

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORITIS**

Kajian teoritis merupakan gambaran teori yang akan digunakan dalam penelitian ini. Dengan kajian pustaka ini pula, diharapkan peneliti mampu menggambarkan keterkaitan antar teori-teori yang digunakan dengan keadaan di lapang dalam rangka menjawab tujuan-tujuan penelitian.

#### **A. Definisi Konseptual**

##### **1. Layanan Bimbingan Kelompok**

###### **a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok**

Berdasarkan kajian mengenai definisi bimbingan yang ditulis oleh beberapa ahli bimbingan seperti, Mortensen dan Schmuller (1964), Pietrofesa (1980), Shertzer dan Stone (1981), dalam bukunya Tateik Rohmah yang berjudul Teori dan Praktek Bimbingan Kelmompok (2013) dapat disimpulkan bahwa bimbingan dapat diartikan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu secara berkelanjutan dan dimaksudkan agar individu dapat memahami serta mengarahkan dirinya dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan serta dapat mengembangkan dirinya secara optimal untuk kesejahteraan dirinya. Sedangkan kelompok merupakan sekumpulan orang yang mempunyai identitas yang berbeda-beda namun mempunyai tujuan yang sama dan saling berkomunikasi satu dengan yang lain.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu namun dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan

dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain sebagainya. Dan apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan ataupun untuk peserta lainnya dalam jurnal (Emalia Nylanda dkk, 2014). Kegiatan bimbingan kelompok ini nantinya berupa penyampaian informasi yang tepat mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, pemahaman pribadi, penyesuaian diri dan masalah hubungan antara pribadi.

Bimbingan kelompok dipimpin oleh konselor yang berperan sebagai individu yang memiliki pengaruh sosialemosional yang menjadikan kelompok dinamis. Pengaruh sosial-emosional pemimpin kelompok diharapkan dapat memancing anggota kelompok agar terbuka sehingga apa yang anggota kelompok pikirkan dapat disampaikan tanpa ragu-ragu. Fery Anggara, A. Muri Yusuf & Marjohan, (2016) dalam jurnalnya menjelaskan bahwasannya pada kegiatan ini anggota kelompok dapat merefleksikan perasaan, pikiran, dan menambah wawasan serta memunculkan sikap yang objektif lagi tidak sempit. Melalui bimbingan kelompok, sekelompok siswa berefikasi diri rendah diharapkan memperoleh pengalaman dari model apa yang dibutuhkan oleh dirinya dalam pengembangan wawasan, sikap, dan tindakan tertentu agar tercegah dari timbulnya masalah di kemudian hari.

Pengaruh dari layanan bimbingan kelompok *Role Playing* untuk mengatasi *Self Efficacy* ialah tentang fakta-fakta yang berhubungan dengan pilihan, rencana, atau penyesuaian-penyesuaian yang perlu dalam pembuatannya atau proses kegiatan ungkap Laila Maharani dan Tika

Ningsih, (dalam Jurnal Bimbingan Konseling, 2015:5). Selain itu menurut Thrista Febrianti ialah penyusunan rencana, membuat keputusan yang tepat untuk penumbuhan perilaku yang efektif (dalam Jurnal RepositoryUNB, 2016: 36).

**b. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok**

Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Sedangkan tujuan khusus dari layanan ini pada dasarnya terletak pada bimbingan kelompok yang bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan yang masih hangat dan menjadi perhatian peserta, sehingga mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif (Robert L. Gibson dan H. Mitchell, 2011).

Bimbingan kelompok itu bertujuan untuk memungkinkan siswa secara bersama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber (terutama guru BK) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat (Sofwan Adi Putra, dkk, 2013). Melalui layanan bimbingan kelompok hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan dapat diungkapkan, dilonggarkan, diringankan, melalui berbagai cara. Pikiran yang suntuk, buntu, atau beku dicairkan dan dinamikakan melalui berbagai masukan dan tanggapan baru.

Oleh sebab itu sudah seharusnya seorang guru BK mampu dengan baik untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok dalam

kegiatannya. Dengan dilaksanakannya bimbingan kelompok diharapkan peserta didik dapat mengembangkan diri untuk dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi menerima pendapat orang lain, membina sikap dan perilaku yang normatif serta aspek-aspek positif lainnya yang pada gilirannya individu dapat mengembangkan potensi diri serta dapat meningkatkan perilaku komunikasi antarpribadi yang dimiliki.

**c. Komponen Layanan Bimbingan Kelompok**

Dalam layanan bimbingan kelompok berperan dua pihak, yaitu pimpinan kelompok dan peserta atau anggota kelompok.

1) Pimpinan Kelompok

Pimpinan kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktek konseling profesional. Sebagaimana untuk jenis layanan konseling lainnya, konselor memiliki keterampilan khusus. Dalam bimbingan kelompok tugas pimpinan kelompok adalah memimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui “bahasa” konseling untuk mencapai tujuan-tujuan konseling. Secara khusus, pimpinan kelompok diantara semua peserta seintensif mungkin yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dan khusus bimbingan kelompok atau konseling kelompok. Untuk menjalankan tugas dan kewajiban profesionalnya, pimpinan kelompok memiliki karakter :

- a) Mampu membentuk kelompok dan mengarahkannya sehingga terjadi dinamika kelompok dalam suasana interaksi antara anggota kelompok yang bebas, terbuka dan demokratis, konstruktif, saling mendukung dan meringankan beban, menjelaskan, memberikan

pencerahan, memberikan rasa nyaman, menggembarakan, dan membahagiakan. Serta mencapai tujuan bersama kelompok. Dalam suasana demikian itu, objektivitas dan ketajaman analisis serta evaluasi kritis yang berorientasi nilai-nilai, kebenaran dan moral (karakter-cerdas) dikembangkan melalui sikap cara-cara berkomunikasi yang jelas dan lugas (dalam strategi BMB3) yang santun dan bertatakrama, dengan bahasa yang baik dan benar.

- b) Memiliki kemampuan hubungan antara personal berdasarkan kewibawaan yang hangat dan nyaman, sabar dan member kesempatan, demokratis dan kompromistik (tidak antagonistik) dalam mengambil kesimpulan dan keputusan, tanpa memaksakan, dalam ketegasan dan kelembutan, jujur dan tidak berpura-pura, disiplin dan kerja keras.

## 2) Anggota Kelompok

Keanggotaan merupakan salah satu unsur pokok dalam proses kehidupan kelompok. Tanpa kelompok tidaklah mungkin ada kelompok. Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok atau konseling kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok) dan homogenitas/ heterogenitas dengan kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok. Muhammad Amin (2018) dalam jurnalnya berpendapat bahwasannya peranan anggota kelompok yang hendaknya dimainkan oleh anggota kelompok agar dinamika kelompok itu benar-benar seperti yang diharapkan ialah membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok. Sehingga anggota kelompok nantinya diharapkan akan:

- a) Mencerahkan segenap perasaan dan melibatkan diri dalam kegiatan kelompok,

- b) Berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama,
- c) Benar-benar berusaha untuk secara aktif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok,
- d) Mampu berkomunikasi secara terbuka,
- e) Berusaha saling membantu anggota lain,
- f) Memberi kesempatan kepada anggota lain untuk juga menjalankan perannya,
- g) Menyadari akan betapa pentingnya kegiatan kelompok itu.

#### **d. Tahapan Layanan Bimbingan Kelompok**

Layanan bimbingan kelompok ini terbagi menjadi empat tahap yang diantaranya ada tahap permulaan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran (Prayitno, 1995):

##### 1) Tahap I : Permulaan

Tahap yang pertama ini biasanya dilakukan pengenalan. Dimana masing-masing anggota dan pemimpin kelompok saling berkenalan satu sama lain. Susunan tahap permulaan yang dilakukan oleh pemimpin kelompok adalah sebagai berikut :

- a) Menerima secara terbuka dengan ucapan terimakasih,
- b) Berdo'a bersama-sama menurut agama dan kepercayaan masing-masing,
- c) Memperkenalkan diri dan menjelaskan perannya sebagai pemimpin kelompok.
- d) Menjelaskan apa itu bimbingan kelompok kepada anggota kelompok.
- e) Menjelaskan tujuan-tujuan umum yang nantinya akan dicapai dalam kegiatan bimbingan kelompok.
- f) Menjelaskan tentang cara pelaksanaan dari bimbingan kelompok.
- g) Menjelaskan azas-azas bimbingan kelompok.
- h) Anggota kelompok mulai memperkenalkan diri satu sama lain.

##### 2) Tahap II : Peralihan

Setelah suasana dari masing-masing anggota kelompok sudah mulai mencair dan dinamika kelompok sudah mulai tumbuh, maka tahap yang kedua ini merupakan jembatan penghubung antara tahap yang pertama dan ketiga. Ada kalanya jembatan ditempuh dengan amat mudah lancar, artinya para anggota kelompok dapat segera memasuki kegiatan tahap ketiga dengan penuh kemauan dan kesukarelaan. Ada kalanya pula jembatan itu ditempuh dengan susah payah, artinya para anggota kelompok enggan memasuki tahap kegiatan kelompok yang sebenarnya, yaitu tahap ketiga. Dalam keadaan seperti ini pemimpin kelompok, dengan gaya kepemimpinan yang khas, membawa para anggota meniti jembatan itu dengan selamat. Berikut adalah susunan harus dipahami oleh pemimpin kelompok :

- a) Menjelaskan kembali tentang kegiatan bimbingan kelompok,
- b) Tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok untuk bimbingan lebih lanjut,
- c) Mengenali suasana apabila anggota kelompok secara keseluruhan atau belum siap untuk memasuki tahap berikutnya, tugas pemimpin kelompok adalah memantapkan serta dapat mengatasi suasana tersebut,
- d) Pemimpin kelompok harus bisa meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota kelompok dalam proses bimbingan kelompok.

### 3) Tahap III : Kegiatan

Tahap ketiga ini merupakan sebuah inti dari layanan bimbingan kelompok. Maka aspek-aspek yang harus dipahami pemimpin kelompok diantaranya:

- a) Pemimpin kelompok mengemukakan topik pembahasan yang telah dipersiapkan. Topik dalam pembahasan ini terdapat dua jenis yaitu topik bebas dan topik tugas;
- b) Pemimpin kelompok menjelaskan pentingnya topik yang akan dibahas dalam kelompok;
- c) Tanya jawab tentang topik yang akan dikemukakan oleh pemimpin kelompok;

- d) Pembahasan topik harus dilaksanakan secara tuntas dan menggunakan prinsip 5W + 1H;
- e) Pemimpin kelompok dan anggota kelompok harus mempunyai komitmen.

#### 4) Tahap IV : Pengakhiran

Ketika kelompok memasuki tahap pengakhiran, kegiatan kelompok hendaknya dipusatkan pada pembahasan dan penjelajahan tentang apakah para anggota kelompok akan mampu menerapkan hal-hal yang telah mereka pelajari (dalam suasana kelompok), pada kehidupan nyata mereka sehari-hari. Yang semestinya dilakukan oleh pemimpin kelompok ialah :

- a) Menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok telah berakhir;
- b) Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan kesan pesan dan menilai kemajuan dari masing-masing anggota kelompok;
- c) Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk membahas kegiatan lanjutan;
- d) Pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih kepada seluruh anggota kelompok;
- e) Pemimpin kelompok memimpin do'a;
- f) Melakukan bersalam-salaman.

#### e. Macam-macam Bimbingan Kelompok

*Group Guidance Principles and Practice*, merupakan buku karya dari Jane Warters yang didalamnya mengemukakan bahwa banyak tentang macam-macam bimbingan kelompok diantaranya (dalam Winkel 1997:503-514):

##### 1) Kelompok Primer dan Skunder

Kelompok primer dicirikan dengan kontak akrab yang kontinyu seperti dalam keluarga dan kelompok bermain pada anak kampung.

Sedangkan, kelompok skunder dibentuk atas minat kesamaan yang dikejar bersama seperti halnya satuan kelas disekolah dan kelompok.

2) *Sociogrup* dan *Psychogroup*

Kelompok yang tekanannya terletak pada hal yang harus dilakukan bersama, dan tekanan keduanya terletak pada hubungan antar pribadi, namun tekanan tersebut dapat bergeser sehingga *sociogroup* dapat menjadi *psychogroup* dan sebaliknya.

3) Kelompok yang terorganisasi dan yang tidak terorganisasi

Kelompok ini dapat direferensiasi antara peran-peran yang dipegang oleh anggota sehingga terdapat suatu struktur yang bersifat formal dan kompleks. Sedangkan, dalam kelompok tidak terorganisasi setiap anggota berhak lepas dan lahir kelompok baru.

4) *In Group* dan *Out Group*

Kelompok ini membuat anggota merasa terkait antara satu sama lainnya sedangkan dalam *Out Group* mereka bukan anggota kelompok tertentu yang tidak terdapat rasa loyalitas, empati, simpati, ketertarikan dan rasa antipasti dan rasa benci.

5) Kelompok yang anggotanya bebas serta atas dasar sukarela

Kelompok yang keanggotaannya bebas serta atas dasar sukarela dan kelompok yang keanggotaannya diwajibkan. Diantara kelompok yang dibentuk untuk kegiatan bimbingan ada yang dibentuk atas dasar sukarela, misalnya kelompok konseling, dan ada juga yang dibentuk atas dasar kewajiban sebagai siswa yang bersekolah di institusi pendidikan tertentu, misalnya satuan kelas pada waktu tertentu menerima bimbingan karier.

## 6) Kelompok tertutup dan kelompok terbuka

Kelompok tertutup terdiri atas mereka yang mengikuti kegiatan kelompok sejak permulaan dan tidak menerima anggota baru sampai kegiatan kelompok berhenti. Kelompok terbuka memungkinkan adanya orang keluar dan orang masuk selama kegiatan kelompok berlangsung. Kelompok atau group kecil yang dibentuk dengan tujuan khusus cenderung bersifat tertutup seperti kelompok konseling, sedangkan kelompok besar lebih bersifat terbuka seperti, satuan kelas bila ada siswa baru masuk

## 2. *Role Playing*

Istilah permainan peranan mempunyai tiga macam arti yaitu, sesuatu yang bersifat sandiwara dimana pemain memainkan peranannya sesuai dengan lakon yang sudah ditulis, suatu perilaku tiruan dimana seseorang yang berusaha melakukan peran berlawanan dengan apa yang sebenarnya diharapkan, dan sesuatu yang berkaitan dengan pendidikan, dimana beberapa individu nantinya akan memerankan situasi yang imajinatif dengan tujuan untuk membantu tercapainya pemahaman terhadap diri sendiri dan menganalisis perilaku yang diperankan oleh seseorang tersebut (Tatiek Romlah, 2013).

Secara singkat, Corsini (1966) menyatakan bahwa permainan peran dapat digunakan sebagai:

- a. Alat untuk mendiagnosis serta mengerti seseorang dengan cara mengamati perilakunya waktu memerankan dengan spontan situasi-situasi atau kejadian-kejadian yang terjadi dalam lingkungan sebenarnya.

- b. Metode latihan untuk melatih keterampilan-keterampilan tertentu melalui keterlibatan secara aktif dalam proses permainan peran tersebut sehingga anggota kelompok dapat mengembangkan pengertian-pengertian baru dan mempraktekkan keterampilan-keterampilan yang baru.

Permainan peran merupakan salah satu teknik yang telah di teliti oleh para ahli, dimana mereka telah membuktikan bahwa permainan peran merupakan teknik latihan yang bermutu. Pada saat ini permainan peran secara luas lebih diterima sebagai teknik yang melatih berbagai macam hubungan antar pribadi.

- a. Macam-macam *Role Playing*

Ada berbagai pendapat mengenai macam-macam permainan peranan diantaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Sosiodrama

Sosiodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Konflik-konflik sosial yang di sosiodramakan adalah konflik-konflik yang tidak mendalam dan tidak menyangkut gangguan kepribadian. Misalnya saja seperti pertentangan antar kelompok sebaya, perbedaan nilai individu dengan nilai lingkungan, perbedaan nilai antara anak dengan orangtua, dan lain sebagainya.

Sosiodrama lebih merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mendidik kembali daripada penyembuhan. Sosiodrama dapat dilaksanakan oleh konselor atau guru yang sudah dilatih. Kegiatan sosiodrama dapat dilaksanakan bila sebagian besar anggota kelompok

tengah menghadapi permasalahan yang sama, atau bila ingin mengubah sikap-sikap tertentu (Tatiek Romlah, 2013).

## 2) Psikodrama

Nurfarizal dalam jurnal Fokus Konseling (2016) menjelaskan tentang psikodrama yang merupakan salah satu teknik dari teknik role playing dalam bimbingan kelompok. Psikodrama merupakan suatu bentuk permainan peranan untuk menemukan konsep diri dan dapat digunakan oleh konselor untuk membimbing konseli agar dapat menemukan konsep dirinya. Tatiek Romlah (2006:107) mengemukakan bahwa : psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya Dalam psikodrama individu yang mempunyai masalah memerankan dirinya sendiri. psikodrama dilaksanakan untuk tujuan terapi atau penyembuhan.

Teknik psikodrama digunakan untuk menjadi alternatif untuk solusi meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal karena dalam memainkan drama tersebut dituntut untuk melakukan dialog sesuai dengan naskah yang telah diberikan. Dalam dialog tersebut pemain drama dituntut berkomunikasi dalam memainkan perannya. Di dalam psikodrama, klien memerankan situasi situasi dramatis yang dialaminya pada waktu lalu, sekarang dan yang diantisipasi akan dialami waktu yang akan datang, dengan tujuan memperoleh

pengertian lebih mendalam mengenai dirinya dan melepaskan tekanan-tekanan yang dialami (Suci Ratna Bhakti, 2018). Kejadian-kejadian penting dimainkan kembali agar klien dapat mengenali perasaan-persaannya dan dapat mengungkapkan perasaan sepenuhnya sehingga terbuka jalan untuk terbentuk perilaku baru.

Adapun tujuan dari penggunaan metode bermain peran (*role playing*) adalah sebagai berikut:

- a. Untuk motivasi siswa,
- b. Untuk menarik minat dan perhatian siswa,
- c. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengeksplorasi situasi dimana mereka mengalami emosi, perbedaan pendapat dan permasalahan dalam lingkungan kehidupan sosial anak,
- d. Menarik siswa untuk bertanya,
- e. Mengembangkan kemampuan komunikasi siswa,
- f. Melatih siswa untuk berperan aktif dalam kehidupan nyata.

Adapun menurut Hesti dkk, (2004) dalam bermain peran memiliki langkah-langkah yang harus ditempuh yaitu sebagai berikut:

- a. Membacakan naskah percakapan dengan jeda, lafal, dan volume suara yang sesuai. Kalimat-kalimat yang dikurung tidak perlu dibaca, karena kalimat tersebut merupakan petunjuk laku.
- b. Menentukan watak tokoh dan ekspresi yang tepat untuk memerankan tokoh tersebut.
- c. Berlatih berulang-ulang sampai betul dapat memerankan tokoh itu.
- d. Menggunakan kostum yang sesuai agar percakapan lebih hidup.

Agar proses pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan Metode bermain peran tidak mengalami kaku, maka perlu adanya langkah-langkah yang harus kita pahami terlebih dahulu (Dahlan:1984) adalah sebagai berikut :

- a. Guru atau konselor menyusun/menyiapkan skenario yang akan ditampilkan.

- b. Menunjuk beberapa siswa untuk mempelajari skenario dalam waktu beberapa hari sebelum pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar.
- c. Guru atau konselor membentuk kelompok siswa yang anggotanya 5 orang.
- d. Memberikan penjelasan tentang kompetensi yang ingin dicapai.
- e. Memanggil para siswa yang sudah ditunjuk untuk melakoknkan skenario yang sudah dipersiapkan.
- f. Masing-masing siswa berada di kelompoknya sambil mengamati skenario yang sedang diperagakan.
- g. Setelah selesai ditampilkan, masing-masing siswa diberikan lembar kerja untuk membahas/memberi penilaian atas penampilan masing-masing kelompok.
- h. Masing-masing kelompok menyampaikan hasil kesimpulannya.
- i. Guru atau konselor memberikan kesimpulan secara umum.
- j. Evaluasi yang dilakukan secara bersama-sama.
- k. Penutup.

### **3. Remaja**

Tahapan perkembangan remaja menurut Mapiarre adalah berlangsung antara umur 12 tahun hingga 22 tahun. Yang mana dalam pembagian menurut jenis kelamin, umurr 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita sedangkan bagi pria sedari umur 13 tahun sampai dengan 22 tahun. Rentang usia remaja tersebut kemudian dikelompokkan menjadi dua bagian yakni remaja awal dengan rentan usia antara 12 sampai 13 tahun hingga 17 sampai 18 tahun. Juga remaja akhir dengan usia rata-rata 17 sampai 18 sampai 21 atau 22 tahun. (Moh. Ali, 2012).

Perkembangan masa remaja merupakan periode peralihan atau transisi dari kehidupan masa anak-anak (belia) ke masa dewasa. Periode ini dimana seseorang atau tiap individu melakukan proses pertumbuhannya baik itu secara fisik maupun biologis. Proses petumbuhan ini haruslah mencapai kematangan sehingga mereka tidak akan mau lagi diperlakukan sebagai anak-

anak. Namun di satu sisi mereka belum mencapai kematangan di tahap yang penuh dan belum bisa disebut dewasa. Secara negatif periode ini juga dinamakan sebagai periode ‘serba tidak’ atau *the un stage* yakni *ubbalanced* atau tidak/belum sei, *unstable* yang berarti tidak/belum stabil serta *unpredictable* yang berarti tidak dapat diramalkan (Dadang Sulaeman, 1995: 1). Pada periode ini kemudian terdapat proses perubahan baik dalam segi psikologis, sosial dan intelektual

Secara umum masa remaja adalah masa pergantian atau peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa perkembangan ini, remaja mencapai kematangan baik itu fisik, mental, sosial dan emosional. Bahkan beberapa penelitian mengenai pertumbuhan fisik pada remaja menunjukkan bahwa pertumbuhan tinggi badan pada masa remaja lebih cepat bila dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya. Serta perubahan proporsi tubuh yang dialami remaja wanita lebih cepat dibanding pada remaja laki-laki.

Pada masa perkembangan remaja juga merupakan tahapan pubertas. Tahapan pubertas (*puberty*) adalah sebuah periode dimana kematangan fisik berlangsung cepat, yang melibatkan perubahan hormonal dan tubuh, yang terutama berlangsung di masa remaja awal (Jhoh W. Santroct, 2011: 404). Menurut Jean Piaget (dalam Moh Ali : 2012) remaja dalam tahapan perkembangan kognitifnya memasuki tahap operasional formal. Tahap operasional formal ini dialami oleh anak pada usia 11 tahun keatas. Pada tahapan operasional formal ini, anak telah mampu mewujudkan suatu keseluruhan dalam pekerjaannya yang merupakan hasil dari berpikir logis. Aspek perasaan dan moralnya juga telah berkembang.

Pada tahapan ini menurut piaget (dalam Moh Ali:2012), dalam tahapan ini remaja mulai berinteraksi dengan lingkungan dan semakin luas dari pada tahapan anak-anak, remaja mulai berinteraksi dengan teman sebayanya dan bahkan berusaha untuk dapat berinteraksi dengan orang dewasa. Karena pada tahapan ini anak sudah mulai mampu mengembangkan pikiran normalnya, mereka juga mampu mencapai logika dan rasio serta dapat menggunakan abstraksi. Arti simbolik dan kiasan dapat mereka mengerti. Melibatkan mereka dalam suatu kegiatan akan lebih memberikan akibat positif pada perkembangan kognitifnya.

Hubungan sosial adalah cara-cara individu bereaksi terhadap orang-orang disekitarnya dan bagaimana pengaruh hubungan itu terhadap dirinya. Hubungan sosial ini juga berkaitan dengan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosialnya misalnya makan dan minum sendiri, berpakaian sendiri, menaati peraturan, membangun komitmen bersama dalam kelompok atau organisasinya dan sejenisnya (Moh. Ali, 2012: 85). Perkembangan Hubungan sosial pada masa remaja berawal dari lingkungan rumah kemudian berkembang lebih luas lagi ke lingkungan sekolah dan kemudian berkembang lagi pada teman-teman sebaya. Hal ini lah yang kemudian dikaitkan dengan tingkat empati siswa antar sesama teman.

#### **4. Self Efficacy**

##### **a. Pengertian *self efficacy***

Bandura mengatakan bahwa efikasi diri pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk

mencapai hasil yang diinginkan. Menurut Bandura, efikasi tidak berkaitan dengan kecakapan yang dimiliki, tetapi berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal yang dapat dilakukan dengan kecakapan yang ia miliki seberapa pun besarnya (Alwisol, 2009).

Efikasi diri menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang mengandung keaburan, tidak dapat diramalkan dan sering penuh dengan tekanan. Gist dan Mitchell mengatakan bahwa efikasi diri dapat membawa pada perilaku yang berbeda diantara individu dengan kemampuan yang sama karena efikasi diri mempengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah dan kegigihan dalam berusaha.

**b. Macam-macam *self efficacy***

*Self efficacy* (efikasi diri) menurut Bandura terdiri dari dua jenis yang diantaranya sebagai berikut:

1) *Self efficacy* tinggi

*Self efficacy* dikatakan tinggi ketika individu merasa yakin dan percaya bahwa dirinya mempunyai kemampuan untuk menyelesaikan apa yang di inginkan dan diharapkan. Individu dengan *self efficacy* yang tinggi akan memandang tugas-tugas yang sulit sebagai sebuah tantangan untuk dikuasai daripada di pandang sebagai ancaman untuk dihindari. *Self efficacy* yang tinggi akan membantu individu membuat perasaan tenang dalam mendekati tugas yang dirasa sulit.

2) *Self efficacy* rendah

*Self efficacy* dikatakan rendah ketika seseorang merasa tidak yakin bahwa dirinya mempunyai kekuatan untuk bisa menyelesaikan apa yang diharapkan dan diinginkannya tersebut. Namun, individu dengan *self efficacy* yang rendah telah memiliki pikiran yang negatif dan irasional terlebih dahulu sehingga menimbulkan perilaku yang tidak diinginkan atau malah menyimpang.

Menurut Bandura, jika seseorang percaya bahwa tidak memiliki kekuatan untuk memproduksi suatu hasil, maka orang tersebut tidak akan berusaha untuk membuat sesuatu terjadi. sebaliknya orang yang memiliki efikasi diri tinggi diyakini sebagai orang yang mamou berperilaku tertentu untuk dapat mencapai hasil yang diinginkan.

*Self-efficacy* menurut Warsito (2004) bersifat spesifik dalam tugas dan situasi yang dihadapi. Seseorang dapat memiliki keyakinan yang tinggi pada suatu tugas atau situasi tertentu, namun pada situasi dan tugas yang lain tidak. *Self-efficacy* juga bersifat konseptual, artinya tergantung pada konteks yang dihadapi. Umumnya *self-efficacy* akan memprediksi dengan baik suatu tampilan yang berkaitan erat dengan keyakinan tersebut. Berdasarkan pendapat tokoh diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan individu bahwa dirinya mampu untuk mela-kukan suatu tugas atau situasi tertentu dengan berhasil (Endang Wahyuni, 2015).

## **B. Penelitian Relevan**

Penelitian relevan merupakan bagian yang penting dalam sebuah karya ilmiah, dengan tinjauan penelitian terdahulu dimaksudkan terhindar dari hal-hal

yang tidak diinginkan seperti plagiarisme. Tujuan utamanya adalah untuk menginformasikan kepada pembaca hasil-hasil penelitian lain yang berkaitan erat dengan penelitian yang dilakukan saat itu, menghubungkan penelitian dengan literatur-literatur yang ada, dan mengisi celah-celah dalam penelitian-penelitian sebelumnya. Peneliti menuliskan beberapa penelitian terdahulu dalam tabel sebagai berikut:

**Tabel 2.1**  
**Penelitian Relevan**

No	Nama	Judul	Tahun	Variabel	Simpulan
1	Atika Nur'aini, Sholih dan Raudah Zaimah	Meningkatkan Efikasi Diri ( <i>self Efficacy</i> ) Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing	2018	<i>Self Efficacy</i> pada siswa kelas XI	Hasilnya terbukti teknik <i>role playing</i> yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan efikasi diri siswa. Hasil tersebut nampak dari $F_{hitung} > F_{tabel}$ yaitu $4,580 > 3,92$ dengan signifikansi $0,034 < 0,05$ .
2	Aliqol Ana, Mungin edi dan Wagimin	Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Role Playing</i> untuk Meningkatkan <i>Self Efficacy</i> dan Harapan Hasil ( <i>Outcome Expectations</i> ) Karir Siswa	2017	<i>Self Efficacy</i> dan <i>Outcome Expectations</i> Karir siswa kelas XII	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan bimbingan kelompok teknik <i>role playing</i> efektif untuk meningkatkan <i>self-efficacy</i> karir dan harapan hasil ( <i>outcome expectation</i> ) siswa. Peran konselor dan konseli sama besar dalam pelaksanaan bimbingan kelompok teknik <i>role playing</i> yang pada dasarnya merupakan kolaborasi antara konseli dan konselor. Karakteristik individu dengan motivasi yang tinggi untuk menyelesaikan masalah, mau bersikap terbuka terhadap konselor, dan tidak sungkan untuk menyatakan pendapat serta bertanya kepada konselor. Hal ini penting karena dengan sikap tersebut maka konseli mampu mengaplikasikan teknik <i>role playing</i> secara tepat sesuai dengan yang diharapkan.
3	Nur Aslinda, Warneri,	Penerapan Model <i>Role</i>	2017	<i>Self Efficacy</i> Belajar siswa	Hasilnya penerapan model <i>role play</i> dapat

	Okianna	<i>Playing</i> terhadap <i>Self Efficacy</i> Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Ledo		kelas XI	meningkatkan <i>self efficacy</i> belajar siswa. Buktinya uji beda memperoleh nilai 0,000 yang artinya terdapat perbedaan hasil <i>self efficacy</i> belajar siswa antara kelas yang menerapkan model <i>role playing</i> dengan model konvensional dan diperkuat lagi dengan perhitungan <i>effect size</i> sebesar 1,13, maka berdasarkan kriteria yang berlaku maka nilai <i>effect size</i> ini termasuk kategori tinggi.
4	Siti Nurlaila	Pelatihan Efikasi Diri ( <i>Self Efficacy</i> ) untuk Menurunkan Kecemasan Pada Siswa-siswi Yang akan Menghadapi Ujian Akhir Nasional	2016	<i>Self Efficasi</i> siswa yang akan menghadapi Ujian Nasional	Adanya peningkatan signifikan <i>self efficacy</i> siswa yang dipengaruhi bimbingan kelompok belajar bersama. Yang mana hal ini dibuktikan dengan hasil uji menyebutkan bahwa $F_{hitung} > F_{tabel}$ yaitu $3,540 > 3,02$ dengan signifikansi $0,034 < 0,05$ .
5	Sri Widaryati	Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Efikasi Diri Siswa	2013	<i>Self Efficacy</i> siswa di kelas X SMAN 1 Pengasih Kulon Progo	Hasil analisis data menunjukkan bahwa data gain skor kelas eksperimen dan kontrol memenuhi uji prasyarat yaitu normal dan homogen, selanjutnya dilakukan uji independent t test. Hasil uji independent t test gain skor efikasi diri menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari taraf signifikansi (0,01). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konseling kelompok yang sangat signifikan terhadap efikasi diri siswa kelas X SMA N 1 Pengasih Kulon Progo.

### C. Kerangka Teoritis

Kerangka konseptual adalah kerangka penalaran yang terdiri dari konsep-konsep atau teori yang menjadi acuan penelitian. Biasanya kerangka konseptual ini disusun dalam bentuk matrik, bagan atau gambar sederhana. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok *role playing* adalah suatu teknik dalam bimbingan

konseling untuk memberikan bantuan kepada individu yang berkelompok yang dilakukan oleh seorang konselor melalui kegiatan kelompok sehingga dapat berguna untuk menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapi oleh masing-masing individu.

Petterson (dalam Hitchens & Drachen, 2008, hlm.5) menyatakan *role playing* adalah sebuah seni dari pengalaman, dan menciptakan permainan *role playing* berarti menciptakan pengalaman-pengalaman. *Role playing* merupakan suatu prosedur pemecahan masalah yang telah menggunakan teknik dari evaluasi kritis yang berkaitan dengan mendengarkan, diskusi, dan pemecahan masalah. *Role playing* dapat membuat siswa memposisikan diri dalam situasi yang belum pernah mereka alami, dimana mereka dapat berempati dan memahami motivasi orang lain. *Role playing* memiliki potensi untuk memimpin perubahan perilaku dan sikap ( Nur Azmi Wiantina, 2018).

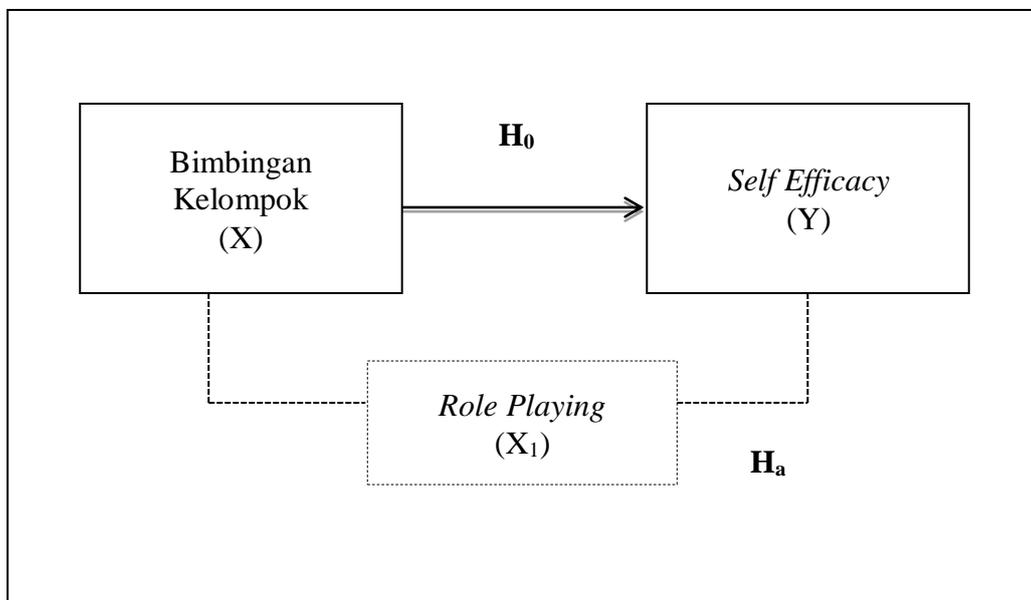
*Role playing* merupakan sebuah teknik yang membuat peserta didik terikat dalam sebuah pengalaman, dimana peserta didik memerankan peran-peran dalam skenario. *Role playing* memberikan kondisi yang aman pada peserta didik untuk bereksperimen mencoba perilaku-perilaku baru dan dapat membuat siswa memposisikan diri dalam situasi yang belum pernah mereka alami. *Role playing* memberi kesempatan kepada individu untuk berubah. Individu diminta untuk memerankan peran yang tidak biasa ia mainkan, sehingga ia akan mempunyai pemahaman baru ketika memerankan peran tersebut.

Penggunaan teknik *role playing* dalam layanan bimbingan kelompok kiranya dapat membantu meningkatkan *self efficacy* siswa yang rendah. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan

masalah sosial. Penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* diharapkan dapat meningkatkan efikasi diri (*self efficacy*) siswa saat proses belajar dan mengajar di kelas agar proses pembelajaran dapat berjalan secara optimal. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* ini, siswa diajak untuk berperan langsung dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok yang nantinya akan melatih siswa untuk menumbuhkan efikasi diri siswa.

Adapun di bawah ini merupakan bagan kerangka teoritis sebagai gambaran efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* guna mengatasi *self efficacy* siswa yang rendah, khususnya siswa di kelas VIII SMP Negeri 6 Trenggalek.

**Bagan 2.1**  
**Kerangka Teoritis**



**D. Hipotesis Asumsi**

Hipotesis terbagi atas dua jenis, yakni hipotesis Nol ( $H_0$ ) yang menyatakan tidak ada pengaruh atau tidak ada hubungan atau tidak ada perbedaan antara variabel X dan variable Y, sedangkan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang menunjukkan ada pengaruh atau ada hubungan atau ada perbedaan antara variabel X dan variabel Y.

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah dalam penelitian. Dikatakan sementara karena jawaban yang dituliskan masih berlandaskan pada teori-teori yang ada dan belum didasarkan pada fakta-fakta yang diperoleh dari observasi atau pengamatan secara langsung yang nantinya berupa pengumpulan data. Berdasarkan uraian yang telah ditulis, maka peneliti mengemukakan hipotesis bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* ini dapat berpengaruh dalam mengatasi *self efficacy* diri siswa yang masih rendah. Adapun uraiannya sebagai berikut:

1.  $H_0$  : Bimbingan kelompok tanpa teknik *treatment* tidak efektif meningkatkan sefl efficacy siswa yang rendah di kelas VIII SMP Negeri 6 Kabupaten Trenggalek.
2.  $H_a$  : Bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* efektif meningkatkan *self efficacy* siswa yang rendah di kelas VIII SMP Negeri 6 Kabupaten Trenggalek.