Prodi S3 Psikologi Pendidikan
Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Malang

Prosiding Seminar Nasional & Call For Paper Prodi S3 Psikologi Pendidikan FPPsi Universitas Negeri Malang 2021

PROSIDING

Seminar Nasional & Call For Paper
Prodi S3 Psikologi Pendidikan FPPsi Universitas Negeri Malang 2021

Personalized Learning For Education Respon Terhadap Pandemik dan Revolusi Digital

Malang, 14 Agustus 2021

The Learning University

FPPsi Fakultas Pendidikan Psikologi
UNIVERSITAS NEGERI MALANG

PROSIDING

Seminar Nasional & Call For Paper

Prodi S3 Psikologi Pendidikan FPPsi Universitas Negeri Malang 2021

"Personalized Learning For Education Respon Terhadap Pandemik dan Revolusi Digital"

Malang, 14 Agustus 2021

Penulis Artikel:

1. Deetje J. Solang
2. Imanuel Hitipeuw
3. Mierrina & Imanuel Hitipeuw
4. Khairil Fauzan, K. & Atika Mentari Nataya Nasution
5. Siti Fatimah
6. Eviatun Khaeriah
7. Dea Setianingsih & Syahrur Rahman
8. Esty Ariyani Safithry & A'am Rifaldi Khunaifi
9. Seyliana Ratnasari & Zun Azizul Hakim
10. Umi Salamah & Ariga Bahrodin
11. Firda Eka Kusuma & Ariga Bahrodin
12. Nuro wardatul Millah & Ariga Bahrodin
13. Agustin Wulandari & Zun Azizul Hakim

Penerbit

Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Malang

PROSIDING

Seminar Nasional & Call For Paper

Prodi S3 Psikologi Pendidikan FPPsi Universitas Negeri Malang 2021

"Personalized Learning For Education Respon Terhadap Pandemik dan Revolusi Digital"

Panitia Pelaksana :

Ketua Panitia	: Lalu Yulhaidir, M.Psi., Psikolog.
Sekretaris	: Zun Azizul Hakim, M.Psi., Psikolog.
Bendahara	: Siti Fatimah, M.Si.
Sie Prosiding	: Ine Luna Dianti, S.Psi., M.Psi, M.M.; Ariga Bahrodin, S.Pdi, M.Pd.; Dra., Psi. Mierrina, M.Si.; Evi Febriani, M.Psi.; Arissaryadin,M.Si
Sie Workshop	: Sarah Emmanuel Haryono, M.Psi.; Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi.
Sie Acara	: Sadia Mewar, S.Pd., M.Si.; Siti Mutomimah, M.Pd.; Arifin Nur Budiono, S.Pd., M.Si.
Sie Kesekretariatan	: Qisty Anindiati, S.Psi., M.Si.; Zumkasri, M.Ed.; Laily Abida, M.Psi.; Satiningsih, S.Psi., M.Si.; Istiqomah, S.Psi., M.Si.
Sie Design	: Angga Yuni Mantara, S.Psi., M.Si, Yuanita Putri Ayuning Tyas,S.Psi

Steering Committee :

Dr. Immanuel Hitipeuw, M.A.

Prof. Dr. Fattah Hanurawan, M.Si., M.Ed.

Dr. Tutut Chusniyah, M.Si

Dr. Nur Eva, M.Psi

Dr. Hetti Rahmawati, S.Psi., M.Si

Reviewer :

1. Luna Dianti
2. Arissaryadin
3. Ariga Bahrodin
4. Esty Aryani Safitri
5. Nur irmayanti

Penyunting :

1. Arissaryadin
2. Yuanita Putri Ayuning Tyas
3. Luna Dianti

Layout dan Desain Cover :

Edward Mesak Dua Padang

Penulis Artikel:

14. Deetje J. Solang
15. Imanuel Hitipeuw
16. Mierrina & Imanuel Hitipeuw
17. Khairil Fauzan, K. & Atika Mentari Nataya Nasution
18. Siti Fatimah
19. Eviatun Khaeriah
20. Dea Setianingsih & Syahrur Rahman
21. Esty Ariyani Safithry & A'am Rifaldi Khunaifi
22. Seyliana Ratnasari & Zun Azizul Hakim
23. Umi Salamah & Ariga Bahrodin
24. Firda Eka Kusuma & Ariga Bahrodin
25. Nuro wardatul Millah & Ariga Bahrodin
26. Agustin Wulandari & Zun Azizul Hakim

ISBN : 978-623-6589-16-8

Diterbitkan oleh :

Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Malang

Redaksi :

Jl. Semarang No.5 Malang 65145
Tlp. (0341) 579700
Email: psikologi.fppsi@um.ac.id
Website: http://fppsi.um.ac.id/

Hak cipta dilindungi undang-undang.
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk apapun Tanpa ijin tertulis dari penerbit

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warokhmatullohi wabarokaatuh.

Ucapan terimakasih kepada Fakultas Pendidikan Psikologi, sebagai salah satu fakultas terbaik di Universitas Negeri Malang, karena telah membantu terlaksananya seminar nasional dengan tema" Personalized Learning For Education Respon Terhadap Pandemik dan Revolusi Digital".

Tema "Personalized Learning For Education Respon Terhadap Pandemik dan Revolusi Digital" dipilih dengan pertimbangan adanya kebutuhan di masyarakat tentang pembelajaran yang fokus terhadap kekuatan dan kebutuhan setiap individu peserta didik. Melalui tema ini juga, diharapkan para pendidik mampu menerapkan pendekatan pembelajaran yang sesuai kondisi dan kebutuhan individu. Untuk itu, saya berharap seminar ini dan kegiatan pendukung lainnya, seperti Workshop SEM pada tanggal 11 September 2021 dan publikasi tulisan peserta melalui prosiding, menambah wawasan dan keterampilan tentang personalized learning, khususnya pada masa pandemi Covid 19, saat ini.

Demikian sambutan ini disampaikan, tidak lupa pula terimakasih juga, disampaikan kepadaa narasumber, peserta, panitia seminar yang telah bekerja ikhlas dan penuh semangat. Semoga seluruh rangkaian kegiatan dan keterlibatan semua pihak memberi kontribusi berarti bagi masyarakat dalam menjalankan pendidikan di Indonesia.

Wassalamu'alaikum warokhmatullohi wabarokaatuh

Malang, 16 Agustus 2021

Ketua Pelaksana

Lalu Yulhaidir, M.Psi., Psikolog.

DAFTAR ISI

Revolusi Berpikir Resolusi Bertindak 1

Refleksi Personalized Learning dalam Pendidikan di Indonesia 11

Implementasi Personalized Learning Anak Berkebutuhan Khusus Pada Masa Pandemi Covid-19 18

Gambaran Academic *Self-Efficacy* pada Mahasiswa dalam Menghadapi Sistem Pembelajaran Daring selama Pandemi Covid-19 (implementasi Personalized Learning di era Pandemic Covid-19) 30

Pengaruh Personalized Learning terhadap Prestasi Akademik: Meta-Analysis 37

Refleksi Blended Learning dalam Mendukung Personalized Learning 54

Kesejahteraan Siswa di Masa Pandemi Covid-19 60

CBT Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Tes Pada Siswa Sekolah Dasar 72

Pengaruh Konseling Client Centered Terhadap Efikasi Diri Pada Siswa Kelas VIII di SMPN 1 Ngantru Kabupaten Tulungagung 82

Kemandirian Belajar Siswa SD/MI dengan Menggunakan Pembelajaran E-*learning* 94

Kreativitas Siswa SD/MI Pada Pembelajaran Daring 107

Literasi Digital Untuk Menangulangi Cyberbullying Pada Mahasiswa 114

Pengaruh Metode Token Economy Terhadap Perilaku On – Task Anak Hiperaktif Saat Belajar 124

Pengaruh Konseling Client Centered Terhadap Efikasi Diri Pada Siswa Kelas VIII di SMPN 1 Ngantru Kabupaten Tulungagung

Seyliana Ratnasari [1] dan Zun Azizul Hakim [2]
[1,2)] Prodi Psikologi Islam, FUAD UIN SATU Tulungagung
Email: zunlamteng@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh konseling *client centered* terhadap efikasi diri pada siswa kelas VIII di SMPN 1 Ngantru Kabupaten Tulungagung. Desain penelitian ini menggunakan desain eksperimen kuasi *non equivalen control group design pretest posttest group design*. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 10 orang siswa yang berdasar survei awal didapati memiliki tingkat efikasi diri yang rendah. 5 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 5 siswa sebagai kelompok kontrol. Data pada penelitian ini dianalisis menggunakan analisis *gain score.* Hasil analisis menunjukkan nilai *mean gain score* kelompok eksperimen adalah sebesar 25,60, sedangkan pada kelompok kontrol nilai *mean gain score* sebesar 5,80, yang menunjukkan bahwa kenaikan skor efikasi diri kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Kemudian hasil uji hipotesis menggunakan uji *independent sample test* untuk membandingkan *gain score* kedua kelompok didapati perbedaan yang signifikan antara *gain score* kelompok eksperimen (M=25.6, SD=3.209) dan *gain score* kelompok Kontrol [M=5.8, SD=1.789; $t(8)$=12.05, p=0.000]. Hasil ini menunjukkan bahwa konseling *client centered* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan efikasi diri siswa.

Kata Kunci: efikasi diri, konseling *client centered*

1. Pendahuluan

Setiap manusia dilahirkan ke dunia dengan di anugerahi kondisi, mental, fisik, dan karakter yang berbeda-beda. Hal tersebut menjadi sebab bahwa setiap manusia memiliki ciri khas dan pembawaan masing-masing. Kondisi mental dan fisik berangsur-angsur tumbuh dan berkembang seiring bejalannya waktu. Pengaruh lingkungan sekitar turut menjadi faktor penunjang tumbuh kembang tersebut. Kemampuan untuk menghadapi kondisi lingkungan tersebut pada dasarnya berbeda pada setiap individu. Individu yang dapat menggunakan dan memanfaatkan kemampuannya dengan baik tentunya dapat dengan mudah beradaptasi, begitu pula sebaliknya.

Melalui proses Pendidikan, individu lebih mengerti, memahami, dan berpikir kritis terhadap fenomena yang dihadapinya. Pendidikan sendiri merupakan kegiatan belajar dan mengajar yang melibatkan siswa dan guru, melalui kegiatan yang terencana dan mendasar, untuk menjadikan manusia dewasa dan mandiri (Irham dan Wiyani, 2014). Secara singkat, dikatakan bahwa tujuan dari pendidikan adalah untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan membentuk karakter individu untuk meningkatkan potensi dan kemampuan individu. Dalam

proses pendidikan terdapat banyak faktor yang mempengaruhi keefektifitasan proses tersebut, salah satunya adalah keyakinan individu akan kemampuannya.

Pendidikan sangat penting untuk setiap orang agar mendapatkan wawasan dan pengetahuan yang lebih luas selain dari pengalaman. Dengan ikut dalam proses pendidikan, setiap orang bisa memiliki pengetahuan serta keterampilan yang kemudian dapat diajarkan ke generasi yang selanjutnya. Pendidikan juga memiliki tujuan untuk mengembangkan keperibadian dan potensi yang dimiliki individu seperti bakat dan minat. Pendidikan pada umumnya terbagi menjadi beberapa jenjang antara lain seperti sekolah dasar, sekolah menegah pertama, sekolah menengah atas dan perguruan tinggi.

Sekolah menjadi tempat utama sarana pendidikan dan belajar dalam memperoleh ilmu pengetahuan. Di sekolah, siswa dituntut supaya aktif dalam belajar baik ketika kegiatan di dalam maupun di luar kelas. Setiap siswa memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam menyerap materi pelajaran di sekolah. Tidak sedikit siswa yang merasa kesulitan dalam memahami pelajaran yang diberikan oleh guru di kelas. Kesulitan yang dihadapi siswa akan teratasi apabila siswa memiliki kemauan untuk belajar lebih tekun dan yakin bahwa dirinya mampu menyelesaikan kesulitan tersebut (Ghufron & Suminta, 2013).

Keyakinan diri individu atas kemampuannya sendiri itu disebut dengan istilah efikasi diri (*self efficacy*). Efikasi diri ini berkaitan dengan bagaimana individu meyakini kemampuan dan dirinya sendiri dalam bertingkah laku untuk menghadapi lingkungan di sekitarnya (Alwisol, 2012). Individu yang sebenarnya mampu sekalipun jika di dalam dirinya tidak ada efikasi diri yang yang cukup, maka kemampuan individu tersebut tidak akan termanifestasikan dengan sempurna.

Bandura (1997) menyatakan bahwa efikasi diri setiap individu secara berangsur-angsur dan terus menerus akan berkembang sejalan dengan pencapaian, peningkatan kemampuan, dan pengalaman tertentu yang dilalui oleh individu tersebut. Untuk mencapai target yang telah ditetapkan, dalam memunculkan efikasi diri, individu memerlukan pengalaman dan kemampuan sebagai landasan dalam mempersepsikan diri secara kognitif. Individu dengan efikasi diri yang tinggi biasanya cenderung lebih aktif dan yakin pada tujuan yang ingin ia raih, baik dalam aktifitas di rumah maupun di sekolah. Sebaliknya, individu yang memiliki efikasi diri rendah jika di hadapkan dengan tugas yang sulit mereka cenderung menghindari dan mudah putus asa ketika gagal (Ghufron dan Risnawita, 2014).

Pentingnya peran efikasi diri telah dibuktikan pada banyak penelitian. Namun demikian usaha-usaha untuk meningkatkan efikasi diri siswa masih harus terus digalakkan. Beberapa penelitian telah menemukan bahwa Teknik konseling adalah salah satu Teknik yang dapat digunakan untuk meningkatkan efikasi diri siswa (Marsela, 2020; Rahmiati, 2020;). Selain itu penelitian yang dilakukan Rifai (2018) juga menemukan bahwa Teknik diskusi kelompok juga efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa menengah atas.

Penelitian ini dilakukan setelah ditemukan fakta bahwa di SMPN 1 Ngantru didapati siswa-siswa yang terindikasi memiliki efikasi diri yang rendah. Survei

pendahuluan yang dilakukan menemukan bahwa 25% siswa kelas 8 di SMPN 1 Ngantru memiliki efikasi diri dalam kategori rendah. Kondisi ini juga disampaikan oleh guru bimbingan dan konseling, yang menyatakan bahwa banyak siswa kurang antusias dalam mengikuti kegiatan pembelajaran sehingga performa akademiknya rendah, siswa-siswa tersebut setiap kali diberi tugas oleh guru, mereka mengeluh bahwa tugas tersebut sangat membebani dirinya sehingga siswa kurang yakin apakah dia mampu mengerjakan tugas atau tidak.

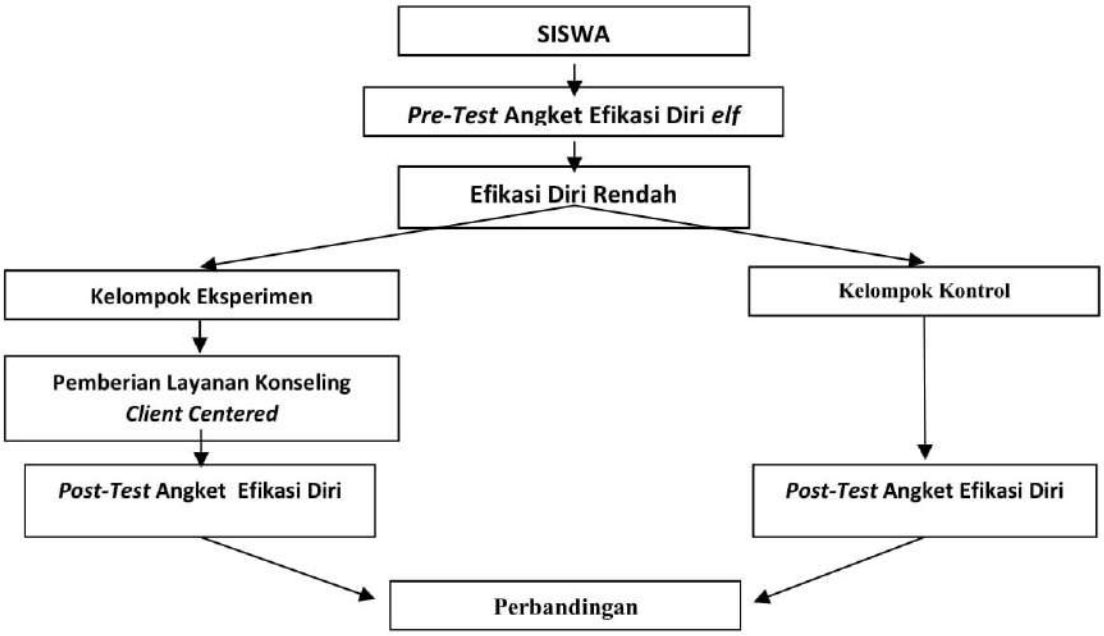
Mengingat pentingnya efikasi diri bagi siswa dalam kegiatan belajar di sekolah, maka perlu adanya intervensi yang mendorong siswa untuk meningkatkan efikasi diri bagi mereka yang memiliki efikasi diri rendah. Salah satunya dengan diadakan kegiatan konseling kelompok. Sebagaimana disampaikan di atas, konseling kelompok telah ditemukan efektif meningkatkan efikasi diri siswa. Salah satu pendekatan konseling kelompok adalah pendekatan *client centered*. Konseling pendekatan *client centered* diartikan sebagai penunjang pertumbuhan pribadi individu dengan jalan membantu individu untuk mengaktualkan potensi dan bergerak kearah meningkatkan kesadaran, spontanitas, dan keyakinan diri, dengan memandang bahwasannya setiap individu memiliki kemampuan dalam menghadapi permasalahannya secara sadar dan mengetahui cara mengatasinya, kepercayaan dan keyakinan diletakkan pada kesanggupan individu untuk mengarahkan dirinya sendiri (Corey, 2013). Muniasih dkk. (2020) menemukan bahwa Konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* ini dapat menurunkan perilaku anti sosial. Kemudian Nasir (2020) menemukan bahwa konseling dengan pendekatan *client centered* ini efektif untuk meningkatkan efikasi diri siswa sekolah menengah atas.

Dari beberapa penelitian yang peneliti temukan, Usaha untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa sekolah menengah pertama dilakukan dengan beberapa cara. Utari (2016) menemukan bahwa pelatihan efikasi diri dapat meningkatkan efikasi diri siswa, sekaligus dapat menurunkan kecemasan terhadap lingkungan baru yang dirasakan siswa. Miharja (2019) menemukan bahwa bimbingan karir dapat peningkatkan efikasi diri dan kematangan karir. Kemudian Hidayah & Alsa (2016) menemukan bahwa penggunaan modul *mind mapping* dapat meningkatkan efikasi diri siswa Sekolah menengah pertama dalam belajar Bahasa Inggris. Penelitian tentang penggunaan konseling kelompok pendekatan *client centered* untuk meningkatkan efikasi diri siswa sekolah menengah pertama masih sedikit dilakukan. Namun demikian pendekatan ini telah ditemukan efektif meningkatkan efikasi diri siswa sekolah menengah atas. Dengan dasar tersebut maka, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian untuk mengetahui apakah konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* efektif untuk siswa sekolah menengah pertama di SMPN 1 Ngantru Tulungagung. Diharapkan Layanan konseling dengan pendekatan *client centered* pada penelitian ini dapat membantu siswa keluar dari permasalahannya sendiri guna memperbaiki keyakinan akan kemampuannya dalam melakukan tindakan yang diharapkan.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Peneliti menggunakan kuasi eksperimen desain non-ekuivalen *control group design* (Riyanto, 1996). Arikunto (2006) menyatakan bahwa *pre-test post-test control group design* ialah penelitian yang dilakukan dua kali, yaitu sebelum eksperimen (*pre-test*) dan setelah eksperimen (*post-test*), dimana intervensi diberikan kepada kelompok eksperimen dan tidak diberikan kepada kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan intervensi yaitu layanan konseling dengan pendekatan *client centered,* sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan apapun.

Bagan 2.1 Prosedur Penelitian



Instrumen

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala efikasi diri yang disusun berdasarkan dimensi efikasi diri yang diungkapkan oleh Bandura dalam Ghufron & Risnawita (2014) yang terdiri atas dimensi tingkat (*level*), dimensi kekuatan (*strength*), dan dimensi generalitas (*generality*). Skala efikasi diri ini terdiri dari 32 aitem yang telah lolos uji coba, dengan reliabilitas *Cronbach's alpha* = 0,92. Respon angket yang digunakan oleh peneliti adalah empat pilihan respon (skala empat), yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Skala efikasi diri pada penelitian ini terdiri dari beberapa pernyataan dengan pilihan respon yang bertingkat (Purnomo & Maria, 2016).

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 10 orang siswa sekolah menengah pertama dengan efikasi diri rendah yang dijaring dari survei pendahuluan yang dilakukan. Jumlah 10 partisipan tersebut kemudian dimasukkan dalam dua kelompok (eksperimen dan Kontrol) masing-masing 5 partisipan. Partisipan pada kelompok eksperimen diberi layanan konseling *client centered*

dan partisipan pada kelompok kontrol tidak diberikan selama proses eksperimen berlangsung. Untuk pertanggungjawaban etis penelitian, setelah proses eksperimen selesai dilakukan, peneliti memberikan layanan konseling *client centered* kepada partisipan di kelompok kontrol tersebut.

Intervensi

Intervensi pada penelitian ini adalah layanan konseling dengan pendekatan *client centered*. Tahapan dalam konseling pendekatan *client centered* ini mengikuti 12 tahapan konseling *client centered* sebagaimana diungkapkan oleh Ngalimun (2014), yang terdiri dari:

a. Konseli bertemu konselor,
b. Proses konseling memfasilitasi pertumbuhan diri konseli, tidak bermaksud memberi jawaban
c. Konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengekspresikan perasaan yang berhubungan dengan permasalahan secara bebas
d. Perasaan negative yang diungkapkan konseli diterima, diakui dan direfleksikan oleh Konselor,
e. Ekspresi samar akan mengikuti perasaan konseli yang telah cukup dinyatakan,
f. Perasaan positif konseli diterima dan diakui oleh konselor sebagaimana konselor menerima perasaan negatif konseli,
g. Konseli memahami, dan menerima diri, serta berkembang wawasannya,
h. Klarifikasi,
i. Inisiasi,
j. Terdapat wawasan yang lebih lanjut

3. Hasil dan Pembahasan

Efektifitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* ini dibuktikan dengan melakukan analisis *gain score*. Dengan membandingkan peningkatan skor efikasi diri partisipan pada kelompok eksperimen dan pada kelompok kontrol.

Tabel 3.1 Data skor *Pre-Test* & *Post-Test*

Kelompok Eksperimen					**Kelompok Kontrol**				
No	**Nama**	***Pre-Test***	***Post-Test***	***Gain***	**No**	**Nama**	***Pre-Test***	***Post-Test***	***Gain***
1	SW	82	109	27	1	AS	82	85	3
2	APN	83	109	26	2	FPF	82	89	7
3	AFK	82	105	23	3	RSP	81	86	5
4	RM	81	111	30	4	TGGSA	81	88	7

	A								
5	TDK	83	105	22	5	YA	80	87	7

Tabel 3.2 Deskripsi Data *Gain Score*

	N	Mean	SD
Kelompok Eksperimen	5	25.60	3.209
Kelompok Kontrol	5	5.8	1.789

Dari Tabel 3.2 dapat diketahui bahwa rata-rata peningkatan skor efikasi diri pada kelompok eksperimen sebesar 25,6 poin, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 5,8 poin. Data ini menunjukkan bahwa peningkatan skor efikasi diri pada kelompok eksperimen hamper lima kali lipat dibandingkan peningkatan skor efikasi diri pada kelompok kontrol.

Kemudian untuk mengetahui apakah perbedaan peningkatan skor efikasi diri pada kedua kelompok tersebut signifikan atau tidak, peneliti melakukan uji beda dengan teknik *Independent Sample T-Test,* terhadap data *gain score* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel 3.3 Hasil Uji Beda (*Independent Sample T-Test*) antara *gain score* kelompok eksperimen dan *gain score* kelompok kontrol

Skala	df	t	p	Keterangan
Efikasi Diri	8	12.05	0.000	Terdapat perbedaan yang signifikan

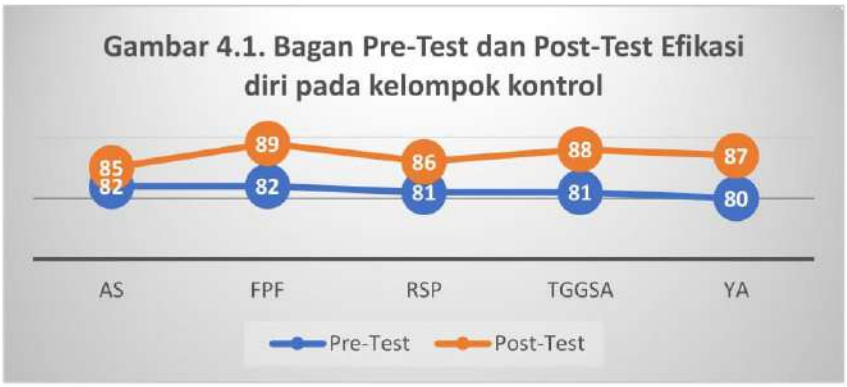
Tabel 3.3 di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan peningkatan skor efikasi diri antara kelompok eksperimen (M=25.6, SD=3.209) dan kelompok kontrol [M=5.8, SD=1.789; $t(8)$=12.05, p=0.000]. Meskipun pada kedua kelompok sama-sama terjadi peningkatan skor, namun peningkatan yang terjadi pada kelompok eksperimen secara signifikan lebih tinggi dibanding dengan peningkatan skor pada kelompok kontrol. Dengan hasil ini dapat disimpulkan bahwa intervensi layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* secara efektif meningkatkan efikasi diri siswa sekolah menengah pertama yang menjadi partisipan pada penelitian ini.

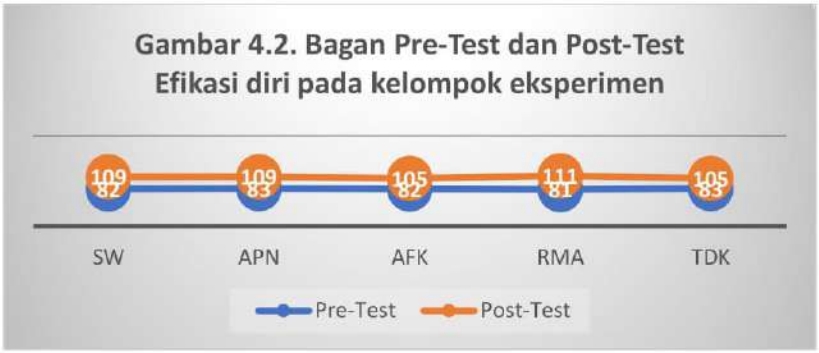
Selain itu peneliti juga melakukan perhitungan besaran pengaruh intervensi yang diberikan terhadap perubahan skor efikasi diri dengan menggunakan rumus eta square sebagaimana direkomendasikan oleh Pallant (2013) dengan Rumus sebagai berikut:

$$\frac{t^2}{t^2+(N1+N2-2)} = \frac{12{,}05^2}{12{,}05^2+(5+5-2)} = \frac{145{,}2025}{145{,}2025 \quad +8} = 0{,}948$$

Hasil ini menunjukkan bahwa 94,8% perbedaan peningkatan skor efikasi diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terjadi disebabkan intervensi konseling yang dilakukan

Dari analisis yang dilakukan, telah didapatkan hasil bahwa kelompok eksperimen yang menerima intervensi konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*, mengalami peningkatan yang signifikan skor efikasi diri dibandingkan dengan kelompok control [$t(8)=12.05$, $p=0.000$]. Efektifitas konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* telah dibuktikan pada penelitian ini. Untuk memastikan bahwa peningkatan skor efikasi diri partisipan memang karena intervensi yang diberikan, peneliti memilih disain penelitian yang melibatkan kelompok control yang dalam aplikasinya tidak diberikan intervensi sebagaimana yang diberikan kepada kelompok eksperimen. Pada kenyataannya, baik kelompok eksperimen maupun kelompok control sama-sama mengalami peningkatan skor efikasi diri. Namun demikian peningkatan yang terjadi pada kedua kelompok berbeda secara signifikan.





Efikasi diri adalah atribut psikologis yang penting menurut Bandura, dimana untuk menampilkan performa yang diharapkan didasarkan pada keyakinan dan kemampuan diri sendiri untuk mencapai hasil yang diinginkan (Syamsu & Nurihsan, 2011). Efikasi diri yang tinggi pada diri seseorang, akan membuat orang tersebut mengeluarkan upaya sesuai dengan tingkat keyakinan akan kemampuannya. Sebaliknya, efikasi diri yang rendah pada diri seseorang akan memunculkan performa yang juga rendah sesuai dengan keyakinan orang tersebut. Efikasi diri merupakan keyakinan orang pada kapabilitasnya untuk

mengorganisasikan dan melaksanakan rangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk mengelola situasi prospektif (Nelson dan Jones, 2011). Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa efikasi diri ialah suatu keyakinan melakukan sesuatu dan mengelola situasi berdasarkan kemampuan yang dimiliki.

Dalam penelitian ini efikasi diri diukur menggunakan kuesioner/angket skala efikasi diri. Siswa dengan efikasi diri yang lebih tinggi, akan lebih mudah menghadapi hambatan yang dijumpai dalam belajar (Rustam dan Wahyuni, 2020). Secara realita padahal banyak masalah pelik yang sering dihadapi setiap siswa justru datang dari dirinya, sehingga secara tidak sadar siswa menciptakan suatu masalah yang berkaitan erat dengan kemampuan dan keyakinan tentang dirinya (Hanum dan Casmini, 2015).

Ghufron dan Risnawita (2013) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi percaya bahwa mereka dapat melakukan sesuatu untuk mengubah hal-hal di sekitar mereka, sementara orang dengan efikasi diri rendah percaya bahwa mereka pada dasarnnya tidak berdaya untuk melakukan perubahan pada hal-hal di sekitar mereka. Sejalan dengan Rustika (2012) yang menyatakan bahwa pengembangan efikasi diri tidak hanya bergantung pada keberhasilan dan kegagalan yang diselesaikan, akan tetapi juga pada kesalahan dalam penilaian diri. Jika, seseorang selalu mengingat beberapa penampilan buruk dalam kehidupan sehari-hari, maka kesimpulan efikasi diri akan sangat rendah. Di sisi lain meskipun seseorang itu sering mengalami kegagalan tetapi juga dibarengi dengan berusaha meningkatkan kinerjanya, maka efikasi dirinya cenderung meningkat. Oleh karena itu, melalui intervensi konseling yang diberikan, siswa diharapkan tidak lagi memiliki asumsi buruk tentang kemampuan dirinya. Hal tersebut sesuai dengan yang diungkapkan oleh Bandura (1997) yang menyebutkan bahwasannya anggapan efikasi diri setiap individu secara berangsur-angsur dan terus menerus akan selalu berkembang sejalan dari suatu pencapaiaan, kemampuan, dan pengalaman tertentu yang dilalui oleh individu tersebut.

Menurut Helmi dan Elita (2013) efikasi diri merupakan komponen kepercayaan diri seseorang dalam menghadapi tugas-tugas di masa yang akan datang dan tidak terduga, tetapi ada harapan positif bahwa mereka dapat menyelesaikannya dengan baik. Individu dengan efikasi diri yang tinggi biasanya cenderung lebih aktif dan yakin pada tujuan yang ingin ia raih, baik dalam aktifitas di rumah maupun di sekolah. Sebaliknya, individu yang memiliki efikasi diri rendah jika di hadapkan dengan tugas yang sulit mereka bisa jadi cenderung menghindari dan mudah putus asa ketika mengalami kegagalan. Namun, pada kenyataannya masih banyak siswa dengan efikasi diri yang rendah karena tidak memilliki rasa percaya diri dan keyakinaan terhadap kemampuan sendiri ketika menghadapi tantangan belajar (Sihaloho, 2018). Sehingga untuk membantu menyelesaikan permasalahan pada dirinya, siswa perlu untuk diberikan layanan bantuan yang akan sangat dibutuhkannya.

Konseling pendekatan *client centered* diartikan sebagai penunjang pertumbuhan pribadi individu dengan jalan membantu individu untuk mengaktualkan potensi dan bergerak kearah meningkatkan kesadaran, spontanitas, dan keyakinan diri, dengan memandang bahwasannya setiap individu memiliki

kemampuan dalam menghadapi permasalahannya secara sadar dan mengetahui cara mengatasinya, kepercayaan dan keyakinan diletakkan pada kesanggupan individu untuk mengarahkan dirinya sendiri (Corey, 2013). konseling *client centered* berfokus pada kesanggupan dan tanggung jawab konseli untuk menemukan cara dalam menghadapi kenyataan dengan lebih yakin. Konseli sebagai orang yang paling mengenal dirinya sendiri, adalah orang yang harus menemukan perilaku yang lebih cocok untuk dirinya sendiri (Pieter & Lubis, 2010).

Setiap individu memiliki kemampuan untuk menjadi sadar atas setiap masalah dan cara mengatasinya, serta kepercayaan dan keyakinan diletakkan pada kesanggupan individu untuk mengarahkan dirinya sendiri. konseli harus mampu dan aktif untuk mencari solusi, dengan diberikannya kesempatan menyelesaikan masalah sendiri tanpa tergantung pada orang lain. Sehingga dalam proses konseling nanti, kenselor hanyalah menjadi fasilitator dengan mengarahkan konseli agar dapat mengambil keputusan secara mandiri. Sehingga dalam proses konseling nanti, kenselor hanya sebagai fasilitator yang mengarahkan konseli agar konseli bisa mengambil keputusannya sendiri. Sejalan dengan Pa'o (2019) *client centered* adalah layanan yang berpusat pada konseli, dimana konselor hanya memberikan fasilitas dan mengawasi konseli selama konseli menerima layanan, sehingga konseli dapat mengembangkan atau menghilangkan masalah yang dihadapinya. Konseling *client centered* merupakan layanan yang berpusat pada klien yang ditujukan untuk mengubah perilaku yang tidak sesuai dengan diri klien (Adesti, 2018).

Menurut Bawono (2019) perilaku yang tidak sesuai (non adaptif) merupakan manifestasi dari ketidakdewasaan dan kemandirian seseorang dalam aktifitas sehari-hari serta ketidaksesuaian antara usia dan perilakunya. Tujuan layanan konseling *client centered* yaitu untuk mengembangkan perasaan, pikiran, wawasan, persepsi, sikap, keterampilan komunikasi dan sosial, kemampuan pemecahan masalah anggota kelompok, sehingga anggota kelompok dapat memperoleh perkembangan yang terbaik (Azzahra dkk.,2019). Kegiatan konseling bukanlah hal yang sederhana, dan tak jarang proses konseling gagal karena konselor tidak cukup profesional dalam menangani masalah pada siswa (Yusron dan Atmoko, 2018).

Menurut Archiemedes dkk. (2019) dalam konseling kelempok *client centered* yang berpusat pada klien, diajarkan untuk menghargai pendapat satu sama lain, mencari solusi secara kreatif, memperluas wawasan, memberikan materi pengembangan diri, kesadarn dan pemahaman diri, dan membentuk motivasi klien melalui layanan konseling kelmpok *client centered*. Melalui empati dan penerimaan konseli, konselor membantu mengungkapkan, meninjau, dan mengintegrasikan beberapa pengalaman yang diungkapkan oleh konseli ketika pemberian layanan konseling *client centered*. Sehingga konseli dapat belajar dari pengalaman-pengalaman yang dirinya miliki dan berusaha untuk merubah hal-hal yang membuatnya kesulitan dalam meyakini kemampuan diri sendiri.

Berdasarkan hasil evaluasi yang peneliti lakukan kepada subjek yang telah mengikuti layanan konseling *client centered*, AFK menyebutkan bahwa setelah

mengikuti konseling *client centered* dengan bantuan konselor, AFK lebih yakin dengan kemampuan yang dirinya miliki. Selain itu AFK yang awalnya sangat pesimis dan ragu ketika menjawab beberapa tugas yang diberikan oleh guru, sekarang berkomitmen untuk lebih yakin dan percaya pada kemampuannya untuk mengerjakan tugas secara mandiri. Responden lain dari RMA mengungkapkan bahwa dirinya sering merasa rendah diri dan tidak yakin dengan kemampuannya sendiri serta merasa tidak berguna, setelah pemberian layanan konseling *client centered* menjadi termotivasi untuk berusaha tidak rendah diri lagi terhadap teman-teman yang menurutnya memiliki kemampuan yang lebih dibandingkan dirinya. Hasil evaluasi sebagaimana dijelaskan di atas mengkonfirmasi hasil perhitungan besaran pengaruh (*effect size*) intervensi yang diberikan yang berada pada angka 94,8 %. Menurut Pallant (2013) besaran pengaruh lebih dari 14% termasuk pengaruh yang besar. Artinya konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* ini memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap kenaikan skor effikasi diri partisipan penelitian.

Temuan penelitian ini, sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya, seperti penelitian yang dilakukan oleh Marsela (2020) yang meneliti pengaruh konseling kelompok Teknik *modelling* terhadap efikasi diri siswa sekolah menengah pertama. Meskipun Teknik yang dipakai berbeda namun sama-sama efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa sekolah menengah pertama. Selain itu penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahmiati (2020) yang meneliti pengaruh konseling kelompok Teknik *modelling* terhadap efikasi diri pada mahasiswa, yang meski teknik dan subjeknya juga berbeda namun sama-sama efektif meningkatkan efikasi diri. Pada penelitian yang dilakukan Nasir (2020) konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* ditemukan efektif meningkatkan efikasi diri pada siswa menengah atas. Temuan Nasir (2020) tersebut pada penelitian ini dikembangkan dengan mengambil subjek siswa sekolah menengah pertama, sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* terbukti efektif untuk meningkatkan efikasi diri baik pada siswa sekolah menengah pertama, maupun juga pada siswa sekolah menengah atas.

4. Kesimpulan

Penelitian ini telah membuktikan bahwa layanan konseling *client centered* efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa sekolah menengah pertama. Nampak dari data hasil penelitian yang ditampilkan, bahwa siswa yang mendapatkan layanan konseling kelompok *client centered* dalam penelitian ini, ternyata mengalami peningkatan efikasi diri yang signifikan dibandingkan siswa yang tidak mendapatkan layanan konseling. Selain itu ditemukan juga bahwa 94,8% perubahan yang terjadi disebabkan karena konseling yang diberikan. Tentu ini menunjukkan bahwa pentingnya guru untuk memfasilitasi layanan ini di sekolah agar efikasi diri siswa yang masih kurang dapat ditingkatkan.

5. Daftar Pustaka

Adesti, M. Y. I. (2018). Efektivitas Konseling *Client Centered* untuk Meningkatkan Kemandirian Mengambil Keputusan Siswa. *Prosiding Seminar Nasional: Pendidikan Budaya dan Sejarah Universitas PGRI Banyuwangi*. ISBN: 978-602-72362-7-1.

Alwisol. (2012). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.

Archiemedes, G. dkk. (2019). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Client Centered* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII-E di SMPN 7 Kota Bengkulu. *Jurnal Consilia Universitas Bengkulu. Volume 2. Nomor 2*. 71-78.

Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik, Edisi Revisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.

Azzahra, D. R., Septyanti, R. N., & Yuliani, W. (2019). Pengaruh *Client Centered Therapy* dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA. *Jurnal Fokus IKIP Siliwangi. 2*(1). 30-36.

Bawono, W. H. (2019). Pendamping Perilaku *Non Adaptif* dalam Pembelajaran Bina Diri Melipat Baju untuk Anak. *Jurnal Widia Ortodidaktika UNY. 8*(3). 230-240.

Corey, G. (2013). *Teori dan Praktik: Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.

Ghufron, M. N. & Risnawita, R. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. (2013). Efikasi diri dan hasil belajar matematika: Meta-analisis. *Buletin Psikologi, 21*(1), 20..

Hanum, A. & Casmini. (2015). Bimbingan Pribadi-Sosial untuk *Self-Efficacy* Siswa dan Implikasinya pada Bimbingan Konseling SMK Diponegoro Depok Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Hisbah. Volume 12*(2). 11-20.

Helmi, E. F. & Elita, Y. (2013). Efikasi Diri, Sistem Imbalan, dan Berbagi Pengetahuan: Meta-Analisis. *Buletin Psikologi Ugm. 21*(1). 41-58.

Hidayah, A. N., & Alsa, A. (2016). Penggunaan modul MMFE untuk meningkatkan efikasi diri Bahasa Inggris siswa SMP. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, *2*(2), 85-95.

Irham, M. & Wiyani, N. A. (2014). *Psikologi Pendidikan Teori dan Aplikasi dalam Proses Pembelajaran*. cet. II. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Marsela, I. (2020). *Peningkatan Efikasi Diri dalam Belajar Melalui Konseling Kelompok Teknik Modeling pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 25 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020* (Skripsi Tidak Diterbitkan, Universitas Lampung).

Miharja, S. (2019). PENGARUH BIMBINGAN KARIER PADA KEMATANGAN KARIER DAN EFIKASI DIRI. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, *2*(2), 181-207.

Murniasih, S., Wibowo, M. E., & Murtadho, A. (2020). MENURUNKAN PERILAKU ANTISOSIAL SISWA MELALUI KONSELING KELOMPOK BERPUSAT PADA KLIEN YANG BERORIENTASI RELIGIUS. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *4*(2).

Nasir, A. (2020). *Pelaksanaan Konseling Individual dengan Pendekatan Client Centered terhadap Peningkatan Efikasi Diri Siswa di Sekolah Menengah*

Atas Negeri 12 Pekanbaru (Skripsi Tidak diterbitkan, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU).

Nelson, R. & Jones. 2011. *Teori dan Praktik: Konseling dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Ngalimun. (2014). *Bimbingan Konseling di SD/MI: Suatu Pendekatan Proses*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.

Syamsu, Y. & Nurihsan, A. J. (2011). *Teori Kepribadian*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Pallant, J. (2013). *SPSS survival manual*. McGraw-hill education (UK).

Pa'o, P. A. (2019). Pendekatan *Client Centered* untuk Membantu Menggapai Aktualisasi Diri Peserta Didik di SMA Negeri 1 Palangkaraya. *Jurnal Suluh BK. 5*(1). 49-53.

Pieter, H. Z. & Lubis, N. L. (2010). *Pengantar Psikologi untuk Kebidanan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Purnomo, P. & Maria S. P. (2016). Pengembangan Tes Hasil Belajar Matematika Materi Menyelesaikan Masalah yang Berkaitan Dengan Waktu, Jarak, dan Kecepatan Untuk Siswa Kelas V. *Jurnal Penelitian (Edisi Khusus PGSD). 20*(2). 151-157.

Rahmiati. (2020). *Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Modeling untuk Meningkatkan Efikasi Diri Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Palopo* (Skripsi Tidak Diterbitkan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Muhammadiyah Palopo)

Rifai, N. M. (2018). *Efektivitas Teknik Diskusi Kelompok untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas X SMAN 6 Kediri Tahun Ajaran 2016/2017*. (Skripsi Tidak Diterbitkan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Nusantara PGRI Kediri).

Riyanto, Y. (1996). *Metodologi Penelitian Pendidikan Tinjauan Dasar*. Surabaya: SIC.

Rustam, A. & Wahyuni, D. S. (2020). Pengaruh Efikasi Diri dan Regulasi Diri Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas X SMA Alkhairaat 1 Palu. *Jurnal Guru Tua. 3*(1). 61-68.

Rustika, I. M. (2012). Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *BULETIN PSIKOLOGI UGM. 20*(1-2). 18-25.

Sarjono, H. & Julianita, W. (2011). *SPSS vs LISREL: Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset*. Jakarta: Salemba Empat.

Sihaloho, L. (2018). Pengaruh Efikasi Diri (*Self-Efficacy*) Terhadap Hasil Belajar Ekonmi Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri se-Kota Bandung. *JINop (Jurnal Inovasi Pembelajaran) UMM. 4*(1). 57-71.

Utari, A. R. (2016, March). Pelatihan Efikasi Diri Islami untuk Menurunkan Kecemasan Lingkungan Baru pada Siswa SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. In *Prosiding Seminar Nasional" Optimalisasi Peran Pendidikan dalam Membangun Karakter Anak untuk Menyongsong Generasi Emas Indonesia"* (pp. 400-404). Prodi BK dan PGSD FKIP UAD.

Yusron, M. Z., Hidayah, N., & Atmoko, A. (2018). Pengembangan Konseling Person Centered Bermuatan Nilai Budaya Sasak. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, *3*(11), 1411-1416.