

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sekolah merupakan tempat untuk menuntut ilmu yang memiliki peran penting setelah keluarga. Sekolah merupakan pendidikan formal yang wajib dilaksanakan oleh setiap anak serta berpengaruh bagi kehidupan masyarakat. Di sekolah terdapat banyak siswa dengan kepribadian yang beragam dan memiliki kemampuan yang berbeda-beda. Kemampuannya disini juga beragam ada yang percaya terhadap kemampuannya dan ada yang tidak. Orang yang menilai self-efficacy mereka cukup tinggi berusaha lebih keras, mencapai lebih banyak, dan menyelesaikan tugas dengan lebih gigih daripada orang dengan self-efficacy rendah.

Peserta didik adalah individu yang menerima layanan pendidikan yang disesuaikan dengan bakat, minat, dan kemampuannya agar tumbuh dan berkembang secara wajar dan merasa puas ketika diajar oleh seorang guru. Siswa perlu dibimbing dan di didik untuk mencapai potensi penuh mereka. Dengan cara melalui pendidikan formal di sekolah yang sejalan dengan tujuan pendidikan nasional, mengembangkan keterampilan terampil menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, dan mandiri serta menjadi warga sejahtera.<sup>1</sup> Dalam kegiatan belajar peserta didik masih mengalami masalah salah satunya rendahnya efikasi diri.

---

<sup>1</sup> Eka Prihatin, Manajemen peserta didik (Bandung: Alfabeta, 2011), 4

Bandura menyatakan bahwa “efikasi diri merujuk kepada keyakinan pada kemampuan untuk mengatur dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mengelola situasi yang akan dihadapi”<sup>2</sup>. Efikasi diri adalah aspek kesadaran diri yang paling berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari. Karena efikasi diri yang diperoleh mempengaruhi keputusan individu tentang tindakan yang akan diambil untuk mencapai tujuan, termasuk evaluasi terhadap berbagai peristiwa.<sup>3</sup> Seseorang dengan efikasi diri percaya bahwa mereka dapat melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian di sekitar mereka, sementara seseorang dengan efikasi diri yang rendah percaya bahwa mereka pada dasarnya tidak mampu melakukan apapun tentang diri mereka sendiri. Dalam situasi sulit, orang dengan efikasi diri yang tinggi berusaha lebih untuk menguasai tantangan yang dihadapi, berbeda dengan orang dengan kekuatan lemah yang mudah menyerah. Rasa efikasi diri memainkan peran penting dalam memotivasi karyawan untuk melakukan tugas-tugas sulit yang berkaitan dengan pencapaian tujuan tertentu.

Efikasi diri memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, seseorang dapat menggunakan potensi dirinya secara optimal jika efikasi diri mendukungnya.<sup>4</sup> Efikasi diri memberikan kekuatan dan ketahanan terhadap siswa dalam menghadapi situasi sekolah yang sulit, sikap yang tidak mudah bosan, pantang menyerah dan tidak membutuhkan waktu lama dalam menyelesaikan suatu masalah dan tugas di sekolah. Efikasi diri berbeda dengan konsep diri. Konsep diri dapat ditunjukkan oleh cara-cara seseorang

---

<sup>2</sup> Nobelina Adicondro dan Alfi Purnamasari, Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan *Self Regulated Learning* Pada Siswa Kelas Viii, *Humanitas* 8, No. 1 (Januari, 2011), 19.

<sup>3</sup> Sri Florina Laurence Zagoto, Efikasi Diri Dalam Proses Pembelajaran, *Review Pendidikan dan Pengajaran* 2 (2019), 3

<sup>4</sup> I Made Rustika, Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura, *Buletin Psikologi*, (1-2) 2012, 18

bereaksi terhadap dirinya, antara lain, bagaimana seseorang mengamati dirinya sendiri, berpikir tentang diri sendiri, menilai dirinya sendiri, menyempurnakan dan mempertahankan diri.<sup>5</sup>

Seseorang yang rendah akan efikasi dirinya cenderung takut untuk melakukan tugas dan bergantung kepada orang lain sehingga siswa tidak bisa atau sulit dalam mengembangkan kemampuan yang dimilikinya. Sedangkan seseorang dengan efikasi yang tinggi akan memiliki kepercayaan pada dirinya dalam melakukan suatu tugas dan tidak terpengaruh atau bergantung kepada orang lain. Maka dari itu, efikasi diri perlu dimiliki siswa. Dalam al-qur'an sudah dijelaskan bahwa seseorang harus percaya dan yakin pada diri sendiri

وَإِنْ تُطِيعُوا أَكْثَرَ مَنْ فِي الْأَرْضِ لِيُضِلُّوكُمْ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ إِنَّ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَإِنْ هُمْ إِلَّا يَخْرُصُونَ

*Artinya: dan jika kamu menuruti kebanyakan orang-orang yang dimuka bumi ini, niscaya mereka akan menyesatkanmu dari jalan Allah. Mereka tidak lain hanyalah mengikuti persangkaan belaka, dan mereka tidak lain hanyalah berdusta (terhadap Allah). (QS. Al-An'am: 116)<sup>6</sup>*

Dari ayat diatas dapat disimpulkan seseorang harus memiliki keyakinan terhadap dirinya dalam melakukan sesuatu termasuk juga dalam mengerjakan tugas dan tidak terpengaruh kepada orang lain, karena belum tentu orang yang diikuti selalu benar jadi perlu mempunyai efikasi diri dalam diri seseorang.

Siswa yang memiliki efikasi rendah akan mudah terpengaruh pada orang lain, selalu menunda pekerjaan, jika temannya belum selesai tidak akan mengerjakan karena tidak percaya akan kemampuan yang dimiliki. Hal itu tidak boleh dibiarkan karena efikasi diri memiliki peran penting terhadap

<sup>5</sup> Gede Sedana Yasa, *Bimbingan Belajar*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2014), 42

<sup>6</sup> *Al-qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: Jumanatul Ali-art, 2004), 142

kemajuan dan perkembangan siswa. Sebagai pendidik sebaiknya memiliki upaya untuk meminimalisir siswa yang efikasi dirinya rendah. Efikasi diri siswa dapat ditingkatkan melalui bimbingan dan konseling sekolah.

Bimbingan dan konseling merupakan bantuan dari pembimbing terpelajar dan berpengalaman bagi orang yang bermasalah dan mereka yang membutuhkan, sehingga orang tersebut dapat secara optimal mengembangkan potensinya, mengatasi masalah dan menyesuaikan diri dengan lingkungan yang selalu berubah.<sup>7</sup> Oleh karena itu, bimbingan dan konseling diperlukan untuk membantu permasalahan yang dimiliki siswa yaitu efikasi diri agar siswa dapat mengembangkan kemampuannya secara optimal dan bisa berkembang sesuai dengan kebutuhannya.

Salah satu cara untuk dapat meningkatkan efikasi diri bisa dilakukan dengan cara bimbingan kelompok. Dalam proses bimbingan kelompok siswa dapat berinteraksi dengan anggota lainnya dan saling memberikan pengalaman terkait efikasi diri. Bimbingan kelompok juga dapat mempererat rasa solidaritas dan kerjasama antar sesama berkat bimbingan kelompok siswa akan dilatih untuk bisa meyakini kemampuan yang dimiliki dan dilatih kepercayaan dirinya untuk mengungkapkan perasaan yang dimiliki atau masalah yang dialami. Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu cara untuk membantu individu dengan kegiatan kelompok. Dalam konseling kelompok, kegiatan dan dinamika kelompok harus dilaksanakan untuk mengembangkan atau memecahkan masalah individu yang dalam layanan.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek* (Bandung : ALFABETA, 2017), 18.

<sup>8</sup> Anggi Pratama Putri dan Sri Rizqi Wahyuningrum, Efektivitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Siswa Smk Dengan Teknik Assertive Training, *Edu Consilium: Jurnal BK Pendidikan Islam*, (1) 2021, 37

Dalam melakukan bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa menggunakan teknik yaitu *Assertive Training*.

Alberti dan Emmons mendefinisikan asertivitas adalah suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk mengungkapkan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada individu lain namun dengan tetap menjaga perasaan pribadi serta menghargai hak-hak dari pihak lain.<sup>9</sup> *Assertive Training* atau latihan asertif merupakan teknik dalam konseling behavioral yang berfokus pada kasus-kasus di mana sulit untuk mengekspresikan emosi yang tidak sesuai dalam menyatakannya. Dalam *Assertive Training*, konselor mencoba memberikan keberanian kepada klien untuk mengatasi kesulitan dengan orang lain..<sup>10</sup> Sebagai contoh, ingin menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru tetapi siswa takut ditertawakan sama temannya jika salah, jadi siswa memilih diam. Jadi dengan latihan asertif (latihan ketegasan) siswa diharapkan untuk bisa memiliki sifat tegas terhadap dirinya agar mampu mengungkapkan apa yang terjadi sebenarnya atau yang dialami siswa.

Teknik Asertif Training merupakan salah satu teknik konseling perilaku yang diberikan kepada individu yang sulit menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri sendiri adalah tindakan yang benar atau tepat, selama tidak melanggar hak orang lain atau merugikan.<sup>11</sup>

Ketegasan diri perlu dimiliki oleh siswa dalam proses pembelajaran supaya

---

<sup>9</sup> Rizki Mutia Faradita, "Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Terhadap Kemampuan Asertivitas Siswa Kelas VIII 8 Smp Negeri 18 Kota Bengkulu" Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling, Vol. 1 No. 2 (2018), 59

<sup>10</sup> Sofyan S. Willis, "Konseling Individual Teori dan Praktek", (Bandung: Alfabeta, 2004), 72-73.

<sup>11</sup> Almuhammad Sarnav Ituga, "Efektivitas Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Internal Locus Of Control Siswa dalam Belajar", Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling, Vol. 3, (Desember, 2017), 9.

siswa bisa memiliki dan menumbuhkan perilaku atau sikap tegas pada dirinya agar siswa membiasakan dirinya untuk tegas dalam melakukan suatu pekerjaan misalnya dalam mengerjakan tugas siswa harus memiliki sikap tegas kepada dirinya untuk tidak menunda-nunda dan segera melakukan.

Berdasarkan study pendahuluan yang peneliti lakukan di sekolah MA Al-Qodiry Sentol. Menurut salah satu guru yang ada di MA Al-Qodiry Sentol, yaitu ibu rifa. Permasalahan yang dialami oleh siswa disana yaitu perilaku tidak yakin terhadap apa yang dimilikinya, mencontek jika ada tugas karena tidak yakin pada jawabannya sendiri, tidak senang jika mengerjakan soal yang sulit karena merasa dirinya tidak mampu, sulit mengungkapkan pendapat dan tidak berani mengatakan hal yang sejujurnya. Sikap seperti itu diungkapkan oleh sebagian besar dari mereka mempertimbangkan apakah ingin mengatakan yang sebenarnya misalnya ingin maju kedepan untuk menjawab pertanyaan atau soal mereka takut teman-temannya memusuhi karena dibilang ingin cari perhatian guru.<sup>12</sup>

Dengan asumsi penjelasan teknik *assertive training* diatas kemudian peneliti mencoba melakukan pengujian terhadap teknik *assertive training* dalam upaya meningkatkan efikasi diri siswa di MA Al-Qodiry Sentol melalui Bimbingan kelompok. Maka peneliti tertarik melakukan penelitian ini dengan judul **“Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Pada MA Al-Qodiry Sentol”** dengan harapan siswa dapat memiliki keyakinan dan kepercayaan serta ketegasan terhadap dirinya yang tinggi agar memiliki

---

<sup>12</sup> Rifatus Suadah, wawancara langsung, (5 januari 2023)

kesadaran bahwa setiap orang memiliki kemampuan untuk melakukan suatu pekerjaan atau tugas.

### **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah penelitian ini yaitu: Apakah layanan Bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk meningkatkan efikasi Diri pada siswa di MA Al Qodiry Sentol?

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah layanan Bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk meningkatkan efikasi Diri pada siswa di MA Al Qodiry Sentol.

### **D. Asumsi Penelitian**

Setiap individu memiliki asumsi yang berbeda mengenai objek yang diteliti, oleh karena itu asumsi pada judul penelitian ini yaitu :

1. Efikasi diri merupakan hasil belajar dan latihan sehingga dapat ditingkatkan
2. Efikasi diri dapat diukur menggunakan skala efikasi diri siswa
3. Efikasi diri seseorang muncul akibat dari pola pikir mereka, sehingga seseorang bisa berperilaku dan bertindak sesuai dengan keyakinannya atas apa yang dia miliki.
4. Bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* bisa digunakan untuk masalah yang berkaitan dengan cara pandang atau pikiran seseorang

### **E. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis berasal dari kata “*hypo*” yang berarti “di bawah” dan “*thesa*” yang berarti “kebenaran. Hipotesis didefinisikan sebagai jawaban sementara yang kebenarannya masih harus di uji.<sup>13</sup> Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu :

$H_0$  : Bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* tidak efektif untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa di MA Al Qodiry Sentol.

$H_a$  : Bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa di MA AlQodiry Sentol.

Dalam penelitian ini hipotesis yang dipakai yaitu  $H_a$ : yaitu bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* efektif untu meningkatkan efikasi diri pada siswa di MA AlQodiry Sentol.

## **F. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan atau nilai teoritis dan praktis .

### 1. Secara teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan bermanfaat dan berguna sebagai tambahan kajian keilmuan tentang teknik *assertive training* melalui bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri. Bagi Institut Agama Islam Negeri Madura, Diharapkan penelitian ini dapat menambah koleksi bahan pustaka Institut Agama Islam Negeri Madura dan dapat menjadi referensi tambahan atau referensi bagi mahasiswa dalam bahan perkuliahan maupun untuk kepentingan peneliti lainnya.

### 2. Secara praktis, Peneliti ini diharapkan dapat bermanfaat berupa cara berpikir dalam pengembangan sistem pendidikan dan ilmu pengetahuan

---

<sup>13</sup> Nanang Martono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Depok: Rajagrafindo Persada, 2012), 63



yang bermanfaat bagi orang banyak, diantaranya berguna bagi kalangan, diantaranya:

a. Sekolah dan guru BK

Penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif untuk sekolah dan konselor untuk memecahkan masalah terkait pola pikir siswa sehingga siswa memiliki keterampilan atau kemampuan efikasi diri.

b. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti sendiri, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai tambahan ilmu dan pengalaman untuk membantu mahasiswa menghadapi permasalahan mahasiswa.

### **G. Ruang Lingkup Penelitian**

Agar penelitian ini lebih terarah dan mendalam, maka peneliti harus menetapkan batasan atau ruang lingkup sesuai dengan variabel yang tercantum dalam judul penelitian.

Adapun ruang lingkup yang menjadi kajian dalam penelitian ini yaitu:

1. Ruang lingkup materi yang mencakup:

a. Efikasi diri yang meliputi :

- 1) Pengertian efikasi diri
- 2) Aspek-aspek efikasi diri
- 3) Sumber-sumber efikasi diri

b. Bimbingan kelompok yang meliputi :

- 1) Pengertian Bimbingan kelompok

2) Tahapan dalam bimbingan kelompok

3) Tujuan bimbingan kelompok

c. Teknik *assertive training* termasuk dalam pendekatan Behavioral :

1) Pengertian *assertive training*

2) Prosedur *assertive training*

2. Ruang lingkup lokasi

Yang menjadi ruang lingkup tempat dilakukannya lokasi dalam penelitian ini yaitu MA Al-Qodiry sentol. MA Al-Qodiry merupakan salah satu sekolah menengah di Pamekasan. Peneliti melakukan penelitian di sekolah tersebut dalam artian meskipun MA tersebut merupakan sekolah umum, namun tempatnya berada di pedesaan, sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui permasalahan yang mereka hadapi dan membantu mereka.

## H. Definisi Istilah

Sesuai dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik *assertive training* Untuk Meningkatkan Efikasi diri pada siswa di MA Al Qodiry sentol” maka batasan pengertian di atas meliputi:

1. Bimbingan kelompok adalah layanan atau bantuan yang diberikan kepada siswa yang membutuhkan dengan memanfaatkan dinamika kelompok
2. Teknik *Asertive Training* merupakan teknik dalam behavioral untuk mengatasi kesulitan dalam menyatakan keinginan sesuai dengan keadaan yang dialami.

3. Efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.
4. Siswa MA Al-Qodiry Sentol merupakan salah satu sekolah menengah atas Jalan Raya Tambung, Sentol Kec Pamekasan.

Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik *assertif training* Untuk Efikasi diri merupakan layanan yang diberikan kepada siswa MA Al Qodiry, dilakukan secara berkelompok dengan menggunakan teknik yang dapat membantu siswa membuat keputusan yang baik sehingga perilaku positif menjadi terlihat dengan memfokuskan pendapat siswa.

#### **I. Kajian Peneliti Terdahulu**

Penelitian terdahulu digunakan untuk memberikan pandangan kepada peneliti terhadap materi yang akan diteliti. Kajian penelitian terdahulu dalam penelitian ini, diantaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Anggi Pratama Putri pada tahun 2021 dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Siswa SMK Dengan Teknik *Assertive Training*”. penelitian ini memiliki persamaan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini ditujukan untuk meningkatkan efikasi diri siswa. Hasil penelitian menyatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* mampu untuk meningkatkan keterampilan komunikasi siswa. Hal itu ditunjukkan dengan pre-test memiliki nilai rata-rata 104,07 dan nilai rata-rata post-test 107,14.

2. Penelitian Risman Sastra Wijaya pada tahun 2020 dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik *Modelling Simbolis* Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa”. Persamaan dengan penelitian ini sama-sama meneliti tentang efikasi diri. Perbedaannya yaitu penelitian tersebut menggunakan bimbingan kelompok teknik *modelling simbolis*, sedangkan penelitian ini menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Hasil penelitian menyatakan bahwa efikasi diri dapat ditingkatkan dengan menggunakan bimbingan kelompok teknik *modelling simbolis*. Hal itu ditunjukkan dengan hasil sekitar 45,5% sebelum memberikan teknik dan 72,7% setelah memberikan layanan.