

KEEFEKTIFAN TEKNIK DISKUSI UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 BALEN

Siti Umi Zuhriyah¹, Ulvina Rachmawati², & Agus Afriliyanto³

¹²³Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, Indonesia

¹umyuhriyah668@gmail.com, ²ulvinar@unugiri.ac.id, ³afriliyantoagus@yahoo.com

Abstract

This research is based on the low self-efficacy of students which is characterized by a lack of confidence, often anxious in making decisions and having doubts. This research, which is intended to determine the effectiveness of discussion techniques to improve students' self-efficacy, uses the pre-experimental method with one group pretest – posttest design. The data collection used was observation, interview and self-efficacy scale given to the research subjects, namely the VIII grade students of SMP Negeri 2 Balen. Based on the results of the Wilcoxon test, the self-efficacy of class VIII SMP Negeri 2 Balen students before being given treatment with discussion techniques was in the low category with a percentage of 6.8% and after being given treatment with discussion techniques there was an increase to 81.1% in the medium category. So, it can be concluded that there is a difference between pre-test and post-test as much as 22.3%, meaning that group guidance on discussion techniques is effective in increasing students' self-efficacy.

Keywords: *Discussion Technique; Self-Efficacy*

Abstrak

Penelitian ini didasari oleh rendahnya efikasi diri siswa yang ditandai kurangnya keyakinan, sering cemas dalam mengambil keputusan dan memiliki keraguan. Penelitian yang ditujukan untuk mengetahui keefektifan teknik diskusi untuk meningkatkan efikasi diri siswa ini menggunakan metode pre eksperimen dengan one group pretest – posttest design. Pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara serta skala efikasi diri yang diberikan kepada subjek penelitian yaitu siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Balen. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon menunjukkan efikasi diri siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Balen sebelum diberikan perlakuan dengan teknik diskusi berada pada kategori rendah dengan persentase 6.8% dan setelah diberikan perlakuan dengan teknik diskusi terjadi peningkatan menjadi 81.1% dengan kategori sedang. Maka, dapat menyimpulkan terdapat selisih antara pre-test dan post-test sebanyak 22.3%, artinya bimbingan kelompok teknik diskusi efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa.

Keywords: *Teknik Diskusi; Self-Efficacy, Bimbingan Kelompok*

A. Pendahuluan

Di era sekarang ini suatu Negara dituntut untuk meningkatkan kapasitas teknologi yang mempengaruhi gaya hidup manusia karena, telah menjadikan manusia lebih mudah untuk memenuhi kebutuhannya di berbagai bidang kehidupan, diantaranya peningkatan dalam pendidikan, yang belakangan ini dibicarakan dan tak bosan-bosannya dibahas di kalangan masyarakat. Pendidikan merupakan hal utama dalam membentuk suatu individu. Pendidikan berkedudukan sangat utama dalam kehidupan manusia untuk membentuk baik dan buruknya individu dalam kehidupan di masyarakat. Dalam tujuan pendidikan sendiri pada umumnya yaitu menyediakan dna mempersiapkan lingkungan yang mampu menjadikan siswa menumbuhkan bakat dan kapasitasnya secara maksimal, sehingga dapat membentuk dirinya dengan optimal dan berfungsi dengan sepenuhnya, sesuai dengan kebutuhan dirinya dan lingkungannya (Sintadewi et al., 2013).

Dalam pendidikan tidak jauh dari masalah-masalah yang sering dihadapi oleh siswa. Masalah yang sering dialami oleh siswa sesungguhnya berasal dari diri siswa tersebut, seperti adanya ketidak seimbangan antara hasil yang didapat dengan hasil yang dibayangkan. Hal ini terjadi tidak hanya disebabkan oleh suatu aspek, tetapi hal tersebut juga dari banyak hal. Faktor-faktor tersebut bisa terjadi dari dalam diri siswa itu sendiri dan juga bisa dari faktor eksternal. Kedua faktor ini biasanya saling mempengaruhi (Sintadewi et al., 2013).

Kenyataan yang terjadi seperti dalam kejadian yang terdapat di sekolah tepatnya pada Sulawesi Selatan yang menjadikan siswa khawatir tidak dapat lulus ujian, hal ini mengakibatkan sejumlah siswa menangis, bahkan jatuh tidak sadarkan diri karena khawatir jika tidak lulus UN (www.liputan6.com diakses 27 Juli 2021). Penjelasan dari kejadian tersebut memperlihatkan siswa merasa gelisah dan khawatir karena takut tidak lulus mengikuti ujian UN, disebabkan adanya kecemasan dan ketakutan yang

dialami siswa karena kurangnya keyakinan yang ada pada diri siswa. Keyakinan itu biasanya dinamakan dengan efikasi diri.

Dan juga yang diliput oleh <https://kompas.com> (Di akses 27 Juli 2021) dengan adanya metode pembelajaran jarak jauh atau daring yang telah diselenggarakan selama masa Covid ternyata memberikan efek negatif bagi siswa. Peristiwa yang terjadi banyak anak merasa stress, gelisah, dan takut ketika teknik pembelajaran tatap muka beralih sekolah daring di rumah. Karena adanya kecemasan, stress, dan gelisah yang dialami siswa karena kurangnya keyakinan yang ada di diri siswa.

Efikasi diri sangatlah penting, hal tersebut dikarenakan persepsi kecakapan diri yang mempengaruhi perilaku yang berbeda yang dibutuhkan oleh manusia. Individu yang memiliki kecakapan diri cenderung untuk memutuskan mencoba hal-hal sulit, bertahan dalam upaya, memiliki rasa tenang menghadapi tugasnya dan cenderung mengorganisasikan pemikiran mereka secara analitis (Sintadewi et al., 2013).

Bandura dan Wood (dalam Ghufron dan Rini, 2012) mengatakan bahwa efikasi diri berfokus pada keyakinan yang mampu menjadikan individu kemampuan kognitif, dan perbuatan yang diharuskan untuk menyelesaikan tugas yang dihadapi. Berdasarkan dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa efikasi sangat mempengaruhi dalam kehidupan individu, sebab dengan memiliki efikasi yang tinggi individu dapat menghadapi dan mengubah tuntutan yang dihadapi.

Efikasi diri pada masa pandemi seperti sekarang ini sangat berpengaruh dengan kehidupan para siswa. Mengingat pada masa pandemi ini para siswa harus mengerjakan tugas dengan mandiri di rumah tanpa terlalu banyak aktivitas keluar rumah. Pembelajaran yang biasanya terlaksana dengan cara tatap muka, saat ini terpaksa harus menggunakan cara daring (online). Dalam kegiatan belajar yang seharusnya dilakukan di sekolah kini terpaksa dilakukan di rumah masing-masing siswa dengan cara mengandalkan teknologi internet. Keaktifan seperti ini dapat disebut

dengan SFH (Study from Home), atau kata lain dengan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Dengan begitu, mau tidak mau orang tua yang ada di rumah akhirnya ikut berperan sebagai pendidik yang aktif dalam memberikan pelajaran saat di rumah untuk anak-anaknya selama masa SFH ini. Walaupun proses belajar mengajar berlangsung, tidak berarti tidak ada kendala ataupun keluhan dari siswa maupun orang tua.

Terdapat sejumlah masalah baru yang muncul saat dalam terselenggaranya SFH tersebut. Beberapa hal yang dapat dituliskan yang menjadi kendala saat pembelajaran berlangsung yaitu minimnya sinyal internet / jaringan sehingga ada beberapa desa yang ada di Indonesia terjangkau oleh sinyal atau jaringan (selain masalah tarif kuota yang juga menjadi beban) dan juga siswa lebih merasa lebih nyaman dengan pembelajaran tatap muka secara langsung sebab bisa bertemu langsung dengan guru dan dapat mempertanyakan tugas apabila kurang dipahami. Pada hal ini menjadikan siswa merasa tidak nyaman, sering bosan, juga mudah tidak mengerti apabila diajar oleh orang tua mereka sendiri,, sehingga orang tuanya mudah sekali tersulut emosi jika anaknya tidak mengerti pelajaran yang disampaikan. Dengan seringnya siswa menggunakan internet untuk sekolah sering pula para siswa mencari jawaban tugas yang diberikan oleh guru dan siswa lebih fokus dengan dunia internetnya. Hal ini menyebabkan siswa tersebut mempunyai kurangnya keyakinan dengan kemampuan dirinya.

SMP Negeri 2 Balen terletak di suatu desa yang berada di Kecamatan Balen tepatnya di Desa Kenep. Sebagaimana informasi yang diperoleh dari guru BK, peneliti menyatakan bahwa efikasi diri yang dimiliki oleh siswa di SMP Negeri 2 Balen dalam garis besar para siswanya dalam kategori baik, meskipun sebagian kecil memiliki efikasi diri rendah. Hal ini karena siswa merasa takut untuk mengambil tindakan dan keputusan yang salah. Rendahnya keyakinan pada diri siswa menyebabkan siswa kurang percaya diri untuk mengambil keputusan dan takut untuk kegagalan yang diperoleh.

Untuk mengatasi masalah permasalahan tersebut adalah menggunakan layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan proses pemberian layanan yang diberikan pada individu dalam sebuah kelompok (Tatiek Romlah, 2020). Sedangkan menurut Prayitno (1995) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan aktivitas yang dikerjakan oleh sekelompok orang dengan menggunakan dinamika kelompok. Artinya semua anggota dalam aktivitas tersebut saling bertukar pikiran satu sama lain, berpendapat, menanggapi dan memberikan saran satu sama lain, serta apa yang dibahas bermanfaat untuk semua anggota.

Bandura (1977) berpendapat efikasi diri merupakan hasil dari system dari kognitif yang bersifat pertimbangan keyakinan atau harapan sejauh pa individu dapat memprediksi potensi dirinya untuk menyelesaikan masalah dan kegiatan yang dibutuhkan untuk menyelesaikan target yang akan diambil. Bandura juga beranggapan efikasi diri tidak berhubungan pada keterampilan yang dimiliki, namun berhubungan pada keyakinan individu terkait apa yang dapat dikerjakan pada keterampilan yang dimiliki sebarangpun banyaknya. Menurut Judge dan Bono (Dalam Ghufro dan Rini, 2012). Berpendapat efikasi diri merupakan indikator yang baik dari Core Self Evaluation untuk melakukan evaluasi diri yang dapat bermanfaat untuk mengerti akan dirinya. Efikasi diri merupakan potensi pemahaman tentang diri atau Self-knowledge yang berdampak pada setiap aktivitas manusia sehari-hari, karena efikasi diri termasuk dapat menjadikan individu untuk meyakinkan langkah yang akan diambil untuk memperoleh keberhasilan.

Patton (1998), memaparkan efikasi diri adalah suatu keyakinan pada diri sendiri dengan penuh percaya diri sehingga mampu menyelesaikan permasalahan tanpa adanya keraguan. Ketika individu dihadapkan pada sesuatu yang dapat menimbulkan stress, maka kemampuan efikasi diri dapat meyakinkan adanya keberhasilan pada suatu keadaan antara reaksi emosi dan upayanya untuk menghadapi kesulitan. Efikasi diri yang dimiliki

oleh individu itu akan menjadikan individu dapat menyelesaikan permasalahan dalam kondisi apapun.

Menurut Dale H. Schumk (1991) mengungkapkan bahwa apabila individu mengalami keberhasilan dalam menyelesaikan tugasnya maka efikasi diri yang ia miliki berarti meningkat sedangkan dengan adanya kegagalan berarti individu tersebut mengalami penurunan efikasi diri. Efikasi diri juga harus dibedakan dari konstruksi lain seperti harga diri (Self Esteem), lokasi control, dan harapan hasil. Manfaat yang dirasakan karena kemampuan adalah penilaian kemampuan dan efikasi diri adalah penilaian dari efikasi diri.

Dari persamaan atas dapat dilihat kesimpulan Self-Efficacy adalah suatu keyakinan individu pada potensi diri sendiri dengan rasa percaya dalam menyelesaikan tugas atau masalah, untuk mencapai harapan, dan mampu, dan menyelesaikan rintangan untuk mencapai suatu hasil dalam hal tertentu.

Sebagaimana dalam pelaksanaan pengajaran pada umumnya, salah satu prinsip terpenting dalam penerapan metode yaitu adanya keluwesan dalam penentuan dan penggunaan yang pantas dengan kondisi baru dan menghasilkan perubahan yang akan dihadapi. Sebagian besar teknik-teknik bimbingan kelompok dapat digunakan untuk mengajar. Istilah teknik adalah dengan cara apa kegiatan bimbingan kelompok akan dilakukan. Teknik-teknik bimbingan kelompok menurut Tatiek Romlah (2020) terdiri dari ekspositori, Home Room Programs, Problem-Solving Techniques, Role Playing, Permainan, Karya Wisata, Diskusi kelompok Guna untuk menjawab kebutuhan dari permasalahan di atas yang paling efektif adalah menggunakan teknik diskusi.

Diskusi merupakan salah satu teknik yang digunakan dalam bimbingan kelompok. Hasibun & Moedjiono (Dalam Agnista Ayu Fitriana, 2013) berpendapat bahwa "Diskusi adalah suatu cara untuk memandu melalui kelompok dengan memberikan kesempatan pada siswanya untuk

berpendapat, dan merumuskan permasalahannya. Menurut pemaparan diatas dapat ditarik bahwa teknik diskusi merupakan teknik yang dijadikan untuk membantu siswa untuk memecahkan permasalahannya dengan cara siswa berkelompok dengan siswa yang lain dan dihadapkan dengan permasalahan yang ada dan dipecahkan secara bersama-sama.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang mengangkat permasalahan tentang teknik diskusi, salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Agnista Ayu Fitriani dengan judul penelitian “Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Motivasi Menyampaikan Pendapat Dalam Proses Pembelajaran Siswa Dalam Kelas VIII SMPN 2 Puhpelem Tahun Ajaran 2013/2014” dari penelitian tersebut peneliti mengemukakan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi efektif untuk meningkatkan motivasi menyampaikan pendapat dalam proses pembelajaran siswa dalam kelas VIII SMPN 2 Puhpelem tahun ajaran 2013/2014.

Berdasarkan berbagai alasan yang dipaparkan diatas, maka diperlukan sebuah layanan yang efektif untuk memenuhi keputusan siswa untuk mencegah adanya efikasi diri yang rendah. Mengingat pentingnya pemenuhan kebutuhan layanan tersebut, maka disusunlah rancangan untuk meningkatkan efikasi diri untuk mengurangi rasa takut, cemas melalui pemberian layanan berupa teknik diskusi yang diharapkan dapat merangsang kesadaran siswa untuk memiliki efikasi diri yang tinggi.

B. Metode

Desain penelitian dipakai adalah *one group pretest posttest design*. Sugiyono (2016) mengatakan bahwa pada desain ini terdapat pretest, yang digunakan sebelum diberi tindakan. Dengan begitu hasil dari tindakan dapat dilihat lebih teliti, sebab dapat membedakan dengan kondisi sebelum diberi penanganan.

Populasi dari subjek penelitian kali ini diambil berdasarkan catatan pribadi siswa yang telah direkap oleh kesiswaan. Populasi adalah tempat

abstrak yang melibatkan dari objek / subjek yang memiliki kapasitas dan karakter yang disepakati oleh peneliti untuk mengamati serta menarik rumusnya. Penentuan sampel pada penelitian ini adalah satu kelas yaitu kelas VIII yang terdiri dari 32 siswa dari keseluruhan populasi yang dipilih dilakukan dengan teknik purposive sampling. Purposive sampling merupakan teknik pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu, dan untuk menentukan sampelnya yaitu berdasarkan rekomendasi dari guru BK di SMP Negeri 2 Balen. Kemudian setelah mendapatkan sampel peneliti memilih 4-8 siswa untuk diberikan treatment menggunakan teknik diskusi.

Tahap pertama yaitu tahap perencanaan Di tahap ini adalah pengukuran tingkat efikasi diri siswa kelas VIII A SMP Negeri 2 Balen. Siswa yang teridentifikasi memiliki efikasi diri yang rendah dan dijangin lebih lanjut dengan wawancara. Hasil wawancara ini nanti hasilnya akan menentukan apakah siswa tersebut benar-benar mengalami masalah dengan efikasi diri ataukah tidak, sehingga nantinya akan ditetapkan sebagai subjek penelitian atau tidak mengalami masalah efikasi diri yang rendah, sehingga tidak memenuhi kriteria.

Tahap pelaksanaan menentukan berapa sampel yang akan diambil oleh peneliti berdasarkan dengan syarat dan ketentuan prosedur penelitian. Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel pada kelas VIII A SMP Negeri 2 Balen, yang dimana siswa tersebut sebagian memiliki efikasi diri yang rendah serta berdasarkan ketentuan dan prosedur dalam penelitian. Sebelumnya peneliti menyebarkan skala efikasi diri melalui google form dan memperoleh sampel siswa yang mempunyai efikasi diri yang rendah.

Setelah dibagikan tes awal menggunakan instrumen skala efikasi diri lalu memberikan perlakuan dengan cara menerapkan teknik diskusi yang diberikan kepada siswa yang mempunyai perilaku efikasi diri rendah. Dengan adanya pemberian treatment ini ada 8 pertemuan yang diberikan kepada 8 siswa yang sebelumnya sudah diolah datanya. Untuk mengukur

peningkatan siswa setelah diberi perlakuan (treatment). Untuk melihat dampak variabel bebas dengan variabel terikat, akan dilakukan post-test pasca intervensi.

Tahap akhir mengolah data yang diperoleh dari hasil pre-test dan post-test, menggunakan Microsoft Office Excel dan menggunakan aplikasi SPSS 22 untuk mengkaji instrumen lain, seperti lembar angket. Mengupas data penelitian dan mendiskusikan hasil penelitian. Menarik garis besar berdasarkan hasil pengolahan data yang telah diteliti.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Dari penelitian yang digunakan melalui desain eksperimen terdapat beberapa hasil sebelum dan setelah di instruksikan kepada kelompok eksperimen. Untuk mengetahui tingkat efikasi diri pada siswa sebelum diberikan treatment berupa bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi, maka akan disajikan hasil pre-test sebelum diberikan perlakuan/treatment terlebih dahulu. Adapun subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Balen yang terdiri dari 32 siswa.

Tabel 1 Hasil *Pre Test*

Responden	Jumlah	Prosentase	Kategori
R1	138	69%	Sedang
R2	122	61%	Rendah
R3	152	76%	Sedang
R4	115	57%	Sangat Rendah
R5	143	71,5%	Sedang
R6	119	59%	Rendah
R7	124	62%	Rendah
R8	122	61%	Rendah
Rata-rata		56.8%	Rendah

Dari hasil pre test pada tabel 2 diperoleh 8 siswa yang dapat diketahui bahwa tingkat efikasi diri siswa sebelum dilakukan treatment bimbingan kelompok dengan memakai teknik diskusi yaitu siswa-siswa tersebut ada pada golongan sangat rendah, dan sedang. Pada rincian satu siswa berada

pada golongan sangat rendah, empat siswa dengan golongan rendah, dan terdapat tiga siswa berada dalam golongan sedang

Hasil dari post-test merupakan hasil yang diperoleh siswa sesudah dilakukan treatment melalui bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Hasil skor maksimal (N_{max}) = $47 \times 4 = 188,47$ merupakan jumlah pernyataan; 4 merupakan skor maksimal. Berdasarkan hasil post-test yang terdapat dari delapan siswa pada tabel 2 dapat dilihat hasilnya bahwa tingkat efikasi diri siswa telah dibagikan treatment melalui teknik diskusi yaitu tiga siswa berada pada kategori tinggi yaitu : (R1 : 81,6%, (R3: 82,2%), (R5: 85,5%), (R3: 78,3%), (R2: 80,5%), (R7 : 79,4%), (R8 : 81,1%). Adapun rata-rata persentase pada delapan siswa tersebut adalah 81,1% dan berada pada kategori sedang. Berikut tabel hasil post-test dalam penelitian ini:

Tabel 2 Hasil *Posttest*

Responden	Jumlah	Prosentase	Kategori
R1	147	81,6%	Tinggi
R2	145	80,5%	Sedang
R3	148	82,2%	Tinggi
R4	141	78,3%	Sedang
R5	154	85,5%	Tinggi
R6	145	80,5%	Sedang
R7	143	79,4%	Sedang
R8	146	81,1%	Sedang
Rata-rata		81,1%	Sedang

Berikut adalah gambaran hasil dari efikasi diri siswa sebelum dan sesudah dilakukan *treatment*.

Tabel 3 Perbandingan *Pretest Posttest*

Responden	Pretest		Posttest	
	Prosentase	Kategori	Prosentase	Kategori
R1	69%	Sedang	81,6%	Tinggi
R2	61%	Rendah	80,5%	Sedang
R3	76%	Sedang	82,2%	Tinggi
R4	57%	Sangat Rendah	78,3%	Sedang
R5	71,5%	Sedang	85,5%	Tinggi

R6	59%	Rendah	80,5%	Sedang
R7	62%	Rendah	79,4%	Sedang
R8	61%	Rendah	81,1%	Sedang
Rata-rata	56.8%	Rendah	81,1%	Sedang

Hasil digambarkan diatas dapat ditarik hasilnya bahwa persentase pada umumnya antara sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan menggunakan teknik diskusi yaitu 56,8% dalam kategori rendah, menjadi 81,1% dalam kategori sedang. Perbedaan antara hasil rata-rata persentase siswa sebelum dan setelah dilakukan treatment dengan selisih 22,3%.

Dari hasil penelitian ini pada nilai umumnya efikasi diri yang didapatkan sebelum diberikan treatment menggunakan teknik diskusi pada kelompok eksperimen yaitu memiliki persentase 56,8% dalam kategori memiliki efikasi diri yang rendah, dan sesudah diberikan treatment menggunakan teknik diskusi mencapai nilai pada umumnya persentase 81,1% dalam kategori sedang. Uji Wilcoxon digunakan untuk menguji hasil pre-test dan post-test. Peneliti melakukan uji Wilcoxon ini menggunakan aplikasi SPSS versi 22. Berikut hasil uji statistic dengan uji Wilcoxon menunjukkan data sebagai:

Tabel 4 Uji Wilcoxon,
Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test Negative Ranks	1 ^a	1.00	1.00
Positive Ranks	7 ^b	5.00	35.00
Ties	0 ^c		
Total	8		

- a. Post Test < Pre Test
- b. Post Test > Pre Test
- c. Post Test = Pre Test

Test Statistics^a

	Post Test – Pre Tets
Z	-2.383 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.017

- a. *Wilcoxon Signed Ranks Test*
- b. *Based on negative rank.*

Berdasarkan hasil “test statistic” diatas, dapat diketahui bahwa hasil asymp sig. (2 tailed) mencapai 0,017. Nilai 0,017 lebih kecil dari 0,05 yang berarti H_1 diterima. Artinya ada selisih antara hasil treatment untuk pre-test dan post-test, sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat dampak dalam penggunaan teknik diskusi untuk meningkatkan efikasi diri siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Balen.

2. Pembahasan

Pembahasan dimaksudkan untuk menginterpretasikan dan memaknai hasil penelitian sesuai dengan teori yang digunakan dan tidak sekadar menjelaskan temuan. Pembahasan harus diperkaya dengan merujuk atau membandingkan hasil-hasil penelitian sebelumnya yang telah diterbitkan dalam jurnal ilmiah bereputasi dan tidak berasal dari jurnal abal-abal (*predatory journal*). Dalam pembahasan disarankan juga berisi pengintegrasian hasil penelitian ke dalam kumpulan teori atau pengetahuan yang telah mapan, penyusunan teori baru, modifikasi teori yang telah ada, serta implikasi hasil penelitian.

Pelaksanaan penelitian ini bermaksud untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa yang mempunyai efikasi diri yang minim. Dari hasil analisis statistic uji Wilcoxon memperlihatkan bahwa terdapat peningkatan antara hasil pre-test dan post-test. Peningkatan tersebut diantaranya adalah siswa mengungkapkan perilaku yang tidak diikuti dengan keraguan dan kecemasan yang, seperti siswa mampu mengutarakan pendapatnya saat pembelajaran, siswa mampu menyelesaikan tugas tepat waktu dan dengan mengerjakannya sendiri tanpa dibantu dengan temannya. Selain itu, siswa juga mengambil keputusan dengan keyakinan yang tinggi sehingga ia yakin

akan keberhasilan. Hal ini pun terbukti bahwa efikasi diri siswa dapat meningkat sehingga siswa yakin dalam pengambilan keputusan tanpa ada keraguan. Hal ini menunjukkan bahwa teknik diskusi terbukti efektif untuk memajukan efikasi diri pada siswa. Hal ini dapat disebabkan karena teknik diskusi.

D. Kesimpulan

Dari hasil dari pembahasan dalam penelitian keefektifan teknik diskusi untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa dapat ditarik garis besarnya. Bahwa terdapat perbandingan antara tingkat efikasi diri pada kedelapan siswa sebelum dan sesudah diberikan treatment dengan memakai teknis diskusi. Sebelum mendapatkan treatment, tingkat efikasi diri siswa berada pada persentase rata-rata 56,8%, dengan kategori rendah, setelah mendapatkan treatment nilai persentase rata-rata meningkat menjadi 81,1% berada pada golongan sedang. Sehingga dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa perbedaan persentase sebesar 22,3%.

Maka dapat disimpulkan pada penelitian ini yang bertujuan untuk mengukur keefektifan teknik diskusi untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa dengan memakai layanan bimbingan kelompok dengan melalui teknik diskusi efektif untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa SMP Negeri 2 Balen.

Daftar Referensi

- Ghufron, M. Nur., & Rini Risnawati. S. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media. Group.
- Liputan6.com. 2010. "Menjelang UN Siswa Diketahui Kecamatan Tak Lulus", <https://www.liputan6.com/news/read/268688/menjelang-un-siswa-dihantui-kecemasan-tak-lulus>. Diakses pada 16 September 2021 jam 14.00 WIB.
- Luh, M., Sintadewi, D., Suami, M. K., & P, D. A. W. M. (2014). *Efektivitas Model Konseling Behavioral Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014 Jurusan Bimbingan Konseling, FIP Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja, Indonesia*. 1.
- Patton Patricia, (1998). *IQ Kecerdasan Emosional jalan menuju kebahagiaan dan kesejahteraan*, Jakarta : Mitra Media. Hlm. 168.

- Perkasa, Gading. (2021). "Sekolah Jarak Jauh Pici Stress dan Kecemasan", <http://lifestyle.kompas.com/read/2021/04/30/121310920/sekolah-jarak-jauh-picu-Stres-dan-kecemasan-anak?page=all> Di akses pada 16 September 2021 jam 14.00 WIB.
- Prayitno, (1995) Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil). Jakarta : Galia Indonesia.
- Romlah, Tatiek. (2020). Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling. Malang : Universitas Negeri Malang.
- Schunk, Dale H., (1991) Self-Effecacy and Academic Motivation. Lawrence Erlbaum Associates, Inc. Educational Psychologist, 26 (3&4), 208. (Online) Tersedia :
https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&as_vis=1&q=Self-
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung : ALfabeta.