

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan psikis seseorang terpengaruh oleh apa yang diterima dan dipelajari dari lingkungannya, karena pada dasarnya manusia adalah makhluk berpikir dan memahami cara mengendalikan perilakunya. Manusia bukan hanya makhluk irasional yang mudah dipengaruhi dan disesatkan oleh orang lain. Cara berpikir dan berperilaku seseorang, terutama terkait dengan *self-efficacy* dan hubungannya dengan keputusan karir, dipengaruhi oleh interaksi sosialnya; seseorang dapat mengontrol perilakunya dengan mengubah respons kognitifnya dan mengatur cara mereka memperlakukan dirinya sendiri.

Setiap individu pasti menghadapi berbagai masalah dalam hidupnya. Dalam penyelesaian masalah, beberapa keterampilan penting diperlukan, termasuk keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk menyelesaikan masalah tersebut. Proses pemecahan masalah terdiri dari empat tahap: memahami masalah, menciptakan solusi, menyelesaikan masalah, dan mengevaluasi (Yuliyani dkk., 2017). Oleh karena itu, pemecahan masalah adalah aktivitas kognitif yang kompleks, dan siswa harus didorong serta diberi kesempatan untuk berinisiatif dan berpikir sistematis dalam menerapkan pengetahuan mereka untuk memecahkan masalah. Keyakinan pada kemampuan diri sendiri ini disebut *self-efficacy*. Kemampuan akademik berkaitan dengan keyakinan siswa pada kemampuannya

untuk mengerjakan dan mencapai target hasil belajar sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Self-efficacy menurut pendapat Bandura (1997), merupakan penilaian individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk merencanakan dan melaksanakan tindakan dalam rangka mencapai tujuan tertentu. *Self-efficacy* dianggap sebagai sifat yang penting, terutama bagi para siswa yang sering kali perlu memiliki kepercayaan diri atas kemampuan belajar mereka. Hal ini dikarenakan *self-efficacy* menentukan keberhasilan atau kegagalan seseorang dalam berperilaku. Siswa dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung mencapai hasil akademik yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang memiliki *self-efficacy* rendah. Oleh karena itu, *self-efficacy* memainkan peran krusial dalam mendukung prestasi akademik siswa.

Seperti apa yang telah peneliti lakukan terhadap salah satu siswa yang berada disana, peneliti mewawancarai sedikit terkait keputusan karir mereka setelah lulus nanti, yang hasilnya mereka masih kebingungan dalam hal pengambilan keputusan, dan peneliti juga sedikit mewawancarai guru bimbingan konseling beliau mengatakan fenomena yang terjadi sudah berlangsung hampir tiga tahun kebelakang banyak siswa yang masih memiliki keyakinan dan kepercayaan diri rendah terdapat penyelesaian tugas-tugas sehingga banyak yang mangkir selain itu ragu terhadap pengambilan keputusan karir mereka.

Dampak yang dirasakan oleh siswa tersebut ialah dikarenakan belum adanya peningkatan *Self Efficacy* pada dirinya sendiri, sehingga bagaimana bisa seorang siswa bisa dikatakan mempunyai keyakinan serta kepercayaan diri terhadap

penyelesaian tugas yang nantinya berpengaruh pada pengambilan keputusan dalam karirnya dimasa depannya.

Efikasi diri (*self-efficacy*) memiliki peran yang sangat penting bagi siswa dalam proses belajar, karena hal ini memengaruhi kemampuan mereka untuk menggunakan dan memilih sumber daya yang tersedia guna memenuhi kebutuhan belajar mereka sendiri (Agus Rahayu dkk, 2018).

Self-efficacy memainkan peranan krusial agar siswa dapat mencapai keberhasilan yang diinginkan, sehingga penting bagi seorang siswa untuk memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi. Park dan Kim (2006) menjelaskan bahwa *self-efficacy* akademik sangat diperlukan siswa untuk mengendalikan motivasi mereka dalam meraih prestasi akademik yang diharapkan. Dengan demikian, *self-efficacy* memiliki pengaruh besar terhadap proses dan hasil belajar siswa melalui kemampuannya mengatur motivasi dan memanfaatkan sumber daya yang ada. (Azis et al., 2022: 53).

Penilaian seseorang tentang kemampuan dirinya sendiri dikenal sebagai *self-efficacy*, sementara aspirasi atau cita-cita menggambarkan ideal yang diharapkan dapat dicapai. Mereka yang memiliki ekspektasi yang tinggi yaitu keyakinan bahwa dirinya mampu melakukan pekerjaan sesuai tuntutan situasi dan mengharapkan hasil tertentu, mungkin memiliki ekspektasi hasil yang realistis sesuai dengan kenyataan atau ekspektasi hasil yang tidak realistis. (Agus Rahayu dkk, 2018: 304).

Dibandingkan dengan aspirasi atau cita-cita, *Self-efficacy* adalah seberapa baik seseorang menilai kemampuan mereka sendiri. Seseorang mungkin mengharapkan hasil yang terlalu tinggi, yang tidak realistis, atau hasil yang realistis sesuai dengan

kenyataan. Seseorang yang memiliki tingkat ekspektasi *self-efficacy* tinggi, yakni keyakinan bisa melakukan pekerjaan sesuai tuntutan situasi dan mengharapkan hasil tertentu, akan bekerja keras dan bertahan hingga tugas terselesaikan. (Agus Rahayu dkk, 2018: 304).

Setiap siswa memiliki permasalahan yang berbeda-beda yang dapat memengaruhi tingkat kemampuan mereka. Hal ini bergantung pada tiga aspek yang mempengaruhi tingkat efikasi diri seorang siswa, yaitu tingkat kesulitan tugas, kekuatan keyakinan, dan cakupan bidang perilaku. Memiliki keyakinan yang kuat dan rasa percaya diri merupakan ciri dari individu dengan *self-efficacy* yang tinggi, serta sikap pantang menyerah ketika menghadapi tugas atau masalah. Sebaliknya, individu dengan tingkat *self-efficacy* yang rendah cenderung menghindari tugas atau masalah yang dihadapi. Dengan demikian, tingkat *self-efficacy* seseorang, termasuk siswa, dipengaruhi oleh persepsi mereka terhadap kesulitan tugas, keyakinan akan kemampuan diri, serta cakupan penerapan *self-efficacy* tersebut dalam berbagai bidang perilaku.

Self-efficacy dapat dikatakan sebagai salah satu faktor komponen yang membedakan seseorang, menurut Phillip dan Gully. Meningkatkan *self-efficacy* bisa mengubah perilaku atau sikap seseorang, terutama dalam hal menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan, mereka menemukan bahwa penetapan tujuan yang lebih tinggi terkait dengan *self-efficacy* yang positif. (Cecilia Engko, 2008: 3). *Self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang tentang sejauh mana mereka dapat melakukan apa yang mereka bisa (Putra et al., 2013: 2).

Dalam upaya meningkatkan *Self Efficacy* siswa diperlukan bimbingan konseling melalui penerapan berbagai jenis fasilitas konseling dan bimbingan yang diperlukan, dalam hal ini memberikan informasi bagaimana cara mengatasi rasa cemas yang sering muncul ketika siswa sedang mengerjakan tugas atau dihadapkan pada informasi tugas yang sulit. Perasaan cemas tentu akan menimbulkan stres sehingga akan mengganggu siswa dalam melaksanakan suatu tugas. Ini sejalan dengan apa yang disebutkan Bandura (Shofiah & Raudatussalamah, 2014), bahwa keadaan fisiologis dan emosional partisipan akan mempengaruhi tingkat kemampuan diri. Perasaan cemas dan stres saat mengerjakan suatu tugas bisa dianggap gagal. Karena tingkat stres dan kecemasan yang rendah pada diri sendiri dapat menunjukkan keefektifan diri yang tinggi, dan sebaliknya juga berlaku. (Azis et al., 2022: 55).

Seseorang dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang berbagai pengalaman internal melalui bimbingan dan konseling, serta peluang dan pilihan yang tersedia bagi mereka. Ini dilakukan dengan membantu siswa mengenali, menafsirkan, dan memanfaatkan kekuatan serta sumber daya mereka sendiri guna mempercepat proses belajar dan pengembangan pribadi mereka (Tarmizi, 2018: 10). penulis mengambil bimbingan dan konseling secara umum dikarenakan belum adanya kegiatan dan proses bimbingan di sekolah MA Tarbiyatul Huda Bogor, hal ini disebabkan karena kekurangan SDM termasuk baru adanya guru bk di sekolah tersebut. program yang baru di terapkannya pun masih terbatas dikarenakan dengan jumlah siswa yang mencapai 400 san lebih hanya ada 4 orang guru bk, program

bk tersebut baru berjalan sekitar 5 bulanan sehingga guru bk masih beradaptasi dengan siswa.

Berdasarkan pemaparan tersebut, Penulis ingin meneliti seberapa besar pengaruh bimbingan konseling dalam meningkatkan efikasi diri (*Self Efficacy*) pada siswa di Madrasah Aliyah Tarbiyatul Huda. Oleh karena itu, peneliti bermaksud meneliti efektivitas bimbingan konseling sebagai upaya meningkatkan efikasi diri pada siswa di Madrasah Aliyah Tarbiyatul Huda, Bogor.

B. Rumusan Masalah Penelitian

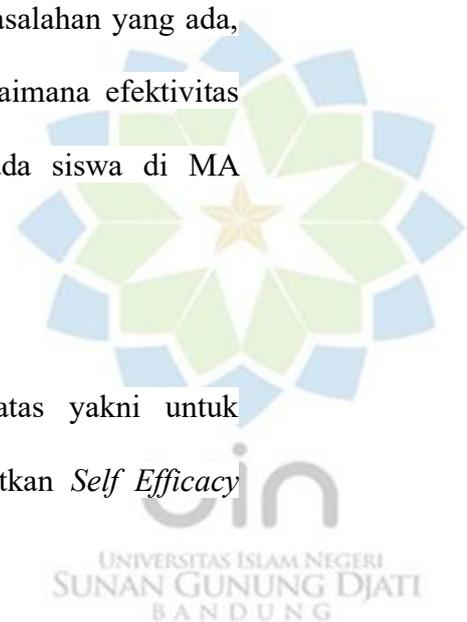
Berdasarkan uraian latar belakang di atas mengenai permasalahan yang ada, maka peneliti merumuskan permasalahan tersebut ialah, bagaimana efektivitas bimbingan konseling untuk meningkatkan *Self Efficacy* pada siswa di MA Tarbiyatul Huda Bogor ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian berdasarkan rumusan masalah di atas yakni untuk mengetahui efektivitas bimbingan konseling untuk meningkatkan *Self Efficacy* pada siswa di MA Tarbiyatul Huda Bogor.

D. Kegunaan Penelitian

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang luar biasa baik manfaat secara akademis maupun secara praktis berikut kegunaan penelitian dibawah ini:



1. Secara Akademis

Hasil penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih terhadap pemikiran ilmu yang baru yang berkaitan dengan efektivitas bimbingan konseling untuk meningkatkan *Self Efficacy* pada siswa di MA Tarbiyatul Huda Bogor terutama bagi peneliti selanjutnya.

2. Secara Praktis

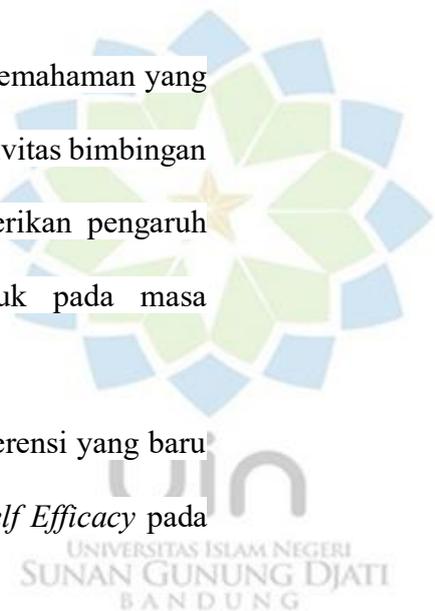
Untuk siswa, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih kepada siswa mengenai efektivitas bimbingan konseling untuk meningkatkan *Self Efficacy* pada siswa di MA Tarbiyatul Huda Bogor.

Untuk guru BK, penelitian ini dapat menjadi gambaran dan pemahaman yang baru bagi guru Bk untuk lebih mengetahui betapa pentingnya efektivitas bimbingan konseling untuk meningkatkan *Self Efficacy* yang akan memberikan pengaruh sangat besar terutama bagi siswa-siswa nya yang termasuk pada masa perkembangan remaja menuju dewasa.

Untuk peneliti, penelitian ini dapat memberikan ilmu dan referensi yang baru terhadap efektivitas bimbingan konseling untuk meningkatkan *Self Efficacy* pada siswa di MA Tarbiyatul Huda Bogor.

E. Hasil Penelitian Yang Relevan

Pemikiran yang mendalam perlu dilakukan oleh peneliti, sehingga penelitian-penelitian terdahulu dianggap penting sebagai salah satu sumber referensi bagi peneliti. Beberapa penelitian terdahulu yang dianggap relevan oleh peneliti sehingga bisa menjadi bahan untuk referensi. Diantaranya ialah:



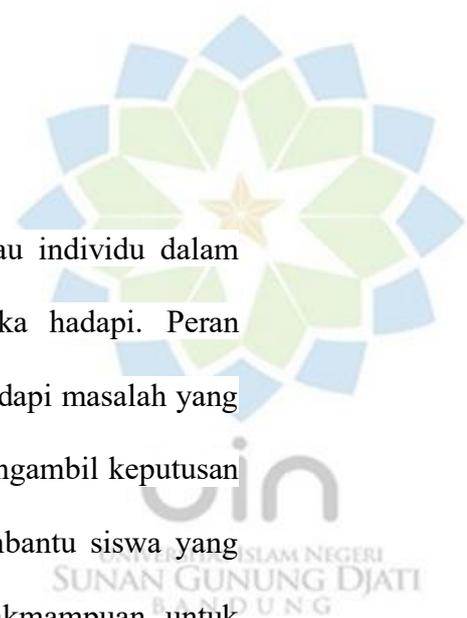
1. Skripsi karya Muhammad Muhardika, Pada tahun 2021, penelitian dengan judul "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Realitas Terhadap *Self Efficacy* dan Pengambilan Keputusan Karier Siswa SMK Mambaul Falah Kudus". Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan efikasi diri (*self-efficacy*) siswa SMK agar dapat membuat pilihan karir yang lebih baik. Guru Bimbingan dan Konseling di SMK Mambaul Falah Kudus menerapkan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realitas. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan yang sangat signifikan setelah dilakukannya layanan konseling kelompok. Perbedaannya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah tempat yang menjadi objek penelitian belum pernah melakukan layanan konseling kelompok sebelumnya.
2. Jurnal Pada tahun 2022, Putri Ilvia Muzdallifah, Ni Ketut Alit Suarti, dan Dewi Rayani akan berada di jurusan bimbingan dan konseling di Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika. tentang "Pengaruh Layanan Informasi Karir Terhadap Keterampilan Diri Siswa Kelas XI SMKN 3 Mataram". Adapun persamaannya, penelitian ini hanya berfokus pada layanan informasi karir; peneliti menjelaskan informasi terkait karir yang dapat meningkatkan *self-efficacy* siswa. Hasilnya menunjukkan bahwa siswa dapat mengungkapkan kemampuan dan kondisi mereka sendiri setelah mendapatkan layanan informasi ini.
3. Jurnal karya ilham Muharram, Niken Susilowati, Muya Barida, Pada tahun 2022, Studi berjudul "Efektivitas Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Teknik Modelling Simbolik Dalam Meningkatkan *Self Efficacy* Karir Siswa SMA Negeri 1 Rumbio Jaya" dilakukan di Jurusan Pendidikan Profesi Guru di

Universitas Ahmad Dahlan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Studi ini menyelidiki pengaruh layanan bimbingan klasik dengan teknik model simbolik terhadap efikasi diri (*self-efficacy*) karier siswa. Hasilnya menunjukkan bahwa menggunakan layanan bimbingan klasik dengan teknik model simbolik meningkatkan efikasi diri karier siswa, yang membuat mereka berada di kategori tinggi dengan rata-rata 68,57; ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan dengan layanan bimbingan klasik, sedangkan penelitian yang akan dilakukan dengan bimbingan konseling.

F. Kerangka Pemikiran

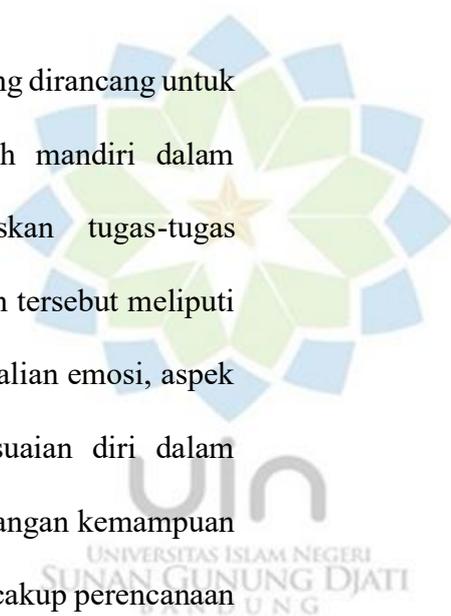
1. Landasan Teoritis
 - a. Bimbingan Konseling

Layanan bimbingan dan konseling membantu siswa atau individu dalam mengembangkan diri dan mengatasi masalah yang mereka hadapi. Peran bimbingan dan konseling sangat penting ketika siswa menghadapi masalah yang sulit diselesaikan, termasuk *self-efficacy* yang baik dalam mengambil keputusan karier. Bimbingan dan konseling sangat penting untuk membantu siswa yang menghadapi kesulitan untuk diselesaikan, termasuk ketidakmampuan untuk mengambil keputusan terkait karir mereka sendiri. Layanan bimbingan karir adalah cara Konseling dan bimbingan dapat membantu siswa membuat keputusan tentang karir mereka. Melalui bimbingan karir, siswa mendapatkan arahan dan dukungan untuk mengenali potensi diri, minat, bakat, serta memperoleh informasi terkait pilihan karir yang sesuai dengan diri mereka (Azwar, 2022).



Bimbingan konseling serangkaian upaya yang terstruktur, objektif, rasional, dan berkesinambungan yang dilaksanakan oleh guru BK atau konselor. Tujuannya adalah mendukung perkembangan siswa menuju kemandirian. Melalui layanan ini, siswa dibantu untuk memahami diri sendiri, menerima keadaan diri, mengarahkan potensi yang dimiliki, mengambil keputusan secara tepat, dan mewujudkan potensi mereka agar dapat menjalani kehidupan dengan bahagia. Dengan demikian, bimbingan dan konseling berperan penting dalam memfasilitasi perkembangan siswa agar dapat mencapai kemandirian dan kebahagiaan hidup. (Ditjen GTIK Kemendikbud RI, 2016:5).

Secara keseluruhan, tujuan layanan bimbingan dan konseling dirancang untuk membantu siswa menjadi lebih dewasa dan menjadi lebih mandiri dalam mengarungi perjalanan hidup mereka, serta menuntaskan tugas-tugas perkembangan yang harus dijalani. Tugas-tugas perkembangan tersebut meliputi aspek pribadi, seperti pengembangan konsep diri dan pengendalian emosi, aspek sosial yang mencakup hubungan interpersonal dan penyesuaian diri dalam lingkungan sosial, aspek belajar yang terkait dengan pengembangan kemampuan akademik dan keterampilan belajar, serta aspek karir yang mencakup perencanaan dan pemilihan karir di masa depan. Siswa dibantu untuk memaksimalkan potensi mereka melalui bimbingan dan konseling agar dapat menjadi individu yang matang dan mandiri dalam menghadapi dinamika kehidupan. secara menyeluruh dan optimal. Oleh karena itu, layanan bimbingan karir menjadi salah satu usaha penting untuk mendukung siswa dalam merencanakan dan membuat keputusan terkait karir mereka di masa depan (Ditjen GTIK Kemendikbud RI, 2016:5)



Layanan bimbingan dan konseling memiliki sejumlah tujuan khusus yang dapat membantu siswa, yaitu:

- 1) Meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri dan lingkungan sekitarnya.
- 2) Membimbing konseli dalam merencanakan penyelesaian studi, pengembangan karir, serta kehidupan di masa depan.
- 3) Memfasilitasi konseli untuk mengembangkan potensi yang dimiliki secara maksimal.
- 4) Memberi pendampingan agar konseli mampu beradaptasi dan membaaur dengan lingkungan sosialnya.
- 5) Memberikan bantuan dalam mengatasi berbagai kesulitan dan hambatan yang mungkin dihadapi konseli.
- 6) Mendorong konseli untuk mengaktualisasikan diri secara bertanggung jawab sesuai dengan potensi dan kapasitasnya

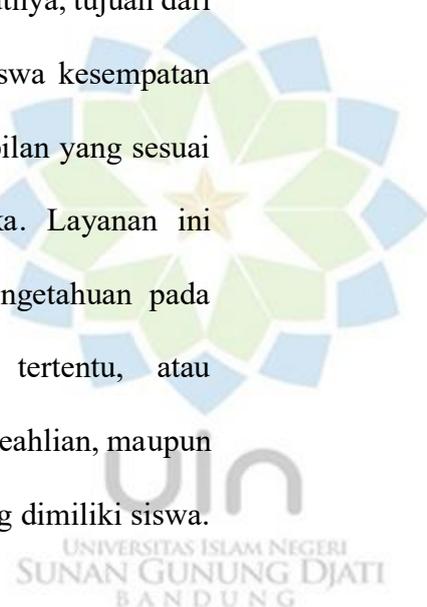
Pelayanan bimbingan dan konseling pada pendidikan umum dibagi menjadi empat bidang kerja utama. Pertama, fungsi dasarnya yang mencakup kegiatan bimbingan bersifat preventif dan pengembangan, seperti bimbingan klasikal, orientasi, serta pemberian informasi. Kedua, layanan peminatan dan perencanaan pribadi yang membantu siswa merencanakan dan mengambil keputusan terkait peminatan studi, karir, serta rencana hidup secara keseluruhan. Ketiga, layanan responsif yang memberikan bantuan segera kepada peserta didik yang menghadapi masalah, kesulitan, atau krisis tertentu melalui konseling individu, konseling kelompok, konsultasi, referral, dan layanan lainnya. Keempat, dukungan sistem yang membantu pengembangan sistem pendukung seperti



pengembangan keprofesian guru BK, manajemen program, kemitraan dengan pihak terkait, serta pengembangan sistem informasi bimbingan dan konseling. Keempat komponen tersebut saling terintegrasi dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling yang komprehensif bagi seluruh peserta didik.

- a) Menurut Caraka (2015: 59) Layanan Dasar merupakan pemberian bantuan melalui serangkaian kegiatan terstruktur yang dirancang dan dilaksanakan secara sistematis, baik secara klasikal maupun kelompok. Tujuannya adalah untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik secara efektif sesuai dengan tahap dan tugas perkembangannya. Kegiatan ini berfokus pada aspek perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir guna membantu peserta didik mencapai tugas-tugas perkembangan serta kemandirian dalam kehidupannya. (Ditjen GTIK Kemendikbud RI, 2016:9).
- b) Layanan Responsive Menurut Caraka (2015;59) layanan responsif adalah proses bantuan yang dapat diberikan ketika siswa yang mengalami permasalahan membutuhkan pertolongan atau intervensi segera, agar tidak terhambat dalam mencapai tugas-tugas perkembangan yang seharusnya dapat diselesaikan pada tahap usia tersebut. Menurut Abu Bakar dan M Luddin (2010: 54) Layanan ini bersifat preventif atau kuratif dengan fokus memberikan bantuan kepada siswa yang menghadapi kesulitan pada dirinya sehingga mengganggu perkembangan diri atau berpotensi menghadapi masalah tertentu namun tidak menyadarinya. Masalah pribadi, sosial, pendidikan, atau profesional dapat termasuk (Ditjen GTIK Kemendikbud RI, 2016:13).

- c) Layanan Perencanaan Individual Menurut Caraka (2015:59) berupa bantuan yang diberikan untuk perencanaan individual merupakan proses merencanakan masa depan yang didasarkan pada pemahaman mengenai kelebihan dan kekurangan diri sendiri, serta peluang dan kesempatan yang tersedia di lingkungan sekitar. Tujuan utama dari layanan perencanaan individual, menurut Abu Bakar dan M Luddin (2010:54-55), adalah untuk membantu siswa melacak dan memahami proses perkembangan mereka sendiri. Dengan menggunakan hasil pemantauan dan pemahaman mereka, siswa dapat membuat dan melaksanakan rencana mereka sendiri. Selanjutnya, tujuan dari layanan peminatan peserta didik adalah untuk memberi siswa kesempatan untuk meningkatkan perspektif, pengetahuan, dan keterampilan yang sesuai dengan minat, bakat, dan kemampuan akademik mereka. Layanan ini memberikan fasilitas bagi siswa untuk memperdalam pengetahuan pada sekelompok mata pelajaran atau bidang keilmuan tertentu, atau mengembangkan kemampuan di bidang keahlian, program keahlian, maupun paket keahlian yang diminati dan sesuai dengan potensi yang dimiliki siswa. (Ditjen GTIK Kemendikbud RI, 2016:11).
- d) Dukungan Sistem Eric dalam M Luddin dan Abu Bakar (2010: 55) Menurut Caraka (2015:59), Proses memberikan dukungan, fasilitas, atau dukungan secara tidak langsung untuk memastikan bahwa Bimbingan dan konseling dapat diselesaikan dengan lancar, efisien, dan efektif. dikenal sebagai dukungan sistem. Dukungan sistem sangat penting untuk memastikan bahwa program bimbingan dan konseling berjalan dengan baik dan mencapai tujuan



yang diharapkan, karena serangkaian Kegiatan manajemen ini bertujuan untuk meningkatkan, mempertahankan, dan meningkatkan program bimbingan dan konseling. Tanpa sistem pengelolaan yang baik, kegiatan manajemen tidak akan berjalan dengan baik dan berhasil (Ditjen GTIK Kemendikbud RI, 2016:11).

b. *Self Efficacy*

Rasa percaya diri seseorang terhadap kemampuan mereka sendiri, atau *self-efficacy*, adalah faktor utama bagi individu atau siswa dalam mencapai perkembangan yang diinginkan. *Self-efficacy* menekankan bahwa individu atau siswa dapat dipercaya untuk menyelesaikan tugas dan kegiatan sesuai dengan bakat dan kemampuannya.

Menurut Bandura (Shofiah & Raudatussalamah, 2014), mengatakan bahwa terdapat tiga aspek *Self Efficacy*, (Azis et al., 2022: 53) diantaranya:

- 1) *Magnitude* atau tingkat kesulitan tugas mengacu pada seberapa sulit tugas yang dihadapi oleh individu ketika mereka merasa mampu untuk mengerjakannya. Aspek ini mempengaruhi pemilihan perilaku seseorang, di mana mereka cenderung memilih perilaku yang dianggap dapat dilakukan dan menghindari perilaku yang berada di luar kemampuan yang dimiliki. Dengan kata lain, seseorang akan memilih pekerjaan atau situasi sesuai dengan tingkat kesulitan yang sesuai dengan kemampuan mereka.
- 2) *Generality* atau luas bidang perilaku berkaitan dengan seberapa luas cakupan situasi di mana individu merasa mampu dengan kemampuan yang

dimilikinya. Aspek ini menunjukkan apakah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya terbatas pada situasi dan tugas tertentu saja atau berlaku untuk berbagai situasi dan lingkungan. Dengan kata lain, *generality* mengacu pada sejauh mana seseorang dapat menggeneralisasikan keyakinan kemampuannya dalam berbagai situasi dan lingkungan yang berbeda.

- 3) *Strenght* atau kemantapan keyakinan berkaitan dengan tingkat keyakinan atau harapan individu terhadap kemampuan diri sendiri. Pengalaman yang kuat akan mendorong individu untuk terus berusaha dan bertahan dalam mengerjakan aktivitas atau tugas. Sebaliknya, harapan yang lemah akan menyebabkan individu goyah karena kurangnya pengalaman-pengalaman yang mendukung. Aspek ini biasanya terkait langsung dengan tingkat kesulitan tugas. Semakin tinggi tingkat kesulitan tugas, maka tingkat keyakinan seseorang terhadap kemampuan diri mereka sendiri cenderung lebih rendah, begitu pula sebaliknya.

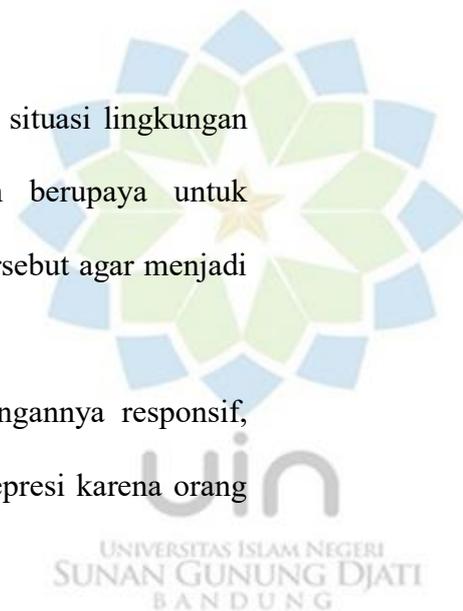
Menurut Bandura dalam Lianto (2019), Konsep efikasi diri, juga dikenal sebagai *self-efficacy*, dalam teori kognitif sosial berkaitan dengan keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas yang diberikan. Keyakinan seseorang akan kesuksesan berkorelasi positif dengan tingkat *self-efficacy* mereka. Orang dengan *self-efficacy* rendah cenderung menyerah atau berhenti berusaha dalam situasi sulit. Sebaliknya, orang dengan *self-efficacy* tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengatasi kesulitan (Stajkovic dan Luthans, 1998). *Self-efficacy* dapat menghasilkan siklus positif di mana orang dengan harga diri tinggi akan meningkatkan komitmen mereka pada pekerjaan

mereka, yang pada gilirannya akan meningkatkan kinerja mereka, yang pada gilirannya akan menghasilkan rasa percaya diri yang lebih besar.

Menurut Bandura dalam Feist (2013:213), Kombinasi antara *self-efficacy* (keyakinan diri) yang tinggi dan rendah dengan lingkungan yang responsif (mendukung) dan tidak responsif (tidak mendukung) menghasilkan empat variabel prediktif, yaitu:

- a) Ketika seseorang memiliki *self-efficacy* tinggi dan berada dalam lingkungan yang responsif, kemungkinan besar hasil yang diinginkan akan tercapai dengan baik.
- b) Individu dengan *self-efficacy* tinggi, ketika menghadapi situasi lingkungan yang tidak responsif atau tidak mendukung, akan berupaya untuk meningkatkan usahanya dalam mengubah lingkungan tersebut agar menjadi lebih kondusif.
- c) Pada saat *self-efficacy* seseorang rendah tetapi lingkungannya responsif, individu tersebut mungkin akan merasa tertekan atau depresi karena orang lain berhasil sementara dirinya tidak.
- d) *Self-efficacy* rendah yang berkombinasi dengan lingkungan tidak responsif akan menyebabkan individu merasa apatis, enggan bertindak, dan tidak berdaya.

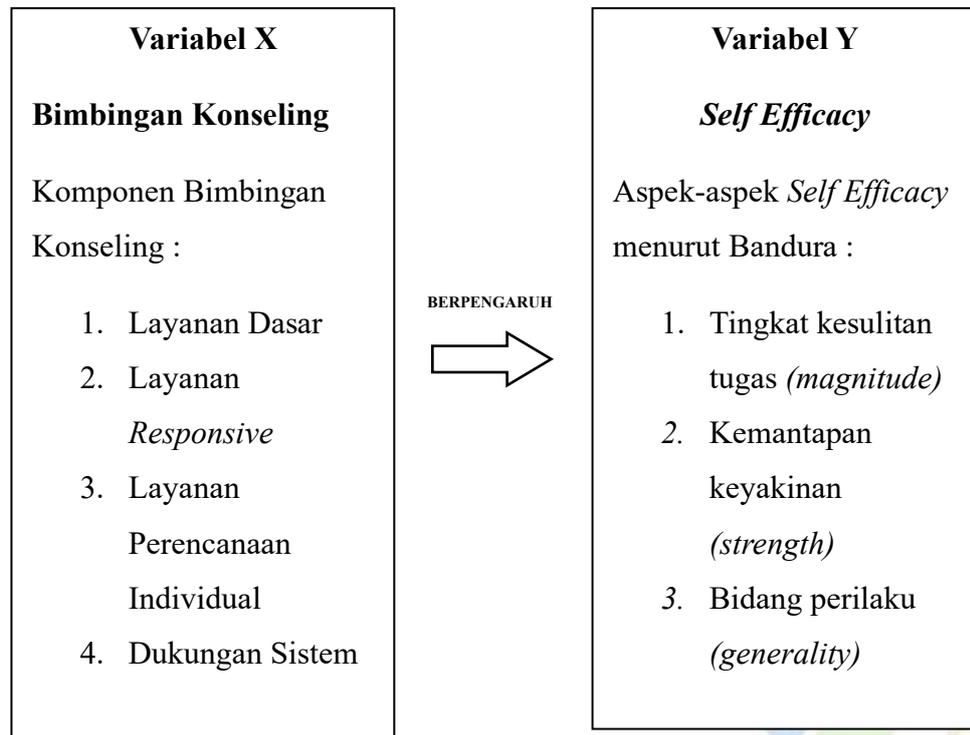
Self-efficacy (keyakinan diri) merupakan salah satu faktor internal yang sangat penting dan memiliki pengaruh dominan terhadap tindakan atau perilaku siswa. Faktor ini mempengaruhi pemilihan tugas, upaya yang dikerahkan,



ketekunan, ketahanan, serta prestasi yang dicapai oleh siswa (Bandura dalam Humeira, 2014: 4).

Self-efficacy atau keyakinan diri yang rendah pada siswa dapat menyebabkan kesulitan dalam menjalankan aktivitas belajar dengan baik, yang pada akhirnya berdampak pada keengganan mereka untuk bersaing dan mencapai prestasi maksimal. *Self-efficacy* mengacu pada keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk melakukan sesuatu dalam rangka mencapai hasil yang diinginkan. Aspek-aspek yang menjadi fokus penelitian terkait *self-efficacy* mencakup keyakinan diri dalam memperoleh sumber daya sosial, pencapaian prestasi akademik, pembelajaran mandiri, keikutsertaan dalam kegiatan ekstrakurikuler, pengaturan diri (*self-regulation*), pemenuhan harapan orang lain, kepercayaan diri dalam konteks sosial, sikap asertif, serta dukungan yang diperoleh dari orang tua. Dengan demikian, *self-efficacy* memiliki peran penting dalam menentukan perilaku dan pencapaian individu, terutama pada konteks pendidikan dimana siswa dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi tantangan dan meraih prestasi yang lebih baik.

2. Kerangka konseptual



Gambar 1. 1 Kerangka Konseptual

Pengukuran efektivitas ini akan menunjukkan pengaruh dari bimbingan konseling yang dilaksanakan secara komprehensif dan terstruktur pada setiap komponennya, terutama yang ditujukan kepada siswa remaja akhir yang menghadapi berbagai masalah seperti kebingungan dalam menentukan cita-cita, kecemasan akan menjadi penganggur setelah lulus, perasaan tidak mampu melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi, mudah menyerah ketika menghadapi tugas sulit, dan lebih memilih menghindar dengan mengandalkan orang lain, yang memicu stres lebih tinggi saat menghadapi tugas sulit. Oleh karena itu, kemampuan diri memiliki peran yang sangat penting dalam mempengaruhi cara seseorang berpikir tentang tujuan yang ingin dicapainya. Siswa yang memiliki

kemampuan diri yang tinggi akan lebih responsif terhadap berbagai informasi tentang rencana masa depan.

G. Hipotesis

Hipotesis penelitian ialah suatu pernyataan atau prediksi yang di ajukan oleh seorang peneliti yang berhubungan antara dua variabel atau lebih dalam suatu penelitian yang dilakakukannya. Selain itu sebuah hipotesis dalam penelitian dapat diartikan juga sebagai dugaan sementara terhadap suatu pertanyaan yang telah di rumuskan oleh peneliti sebelum peneliti memulai penelitiannya. Menurut sekaran, hipotesis penelitian adalah "pernyataan terstruktur yang menjelaskan hubungan antara dua atau lebih variabel dalam penelitian yang diusulkan dan harus diuji" (Nono Heryana. 2023) dalam hal ini, hipotesis penelitian dapat digunakan sebagai salah satu dasar untuk mengkaji seberapa besar sebuah kebenaran dalam penelitian tersebut melalui pengumpulan dan analisis data.

Berikut ini adalah hipotesis penelitian ini :

H₀ : Tidak Adanya Efek Antara Bimbingan Konseling untuk meningkatkan *self-efficacy* Pada Siswa Ma Tarbiyatul Huda

H₁ : Terdapat Efek Antara Bimbingan Konseling Konseling untuk meningkatkan *self-efficacy* Pada Siswa Ma Tarbiyatul Huda.

H. Langkah-Langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian Ini Dilaksanakan Di Madrasah Aliyah Tarbiyatul Huda, Yang Terletak Di Jln Veteran 1, Pancawati, Kecamatan Caringin, Kabupaten Bogor. Adapun Faktor Yang Menjadi Alasan Peneliti Memilih Tempat Ini Ialah ;

- a. Terdapat kesesuaian dengan penelitian yang akan dilakukan.
- b. Dilokasi tersebut terdapat siswa yang berusia remaja dan mengalami banyak perubahan pada dirinya terutama pada *Self Efficacy* yang memberikan pengaruh pada keyakinan pada dirinya kemudian difungsikan bimbingan konseling untuk terjadinya perubahan pada efektivitas dirinya untuk terus melakukan aktualisasi pada pembelajaran.
- c. Lokasi tersebut dipandang representatif untuk mengungkapkan permasalahan penelitian.
- d. Tersedianya data-data sebagai objek penelitian.

2. Paradigma dan Pendekatan

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan paradigma positivisme untuk mengetahui kebenaran dan realitas obyektif dari hasil yang diperoleh. Menurut Sugiyono dalam (nurdin.2022), Dalam pandangan positivisme, gejala, realitas, atau fenomena dipandang sebagai sesuatu yang dapat dijelaskan, diukur, relatif tetap dan konkret, terstruktur, serta memiliki hubungan sebab-akibat.

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan statistika inferensial, yaitu cabang statistika yang menyediakan metode ini digunakan untuk membuat kesimpulan umum berdasarkan data yang telah dikumpulkan dan diolah



sebelumnya. Dalam penerapannya, statistika inferensial memiliki cakupan yang lebih luas dibandingkan dengan statistika deskriptif. Statistika inferensial mencakup (a) penarikan kesimpulan, (b) pembuatan prediksi, dan (c) penaksiran atau estimasi.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yang berarti harus mengikuti prinsip-prinsip ilmiah yang sistematis, konkret, empiris, objektif, dan rasional. Sugiyono menyatakan bahwa filosofi positivisme adalah dasar pendekatan kuantitatif dalam studi populasi atau sampel. Instrument digunakan untuk mengumpulkan data dari sampel acak dan kemudian dianalisis secara statistik (Balaka, 2022).

4. Jenis Data Dan Sumber Data

a. Jenis Data

Penelitian ini menggunakan data kuantitatif, yang mencakup informasi atau penjelasan yang dapat diukur atau dihitung secara langsung. Data ini diwakili dalam bentuk angka dan dianalisis secara statistik. Hasil penelitian dipresentasikan dalam bentuk angka. Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel yang terlibat, yaitu variabel X dan variabel Y. Kedua variabel tersebut merupakan turunan atau penjabaran dari faktor-faktor yang dibahas dalam penelitian.

Jenis data dalam penelitian ini adalah efektivitas bimbingan konseling untuk meningkatkan *self-efficacy* dalam pengambilan keputusan karir.



b. Sumber Data

Adapun sumber data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu:

1) Sumber data primer

Data primer dalam penelitian ini diperoleh secara langsung oleh peneliti melalui siswa di Madrasah Aliyah Tarbiyatul Huda Bogor.

2) Sumber data sekunder

Data yang diperoleh secara tidak langsung disebut data sekunder. Sumber data sekunder berasal dari buku, skripsi, dan jurnal penelitian lainnya yang terkait dengan penelitian ini.

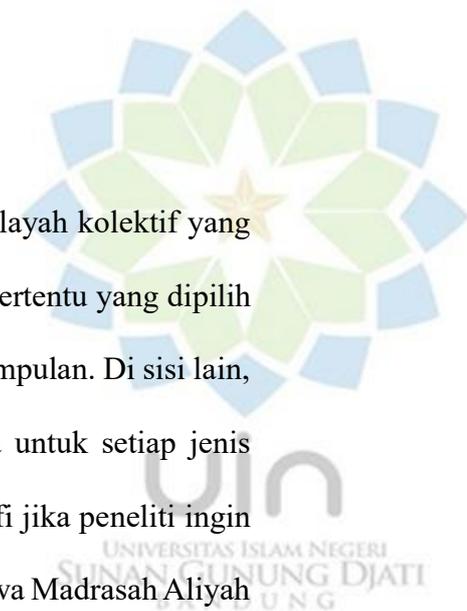
5. Populasi Dan Sampel

a. Populasi

Menurut Sugiyono (2018:117), populasi adalah suatu wilayah kolektif yang memiliki fenomena atau hal-hal yang menunjukkan ciri-ciri tertentu yang dipilih oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian sampai pada kesimpulan. Di sisi lain, Arikunto (2017:173) menggambarkan angka sebagai sarana untuk setiap jenis penelitian. Penelitian yang dipilih adalah penelitian demografi jika peneliti ingin menganalisis semua yang ada di lingkup penelitian. Hanya siswa Madrasah Aliyah Tarbiyatul Huda Bogor yang dapat berpartisipasi.

b. Sampel

Sampel didefinisikan sebagai bagian dari populasi, yang berfungsi sebagai sumber data penelitian. Dengan kata lain, sampel adalah sebagian dari populasi yang dapat digunakan untuk menggambarkan populasi secara keseluruhan. Menurut Sugiyono (2018:81), sebagian dari populasi memiliki karakteristik

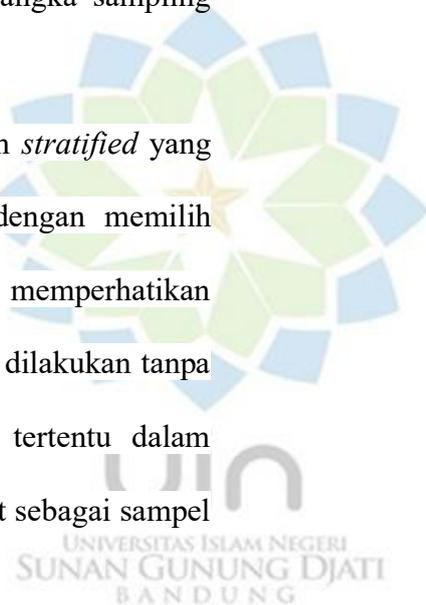


tertentu. Jadi, sampel merupakan sebagian dari populasi yang dijadikan sumber data penelitian, di mana sampel tersebut harus benar-benar dapat mewakili populasi yang diteliti atau setidaknya mewakili sebagian dari populasi tersebut.

Dalam penelitian ini, probabilitas sampel, atau kelompok populasi, memberikan kesempatan yang sama untuk diambil sebagai sampel. Dimana Sebelum memilih metode pengambilan sampel probabilitas yang tepat, penting untuk mengetahui metode yang terlibat dalam pengambilan sampel probabilitas. Secara umum peneliti harus fokus pada dua langkah penting sebelum memilih metode, yaitu 1. Menentukan populasi dan 2. Penentuan kerangka sampling (Rahman, dkk. 2022).

Oleh karena itu peneliti menggunakan jenis sampel random *stratified* yang sama. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan memilih anggota sampel dari populasi secara acak atau random, tanpa memperhatikan urutan atau susunan anggota populasi. Proses pemilihan sampel dilakukan tanpa membedakan atau mempertimbangkan tingkatan atau strata tertentu dalam populasi. Oleh karena itu, teknik pengambilan sampel ini disebut sebagai sampel acak sederhana.

Untuk menentukan sampel tersebut peneliti menggunakan metode Slovin, cara menghitung dengan menggunakan metode Slovin sebagai berikut.



$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Gambar 1. 2 Rumus Slovin

Keterangan :

n = jumlah sampel yang diperlukan

N = jumlah populasi

e = tingkat kesalahan sampel atau eror yang dapat ditolelir

Berdasarkan rumus tersebut diketahui jumlah populasi siswa di MA Tarbiyatul Huda berjumlah 188 siswa, sehingga banyaknya sampel yang digunakan pada penelitian ini ialah :

$$n = \frac{188}{1 + 188 (0,010)^2}$$

$$n = \frac{188}{0,1}$$

$$n = 65$$

Gambar 1. 3 Penjabaran dari Rumus Slovin

6. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi merupakan bentuk pengamatan langsung terhadap suatu obyek di lingkungannya, baik yang sedang berlangsung maupun yang masih dalam tahap yang melibatkan berbagai fungsi atensi untuk mengeksplorasi obyek tersebut dengan menggunakan pengindraan. Itu juga merupakan tindakan yang dilakukan



dengan sengaja atau sadar, serta atas perintah. Siswa di Madrasah Tarbiyatul Huda Bogor adalah subjek observasi ini, yang dilakukan secara langsung.

b. Kuesioner / angket

Menurut KBBI, angket merupakan alat penelitian atau survei yang mengumpulkan tanggapan dari sekelompok orang terpilih melalui wawancara pribadi atau korespondensi.

Dalam penelitian ini kuesioner ditujukan kepada siswa MA tarbiatul huda yang belum mendapat materi konseling karir dari guru BK. kuesioner yang diberikan dalam bentuk tertutup yaitu kuesioner yang sudah memberikan jawaban tersedia, sehingga siswa hanya perlu menyelesaikan pilihannya paling cocok untuknya.

Dalam penelitian ini, instrumen pengumpulan data yang digunakan berbentuk kuesioner dengan mengadopsi skala Likert. Skala Likert merupakan salah satu metode penskalaan yang dirancang untuk mengukur sikap, persepsi, ataupun opini seseorang terhadap suatu objek atau fenomena tertentu. Dengan demikian, skala Likert pada kuesioner penelitian ini digunakan untuk mengukur sikap dan pandangan responden terkait topik atau variabel yang diteliti. Untuk menyelesaikan survei, responden diminta untuk menggunakan skala ini untuk menunjukkan apakah mereka setuju dengan poin-poin tertentu. Sugiyono (2016) menyatakan bahwa skala likert digunakan untuk mengukur pendapat, sikap, dan pandangan seseorang atau sekelompok orang tentang cara mereka berinteraksi dengan masyarakat. Untuk mengukur tingkat kesepakatan Sangat setuju (SS) dan Sangat tidak setuju (STS), skala likert berikut digunakan.

No	Keterangan	Skala	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Sangat Setuju (SS)	5	1
2	Setuju (S)	4	2
3	Ragu – ragu (RR)	3	3
4	Tidak Setuju (TS)	2	4
5	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Tabel 1. 1 Skala Likert

No	Variabel	Devinisi Konseptual	Devinisi Oprasional	Indikator	Skala
1	Bimbingan dan konseling (x)	Proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada konseli melalui pertemuan tatap muka atau hubungan timbal balik dalam rangka mengentaskan permasalahan konseli.	Kegiatan yang dilakukan oleh guru BK di sekolah dalam membantu siswa menyelesaikan masalah pribadi dan sosial melalui konseling individual maupun kelompok.	-layanan dasar -layanan responsif -layanan perencanaan individual -dukungan sistem	Skala likert
2	<i>Self efficacy</i> (Y)	Keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk mengatasi masalah dan tantangan dengan kompetensi yang dimilikinya	Tingkat keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas dan masalah yang dihadapi yang diukur dengan skala <i>self efficacy</i>	-tingkat kesulitan tugas -luas bidang perilaku -kemantapan keyakinan	Skala likert

Tabel 1. 2 Matriks Operasional Penelitian

7. Validitas Dan Reliabilitas

a. Uji validitas instrumen

Validitas mengacu pada sejauh mana suatu instrumen pengukuran mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Menurut Suharsimi, validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau keabsahan dari sebuah instrumen penelitian. Sementara itu, Sugiyono menyatakan bahwa data yang valid adalah data yang tidak menyimpang dari kenyataan atau informasi yang sebenarnya terjadi pada subjek penelitian, sehingga data tersebut konsisten dengan fakta di lapangan (Mahardika, 2021). Oleh karena itu, peneliti mengartikan validitas sebagai uji kesesuaian suatu instrumen.

Rumus validitas instrumen adalah sebagai berikut :

$$r = \frac{n\Sigma - (\Sigma x)(\Sigma y)}{\sqrt{\{n\Sigma x^2 - (\Sigma x)^2\}\{n\Sigma y^2 - (\Sigma y)^2\}}}$$

Gambar 1. 4 Rumus Uji Validitas

Ket:

r_{xy} = koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N = Jumlah responden

X = Jumlah skor item

Y = jumlah skor total soal

b. Reliabilitas instrumen.

Menurut Sukmadinata (2015:229-230), "reliabilitas mengacu pada tingkat konsistensi atau kepastian hasil pengukuran. Tingkat reliabilitas suatu instrumen cukup apabila aspek-aspek yang diukur dengan instrumen beberapa kali



memberikan hasil yang sama atau relatif sama." Rumus berikut digunakan untuk mengevaluasi reliabilitas instrumen: Nilai *Cronbach Alfa* (CA) lebih dari 0,5 dianggap dapat diandalkan

$$r_i = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Gambar 1. 5 Rumus Realibilitas

8. Teknik Analisis Data

Setelah proses pengumpulan data selesai dilakukan, tahapan berikutnya adalah melakukan analisis terhadap data yang telah terkumpul. Dalam penelitian ini, metode analisis data yang digunakan adalah analisis data kuantitatif. Teknik analisis kuantitatif dilakukan dengan menggunakan pendekatan statistik, baik statistik deskriptif maupun statistik inferensial, tergantung pada jenis data dan tujuan analisis. Pengolahan data secara kuantitatif dengan menggunakan metode statistik memungkinkan peneliti untuk menganalisis data secara sistematis, objektif, dan dapat direplikasi, sehingga menghasilkan temuan yang valid dan dapat digeneralisasi. Statistik inferensial memiliki statistik parametrik dan non parametrik. Peneliti menggunakan statistik non parametrik dalam hal ini.

a. Uji T Berpasangan

Analisis T sampel berpasangan sering disebut uji T sampel berpasangan. Uji-T berpasangan ini digunakan sebagai metode untuk membandingkan dua variabel pusat dalam suatu kelompok. Uji coba ini bermanfaat untuk menguji sampel yang menerima perlakuan, yang kemudian dibandingkan dengan sampel rata-rata

sebelum dan sesudah perlakuan. Selain itu, analisis ini dijelaskan dengan menghitung perbedaan nilai dua variabel untuk masing-masing situasi, dan memastikan bahwa tidak ada perbedaan rata-rata.

