta didik merekam peristiwa tersebut, peserta didik diberikan sebuah penguatan untuk dapat melakukan apa yang dicontohkan oleh model (Repita, Parmiti, & Tirtayani, 2016). Berdasarkan beberapa paparan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa teknik *modeling* adalah proses pembentukan perilaku baik menambah, mengurangi, mengubah dan memperbaiki perilaku melalui proses pengamatan yang dilakukan oleh model berdasarkan respon yang melibatkan kognitif sehingga terbentuklah perilaku baru.

Menurut Corey, *modeling* dibagi menjadi 3 macam (Sutama, Suranata, & Dharsana, 2014):

1. *Live Model* (model nyata), yaitu berupa seseorang yang dikagumi kemudian diamati, misalnya orangtua, guru, konselor, teman sebaya dll.
2. *Symbolic Model* (model simbolik) yaitu model yang dapat dilihat melalui video, film atau media visual yang lainnya, misalnya tokoh yang dikagumi pada film dll. Model simbolik ini bekerja dengan cara mengamati dan mempelajari perilaku yang dimunculkan oleh tokoh tersebut kemudian menirukannya.
3. *Multiple Model* (model ganda), model ini biasa diterapkan pada kegiatan kelompok dimana kelompok memilih satu anggota untuk dijadikan model untuk mempelajari perilaku baru dengan tujuan mengubah perilaku lama, dengan cara anggota yang lain mengamati perilaku baru tersebut.

Penelitian ini lebih memfokuskan pada teknik *multiple model* yakni menggunakan salah satu anggota kelompok untuk dijadikan model bagi anggota-anggota lainnya. *Multiple model*

dalam kelompok terdapat *feedback* antara pemimpin kelompok yaitu guru BK itu sendiri dengan anggota kelompok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang mana merupakan metode yang dapat dilakukan sebagai proses mencatat, menganalisis data penelitian dengan menggunakan uji statistik tentang efektifitas teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok untuk mengetahui peningkatan percaya diri peserta didik. Data yang dihasilkan berbentuk angka agar mudah untuk menganalisisnya (Sugiyono, 2018).

Peneliti menggunakan desain *one group pre-test* dan *post-test* dengan sampel penelitian sejumlah 7 peserta didik yang dipilih melalui *purposive sampling* dari populasi sejumlah 31 peserta didik. Instrumen pengumpulan data menggunakan *interview* dan angket percaya diri dalam mengungkapkan gagasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil *interview* dengan guru BK di SMP Kyai Hasyim Surabaya, beliau mengungkapkan bahwa masih ada beberapa murid yang mempunyai percaya diri rendah terutama dalam hal mengungkapkan gagasan. Selain itu peserta didik juga ragu-ragu ketika bertanya di depan kelas, terutama peserta didik kelas VIII SMP Kyai Hasyim Surabaya.

Temuan yang ditemukan oleh peneliti ternyata tidak jauh berbeda dengan hasil *interview* guru BK. Peserta didik cenderung takut untuk mengungkapkan gagasannya, hal ini merupakan penghambat proses belajar di kelas serta perkembangan peserta didik kurang optimal.

Menurut peneliti dengan teknik *modeling* dalam layanan bimbingan kelompok untuk mengetahui peningkatan percaya diri peserta didik dalam hal mengungkapkan gagasan. Berdasarkan salah satu tujuan *modeling* yaitu mendapatkan pengalaman berupa perilaku baru dari tokoh nyata, model simbolis dan model ganda, diharapkan peserta didik mampu menerapkan perilaku yang baru sesuai dengan yang diperankan (Nursalim, 2013).

Peneliti lain yang melakukan penelitian di Singaraja kepada peserta didik kelas VIII B MTs. Al-Khairiyah diketahu 8 peserta didik mempunyai percaya diri rendah setelah diberikan kuesioner. 8 peserta didik tersebut diberikan *treatment* teknik *modeling* pada siklus 1 dan siklus 2. Pada siklus 1 terdapat 3 peserta didik yang meningkat kepercayaan dirinya (Nikmah, Sedayanasa, & Antari, 2014). Sedangkan hasil analisis data pada penelitian lain, yakni pada peserta didik kelas X SMAN Mojo 1 Kediri dianggap efektif untuk meningkatkan percaya diri

rendah dengan memberikan *treatment* teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok (Akbar, 2016).

Menurut Bandura tujuan teknik *modeling* adalah: (1) *Development of New Skill*, yaitu menyamakan perilaku baru dari tokoh yang diamati kemudian memperlihatkan perilaku baru tersebut. (2) *Facilitate Preexisting Behaviour*, yaitu memberikan fasilitas perilaku yang sudah ada sebelumnya. (3) *Amendment Changes About Self Expression*, yaitu merubah perilaku dengan mengambil respon-respon yang ditampilkan oleh tokoh model (Sutama, Suranata, & Dharsana, 2014).

Tahapan yang dilakukan dalam penerapan teknik *multiple model* dengan bimbingan kelompok yaitu, (1) Tahapan Pendahuluan, (2) Tahapan Perubahan, (3) Tahapan Inti, (4) Tahapan Penutupan:

a. Tahapan Pendahuluan

Diawali dengan membentuk kelompok dan pemimpin kelompok, pengenalan masing-masing anggota, permainan pengakraban dan menjelaskan tujuan, asas dan prinsip dalam kegiatan kelompok.

b. Tahap Perubahan

Diawali dengan membentuk norma-norma yang telah disetujui oleh anggota kelompok, memberi penjelasan untuk masuk ke tahap selanjutnya, menanyakan apakah anggota sudah siap untuk memulai proses bimbingan ini.

c. Tahap Inti

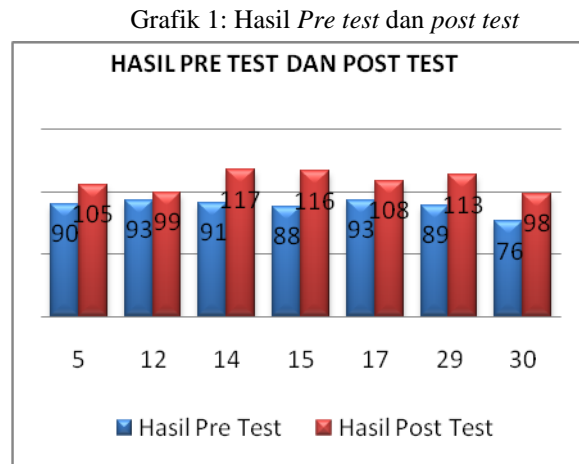
Kegiatan dalam tahap ini adalah identifikasi masalah, penentuan model yang akan diamati dan dicontoh, simulasi perubahan perilaku oleh sang model, anggota lain mengamati dan mencontoh perilaku sang model.

d. Tahap Penutupan

Pemimpin kelompok memberikan aba-aba bahwa kegiatan kelompok akan segera berakhir, mengevaluasi proses kegiatan kelompok dari awal sampai akhir, pemimpin kelompok mengakhiri kegiatan kelompok.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* dilakukan selama 8 sesi pertemuan yang terdiri dari 1 sesi *pre-test*, 6 sesi *treatment* dan 1 sesi *post-test*. Sesi *pre-test* dan *post-test* kegiatannya yaitu mengukur tingkat kepercayaan diri peserta didik dalam mengungkapkan gagasan. Setelah peneliti melakukan *pre-test* terdapat 7 orang yang berkategori rendah percaya dirinya dalam hal mengungkapkan gagasan. Setelah itu 7 peserta didik tersebut dikumpulkan untuk diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *modeling*. Berikut hasil *pre-test* yang dilakukan di kelas VIII SMP Kyai Hasyim.

Peserta didik kelas VIII SMP Kyai Hasyim yang berkategori rendah adalah peserta didik dengan presensi 5, 12, 14, 15, 17, 29, dan 30. 7 peserta didik tersebut diberikan model nyata bagaimana cara mengetahui peningkatan percaya diri dalam mengungkapkan gagasan. Peserta didik belajar perilaku baru yakni berani mengungkapkan gagasan di depan kelas, kemudian peserta didik merekam informasi tersebut dan mengimplemetasikannya ketika di kelas dan kesehariannya. Berikut grafik peningkatan percaya diri dalam mengungkapkan gagasan peserta didik pada *pre test* dan *post test*.



Pemberian *treatment* dengan layanan bimbingan kelompok teknik *modeling* dinilai efektif untuk mengembangkan percaya diri yang rendah dalam mengungkapkann gagasan serta dapat mengembangkan potensi peserta didik. Hal ini berdasarkan hasil grafik *pre-test* dan *post-test* diatas.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis *statistic non parametric* dengan menggunakan uji wilcoxon. Peneliti menggunakan bantuan SPSS *for MS. Windows* versi 24.0 untuk mengetahui hasil uji wilcoxon. Dasar pengambilan keputusan berdasarkan pernyataan berikut:

1. Jika nilai *asymp, sig (2-tailed) < 0,05* maka H_a diterima.
2. Jika nilai *asymp, sig (2-tailed) > 0,05* maka H_a ditolak.

Berikut hasil uji wilcoxon pada SPSS *for MS. Windows* versi 24.0.

Tabel 1. Hasil Uji Wilcoxon

(Pre test- post test)	
Test Statistics^a	
	POSTTEST- PRETEST
Z	-2.371 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks.	

Berdasarkan hasil analisis uji wilcoxon diatas dapat diketahui bahwa *asymp. sig (2-tailed)* bernilai 0,018 yang artinya lebih kecil dari 0,05 berarti H_a diterima. Artinya terdapat

perbedaan pada nilai *pre-test* dan *post-test*, sehingga dapat disimpulkan bahwa meningkatkan kepercayaan diri rendah pada peserta didik yang tidak dapat mengungkapkan gagasan efektif dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik *modeling* pada peserta didik kelas VIII SMP Kyai Hasyim Surabaya.

PENUTUP

Penelitian ini dilakukan di SMP Kyai Hasyim Surabaya. Berdasarkan interview dengan guru BK peserta didik yang masih rendah kepercayaan dirinya adalah kelas VIII. Kepercayaan diri dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri dalam mengungkapkan gagasan, bagaimana peserta didik dapat percaya diri untuk mengungkapkan gagasan di depan kelas. Tidak hanya itu, peserta didik juga harus mempunyai kepercayaan diri dalam bertanya, bercakap-cakap dan bersosialisasi dengan lingkungannya supaya mereka bisa melewati perkembangan pada masa tersebut. Faktor-faktor kepercayaan diri yaitu faktor dalam diri peserta didik dan faktor lingkungan dan pengalaman. Faktor dalam diri, contohnya harga diri dan konsep diri. Faktor pengalaman dan lingkungan, lingkungan bisa berasal dari lingkungan keluarga, teman sejawat dan lingkungan sekolah. Cara peneliti mengembangkan percaya diri peserta didik terutama pengungkapan gagasan adalah dengan cara memberikan layanan bimbingan kelompok teknik *modeling*. Teknik *modeling* merupakan cara merubah perilaku lama yang dianggap mengganggu dengan mempelajari perilaku baru yang sudah dimodelkan kemudian merespon emosi pada perilaku tersebut dan yang terakhir menirukannya pada situasi saat dibutuhkan. Melalui teknik ini peserta didik diajak untuk mempelajari dan menirukan perilaku baru untuk menghapuskan perilaku yang lama. Peneliti melakukan layanan bimbingan kelompok dengan taknik *modeling* selama 8x tatap muka, 1 tatap muka berupa *pre test*, 6 tatap muka berupa *treatment* dan 1 tatap muka terakhir berupa *post test*. Sesi *pre test* dan *post test* kegiatannya adalah sama yakni mengukur tingkat kepercayaan diri peserta didik. Setelah *treatment* dilakukan terdapat peningkatan pada peserta didik yang cukup tinggi. Berdasarkan hasil tersebut kesimpulannya adalah adanya keefektifan teknik *modeling* dalam bimbingan kelompok untuk mengetahui peningkatan percaya diri dalam pengungkapan gagasan peserta didik kelas VIII SMP Kyai Hasyim Surabaya.

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya adalah sebaiknya persiapan sebelum melakukan penelitian harus benar-benar matang dan lebih bayak mencari referensi sebagai acuan penelitiannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, M. I. (2016). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik "Modeling" Terhadap Rasa Percaya Diri Peserta didik Kelas X SMAN 1 Mojo Tahun Pelajaran 2015/2016. *Artikel Skripsi* , 4-7.
- Fitriati, T. K. (2017, Juni). Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta didik pada Mata Pelajaran Matematika Melalui Pendekatan Bimbingan Kelompok (PTBK Pada Peserta didik Kelas IX.6 SMP Negeri 23 Kota Bekasi). *Jurnal Bimbingan dan Konseling 6 (1)* , 88-100.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. S. (2010). *Teori-teori psikologi cetakan I*. Yogyakarta: Ar-ruzz media.
- Hanan, A. (2017). Meningkatkan Motivasi Belajar Bimbingan Konseling Peserta didik Kelas VIII C Melalui Bimbingan Kelompok Semester Satu Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Ilmiah Mandala Education* , 3, 62-72.
- Maulida, S. R., & Dhania, D. R. (2012). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Dukungan Orang Tua dengan Motivasi Berwirausaha pada Peserta didik SMK. *Jurnal Psikologi Undip* , 11, 1-8.
- Nikmah, M., Sedayanasa, G., & Antari, N. N. (2014). Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta didik Kelas VIII B MTs. Al-Kahiriyah Tegallingsah Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. *e-Journal UNDIKSA* , 2, 1-10.
- Nursalim, M. (2013). *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Indeks.
- 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* , 04, 1-12.
- Saputra, W. N., & Prasetiawan, H. (2017). Teknik Cognitive Defusion: Penerapan Intervensi Konseling untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta didik. *Jurnal Ilmiah Counseling* , 7, 93-98.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sutama, G.A., Suranata, K., & Dharsana, K. (2014). Penerapan Teori Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Peserta didik Kelas AK C SMK Negeri 1 Singaraja. *e-Journal UNDIKSA*, 2, 1-11.
- Syam, A., & Amri. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahapeserta didik. *Jurnal Biotek* , 5, 87-102.
- Usman, I., Puluhulawa, M., & Smith, M. B. (2017). Teknik Modeling Simbolis dalam Layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ilmiah dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan dan Konseling* , 84-92.