

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah seseorang individu yang melanjutkan Pendidikan menuju jenjang yang lebih tinggi dari periode sebelumnya. Menurut Siswoyo dalam (Hulukati & Djibran, 2018) mahasiswa bisa didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi, baik negeri atau swasta dan lembaga lain yang setara dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai mempunyai tingkat intelektualitas yang sangat tinggi, kecerdasan yang tinggi dalam berpikir dan perencanaan ketika bertindak. Mempunyai pikiran kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat adalah sifat yang melekat pada seorang mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi. Sebagai seorang mahasiswa, tentu memiliki tugas-tugas yang harus dikerjakan. Tugas dapat berupa tugas akademik tertulis maupun tugas akademik tidak tertulis. Contoh dari tugas akademik tidak tertulis adalah melaksanakan presentasi sesuai materi yang diajarkan, sedangkan akademik tertulis adalah menulis materi, membuat makalah, proposal, dan skripsi.

Dalam rangka mengerjakan tugas-tugas akademik tersebut, tentu mahasiswa dituntut untuk memiliki rasa percaya diri yang tinggi untuk berani berbicara didepan kelas saat presentasi. Kepercayaan diri merupakan sikap positif yang dimiliki individu untuk membantu dirinya untuk bisa meningkatkan penilaian positif terhadap diri sendiri maupun lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Maka seorang mahasiswa sangat penting untuk memiliki rasa percaya diri supaya pendidikan yang dihadapi berjalan baik dan lancar. Ciri-ciri mahasiswa atau seorang individu yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi adalah mahasiswa yang selalu menjaga tutur kata dan penampilan agar terlihat berkharisma dan berani berbicara didepan banyak orang saat presentasi. Seorang mahasiswa memegang peranan tinggi sekali karena berdampingan dengan masyarakat, yang diatas terangkum dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi. Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu tiga hal yang

sangat wajib dilakukan dari perguruan tinggi maupun mahasiswa atau dosen, dan civitas akademika terpaut. Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu pendidikan, pengajaran, penelitian dan perluasan, beserta pengabdian melalui masyarakat. Menurut Knopfemacher dalam (Marlina, Risty, & Herdiyanti, 2021) Mahasiswa adalah insan-insan bakal jadi calon sarjana di suatu perguruan tinggi, yang di bimbing dan juga di dambakan menjadi calon-calon intelektual. Ia juga meberikan penjelasan bahwa mahasiswa yang sudah terdaftar perguruan tinggi untuk mengikuti pelajaran disebuah perguruan tginggi dengan batasan umur sekitar 18 – 30 tahun. Mahasiswa adalah kelompok yang utama di masyarakat untuk memperoleh statusnya, karena memiliki ikatan dengan perguruan tinggi.

Studi pendahuluan peneliti pada mahasiswa BK Universitas Ivet semester IV tahun akademik 2023/2024 menggunakan inventori skala kepercayaan diri, penulis mendapatkan data bahwa sebagian mahasiswa BK semester IV kurang memiliki rasa percaya diri. Mahasiswa yang tidak memiliki rasa percaya diri tersebar dari kelas A dan B. melihat situasi tersebut, terdapat beberapa mahasiswa yang peneliti tertarik untuk memberikan layanan BK. Layanan BK yang akan diberikan oleh peneliti adalah layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Modelling*. Teknik *Modelling* digunakan karena teknik konseling ini seseorang bisa belajar membuat dan mengembangkan perilaku baru melalui proses pengamatan, mengobservasi, menggeneralisir perilaku orang lain dengan teknik akan sangat efektif sehingga mahasiswa tersebut bisa dengan cepat meningkatkan rasa percaya diri tersebut. Peneliti melakukan penelitian ini guna untuk meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa agar mahasiswa dapat memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan Percaya Diri Mahasiswa Semester IV Prodi BK Universitas Ivet.”**

B. Identifikasi Masalah

Beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi dari latar belakang masalah sebagaimana diuraikan di atas yaitu sebagai berikut:

- a. Kurangnya Rasa Percaya Diri Mahasiswa. Banyak mahasiswa BK semester IV di Universitas Ivet menunjukkan kurangnya rasa percaya diri, terutama dalam kegiatan yang memerlukan keterampilan berbicara di depan umum.
- b. Tantangan dalam Pelaksanaan Tugas Akademik. Mahasiswa yang tidak memiliki rasa percaya diri sering kali mengalami kesulitan dalam melaksanakan tugas akademik, baik tertulis maupun tidak tertulis, seperti presentasi dan penulisan makalah.

C. Fokus Penelitian

Penelitian ini akan difokuskan pada pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling untuk meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa semester IV Prodi BK Universitas IVET Semarang. Fokus penelitian ini adalah **“Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan Percaya Diri Mahasiswa Semester IV Prodi BK Universitas Ivet.”**

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka diajukan rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* efektif untuk meningkatkan percaya diri mahasiswa semester IV Prodi BK Universitas Ivet ?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* efektif untuk meningkatkan percaya diri mahasiswa semester IV Prodi BK Universitas Ivet.

F. Manfaat Penelitian

Adapun hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan manfaat, antara lain :

1. Manfaat Teoretis

Manfaat teoretis dari penelitian ini adalah memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan, khususnya dalam bimbingan dan konseling. Penelitian ini menambah wawasan mengenai efektivitas teknik *modelling* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung kepada mahasiswa, khususnya mahasiswa BK semester IV di Universitas Ivet. Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*, mahasiswa dapat mengalami peningkatan rasa percaya diri yang signifikan. Kepercayaan diri yang meningkat akan membantu mereka dalam menjalankan tugas-tugas akademik, baik tertulis maupun tidak tertulis, dengan lebih baik dan efektif. Selain itu, mahasiswa akan lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi situasi yang memerlukan keterampilan berbicara di depan umum, yang merupakan keterampilan penting baik dalam konteks akademik maupun profesional di masa depan.

b. Bagi Program Studi

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mengaplikasikan teori dan teknik bimbingan konseling dalam situasi nyata, serta mengukur efektivitasnya secara empiris. Pengalaman ini tidak hanya memperkaya pengetahuan dan keterampilan peneliti dalam bidang bimbingan konseling, tetapi juga membuka peluang untuk publikasi hasil penelitian di jurnal

ilmiah, seminar, dan konferensi. Hal ini dapat meningkatkan profil akademik peneliti dan memberikan kontribusi berharga bagi komunitas akademik. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi landasan bagi penelitian lanjutan yang mengeksplorasi lebih jauh tentang berbagai teknik bimbingan dan dampaknya terhadap perkembangan psikologis dan akademik mahasiswa

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mengaplikasikan teori dan teknik bimbingan konseling dalam situasi nyata, serta mengukur efektivitasnya secara empiris. Pengalaman ini tidak hanya memperkaya pengetahuan dan keterampilan peneliti dalam bidang bimbingan konseling, tetapi juga membuka peluang untuk publikasi hasil penelitian di jurnal ilmiah, seminar, dan konferensi. Hal ini dapat meningkatkan profil akademik peneliti dan memberikan kontribusi berharga bagi komunitas akademik. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi landasan bagi penelitian lanjutan yang mengeksplorasi lebih jauh tentang berbagai teknik bimbingan dan dampaknya terhadap perkembangan psikologis dan akademik.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dicantumkan dengan tujuan untuk menghindari duplikasi sebuah karya ilmiah yang telah ditulis sebelumnya, membandingkan (mencari persamaan dan perbedaan) penelitian yang sudah ada dengan penelitian yang sedang dilakukan, atau mendukung maupun memperkuat data penelitian yang sedang dilakukan (Djarmiko, 2018). Kajian pustaka pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Deli Puspita Sari, Noviana Marifatul Ulfa, Ika Romika Mawaddati pada tahun 2023 dengan judul Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Terhadap Tingkat Percaya Diri Siswa SMPN Sukorambi dengan metode kuantitatif. Hasil penelitian ini terdapat pengaruh dari teknik *modelling* terhadap tingkat percaya diri siswa. Hal ini dibuktikan dengan perhitungan rata-rata tingkat percaya diri siswa sebelum diberikan perlakuan dengan teknik *modelling* adalah sebesar 29% dan setelah diberikan perlakuan dengan teknik *modelling* mengalami peningkatan sebesar 45% hingga menjadi 74% dari *wilxcon* menggunakan SPSS versi 25.00 hasil tabel menunjukkan output, maka menunjukkan kolom Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,009 nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 maka bisa diartikan bahwa ada perbedaan pada percaya diri siswa yang signifikan untuk pretest dan protest (hipotesis diterima) Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruhnya antara teknik *modelling* terhadap tingkat percaya diri siswa (Sari, Ulfa, & Mawaddati, 2023).
2. Penelitian yang dilakukan oleh Lailatul Arofah, Sri Sayekti, dan Elfi Rimayanti pada tahun 2022 dengan judul Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dengan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Hasil penelitian ini adalah tingkat kepercayaan diri didik

sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* pada kelas kontrol dan eksperimen dalam kriteria sedang, namun setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* pada kelas kontrol tetap pada kriteria sedang dan kelas eksperimen pada kriteria tinggi. Berdasarkan nilai Sig.(2-tailed) yaitu 0,000. Dimana $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa MA Fathul Huda Sidorejo Sayung Demak Tahun Pelajaran 2020/2021 (Arofah, Sayekti, & Rimayati, 2022).

3. Penelitian yang dilakukan oleh Venni Harivmah, Muhammad Anas Syamsul Bachri Thalib pada tahun 2022 dengan judul Penerapan Teknik Modeling Symbolic Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di SMA Negeri 8 Gowa dengan jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah Quasi Eksperiment dengan desain nonequivalen pretest-posttest control group design. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XII MIPA 1 dan XII IPS 1 sebanyak 68 siswa dan sampel penelitian sebanyak 10 siswa yang terbagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing berjumlah 5 siswa. Penarikan sampel dengan teknik purposive sampling. Hasil penelitian ini terdapat peningkatan kepercayaan diri pada siswa setelah dilaksanakan teknik modeling symbolic dalam bimbingan kelompok dengan diperoleh nilai sign.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ($0,000 \leq 0,005$), ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, selain itu didapatkan nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi dari pada kelompok kontrol ($47,60 \geq 36,80$). Jadi dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *modelling symbolic* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 8 Gowa (Harivmah, Anas, & Tholib, 2022).

4. Penelitian yang dilakukan oleh Laelatul Anisah, Eka Sri Handayani pada tahun 2020 dengan judul *Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa SMP Negeri 1 Pelajari* dengan jenis penelitian eksperimental (non parametris). Hasil penelitian ini adalah (1) kepercayaan diri siswa sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling sebesar 101 termasuk dalam kategori rendah dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling sebesar 197 termasuk dalam kategori tinggi, (2) peningkatan kepercayaan diri siswa sebelum dan setelah mendapatkan treatment berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling sebesar 96, (3) hasil perhitungan pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa t hitung (18,569) > t tabel (0,703), jadi H_0 (Hipotesis Nol ditolak) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kepercayaan diri siswa antara sebelum dan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* (Anisa & Handayani, 2020).
5. Penelitian yang dilakukan oleh Tara Indra Lesmana pada tahun 2018 dengan judul *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas VIII di Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018*. Berdasarkan hasil penelitian penulis, dapat simpulkan bahwa proses layanan dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik yang dilakukan oleh guru BK di SMP Negeri 11 Bandar Lampung dengan bimbingan kelompok teknik modelling. Setelah dilakukan layanan bimbingan peserta didik IY, APP, ES, FH, AH, ARS, NE, SWP, RMD dan YP sudah mengalami perubahan dalam kepercayaan dirinya, seperti percaya akan kemampuan diri sendiri dan lebih menghargai kelebihan diri sendiri, mengganti pikiran- pikiran negatif menjadi pikiran-pikiran positif, meningkatkan rasa percaya diri dengan melawan ketakutan untuk takut gagal, lebih terbuka dan menerima dengan baik setiap pujian- pujian yang di terima (Lesmana, 2018).

B. Landasan / Kajian Teori

1. Layanan Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang dalam waktu bersamaan dalam rangka membahas beberapa hal yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan sebagai bentuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa. (Wicaksono & Dr. Najlatun Naqiyah, 2016)

Layanan bimbingan kelompok juga diartikan sebagai layanan untuk membantu seorang individu dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Layanan Bimbingan kelompok adalah layanan yang membahas sebuah informasi atau membahas masalah-masalah pendidikan, pribadi, pekerjaan, dan sosial, Dapat berupa penyampaian informasi ataupun dengan tujuan individu dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Dalam layanan bimbingan harus bisa menciptakan suasana untuk membahas berbagai hal yang bermanfaat bagi individu untuk pengembangan atau pemecahan masalah individu.

Dalam layanan bimbingan kelompok membahas topik umum yang diselesaikan bersama. Masalah yang sedang di diskusikan dalam dinamika kelompok secara intens dan konstruktif di pimpin oleh pemimpin kelompok. Seorang pemimpin kelompok yang sedang membimbing adalah seorang yang sudah terlatih dan berwenang untuk pelayanan bimbingan kelompok.

Peneliti menyimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan kepada dinamika kelompok agar bisa mengembangkan potensi dan memperoleh

pemahaman dari topik yang dibahas oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

b. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Tujuannya agar siswa bisa menambah kemampuan dalam bersosialisasi, pengembangan pikiran, perasaan, persepsi, wawasan dan sikap untuk tingkah laku yang efektif maka setiap individu dapat meningkatkan komunikasi verbal atau non verbal layanan ini bersifat preventif. Layanan bimbingan kelompok ini bertujuan untuk membahas masalah secara bersama dari narasumber atau guru pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari, baik sebagai individu, pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat. Bahan yang telah di diskusikan sebagai acuan untuk mengambil sebuah keputusan.

c. Asas-Asas Layanan Bimbingan Kelompok

Ada empat asas layanan bimbingan kelompok, adalah: asas kerahasiaan, asas keterbukaan, asas kesukarelaan, asas kenormatifan.

1) Asas Kerahasiaan

Semua kelompok yang ikut harus bisa menyimpan dan merahasiakan data atau informasi yang didapat dari layanan bimbingan kelompok. Para peserta harus berjanji untuk tidak memberitahu hal yang rahasia diluar kelompok.

2) Asas Keterbukaan

Semua anggota bebas dan terbuka memberikan pendapat, ide, saran, dan apa saja yang dialaminya.

3) Asas Kesukarelaan

Semua anggota boleh tampil secara spontan tanpa harus disuruh atau dipaksa oleh teman yang lain atau pembimbing kelompok.

4) Asas Kenormatifan

Semua yang dibahas dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma dan peraturan yang berlaku. Diatas dapat disimpulkan bahwa semua peraturan harus ditaati tidak boleh ada yang dilanggar, supaya layanan bimbingan kelompok berjalal lancar dan memperoleh kemandirian dari tema yang dibahas.

d. Komponen Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok memiliki tiga komponen tiga yang harus dilengkapi, pemimpin kelompok, anggota kelompok dan dinamika kelompok (Prayitno, 2004:4)

1) Pemimpin Kelompok

Pemimpin Kelompok (Pemimpink Kelompok) yaitu konselor yang mahir dan berkuasa menjalankan praktik konseling profesional. Konselor mempunyai keahlian khusus untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok. Pemimpink Kelompok ditugaskan untuk membuat dinamika kelompok sesama peserta seintensif yang menuju ke tujuan-tujuan umum layanan bimbingan kelompok.

2) Anggota Kelompok

Tidak semua anggota atau individu bisa jadi layanan bimbingan kelompok. Untuk dilakukannya layanan bimbingan kelompok seorang konselor mencari kumpulan individu agar bisa menjadi kelompok yang sudah ada kriteria sebagaimana di atas. Jumlah anggota dan kelompok yang sama latar belakang pribadinya dan latar belakang yang beragam, anggota ini bisa merubah kinerja kelompok. Jumlah kelompok tidak boleh kecil atau besar, tidak efektif akan tersa jika melebihi sepuluh orang.

3) Dinamika Kelompok

Pada saat kegiatan layanan bimbingan kelompok, dinamika kelompok di dikembangkan, sebab dinamika kelompok ini hubungan interpersonal yang dilihat dengan semangat, diskusi dengan kelompok, saling memberikan pengalaman, pengetahuan untuk mencapai tujuan kelompok. Hubungan interpersonal ini akan menciptakan kekompakan di anggota kelompok, menerima satu sama lain, saling mendukung, selalu membuat hubungan yang bermakna didalam kelompok.

Dinamika kelompok adalah membangun dan mewujudkan suatu kelompok. Cartwright dan Zander (dalam Wibowo, 2005:62) menjabarkan bahwa: dinamika kelompok merupakan bidang yang diciptakan untuk menambah pengetahuan mengenai sifat dan ciri-ciri kelompok, hukum peningkatan interelasi dengan kelompok, kelompok lain. Diatas bisa disimpulkan bahwa komponen layanan bimbingan kelompok memiliki tiga komponen yaitu pemimpin kelompok, anggota kelompok, dinamika kelompok. Jika semuanya sudah terpenuhi maka akan berjalan dengan baik sehingga dapat wawasan, pengalaman, mengambil keputusan yang bijak dan hidup teratur bagi seorang individu.

e. Tahap-tahap Layanan Bimbingan Kelompok

Tahap bimbingan kelompok ada lima yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, pelaksanaan kegiatan dan pengahiran. Jadi adanya ke empat tahap tersebut digunakan untuk proses Layanan bimbingan kelompok supaya tertib saat berlangsungnya kegiatan tersebut.

1) Tahap pembentukan

Tahap pembentukan ini semua anggota akan pengenalan dan keterlibatan supaya anggota memahami maksud layanan bimbingan kelompok, saling kenal satu sama lain, percaya dengan teman-teman yang baru dan menerima agar suasana baik dan berjalan lancar. Tahap ini sangat berpengaruh sekali supaya ada ketertarikan untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Selanjutnya menjelaskan pengertian dan tujuan kegiatan yang akan diselenggarakan seperti cara-cara dan asas yang diawali dengan perkenalan dan melakukan permainan keakraban. Analisis diatas adalah pembentukan supaya anggota Saling mengenal, menerima, dan percaya terhadap anggotanya masing-masing. Tahap ini sangat penting sekali supaya susana berjalan dengan baik sesuai rencana.

2) Tahap Peralihan

Tahap ini menerangkan apa saja yang harus dilakukan, pemimpin kelompok menegaskan jenis layanan bimbingan kelompok yaitu topik tugas dan topik bebas. Jika sudah jelas maka tidak akan ada keraguan dan belum siapnya anggota untuk mengikuti kegiatan dan manfaat yang akan didapat dari layanan bimbingan kelompok. Analisis diatas, pemimpin kelompok menegaskan bahwa layanan bimbingan kelompok itu ada topik tugas dan topik bebas supaya anggota kelompok ada kesiapan untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok.

3) Tahap Kegiatan

Tahap ini adalah inti kegiatan layanan bimbingan kelompok, yaitu membahas permasalahan yang akan dituntaskan oleh anggota kelompok sehingga terciptanya

susana untuk mengembangkan potensi diri, kemampuan saat berkomunikasi dan pendapat yang dikemukakan oleh kelompok. Kegiatan selanjutnya untuk topik bebas, pemimpin kelompok memberi pilihan topik yang akan dibahas, maka akan terjadi tanya jawab antara kelompok dan pemimpin kelompok mengenai topik yang belum jelas supaya pemimpin kelompok dapat menentukan topik yang akan dibahas. Selanjutnya anggota kelompok membahas sampai dalam dan tuntas.

Sedangkan topik bebas, semua anggota kelompok bebas mengemukakan topik yang akan dibahas terlebih dahulu, kemudian anggota kelompok membahas sampai tuntas dan bila perlu diakhiri dengan kegiatan selingan seperti permainan. Analisis diatas mengenai tahap kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Tahap ini membahas mengenai topik yang dibahas setelah di sepakati oleh pemimpin kelompok serta anggota kelompok. Topik tersebut dibahas secara detail dan mendalam untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang sedang dihadapinya.

4) Tahap Pengakhiran

Tahap akhir ini ada dua kegiatan yaitu penilaian dan lanjut atau tidaknya kegiatan. Tahap penutup serangkaian dari. Pemimpin kelompok berperan untuk memberikan penguatan terhadap hasil yang telah dicapai oleh anggota kelompok tersebut dan membahas kegiatan lanjutan serta menyampaikan pesan dan harapan.

Analisis diatas mengenai tahap akhir yaitu ada dua kegiatan didalam kegitas tersebut ada penilaian dan kelanjutan kegiatan layanan bimbingan kelompok, yang pada intinya untuk menguatkan anggota kelompok

bahwasannya apa yang didapat dalam kegiatan tersebut sangat penting untuk pengembangan diri. Sedangkan pesan dan harapan merupakan bentuk telah tercapainya suatu kegiatan. Maka diatas dapat disimpulkan kegiatan layanan bimbingan kelompok dapat diselenggarakan dengan tahapan yang telah di jelaskan diatas, ini bertujuan untuk para anggota paham mengenai layanan bimbingan kelompok sehingga berkenan untuk mengikuti kegiatan tersebut (Kumara, 2017).

2. Teknik *Modelling*

a. Definisi Teknik *Modelling*

Teknik Modeling adalah teknik yang dilakukan melalui pengamatan orang lain dan melihat perubahan setelah menirunya. Menurut Veriant (Rahmatyana & Irmayanti, 2020) teknik modeling yaitu pengamatan melalui model sehingga seseorang memiliki ide bagaimana tingkah laku yang baik, maka harus ada tindak lanjut modelling atau konsekuensi perilaku meniru dari seseorang sehingga reaksi emosional dan rasa takut bisa. Teknik modelling atau pemodelan adalah salah satu teknik pembelajaran kontekstual. Pembelajaran kontekstual menyebutkan bahwa guru bukan satu-satunya model. (Alatas & Albaburrahim, 2021)

Komalasari dalam (Rahmatyana & Irmayanti, 2020) mengemukakan bahwa asas-asas dalam modeling yaitu sebagai berikut:

- 1) Belajar bisa didapat dengan pengalaman langsung atau tidak langsung.
- 2) Melalui pengamatan terhadap seseorang dengan konsekuensi didalamnya.
- 3) Berinteraksi dengan sosial bisa didapat dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku seseorang yang dilihat.

- 4) Reaksi emosional dapat dihilangkan dengan mengamati orang lain yang hampir sama dengan situasi yang dihadapinya sehingga tidak ada yang ditakuti dengan tindakan yang dilakukannya.
- 5) Pengontrolan diri diatasi dengan pengamatan atas model yang dikenai hukuman.
- 6) Status kehormatan sangat penting.
- 7) Individu dikuatkan untuk bisa mengamati model dan mencontohkan tingkah laku model.
- 8) Modelling menggunakan model, film atau visual lainnya. Dapat disimpulkan supaya modelling bisa berjalan dengan baik harus mengetahui asas-asas terlebih dahulu untuk membantu individu yang sedang menghadapi masalah dengan layanan bimbingan kelompok.

b. Manfaat Teknik *Modelling*

Manfaat teknik *modelling* yaitu untuk menghasilkan tingkah laku yang lebih terbuka supaya klien belajar sendiri untuk menunjukkan tindakan yang dikehendaki tanpa harus belajar sertra merespon hal-baru yang baru (Yuniarwati, 2018) . maka manfaat teknik modelling supaya memperoleh keahlian agar bisa adaptasi dengan lingkungannya, membagi pengalaman belajar supaya bisa dicontoh oleh konseli, untuk menghapus hasil belajar yang tidak adaptif menjadi efektif dan memperoleh hasil yang lebih baik. yang bisa dicontoh oleh konseli, menghapus hasil belajar yang tidak adaptif dan memperoleh tingkah laku yang lebih efektif.

3. Percaya Diri

a. Definisi Percaya Diri

Menurut Fatimah (2006) kepercayaan diri adalah prilaku yang baik untuk meningkatkan nilai positif dan lingkungan sekitar. Sedangkan menurut Guilford (dalam Hakim, 2004) kepercayaan diri tujuan umum untuk keberhasilan. Branden

(Iswidarmanjaya dan Agung, 2005) mengemukakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang pada kemampuan yang ada dalam dirinya. Maka ditatas dapat dianalisis setiap individu memiliki sifat percaya diri untuk menghadapi masalah dikehidupan, seseorang yang selalu berpikir positif akan mudah beradaptasi dengan lingkungan sekitar dan selalu memiliki cara untuk tampil yang percaya diri sesuai situasi yang dihadapinya. Maka rasa percaya diri itu sangat penting bagi setiap individu.

b. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut peneliti percaya diri memiliki faktor yang dapat mempengaruhinya yaitu lingkungan, teman, orang tua, dan kemampuan bakat individu. Sedangkan menurut Hurlock (2001) ada faktor-faktor yang mempengaruhi percaya diri yaitu :

- 1) Orangtua pendukung yang sangat baik untuk meningkatkan percaya diri anak karena orang tua berpengaruh dalam membimbing anak terhadap lingkungan sekitarnya.
- 2) Rasa aman yang dimiliki dari orang-orang rumah yang selalu hadir dilingkungannya. Maka rasa aman tersebut sudah terbentuk sehingga individu siap melangkah keluar dengan rasa percaya diri yang tinggi.
- 3) Kesuksesan yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi percaya diri karena keberhasilan yang diperoleh tersebut seseorang akan sangat antusias untuk menampilkannya.
- 4) Penampilan fisik individu sangat berpengaruh besar terhadap lingkungan sekitarnya, karena dengan memiliki tubuh yang ideal individu akan sangat mudah percaya diri terhadap lingkungan sekitarnya.

c. Ciri-ciri Kepercayaan Diri yang Tinggi

Menurut peneliti seseorang yang memiliki tingkat percaya diri yang tinggi bisa dilihat dari sifat yang selalu tenang, menjaga penampilan, memberikan sesuatu yang positif, tingkat sosial yang

baik, dan memiliki pengendalian yang baik. Sedangkan menurut Hakim (2020) ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri, yaitu :

- 1) Bersikap tenang saat melakukan pekerjaan.
- 2) Pengendalian diri yang baik.
- 3) Mampu berkomunikasi dengan lancar.
- 4) Cara bersosialisai yang mumpuni.
- 5) Kemampuan yang baik dan memadai.
- 6) Selalu memberikan hal yang positif.
- 7) Selalu yakin dengan kompetensi atau kemampuan yang dimiliki.
- 8) Memiliki pengendalian diri yang baik.
- 9) Selalu intropeksi terhadap keberhasilan atau kegagalan.
- 10) Selalu mempunyai harapan yang realitis.

d. Ciri-ciri seseorang yang memiliki rasa percaya diri rendah

Menurut peneliti seseorang yang tidak memiliki rasa percaya diri dia selalu gugup dalam menghadapi masalah dan selalu tergantung pada orang lain. Sedangkan menurut Hakim (2005) ciri-ciri orang yang memiliki rasa percaya diri ialah :

- 1) Tidak pandai mengolah kata-kata.
- 2) Selalu cemas saat ada masalah.
- 3) Selalu tagang saat situasi tertentu dan sulit meredakan ketegangan.
- 4) Ketergantungan pada orang lain.
- 5) Menolak pujia.
- 6) Selalu yang terakhir disituasi tertentu.
- 7) Pesimis dan selalu memandang hal yang negatif.

e. Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Menurut peneliti aspek percaya diri adalah keyakinan dan kemampuan individu yang selalu optimis dalam situasi yang dihadapinya dan selalu memberikan yang positif untuk dirinya.

Maka aspek ini berpengaruh terhadap percaya diri sedangkan menurut Lautster (1997) aspek-aspek kepercayaan diri adalah :

- 1) Yakin dengan kemampuan diri merupakan sikap positif seseorang yang sedang melakukan sesuatu.
- 2) Optimis dalam melakukan sesuatu dan selalu positif terhadap segi pandang.
- 3) Objektif adalah seseorang yang membuat pengamatan atau tidak memihak dan berimbang terhadap fakta yang dapat diverifikasi.
- 4) Bertanggung jawab dan menanggung semua konsekuensi yang terjadi.
- 5) Rasional dan realistis saat ada masalah yang memakai ide yang bisa diterima akal dan sesuai kejadian.

C. Bimbingan Kelompok Teknik Modelling

a. Pengertian

Bimbingan kelompok dengan teknik modeling adalah pendekatan yang efektif dalam bimbingan dan konseling untuk membantu individu atau kelompok mencapai perubahan positif. Dengan memanfaatkan observasi dan peniruan, teknik ini dapat membantu mengembangkan perilaku atau sikap baru yang positif, mengurangi perilaku atau sikap negatif, meningkatkan kepercayaan diri, dan memfasilitasi perubahan dalam kelompok. Teknik *modelling* ini memanfaatkan proses belajar dengan menggunakan seseorang atau bahkan beberapa orang yang dianggap memiliki sikap yang teladan dan bisa berperan untuk merangsang pikiran, tindakan, maupun sikap orang lain. (Purba, Arsin, & Walidaini, 2023)

b. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok Teknik *Modelling*

- 1) Persiapan Identifikasi Kebutuhan
 - a) Konselor melakukan asesmen untuk mengidentifikasi masalah atau kebutuhan yang dirasakan oleh calon anggota kelompok.

- b) Asesmen dapat dilakukan melalui wawancara, angket, atau observasi.
- c) Tujuannya adalah untuk memahami secara mendalam masalah yang dihadapi dan menentukan fokus bimbingan kelompok.
Perencanaan:
- d) Berdasarkan hasil asesmen, konselor merumuskan tujuan bimbingan kelompok yang spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan terikat waktu (SMART).
- e) Konselor memilih model yang sesuai dengan karakteristik anggota kelompok dan tujuan bimbingan. Model dapat berupa orang yang nyata, tokoh dalam cerita, atau simbol-simbol tertentu.
- f) Konselor menyiapkan materi atau media yang dibutuhkan, seperti video, cerita, peran, atau lembar kerja. Konselor menyusun rencana pelaksanaan yang rinci, termasuk jadwal, kegiatan, dan peran masing-masing anggota. Pembentukan Kelompok:
- g) Konselor mengumumkan atau mempromosikan kegiatan bimbingan kelompok kepada calon anggota. Konselor menjelaskan tujuan, manfaat, prosedur, dan aturan main bimbingan kelompok.
- h) Calon anggota yang tertarik mendaftar dan mengikuti proses seleksi (jika diperlukan). Konselor membentuk kelompok dengan jumlah anggota yang ideal (biasanya 8-12 orang).
- i) Pengaturan Lingkungan:
Konselor menyiapkan ruangan yang nyaman, aman, dan kondusif untuk kegiatan bimbingan.
- j) Konselor memastikan ketersediaan fasilitas dan peralatan yang dibutuhkan, seperti kursi, meja, layar, proyektor, atau звуковая система.

- k) Konselor menciptakan suasana yang hangat, terbuka, dan saling percaya antar anggota kelompok.
- 2) Tahap Awal/Pembentukan
- a) Perkenalan:
Anggota kelompok saling memperkenalkan diri, menyebutkan nama, latar belakang, dan harapan mereka mengikuti bimbingan kelompok. Konselor memfasilitasi perkenalan agar suasana menjadi lebih akrab dan cair.
 - b) Penjelasan Tujuan:
Konselor menjelaskan secara rinci tujuan bimbingan kelompok, yaitu untuk membantu anggota mencapai perubahan positif melalui teknik modeling. Konselor menekankan manfaat yang akan diperoleh anggota setelah mengikuti bimbingan kelompok.
 - c) Kontrak Kelompok:
Konselor dan anggota kelompok membuat kesepakatan mengenai aturan main, peran masing-masing, dan tanggung jawab selama kegiatan bimbingan. Kontrak kelompok bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang terstruktur dan saling menghormati.
- 3) Tahap Kegiatan/Inti
- a) Penyajian Model:
Konselor menyajikan model kepada anggota kelompok, baik secara langsung maupun tidak langsung.
 - b) Modeling Langsung: Model memperagakan perilaku atau sikap yang diinginkan di hadapan anggota kelompok, misalnya melalui demonstrasi atau role-playing.
 - c) Modeling Simbolik: Model disajikan melalui media, seperti video, cerita, gambar, atau simbol-simbol tertentu.
 - d) Observasi:
Anggota kelompok mengamati perilaku atau sikap model dengan cermat dan seksama. Konselor mendorong anggota

untuk memperhatikan detail-detail penting dari perilaku model.

Diskusi:

- e) Konselor memfasilitasi diskusi tentang perilaku atau sikap model, serta bagaimana anggota kelompok dapat menirunya. Anggota kelompok berbagi pendapat, pengalaman, dan pertanyaan terkait dengan model.
- f) Konselor membantu anggota untuk memahami dan menginternalisasi pesan dari model.

g) Latihan:

Anggota kelompok diberikan kesempatan untuk berlatih meniru perilaku atau sikap model dalam situasi yang aman dan terkendali. Latihan dapat dilakukan melalui role-playing, simulasi, atau kegiatan kelompok lainnya. Konselor memberikan umpan balik dan dukungan kepada anggota selama latihan.

4) Tahap Akhir

a) Evaluasi:

Konselor dan anggota kelompok mengevaluasi efektivitas teknik modeling dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Evaluasi dapat dilakukan melalui diskusi, angket, atau observasi. Tujuannya adalah untuk mengetahui apakah ada perubahan positif pada anggota setelah mengikuti bimbingan kelompok.

b) Refleksi:

Anggota kelompok merefleksikan pengalaman mereka selama kegiatan bimbingan dan mengidentifikasi pembelajaran yang mereka dapatkan. Anggota berbagi insights dan pengalaman pribadi mereka terkait dengan teknik modeling.

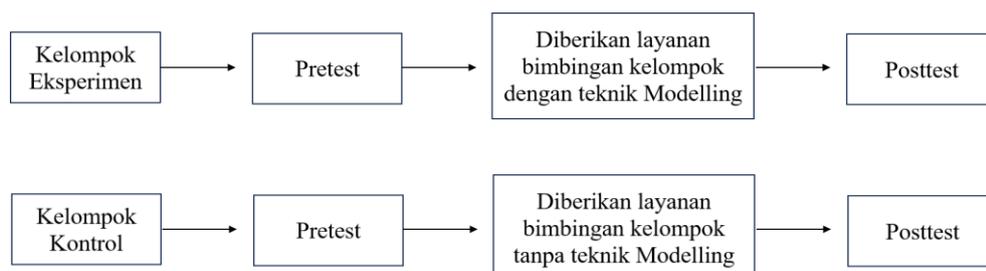
- c) Tindak Lanjut:
Konselor memberikan dukungan dan arahan kepada anggota kelompok untuk menerapkan perilaku atau sikap baru dalam kehidupan sehari-hari.
- d) Konselor dapat memberikan tugas atau latihan tambahan untuk memperkuat perubahan positif.
- e) Pengakhiran:
- f) Kegiatan bimbingan kelompok diakhiri dengan suasana yang positif dan penuh harapan.
- g) Konselor memberikan apresiasi kepada anggota atas partisipasi dan kerja sama mereka.

D. Kerangka Pemikiran

Kerangka pikir pada dasarnya merupakan kerangka teoritis yang disusun dengan berlandaskan pada permasalahan penelitian, kajian teori, dan hasil penelitian yang relevan secara logis dan sistematis. Kerangka pikir digunakan sebagai argumentasi untuk merumuskan pertanyaan dan atau hipotesis penelitian yang berpijak pada rumusan masalah.

Dalam penelitian ini layanan bimbingan kelompok dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Untuk kelompok eksperimen diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling, sedangkan untuk kelompok kontrol diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa teknik *modelling*.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka kerangka berpikir penelitian ini dapat dijelaskan melalui diagram berikut :



Gambar 2.1. Kerangka Pemikiran

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang dinyatakan dalam kalimat pertanyaan dan sesuai dengan kerangka pikir penelitian (Djarmiko, 2018). Hipotesis penelitian diajukan pada prinsipnya untuk menerima hipotesis nol (H_0) atau menolak hipotesis nol atau menerima hipotesis alternatif (H_a) yang sesuai berpikir.

Penelitian ini mengangkat judul Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan Percaya Diri Mahasiswa Semester IV Prodi BK Universitas Ivet. Hipotesis penelitian ini adalah :

- H_0 Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Tidak Efektif Untuk Meningkatkan Percaya Diri Mahasiswa Semester IV Prodi BK Universitas Ivet.
- H_a Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Efektif Untuk Meningkatkan Percaya Diri Mahasiswa Semester IV Prodi BK Universitas Ivet.