

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), dihadapkan pada situasi kehidupan dan belajar yang kompleks, sarat dengan tugas, beban, tantangan, dan sekaligus peluang. Dengan belajar seseorang akan mengalami perubahan perilaku dalam bentuk pengetahuan, keterampilan nilai, dan sikap tertentu. Perubahan perilaku yang terjadi merupakan akibat dari proses pembelajaran pada diri seseorang. Proses yang dimaksud adalah aktivitas yang dilakukan individu dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Dalam pencapaian tujuan pembelajaran yang dinyatakan sebagai prestasi belajar atau hasil belajar sangat dipengaruhi oleh *self efficacy* karena efikasi memegang peran yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari seluruh individu. Seseorang akan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal apabila efikasi diri mendukungnya. Salah satu aspek kehidupan yang dipengaruhi oleh efikasi diri adalah prestasi, dengan kata lain proses belajar mengajar, perasaan siswa sangat berpengaruh pada hasil belajar seseorang (Purwanto, 2010:45).

Self-efficacy merupakan keyakinan dan harapan mengenai kemampuan individu untuk menghadapi tugasnya. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang rendah merasa tidak memiliki keyakinan bahwa mereka dapat menyelesaikan tugas yang diberikan guru. Rendahnya *self efficacy* siswa yang ditandai adanya

motivasi belajar kurang, menunda tugas, menghindari beban belajar, mudah menyerah dan sebagainya, sehingga prestasi belajarnya tidak optimal.

Menurut Schunk dan Pintrich (2012:214) “*self efficacy* sangat berkaitan dengan usaha dan kegigihan mengerjakan tugas”. Sedangkan Bandura dalam (Hergenhahn dan Olson 2008:370), mendefinisikan *self efficacy* sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mengorganisasikan dan melaksanakan serangkaian tindakan yang harus dilakukan untuk menghasilkan tujuan yang telah ditetapkan.

Dari defenisi diatas dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* adalah adanya keyakinan dan kemampuan untuk mengatur, melaksanakan dan mendapatkan keberhasilan sesuai yang diharapkan.

Dalam proses akademik, sering sekali permasalahan permasalahan belajar yang dihadapi oleh siswa muncul akibat rendahnya efikasi diri dalam belajar siswa itu sendiri. Efikasi diri yang rendah ditandai dengan tidak mampunya siswa dalam menentukan apa yang penting dan utama baik dalam penyusunan jadwal belajar, menentukan tujuan belajar dan membuat rencana rencana dalam proses belajarnya. Individu yang efikasi dirinya rendah dalam belajar yaitu memiliki perhatian yang rendah pada pelajaran di sekolah dan di rumah, belajar hanya saat akan menghadapi ujian saja, tidak memiliki tujuan dalam belajar, tidak dapat membuat jadwal dalam belajar mandiri.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Ozdemir, et.al (2014: 6) yang menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai *self efficacy* yang tinggi ditandai dengan perencanaan untuk masa depan yang efektif, kontrol impuls, kemampuan

untuk mengatasi pikiran negatif, dan mempunyai kemampuan untuk mengontrol perilaku. Sedangkan seseorang yang mempunyai efikasi diri yang rendah dalam belajar ditandai dengan ketidak mampuan untuk mengatur diri (kontrol diri), merencanakan kegiatan belajar, serta melaksanakan kegiatan belajar dengan baik. Jika seseorang tidak bisa mengontrol dirinya dalam belajar, maka seseorang tersebut akan memiliki dampak yang kurang baik bagi dirinya.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Muna & Astuti (2013: 5) mendapatkan hasil bahwa semakin rendah kemampuan kontrol diri yang dimiliki remaja, maka kecenderungan memiliki efikasi diri rendah dalam belajar.

Berdasarkan data yang diperoleh di SMA UISU Medan melalui observasi dan wawancara ditemukan bahwa kebanyakan siswa memiliki *self efficacy* yang rendah pada diri siswa yang ditampilkan dalam bentuk perilaku, seperti menghindari tugas-tugas sekolah, perilaku menyontek, komitmen yang lemah terhadap tujuan, ragu-ragu mengemukakan pendapat merasa sulit menghadapi hambatan dan cenderung menyerah, ragu-ragu ketika menjawab soal, merasa tidak yakin dengan kemampuannya.

Keyakinan akan kemampuan diri menjadi aspek penting untuk menggerakkan proses belajar yang berkesinambungan. Keyakinan akan kemampuan diri pada individu akan menggerakkan perilaku serta serangkaian dalam memenuhi tuntutan dari berbagai situasi. Jika seseorang tidak yakin dapat meraih hasil yang mereka inginkan, mereka akan sedikit memiliki motivasi untuk bertindak.

Bimbingan konseling merupakan layanan untuk membantu individu untuk mencapai perkembangan optimal. Dalam pelaksanaannya, bimbingan konseling memiliki beberapa strategi antara lain adalah bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu strategi dalam memberikan bantuan kepada klien atau siswa yang membutuhkan bantuan dalam bidang akademik, pribadi, sosial, dan karir. Bimbingan kelompok dapat dilakukan dengan ragam teknik yang ada salah satunya adalah *self management*. *Self management* diberikan agar siswa mampu mengelola diri dalam aktifitas belajar masing-masing. Teknik ini digunakan dalam kaitannya dengan tujuan untuk meningkatkan *selfefficacy* dalam belajar.

Efikasi diri merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau *self-knowledge* yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari karena efikasi diri yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan dalam mencapai suatu tujuan, termasuk perkiraan terhadap tantangan yang akan di hadapi. Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi dalam belajar percaya bahwa mereka memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas belajar yang sulit dan beragam dan yakin mencapai hasil yang optimal. Sedangkan seseorang dengan efikasi diri yang rendah menganggap dirinya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada disekitarnya. Dalam situasi yang sulit individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung akan mudah menyerah. Sementara individu dengan efikasi diri yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk menghadapi tantangan yang ada.

Bimbingan dan konseling merupakan proses pemberian bantuan dari konselor kepada klien secara bertatap muka untuk membantu klien keluar dari masalahnya. Salah satu tujuan khusus dari layanan bimbingan dan konseling adalah agar individu mampu memecahkan berbagai kesulitan yang dihadapinya secara mandiri. Kesulitan yang dialami individu umumnya pada bidang belajar. Individu dapat mencapai tujuan yang diinginkan mereka harus yakin akan kemampuannya bagaimanapun kesulitan yang dialami dalam bidang belajar asalkan mereka punya keinginan, senantiasa berusaha dan pantang menyerah maka mereka akan mendapatkan hasil yang baik.

Sopiyah (2016) dalam penelitiannya yang berjudul *Peningkatan Self-Efficacy Pada Siswa Melalui Konseling Cognitive Behavioral*, menyatakan bahwa intervensi konseling *cognitive behavioral* pada penelitian, terbukti efektif untuk meningkatkan *selfefficacy* siswa pada pelajaran matematika. Siswa mengalami peningkatan skor *self-efficacy* pada pelajaran matematika.

Atifah Hanum dan Casmini (2015) dalam penelitian yang berjudul *Bimbingan Pribadi-Sosial Untuk Self-Efficacy Siswa Dan Implikasinya Pada Bimbingan Konseling SMK Diponegoro Depok Sleman, Yogyakarta* menyatakan bahwa bimbingan pribadi-sosial untuk pengembangan dan penguatan *self-efficacy* siswa mendapatkan respon baik dengan nilai rata-rata 86,7

Melalui bimbingan dan konseling siswa dapat membantu individu dalam mengembangkan efikasi diri individu dalam menghadapi berbagai kesulitan untuk mencapai perkembangan yang optimal.

Dari uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian yang berjudul "Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Self Management* Terhadap Peningkatan *Self Efficacy* Dalam Belajar Siswa Kelas X SMA UISU Medan Tahun Ajaran 2019/2020".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah diatas dapat diidentifikasi beberapa permasalahan antara lain:

1. Siswa kurang yakin dengan kemampuannya dalam belajar
2. Siswa mersa tidak mampu keluar dari masalah belajar yang dihadapi
3. *Self efficacy* yang rendah mempengaruhi sikap belajar siswa
4. Siswa merasa putus asa saat menghadapi masalah dalam belajar.

1.3 Batasan Masalah

Melihat banyaknya permasalahan yang teridentifikasi, kiranya perlu dilakukan pembatasan masalah supaya lebih jelas. Masalah dalam penelitian ini dibatasi pada penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dalam menangani permasalahan *self efficacy* siswa dalam belajar siswa kelas X SMA UISU Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

1.4 Rumusan Masalah

Adapun permasalahan dalam penelitian di atas adalah: "Apakah ada pengaruh bimbingan kelompok teknik *self management* terhadap peningkatan *self efficacy* dalam belajar siswa kelas X SMA UISU Medan Tahun Ajaran 2019/2020?"

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik *self management* untuk meningkatkan *self efficacy* dalam belajar siswa kelas X SMA UISU Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat bagi berbagai pihak antara lain:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu, khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling mengenai layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self efficacy* belajar siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi sekolah agar dapat dijadikan bahan masukan tentang pentingnya layanan bimbingan kelompok.

- b. Manfaat bagi siswa agar siswa yang kurang didalam *self efficacy* belajar untuk kedepannya mampu menghadapi tugas-tugas belajar yang sulit dan beragam, dan yakin mampu mencapai hasil yang optimal.

- c. Bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling kedepannya yang akan menyusun skripsi dengan permasalahan yang sama, menjadi bahan yang berguna untuk menulis skripsi.