



MODEL KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PROBLEM SOLVING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-EFFICACY* AKADEMIK SISWA

M. Andi Setiawan✉

Prodi Bimbingan dan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima Juni 2015
Disetujui Juli 2015
Dipublikasikan Agustus 2015

Keywords:
*Students' academic self-
efficacy and group
counseling model with
problem solving techniques*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui pelaksanaan layanan konseling kelompok di SMA, tingkat self-efficacy akademik siswa SMA Kesatrian 1 Semarang, menemukan model konseling kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa, dan efektifitas model konseling kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa. Penelitian ini adalah sebuah penelitian dan pengembangan. Model konseling kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa siswa diujicobakan kepada delapan orang siswa sebagai subjek penelitian yang dipilih secara randomisasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model konseling kelompok dengan teknik problem solving efektif untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa. Hal ini ditunjukkan dengan perubahan tingkat self-efficacy akademik siswa sebelum diberikan perlakuan (pre-test) dan setelah diberikan perlakuan (post-test) sebesar 28,4%. Peneliti menyarankan bahwa guru bimbingan dan konseling sebaiknya meningkatkan kompetensi sebagai praktisi BK, dan meningkatkan mutu layanan konseling kelompok di sekolah seperti penerapan model konseling kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa.

Abstract

This study aims to investigate the implementation of counseling services at the high school group, the level of self-efficacy academic high school students Kesatrian 1 Semarang, find group counseling model with problem solving techniques to improve students' academic self-efficacy, and effectiveness of group counseling model with problem solving techniques to improve self-efficacy academic students. This study is a research and development. Group counseling model with problem solving techniques to improve students' academic self-efficacy of students tested to 8 students as research subjects were selected randomly. The results showed that group counseling model with effective problem solving techniques to improve students' academic self-efficacy. This is indicated by changes in the level of students' academic self-efficacy before being given treatment (pre-test) and after a given treatment (post-test) was 28.4%. Researchers suggest that teachers' guidance and counseling should increase the competence of practitioners BK, and improve the quality of group counseling services in schools such as the application of group counseling model with problem solving techniques to improve students' self-efficacy academic.

© 2015 Universitas Negeri Semarang

✉Alamat korespondensi:
Kampus Unnes Bendan Ngisor, Semarang, 50233
E-mail: pps@unnes.ac.id

ISSN 2252-6889

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan penting dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas sehingga dapat bersaing mengikuti perkembangan zaman. Sekolah berperan penting dalam mencetak peserta didik yang handal dan berkompoten serta siap bersaing dalam menghadapi tuntutan zaman yang semakin maju. Proses pendidikan tidak dapat terlepas dari proses belajar, keberhasilan belajar selain dipengaruhi juga oleh faktor kepribadian salah satunya yaitu self-efficacy. Bandura (1995: 2) menjelaskan bahwa self-efficacy mengacu pada keyakinan suatu kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan rencana tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Hal ini berarti bahwa konsep tentang self-efficacy berkaitan dengan sejauh mana individu mampu menilai kemampuan, potensi, serta kecenderungan yang ada pada dirinya untuk dipadukan menjadi tindakan tertentu dalam mengatasi situasi yang mungkin dihadapi di masa yang akan datang.

Self-efficacy terdiri dari dua jenis yaitu: self-efficacy tinggi dan self-efficacy rendah. Self-efficacy dikatakan tinggi ketika seseorang tersebut merasa yakin bahwa dirinya percaya mempunyai kemampuan untuk menyelesaikan apa yang diinginkan dan diharapkan. Individu dengan self-efficacy yang tinggi memandang tugas-tugas yang sulit sebagai tantangan untuk dikuasai daripada sebagai ancaman untuk dihindari, minat yang lebih kuat dan keasyikan yang mendalam pada kegiatan, menyusun tujuan yang menantang, dan memelihara komitmen yang kuat serta mempertinggi dan mendukung usaha-usaha dalam menghadapi kegagalan. Self-efficacy yang tinggi membantu membuat perasaan tenang dalam mendekati tugas dan kegiatan yang sulit. Sedangkan self-efficacy dikatakan rendah ketika seseorang merasa tidak yakin dirinya mempunyai kemampuan untuk bisa menyelesaikan apa yang diharapkan dan diinginkan. Individu dengan self-efficacy yang rendah akan memiliki pikiran negatif

dan irasional yang menimbulkan perilaku yang menyimpang

Fenomena di lapangan berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di beberapa sekolah yaitu SMA Teuku Umar dan SMA Kesatrian 1 Semarang dan hasil dari beberapa literatur ditemukannya permasalahan terkait self-efficacy akademik. Dimana seseorang dengan self-efficacy akademik yang rendah maka akan cenderung (a) pasrah dengan hasil akademik yang didapat, (b) apatis dalam kegiatan akademik, (c) pesimis ketika menghadapi masalah akademik, (d) tidak mampu mengatasi situasi yang terjadi dengan baik (cemas, marah), (e) merasa tidak mampu menempuh kegiatan akademik, (f) tidak mampu memilih apa yang harus dilakukan, (g) memikirkan apa yang dilakukan tidak penting, dan (h) tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya.

Dengan adanya permasalahan tersebut guru bimbingan dan konseling mempunyai tanggung jawab besar terhadap peserta didik. Konseling kelompok merupakan salah satu diantara beberapa jenis layanan bimbingan dan konseling yang dapat diandalkan, dengan konseling kelompok diharapkan individu dapat berkembang sesuai dengan perkembangannya dan masalah yang dihadapi dapat terentaskan.

Konseling kognitif behavior memiliki beraneka ragam teknik yang dapat digunakan. Salah satu teknik yang dipandang efektif adalah teknik problem solving. Corey (2012: 357) Problem solving adalah strategi perilaku kognitif yang mengajarkan orang cara untuk menangani masalah dalam kehidupan sehari-hari mereka. Seperangkat operasional dari teknik problem solving menurut Nezu, A.M., Nezu, C.M., & Lombardo, E (2004: 9) yaitu: (1) mendefinisikan masalah, (2) menghasilkan alternatif, (3) membuat keputusan, dan (4) mengevaluasi solusi. Problem solving adalah strategi perilaku kognitif yang mengajarkan orang cara untuk menangani masalah dalam kehidupan sehari-hari mereka. Tujuan utamanya adalah untuk mengidentifikasi

solusi yang paling efektif untuk masalah yang dihadapi dan untuk memberikan pelatihan sistematis keterampilan kognitif. Teknik problem solving juga tepat dilaksanakan dalam suasana kelompok, karena anggota kelompok bisa menyarankan dan menawarkan solusi yang potensial, selain itu beberapa anggota kelompok juga kurang memiliki keterampilan dan kurang mampu dalam memecahkan masalah sehingga membutuhkan anggota kelompok lain untuk bisa berkembang. Sehingga solusinya adalah peneliti mencoba mengembangkan model konseling kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa SMA swasta Kota Semarang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (*research and development*). Metode penelitian dan pengembangan merupakan metode yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2013: 407). Dalam konteks pendidikan, maka produk yang dimaksud adalah berkaitan dengan komponen sistem pendidikan. Dasar pertimbangan penggunaan pendekatan ini adalah pendapat *Borg dan Gall (Samsudi, 2009:87)* "Educational research and development (R & D) is a process used to develop and validate educational products" yang menyatakan bahwa strategi penelitian dan pengembangan pendidikan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan. Produk pendidikan yang dapat dihasilkan melalui pendekatan penelitian dan pengembangan adalah buku teks, film instruksional, program komputer, metode mengajar, dan berbagai program pendidikan lainnya.

Produk yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah model konseling kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa. Kerangka isi dan

komponen model disusun berdasarkan kajian konsep konseling kelompok, kajian konsep teknik problem solving, kajian konsep self-efficacy akademik serta kajian empiris tentang kondisi faktual layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan konseling kelompok di SMA Swasta yang ada di kota Semarang yang terdiri dari 6 tahap yaitu studi pendahuluan, merumuskan model hipotetik, uji kelayakan model hipotetik, perbaikan model hipotetik, uji coba terbatas (Uji empirik), menyusun model akhir konseling kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy akademik.

Desain uji coba dalam penelitian pengembangan ini dilakukan untuk menghasilkan sebuah model konseling kelompok dengan teknik problem solving yang rasional, aplikatif serta teruji. Uji ahli dilakukan dengan melibatkan 2 orang pakar dalam layanan bimbingan dan konseling untuk memvalidasi model hipotetik agar menjadi sebuah model yang secara rasional mampu meningkatkan self-efficacy akademik siswa. Uji praktisi dilakukan dengan melibatkan 9 orang praktisi dalam layanan bimbingan dan konseling untuk memvalidasi model hipotetik agar menjadi sebuah model yang praktis/ mudah dalam pelaksanaannya nanti. Sedangkan ujicoba terbatas akan dilakukan dengan desain eksperimen yaitu metode Pretest-Posttest Control Group Design.

Uji coba terbatas diberikan kepada 8 orang siswa sebagai subjek penelitian diambil secara randomisasi (random assignment). Subjek penelitian diberikan pre test untuk mengukur kondisi self-efficacy akademik awal lalu diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik problem solving, langkah selanjutnya adalah dilakukan post test dan kemudian membandingkan nilai pre test dan post test untuk melihat keefektifan konseling kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari pedoman wawancara terhadap guru BK, lembar validasi ahli dan lembar validasi praktisi untuk mengumpulkan data kualitatif serta skala psikologis self-efficacy akademik siswa untuk mengumpulkan data kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskripsi kualitatif dan analisis data hasil uji statistik. Untuk membuktikan hipotesis dalam penelitian ini penulis membandingkan tingkat self-efficacy akademik siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menggunakan uji independent sample t-test dengan menggunakan bantuan perangkat lunak (software) SPSS 19.00 for Windows. Jika hasil uji menunjukkan hasil yang signifikan, maka model konseling kelompok dengan teknik problem solving efektif untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyelenggaraan layanan konseling kelompok di SMA Swasta Kota Semarang belum memenuhi syarat ruang konseling yang ideal karena dilaksanakan di ruang kelas yang kosong, aula sekolah, ataupun laboratorium,. Hal ini dikarenakan keterbatasan ruang layanan bimbingan dan konseling yang tidak memiliki ruangan khusus untuk penyelenggaraan layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok yang dilaksanakan di SMA Swasta Kota Semarang adalah dengan menggunakan cara atau model layanan konseling kelompok yang umum atau konvensional yang terdiri dari 4 tahapan kegiatan yakni tahapan pembentukan, tahapan peralihan, tahapan kegiatan serta tahapan penutup atau pengakhiran dengan menggunakan teknik diskusi kelompok. Selain itu, terdapat

beberapa hambatan saat kegiatan kelompok meliputi analisa anggota kelompok, identifikasi masalah yang akan dibahas dalam kelompok, siswa masih enggan untuk mengungkapkan permasalahannya, kurang percaya pada anggota kelompok lainnya, timbulnya rasa bosan pada para anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok. Hal ini menunjukkan indikasi bahwa masih kurangnya inovasi dalam pelaksanaan konseling kelompok oleh pemimpin kelompok yaitu guru bimbingan dan konseling.

Tabel 1. Persentase skor total self-efficacy akademik siswa Kelas XI SMA Kesatrian 1 Semarang

No	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
1	Tinggi	127	52,26 %
2	Sedang	49	20,16 %
3	Rendah	67	27,57 %
4	Sangat Rendah	0	0,0 %
Total		243	100%

Berdasarkan tabel 1 penulis berkesimpulan bahwa perlu adanya upaya bantuan bagi siswa agar dapat meningkatkan self-efficacy akademiknya. Pelaksanaan layanan konseling kelompok yang konvensional tidak efektif dalam meningkatkan self-efficacy akademik siswa. Guru pembimbing membutuhkan sebuah model layanan konseling kelompok yang tepat dan efektif untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa. Oleh karena itu, penulis mengembangkan sebuah model layanan konseling kelompok dengan teknik problem solving sebagai sebuah alat yang dapat digunakan untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa.

Tabel 2 Perubahan Self-Efficacy Akademik antara Pre Test dan Post Test

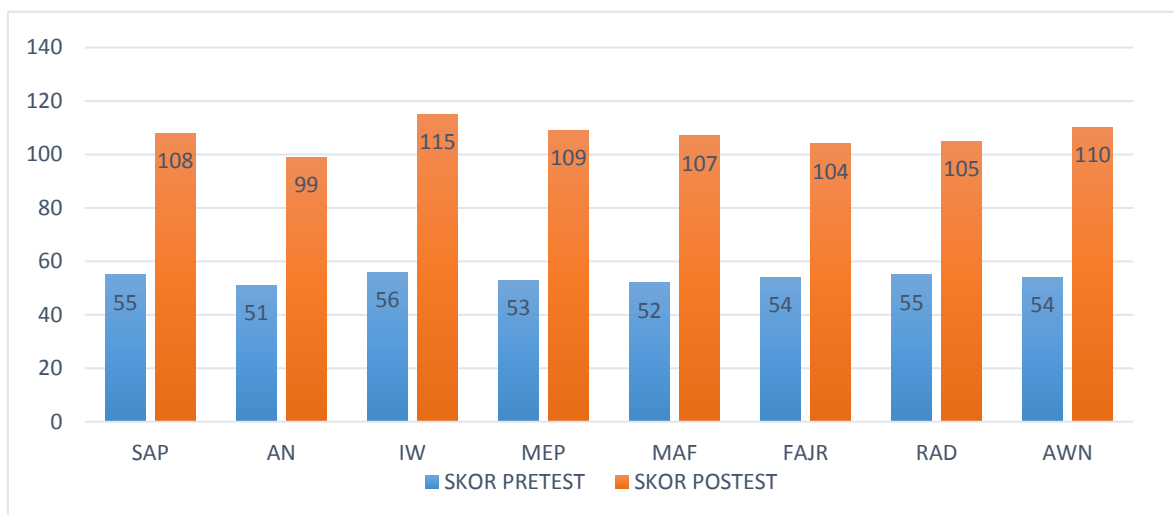
No	Anggota Kelompok	Frekuensi %	Pretest	Posttest	Perubahan
1	SAP	F %	55 34,37	108 67,5	53 33,12
2	AN	F %	51 31,87	99 61,88	48 30
3	IW	F %	56 35	115 71,88	59 36,87
4	MEP	F %	53 33,12	109 68,13	56 35
5	MAF	F %	52 32,5	107 66,88	55 34,37
6	FAJR	F %	54 33,75	104 65	50 31,25
7	RAD	F %	55 34,75	105 65,63	50 31,25
8	AWN	F %	54 33,75	110 68,75	56 35
Rata-rata					53,4 (28,4%)

Pengembangan model konseling kelompok yang dimaksud disini adalah sebuah layanan konseling kelompok yang didalamnya disisipi teknik problem solving di dalam tahapan kegiatannya. Komponen dari teknik problem yang dimaksud yaitu (a) definisi dan formulasi masalah, (b) merancang dan memilih solusi, (c) pengambilan keputusan, dan (d) evaluasi solusi. Setelah model hipotetik tersusun maka selanjutnya dilakukan uji ahli dan uji praktisi. Hasil dari validator ahli sebanyak dua orang dan hasil uji kelayakan praktisi bimbingan dan konseling, maka diperoleh kesimpulan bahwa model konseling kelompok dengan teknik problem solving untuk

meningkatkan self-efficacy akademik siswa telah layak untuk digunakan di sekolah.

Model konseling kelompok dengan teknik problem solving yang telah melalui uji kelayakan selanjutnya akan diuji cobakan untuk melihat keefektifannya dalam meningkatkan self-efficacy akademik siswa. Uji coba dilaksanakan di SMA Kesatrian 1 Semarang sebanyak 8 kali pertemuan sesuai dengan tahapan dari teknik problem solving. Untuk melihat peningkatan self-efficacy akademik siswa sebelum dan sesudah pemberian layanan konseling kelompok, dapat dilihat pada tabel 2.

Visualisasi tabel di atas bisa dilihat dalam gambar berikut ini.



Gambar 1 Perubahan Self-Efficacy Akademik antara Pre Test dan Post Test

Dari tabel di atas terlihat bahwa self-efficacy akademik siswa mengalami peningkatan sebesar 28,4% setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan teknik problem solving. Uji keefektifan model yang dikembangkan sekaligus untuk menjawab hipotesis penelitian adalah dengan membandingkan perbedaan antara skor pre test dan skor post test menggunakan independent sample t-test dengan menggunakan bantuan perangkat lunak (software) SPSS 19.00 for Windows. Hasil perhitungan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 19.00 diperoleh $T_{hitung} < T_{tabel} (2,120)$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kriteria pengujian H_0 diterima jika $P \text{ value} < 0,05$. Membandingkan probabilitas/signifikan dimana $P \text{ value} (0,782)$ sehingga H_0 ditolak. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa model konseling kelompok dengan teknik problem solving efektif untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, mulai dari tahap penelitian pendahuluan sampai pada uji coba model, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok di SMA swasta kota Semarang

dilaksanakan sesuai dengan konsep konvensional yaitu tahapan: tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran akan tetapi dalam pelaksanaannya masih ada beberapa kegiatan yang tidak dilakukan oleh pemimpin kelompok, ditambah guru pembimbing belum pernah menggunakan teknik tertentu dalam melaksanakan konseling kelompok, sehingga efektivitas layanan konseling kelompok belum tercapai secara optimal. Tingkat self-efficacy akademik siswa kelas XI SMA Kesatrian 1 Semarang dari hasil studi pendahuluan sebanyak 243 siswa diperoleh 67 siswa (27,57%) dan kategori rendah, 49 siswa (20,16%) siswa dengan kategori sedang, dan 127 siswa (52,26%) dengan kategori tinggi. Dengan kata lain bahwa di SMA Kesatrian 1 Semarang ditemukan siswa kelas XI memiliki self-efficacy akademik yang rendah.

Telah ditemukan model layanan konseling kelompok dengan teknik problem solving yang terdiri dari beberapa komponen yaitu: (1) rasional; (2) Visi dan misi; (3) tujuan konseling kelompok; (4) isi konseling kelompok; (5) pendukung sistem konseling kelompok; (6) prosedur pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik problem solving.

Kelayakan model tersebut telah divalidasi oleh 2 pakar bimbingan dan konseling serta 9 praktisi/guru bimbingan dan konseling. Hasil uji kelayakan menunjukkan bahwa model yang dirancang layak untuk diimplementasikan di lapangan.

Model layanan konseling kelompok dengan teknik problem solving efektif dapat meningkatkan self-efficacy akademik siswa pada semua indikator yang meliputi: kognitif dan afektif. Simpulan ini didasarkan pada perbandingan hasil skor pretest dan posttest yang menunjukkan adanya peningkatan self-efficacy akademik siswa sebelum dan sesudah diberi layanan konseling kelompok dengan teknik problem solving. Selain itu hasil statistika Independent sampel T Test menunjukkan nilai posttest lebih tinggi daripada nilai pretest, oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik problem solving efektif untuk meningkatkan self-efficacy akademik siswa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan taufiq dan hidayah-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih penulis sampaikan kepada pembimbing I Prof. Dr. DYP Sugiharto, M.Pd., Kons, dan Pembimbing II Dr. Edy Purwanto, M.Si atas bimbingan, arahan dan kesabaran dalam membimbing penulis sampai dengan terselesaikannya penelitian tesis ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, Albert. 1995. *Self-efficacy in changing in societies*. USA: Cambridge university Press
- Corey. 2012. *Theory and Practice of Group Counseling*. United State: California State University.
- Nezu, A.M., Nezu, C.M., & Lombardo, E. 2004. *Cognitive-behavioral case formulation and treatment design : a problem-solving approach*. New York. Springer Publishing Company, Inc
- Samsudi. 2009. *Desain Penelitian Pendidikan*. Semarang : Unnes Press.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Alfabeta.