

Peningkatan Efikasi Diri melalui Konseling Kelompok Teknik Modeling pada Siswa SMP

The Improvement of Self-Efficacy Through Group Counseling Modeling Techniques at Student of Junior High School

Iin Marsela^{1*}, Muswardi Rosra², Redi Eka Andriyanto³

¹Mahasiswa FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No.1 Bandar Lampung

²Dosen Pembimbing Utama Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

³Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

*e-mail : iinmarsela98@gmail.com, Telp : +6282175706157

Received: January, 2020

Accepted: February, 2020

Online Published: February, 2020

Abstract: *The improvement of self-efficacy through group counseling modelling technique at student of junior high school. The research problem is low self-efficacy. The purpose of this research was to determine the effectiveness of modeling techniques group counseling in improving self-efficacy. The method used in this research was quasi experiment design of non equivalent control group design. The research subjects used an experimental group of 8 people and a control group of 8 people. Data collection techniques used a self-efficacy scale. The results of data analysis using the Mann Whitney test showed the value (Sig) $0.002 < 0.05$, its mean that H_0 was rejected and H_a was accepted. The results also showed an increase in self-efficacy by 18.53% after being given the group counseling modeling technique. The conclusion is that modeling technique group counseling can improve the self-efficacy of class IX students of SMP Negeri 25 Bandar Lampung in Academic Year 2019/2020.*

Keywords: *group counseling, modeling, self-efficacy*

Abstrak: Peningkatan Efikasi Diri melalui Konseling Kelompok Teknik Modeling pada Siswa SMP. Masalah penelitian adalah efikasi diri rendah. Tujuan penelitian untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok teknik *modeling* dalam meningkatkan efikasi diri. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah *quasi exsperiment* dengan desain *non equivalent control group design*. Subjek penelitian menggunakan kelompok eksperimen sebanyak 8 orang dan kelompok kontrol sebanyak 8 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan skala efikasi diri. Hasil analisis data dengan uji *Mann Whitney test* menunjukkan nilai (Sig) $0,002 < 0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil penelitian juga menunjukkan terjadi peningkatan efikasi diri sebesar 18,53% setelah diberikan perlakuan konseling kelompok teknik *modeling*. Kesimpulannya adalah konseling kelompok teknik *modeling* dapat meningkatkan efikasi diri siswa kelas IX SMP Negeri 25 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020.

Kata kunci: efikasi diri, konseling kelompok, *modeling*

PENDAHULUAN / INTRODUCTION

Prestasi belajar merupakan manifestasi perubahan siswa sebagai hasil dari proses belajar. Prestasi menjadi salah satu indikator pencapaian keberhasilan siswa dalam mengikuti pembelajaran di sekolah. Namun tidak semua siswa dapat mencapai prestasinya sesuai dengan potensi yang dimiliki, masih banyak siswa yang tidak dapat mencapai hasil belajarnya secara optimal. Hal tersebut dapat terjadi karena dalam proses pembelajaran ada berbagai faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi belajar siswa dan faktor-faktor tersebut saling mempengaruhi satu sama lainnya.

Penilaian siswa terhadap kemampuan dalam mengikuti kegiatan pembelajaran merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi belajar. Keyakinan siswa terhadap kemampuannya disebut dengan efikasi diri (*self efficacy*). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hardianto (2019) Semakin tinggi tingkat *self-efficacy* akademik maka tinggi pula hasil belajar yang diperoleh siswa, sebaliknya semakin rendah tingkat *self-efficacy* akademik siswa maka rendah pula hasil belajar siswa.

Bandura (Ghufron, 2012) menyebutkan bahwa “efikasi diri sebagai suatu keyakinan individu mengenai kemampuan diri dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu”. Maka dari itu, efikasi diri menjadi hal yang penting dikarenakan persepsi seseorang pada kemampuan dirinya akan turut mempengaruhi sejumlah perilaku yang berbeda dari setiap individu tersebut. Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku siswa dalam belajar akan berbeda antara siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi dengan siswa yang memiliki efikasi diri yang rendah.

Navion (2016) dalam penelitiannya yang melibatkan 141 siswa SMPN di Kota Malang menunjukkan bahwa efikasi diri akademik siswa rata-rata (mean) 44,9 dalam kategori sedang. Kategori efikasi diri akademik yang diperoleh sebagai 8 siswa (6%) pada kategori sangat rendah, 46 orang siswa (33%) pada kategori rendah, 52 orang siswa (37%) pada kategori sedang, 29 orang siswa (21%) pada kategori tinggi, dan 6 orang siswa (4%) pada kategori sangat tinggi.

Pada saat menjalani aktivitas akademik, siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan mampu bertahan dalam menghadapi tugas yang sulit, memiliki komitmen yang kuat dalam mencapai tujuan akademik, selalu mempertahankan dan meningkatkan usaha saat menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas, dan mampu dengan cepat bangkit ketika mengalami kegagalan. Sedangkan siswa yang memiliki efikasi diri yang rendah cenderung menghindari dari tugas akademik yang sulit yang dipersepsikan mampu mengancam dirinya, komitmen yang rendah terhadap tujuan yang ingin dicapai. Lalu pada saat dihadapkan dengan tugas-tugas yang sulit, siswa akan sulit melalui hambatan tersebut dan bahkan cenderung menyerah.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMP Negeri 25 Bandar Lampung melalui observasi dan wawancara, masih banyak ditemukan siswa yang menunjukkan ciri-ciri efikasi diri dalam belajar rendah. Hal ini dapat dilihat dari perilaku siswa dalam kesehariannya saat mengikuti proses pembelajaran, seperti: terdapat siswa yang mengatakan tidak bisa sebelum mencoba mengerjakan tugasnya, mengeluh saat diberi tugas yang dirasa agak sulit, mencontek hasil belajar temannya, dan cenderung lebih suka menghindari bila diberi kesempatan mengerjakan tugas.

Selain itu, siswa enggan mengemukakan pendapatnya saat diberi pertanyaan oleh guru dan siswa juga merasa takut bertanya ketika terdapat pelajaran yang kurang dipahami sehingga mengakibatkan siswa menjadi kurang memahami pelajaran dikelas yang kemudian akan berimbas kepada nilai akademik siswa tersebut.

Penilaian siswa terhadap kemampuan yang dimiliki mempunyai peranan yang sangat penting sehingga efikasi diri sangat perlu dikembangkan, karena bila tidak dikembangkan dapat menimbulkan berbagai hambatan dan bahkan menjadi sebuah masalah baik itu dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir. Efikasi diri siswa dalam belajar yang rendah dapat menimbulkan berbagai masalah akademik siswa, seperti rendahnya kemandirian belajar siswa, tingkat stress akademik yang tinggi, mudah menyerah saat mengalami hambatan belajar sehingga berpengaruh terhadap pencapaian prestasi akademiknya.

Selain itu, siswa yang tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya juga akan mengalami hambatan dalam merencanakan dan menentukan pilihan karir atau menentukan pilihan studi lanjutnya. Melihat betapa pentingnya efikasi diri bagi siswa maka diperlukan upaya penanganan untuk meningkatkan efikasi diri siswa dalam belajar.

Upaya peningkatan efikasi diri siswa dalam belajar dapat dilakukan melalui salah satu sumber yang mempengaruhi efikasi diri dalam belajar siswa yaitu pengalaman orang lain (*vicarious experience*). Mak-sudnya adalah efikasi diri dalam belajar seseorang akan meningkat jika mengamati orang lain dengan kompetensi yang sama dengannya mencapai kesuksesan. Maka dari itu salah satu cara untuk meningkatkan efikasi diri dalam belajar tersebut adalah dengan menggunakan model seseorang yang

dianggap positif perilakunya. Cara tersebut merupakan suatu teknik dalam layanan konseling yang disebut dengan teknik *modeling*.

Menurut Komalasari (2011) *modeling* merupakan “proses belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, dengan melibatkan proses kognitif”. Jadi penggunaan teknik *modeling* dalam konseling behavioral bertujuan untuk mempelajari tingkah laku baru dengan mengamati model dan mempelajari keterampilan yang dimiliki oleh sang model yang berperan sebagai stimulus bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, dan perubahan tingkah laku.

Penggunaan teknik *modeling* ini dikarenakan saat konseli mendapat stimulus dari pengamatan terhadap perilaku model, maka konseli akan merespon dengan bentuk perilaku yang sama seperti yang dicontohkan model. Berkaitan dengan masalah rendahnya efikasi diri siswa dalam belajar, maka alternatifnya menggunakan contoh seseorang yang memiliki efikasi diri dalam belajar yang tinggi pada konseli. Konseli dapat mengamati perilaku model, sehingga konseli dapat mencontoh perilaku model yang memiliki efikasi diri dalam belajar tinggi tersebut.

Adapun berikut ini adalah penelitian terdahulu, yaitu sebagai berikut : penelitian Wulandari (2019) menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat setelah mendapat layanan konseling kelompok dengan teknik *modeling*. Penelitian Putra (2014) menunjukkan hasil bahwa konseling behavioral dengan teknik *modeling* efektif mengoptimalkan penyesuaian diri siswa.

Berdasarkan dari berbagai penelitian terdahulu yang telah disebutkan,

merupakan variabel lain yang dapat diatasi dengan menggunakan teknik *modeling*. Dengan demikian upaya untuk meningkatkan efikasi diri dalam belajar siswa dapat dilakukan dengan cara memberikan layanan konseling kelompok teknik *modeling*.

Penggunaan layanan konseling kelompok teknik *modeling* merupakan salah satu layanan yang diberikan secara kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memperoleh perilaku baru, mengeliminasi perilaku lama yang merusak diri melalui model yang ditunjukkan. Dalam hal ini peneliti akan menunjukkan pada konseli mengenai tingkah laku yang berkaitan dengan peningkatan efikasi diri dengan menggunakan model jenis *multipel model* dan *symbolic model*.

Dengan adanya layanan tersebut maka dapat meningkatkan efikasi diri individu agar dapat mengubah persepsi ketidakmampuan terhadap diri sendiri menjadi yakin dan mampu mengorganisasikan dan mengambil tindakan yang dibutuhkan sehingga dapat membentuk perilaku yang relevan dan memperoleh hasil seperti yang diharapkan.

Sehingga tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas layanan konseling kelompok teknik *modeling* dalam meningkatkan efikasi diri pada siswa kelas IX SMP Negeri 25 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020.

METODE PENELITIAN / RESEARCH METHOD

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 25 Bandar Lampung, yang beralamat di jalan Amir Hamzah No.58, Gotong Royong Kecamatan Tanjung Karang Pusat, Kota Bandar Lampung. Waktu pelaksanaan penelitian pada semester ganjil tahun ajaran 2019/2020, terhitung mulai dari 06 September sampai 18 Oktober 2019.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental design*. Bentuk desain *quasi experimental* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonequivalent control group design*, yaitu suatu teknik pengukuran untuk mengetahui perbedaan rata-rata pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Desain ini melibatkan satu kelompok sebagai kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok teknik *modeling* dan satu kelompok sebagai kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan layanan konseling kelompok teknik *modeling*.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX SMP Negeri 25 Bandar Lampung yang memiliki efikasi diri dalam belajar pada kategori rendah, sedang, dan tinggi, tujuannya ialah untuk membangun dinamika kelompok dalam kegiatan konseling. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 8 orang sebagai kelompok eksperimen dan 8 orang sebagai kelompok kontrol. Subjek penelitian diperoleh melalui *pur-positve sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan kriteria atau tujuan tertentu yang ditetapkan peneliti.

Selanjutnya peneliti memberikan *pre-test* dengan menggunakan skala efikasi diri dalam belajar, yang mana bertujuan untuk mengumpulkan data awal yang nantinya akan dijadikan acuan atau perbandingan data tes sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen. Setelah perlakuan kemudian diberikan tes akhir atau *posttest* untuk mengetahui hasil dari perlakuan yang sudah diberikan.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependent*). Variabel bebas atau variabel X dalam penelitian ini adalah konseling kelompok teknik *modeling*. Variabel terikat atau

variabel Y dalam penelitian ini adalah efikasi diri dalam belajar.

Definisi operasional dari penelitian ini merupakan pengertian dari efikasi diri dalam belajar dan konseling kelompok teknik *modeling*. Efikasi diri dalam belajar merupakan suatu keyakinan siswa terhadap kemampuan yang dimilikinya sehingga mampu menyelesaikan tugas-tugas akademik secara optimal. Konseling kelompok teknik *modeling* merupakan suatu proses pemberian bantuan yang diberikan kepada peserta didik dalam bentuk kelompok dengan melakukan pengamatan terhadap perilaku model yang ditampilkan.

Layanan konseling kelompok teknik *modeling* diberikan selama 4 kali pertemuan dengan durasi kurang lebih selama 40 menit. Pada setiap akhir pertemuan, peneliti memberikan skala efikasi diri dalam belajar sebagai *posttest* di setiap pertemuan, skala efikasi diri dalam belajar ini yang menjadi alat pengumpul data.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala efikasi diri dalam belajar. Jenis skala yang digunakan yaitu model skala *likert* dimana skala tersebut berisi pernyataan-pernyataan yang dianggap dapat mengungkap efikasi diri dalam belajar siswa.

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi (*content validity*) terhadap beberapa penilai ahli yang berkompeten (*judgement expert*). Ahli yang dimintai pendapatnya sebanyak 6 orang yang terdiri dari empat dosen Bimbingan Konseling, satu dosen Bahasa Indonesia, dan satu Guru Bimbingan Konseling.

Uji validitas isi dihitung menggunakan rumus Aiken's V . Berdasarkan hasil perhitungan skor V_{hitung} skala efikasi diri dalam belajar bergerak dari 0,72 sampai

0,87 dengan V_{tabel} sebesar 0,78. Item yang dinyatakan dari 32 item yang diujikan terdapat 30 item dinyatakan valid dan 2 item dinyatakan tidak valid sehingga digugurkan atau tidak digunakan.

Peneliti melakukan uji coba skala efikasi diri dalam belajar pada siswa SMP sebanyak 98 siswa. Kemudian uji reliabilitas dalam penelitian ini dihitung dan dianalisis dengan memanfaatkan program *Statistical Product and Service Solution V. 24* (SPSS), menggunakan rumus *alpha cronbach*. Berdasarkan uji reliabilitas instrumen penelitian diketahui bahwa angka reliabilitas yang diperoleh ialah sebesar 0,916. Apabila mengacu pada kriteria reliabilitas menurut Sugiono (2016) dapat disimpulkan bahwa skala efikasi diri dalam belajar memiliki tingkat reliabilitas dengan kategori sangat tinggi. Nilai koefisien tersebut menunjukkan bahwa skala memenuhi syarat untuk digunakan sebagai alat ukur pengambilan data penelitian.

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian, dengan analisis data maka dapat membuktikan hipotesis. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Mann Whitney Test* yaitu untuk mengetahui nilai rata-rata dua sampel yang tidak berpasangan. Analisis ini menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) Versi 21.

Alasan peneliti menggunakan uji *Mann Whitney Test* karena subjek penelitian kurang dari 25 sehingga distribusi datanya tidak normal, dan data yang diperoleh merupakan data ordinal maka uji statistik yang digunakan adalah non parametrik (Sugiyono, 2016) menggunakan uji *Mann Whitney Test*. Uji *Mann Whitney Test* merupakan bagian dari statistik non parametrik maka dalam uji *Mann Whitney Test* tidak diperlukan data penelitian yang berdistribusi normal dan homogen. Rata-

rata uji *Mann Whitney Test* statistik non parametrik dengan taraf signifikan (5%).

HASIL DAN PEMBAHASAN/ *RESULT AND DISCUSSION*

Penelitian dilaksanakan pada semester ganjil tahun ajaran 2019/2020 di SMP Negeri 25 Bandar Lampung. Penelitian ini dilakukan terhitung dari 06 September sampa 18 Oktober 2019. Sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok, peneliti terlebih dahulu melakukan koordinasi dengan guru bimbingan konseling terkait penelitian yang akan dilaksanakan serta waktu pelaksanaan penjarangan subjek.

Setelah diputuskan bahwa penjarangan subjek dilaksanakan di jam pelajaran bimbingan konseling agar tidak mengganggu pelajaran lainnya. Penyebaran skala dilaksanakan pada tanggal 06 September 2019. Langkah selanjutnya peneliti melakukan penyebaran skala efikasi diri dalam belajar, jenis skala yang digunakan yaitu skala model *likert* dimana dalam skala tersebut berisi pernyataan-pernyataan yang dapat mengungkap efikasi diri siswa dalam belajar. *Pretest* dilakukan sebelum kelompok eksperimen diberikan konseling kelompok teknik *modeling*.

Skala yang disebarkan kepada siswa merupakan skala yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya sehingga skala tersebut dapat digunakan untuk mengetahui efikasi diri siswa dalam belajar berada pada tingkat tinggi, sedang, dan rendah. Berdasarkan hasil penyebaran skala efikasi diri dalam belajar pada kelas IX F dan IX G dengan total siswa 60 siswa, menunjukkan bahwa sebanyak 8 siswa dengan kategori efikasi diri dalam belajar yang rendah, 38 siswa dengan kategori sedang, sementara 14 siswa lainnya dengan kategori tinggi.

Setelah hasil pengukuran awal (*pretest*) diperoleh, subjek penelitian

diambil dengan cara *purposive sampling* dengan kriteria yang telah ditentukan. Peneliti memilih 16 orang siswa yang terbagi menjadi dua kelompok, 8 orang sebagai kelompok eksperimen dan 8 orang sebagai kelompok kontrol.

Hasil *pretest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa rata-rata efikasi diri dalam belajar subjek berada pada kategori sedang. Hasil *pretest* siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum diberi perlakuan dapat dipahami melalui tabel 1 dan tabel 2 di bawah ini:

Tabel 1. Hasil *pretest* kelompok eksperimen

No	Nama	Skor	Kriteria
1	AN	57	Rendah
2	AL	59	Rendah
3	CL	96	Tinggi
4	EU	71	Sedang
5	FA	55	Rendah
6	KA	74	Sedang
7	RA	95	Tinggi
8	WI	57	Rendah

Tabel 2. Hasil *pretest* kelompok kontrol

No	Nama	Skor	Kriteria
1	AH	56	Rendah
2	ALY	77	Sedang
3	AG	58	Rendah
4	HA	82	Sedang
5	IN	92	Tinggi
6	BI	59	Rendah
7	PU	92	Tinggi
8	TR	59	Rendah

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa subjek penelitian tersebut memiliki efikasi diri dalam belajar yang berada pada tingkat yang berbeda-beda, namun tetap siswa dengan efikasi diri yang rendah yang mendominasi. Hal ini dilakukan untuk menunjang kegiatan layanan konseling kelompok itu sendiri, agar heterogen mewakili kategori dari efikasi diri dalam belajar. Oleh karena itu maka 16 siswa

dari tingkat efikasi diri yang berbeda tersebut dijadikan subjek penelitian.

Berdasarkan data yang telah diperoleh, kemudian peneliti dan subjek penelitian membuat kesepakatan untuk melakukan konseling kelompok. Pelaksanaan konseling kelompok berdasarkan prosedur dan langkah-langkah sebagai berikut:

Pelaksanaan tahap (1) pembentukan, peneliti sebagai pemimpin kelompok berupaya menciptakan suasana akrab dengan anggota kelompok serta berupaya membangun *trust* antar anggota kelompok dengan pemimpin kelompok maupun antar sesama anggota kelompok konseling itu sendiri. Peneliti juga menyampaikan pengertian dan tujuan konseling kelompok. Tahap ini bertujuan agar siswa mampu mengungkapkan perasaan, pikiran, wawasannya guna pengentasan permasalahan yang sedang dialami.

Pelaksanaan tahap (II) peralihan, adalah tahapan jembatan antara kegiatan awal kelompok kegiatan berikutnya. Pada tahap ini pemimpin kelompok melihat suasana dalam kelompok dan menanyakan kesiapan kelompok untuk melanjutkan ke tahap selanjutnya. Pada tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan peranan anggota kelompok dalam kegiatan konseling kelompok teknik *modeling*, kemudian pemimpin kelompok menawarkan apakah para anggota sudah siap untuk memulai kegiatan pada tahap berikutnya.

Pelaksanaan tahap (III) Kegiatan, merupakan tahapan inti dalam proses konseling kelompok untuk membahas dan mengentaskan masalah yang dialami oleh anggota kelompok. Permasalahan yang dibahas dalam hal ini mengenai ketidakyakinan peserta didik terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas akademik yang terbagi menjadi empat indikator meliputi bertahan saat menghadapi tugas sulit, komitmen dalam mencapai tujuan,

berusaha meningkatkan kemampuan diri, dan cepat bangkit ketika menghadapi kegagalan. Jadi pembahasan permasalahan yang dilakukan dalam setiap pertemuan berdiskusi indikator-indikator tersebut.

Pertemuan pertama pada tahap kegiatan konseling kelompok dilaksanakan pada hari Jumat, 20 September 2019 di SMP Negeri 25 Bandar Lampung. Permasalahan yang dibahas pada pertemuan ini lebih menekankan pada indikator mampu bertahan saat menghadapi tugas sulit. Hal tersebut dikarenakan dari hasil pretest diperoleh skor indikator mampu bertahan saat menghadapi tugas sulit lebih rendah dibandingkan skor dari indikator lainnya.

Pada pertemuan pertama ditahap kegiatan ini pemimpin kelompok menanyakan permasalahan yang dialami dari masing-masing anggota kelompok. Diawal anggota kelompok terlihat masih malu-malu dan ragu untuk mengemukakan permasalahannya. Pemimpin kelompok melakukan *probing* terhadap masalah anggota kelompoknya, dan merumuskan tujuan yang ingin dicapai secara bersama-sama dengan anggota kelompok. Kemudian pemimpin kelompok mulai menerapkan teknik *modeling*. Jenis *modeling* yang digunakan pada pertemuan ini ialah jenis *multipel model*.

Secara umum kegiatan pada pertemuan pertama dapat berjalan dengan lancar, dinamika kelompok sudah mulai tampak. Anggota mulai menunjukkan adanya perubahan seperti ketika mereka mengembangkan pikiran dengan cara memberi contoh, mengemukakan pendapat, menanggapi, memberi saran dan bertanya. Meskipun masih ada beberapa yang terlihat malu-malu dan berbicara saat gilirannya saja.

Pertemuan kedua pada tahap kegiatan konseling kelompok dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 27 September

2019. Pada pertemuan kedua ini anggota kelompok lebih aktif dan lebih tanggap dibandingkan pertemuan sebelumnya.

Pada pertemuan kedua, pemimpin kelompok membahas masalah yang berkaitan dengan indikator komitmen dalam mencapai tujuan. lalu pemimpin menerapkan teknik modeling jenis *multipel model*. Selanjutnya pemimpin kelompok memberikan simulasi atau pengibaratan mengenai indikator tersebut serta tugas rumah bagi anggota kelompok.

Pertemuan ketiga pada tahap kegiatan konseling kelompok dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 11 Oktober 2019. Pada pertemuan ketiga, pemimpin kelompok akan membahas permasalahan mengenai indikator usaha meningkatkan kemampuan diri dan cepat bangkit ketika mendapati kegagalan. Sebelum membahas permasalahan tersebut, pemimpin kelompok terlebih dahulu mengulas tugas rumah yang telah diberikan pada pertemuan sebelumnya. Pemimpin kelompok memberikan *re-ward* atas pencapaian yang telah dilakukan oleh anggota kelompok.

Pada pertemuan ketiga ini, pemimpin kelompok masih menerapkan teknik modeling jenis multipel model dimana yang bertindak sebagai model adalah anggota kelompok yang memiliki performa lebih dari anggota kelompok lainnya. Suasana kelompok pada pertemuan ini terlihat lebih aktif, dinamika kelompok sudah sangat terlihat, dan para anggota kelompok juga terlihat menikmati jalannya proses konseling tersebut.

Pertemuan keempat pada tahap kegiatan konseling kelompok dilaksanakan pada Jumat tanggal 18 Oktober 2019. Berbeda dengan pertemuan sebelumnya, pada pertemuan kali ini pemimpin kelompok menggunakan teknik *modeling* jenis *symbolic model*. Teknik *modeling* jenis *symbolic model*, tokoh model

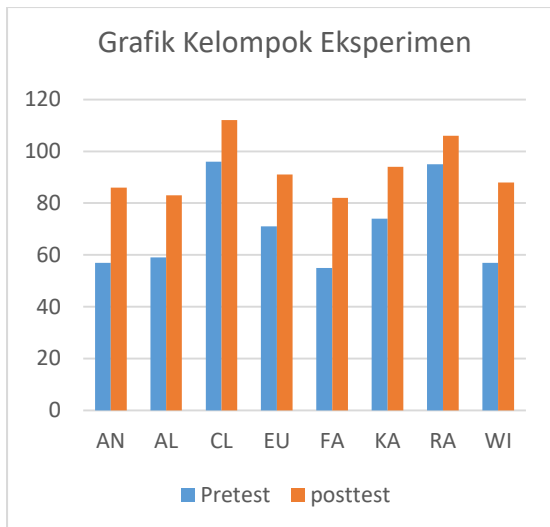
disajikan dalam bentuk audio, video, film atau *slide*. Dalam penelitian ini, *symbolic model* melalui video kompilasi film yang menggambarkan mengenai pentingnya sebuah keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki.

Pelaksanaan tahap (IV) pengakhiran, pada tahap ini pemimpin kelompok dan anggota kelompok bersama-sama menyimpulkan hasil dari pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik modeling dan menyatakan bahwa kegiatan akan diakhiri. Kemudian peneliti selaku pemimpin kelompok mempersilahkan setiap anggota kelompok untuk mengemukakan kesan dari pelaksanaan layanan konseling kelompok.

Hasil pelaksanaan tahap ini adalah kesan-kesan yang disampaikan anggota kelompok dalam menilai pelaksanaan konseling kelompok positif yaitu mereka merasa senang mengikuti kegiatan ini karena mendapatkan manfaat dan memberikan kontribusi kepada mereka terkait dengan keyakinan diri terhadap kemampuan yang dimiliki dan berusaha untuk lebih yakin lagi terhadap kemampuan diri untuk hasil belajar yang lebih optimal.

Hasil *pretest* kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan konseling kelompok teknik modeling diperoleh nilai rata-rata skor sebesar 70,50 masuk dalam kategori sedang dan setelah dilakukan konseling kelompok teknik *modeling* pada kelompok eksperimen diperoleh nilai rata-rata skor sebesar 92,76 masuk dalam kategori tinggi. Maka ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan efikasi diri dalam belajar pada kelompok eksperimen rata-rata sebesar 18,53 % setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik modeling.

Berikut ini adalah grafik perbandingan nilai *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen:

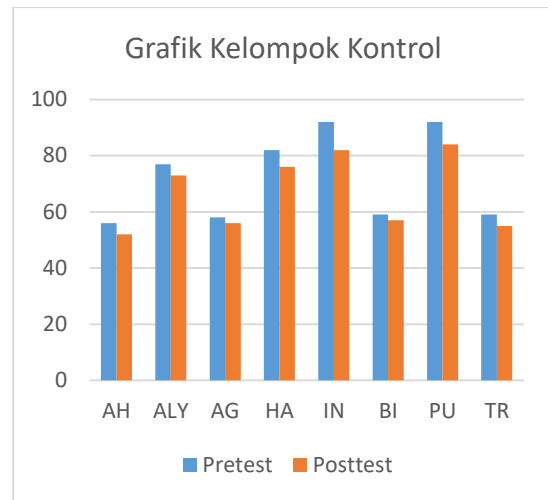


Gambar 1. Perbandingan skor hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen

Pelaksanaan kegiatan dari pertemuan pertama sampai keempat dapat dianalisis bahwa para anggota kelompok sudah memperoleh pemahaman dan cara pengentasan terhadap masalah yang telah dibahas dalam setiap pertemuan. Sehingga rata-rata anggota kelompok sudah dapat menunjukkan perubahan perilaku secara bertahap setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *modeling*.

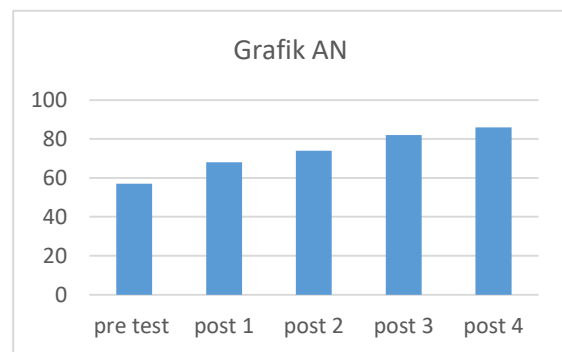
Hasil *pretest* pada kelompok kontrol diperoleh nilai rata-rata skor sebesar 71,87 yang masuk dalam kategori sedang dan hasil *posttest* diperoleh nilai rata-rata skor sebesar 66,87 masih dalam kategori sedang namun mengalami penurunan rata-rata sebesar 4,16 % meskipun masih pada kategori sedang. Artinya tidak adanya peningkatan efikasi diri dalam belajar pada kelompok kontrol.

Berikut ini adalah grafik perbandingan hasil *preteste* dan *posttest* pada kelompok kontrol:



Gambar 2. Perbandingan skor hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol.

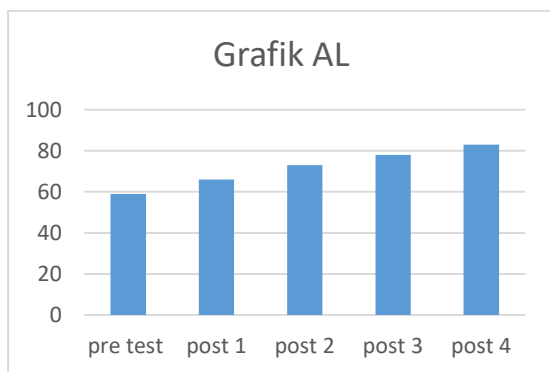
Setiap subjek dalam penelitian ini memiliki perubahan peningkatan yang berbeda-beda. Berikut ini merupakan pembahasan peningkatan efikasi diri dalam belajar pada kelompok eksperimen yang diberi perlakuan berupa layanan konseling kelompok teknik *modeling*:



Gambar 3. Grafik perubahan efikasi diri dalam belajar AN

AN sebelum mengikuti konseling kelompok teknik *modeling* memiliki skor sebesar 57 yang termasuk dalam kategori rendah. Namun, setelah mengikuti konseling kelompok skor efikasi diri dalam belajar AN meningkat menjadi 86 yang termasuk dalam kategori sedang. Peningkatan skor menunjukkan peningkatan sebesar 29, yang dipersentasekan menghasilkan angka 24,16%.

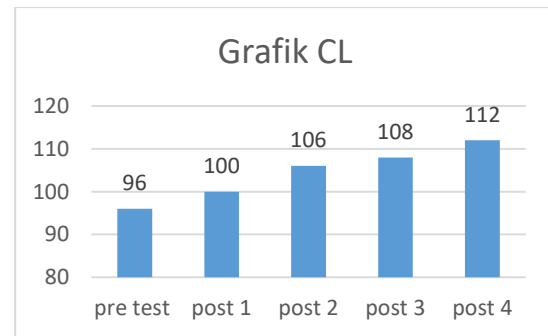
Peningkatan yang terjadi paling sedikit dibandingkan indikator lainnya terdapat pada indikator berusaha meningkatkan kemampuan diri yang mengalami peningkatan sebesar 21%. Hal ini menunjukkan bahwa AN masih kurang yakin untuk keluar dari zona nyamannya untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan diri dengan mencoba hal-hal baru yang positif.



Gambar 4. Grafik perubahan efikasi diri dalam belajar AL

AL sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik modeling memiliki skor sebesar 59 yang termasuk dalam kategori rendah. Namun, setelah mengikuti layanan konseling kelompok sebanyak empat kali pertemuan skor efikasi diri dalam belajar AL meningkat menjadi 83 yang termasuk dalam kategori sedang. Walaupun sebatas kategori sedang, hasil peningkatan skor menunjukkan peningkatan sebesar 24, yang dipersentasekan menghasilkan angka 20,00%.

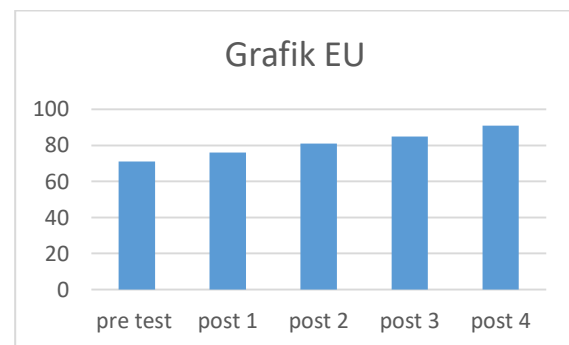
Peningkatan yang terjadi paling sedikit dibandingkan indikator lainnya terdapat pada indikator berusaha meningkatkan kemampuan diri yang mengalami peningkatan sebesar 11%. Hal ini menunjukkan bahwa AL hanya melakukan hal-hal yang memang sudah dikuasainya saja.



Gambar 5. Grafik perubahan efikasi diri dalam belajar CL

CL sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik modeling memiliki skor sebesar 96 yang termasuk dalam kategori tinggi. Kemudian setelah mengikuti layanan konseling kelompok skor efikasi diri dalam belajar CL meningkat menjadi 112 yang termasuk dalam kategori tinggi. Peningkatan skor menunjukkan peningkatan sebesar 16, yang dipersentasekan menghasilkan angka 13,33%.

Peningkatan yang terjadi paling sedikit dibandingkan indikator lainnya terdapat pada indikator cepat bangkit ketika mendapati kegagalan sebesar 6%. Hal ini menunjukkan bahwa kegagalan yang diperoleh akan mempengaruhi keyakinan CL terhadap kemampuannya dan membutuhkan waktu lebih untuk bangkit dari kegagalan yang dialami.

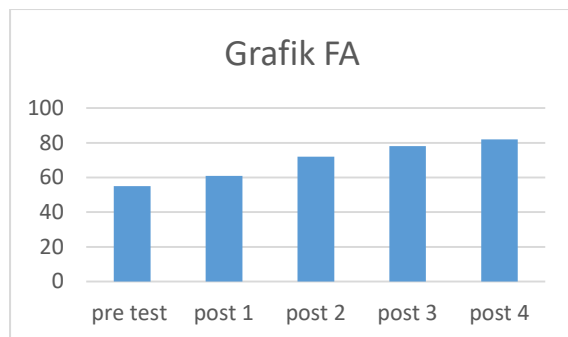


Gambar 6. Grafik perubahan efikasi diri dalam belajar EU

EU sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik *modeling* skor sebesar 71 yang termasuk dalam kategori

sedang. Kemudian setelah mengikuti layanan konseling kelompok skor efikasi diri dalam belajar EU meningkat menjadi 91 yang termasuk dalam kategori tinggi. Peningkatan skor menunjukkan peningkatan sebesar 20, yang dipersentasekan menghasilkan angka 16.66%.

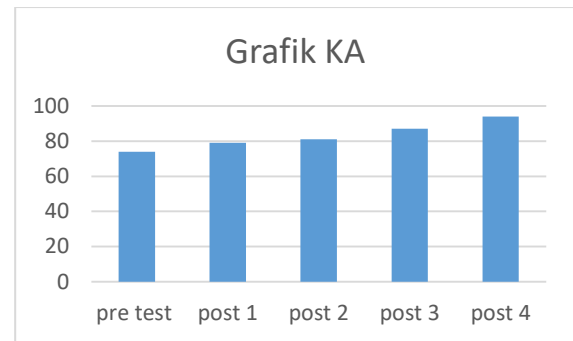
Peningkatan yang terjadi paling sedikit dibandingkan indikator lainnya terdapat pada indikator cepat bangkit ketika mendapati kegagalan sebesar 6%. Hal ini menunjukkan bahwa kegagalan yang dipe-roleh akan mempengaruhi keyakinan EU terhadap kemampuannya.



Gambar 7. Grafik perubahan efikasi diri dalam belajar FA

FA sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik *modeling* memiliki skor sebesar 55 yang termasuk dalam kategori rendah. Namun, setelah mengikuti layanan konseling kelompok sebanyak empat kali pertemuan skor efikasi diri dalam belajar FA meningkat menjadi 82 yang termasuk dalam kategori sedang. Walaupun sebatas kategori sedang, hasil peningkatan skor menunjukkan peningkatan sebesar 27, yang dipersentasekan menghasilkan angka 22,50%.

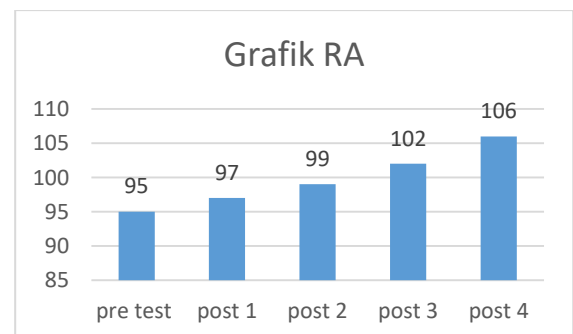
Peningkatan yang terjadi paling sedikit dibandingkan indikator lainnya terdapat pada indikator berusaha meningkatkan kemampuan diri yang mengalami peningkatan sebesar 7%. Hal ini menunjukkan bahwa FA lebih menyukai hal-hal yang memang sudah biasa dilakukan saja.



Gambar 8. Grafik perubahan efikasi diri dalam belajar KA

KA sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik *modeling* memiliki skor sebesar 74 yang termasuk dalam kategori sedang. Kemudian setelah mengikuti layanan konseling kelompok sebanyak empat kali pertemuan skor efikasi diri dalam belajar KA meningkat menjadi 94 yang termasuk dalam kategori tinggi. Peningkatan skor menunjukkan peningkatan sebesar 20, yang dipersentasekan menghasilkan angka 16.66%.

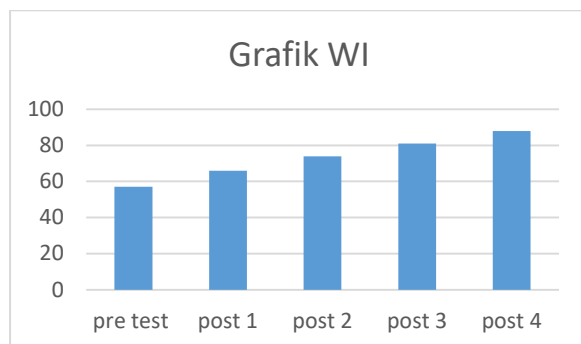
Peningkatan yang terjadi paling sedikit dibandingkan indikator lainnya terdapat pada indikator cepat bangkit ketika mendapati kegagalan sebesar 6%. Hal ini menunjukkan bahwa kegagalan yang dipe-roleh akan mempengaruhi keyakinan KA terhadap kemampuannya dan membutuhkan waktu lebih lama untuk dapat bangkit dari kegagalannya.



Gambar 9. Grafik perubahan efikasi diri dalam belajar RA

RA sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik *modeling* memiliki skor sebesar 95 yang termasuk dalam kategori tinggi. Kemudian setelah mengikuti layanan konseling kelompok skor efikasi diri dalam belajar RA meningkat menjadi 106 yang termasuk dalam kategori tinggi. Peningkatan skor menunjukkan peningkatan sebesar 11, yang dipersentasekan menghasilkan angka 9,16%.

Peningkatan yang terjadi paling sedikit dibandingkan indikator lainnya terdapat pada indikator cepat bangkit ketika mendapati kegagalan sebesar 6%. Hal ini menunjukkan bahwa kegagalan yang diperoleh akan mempengaruhi keyakinan RA terhadap kemampuannya.



Gambar 10. Grafik perubahan efikasi diri dalam belajar WI

WI sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik *modeling* memiliki skor sebesar 57 yang termasuk dalam kategori rendah. Namun, setelah mengikuti layanan konseling kelompok sebanyak empat kali pertemuan skor efikasi diri dalam belajar WI meningkat menjadi 88 yang termasuk dalam kategori sedang. Walaupun sebatas kategori sedang, hasil peningkatan skor menunjukkan peningkatan sebesar 31, yang dipersentasekan menghasilkan angka 25,83%.

Peningkatan yang terjadi paling sedikit dibandingkan indikator lainnya terdapat pada indikator cepat bangkit ketika mendapati kegagalan sebesar 19%.

Hal ini menunjukkan bahwa kegagalan yang diperoleh akan mempengaruhi keyakinan WI terhadap kemampuannya dan membutuhkan waktu lebih lama untuk dapat bangkit dari kegagalannya.

Hasil dari penelitian ini juga menunjukkan bahwa ketidakyakinan yang dialami siswa terhadap kemampuannya yang bersumber dari kegagalan yang pernah dialami sebelumnya. Hal ini dapat diketahui dari peningkatan yang hanya sedikit pada indikator cepat bangkit ketika mengalami kegagalan, yang dialami oleh CL, EU, KA, RA, dan WI. Selain itu hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat indikator lain yang menyebabkan efikasi diri dalam belajar yang rendah yaitu indikator berusaha meningkatkan kemampuan diri.

Hasil ini menunjukkan kesesuaian dengan teori yang dikemukakan oleh Bandura (Rustika, 2012) bahwa terdapat empat sumber pembentuk efikasi diri seseorang salah satunya ialah pengalaman keberhasilan. Keberhasilan menyelesaikan suatu masalah akan meningkatkan efikasi diri, sebaliknya kegagalan akan menurunkan efikasi diri (terutama pada waktu efikasi diri belum terbentuk secara mantap dalam diri seseorang). Perkembangan efikasi diri disamping ditentukan oleh keberhasilan dan kegagalan juga ditentukan oleh kesalahan dalam menilai diri.

Berdasarkan hasil perbandingan menunjukkan terdapat perbedaan skor yang signifikan sebelum diberikan perlakuan dengan setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok teknik *modeling* pada kelompok eksperimen. Selain itu juga terdapat perbedaan rata-rata efikasi diri siswa yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Ini berarti adanya peningkatan efikasi diri dalam belajar setelah dilakukan layanan konseling kelompok teknik *modeling*. Jadi dapat dikatakan bahwa efikasi diri dalam

belajar dapat ditingkatkan melalui konseling kelompok teknik *modeling*.

Berdasarkan analisis data dengan menggunakan uji *mann whitney test* diperoleh nilai (Sig) sebesar 0,002 hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikan $< 0,05$ ($0,002 < 0,05$). Sehingga ini menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata skor efikasi diri dalam belajar pada siswa yang mendapatkan perlakuan dengan siswa yang tidak mendapatkan perlakuan konseling kelompok teknik *modeling*.

Hasil penelitian ini diperkuat penelitian sebelumnya yang serupa dari Widaryati (2013) bahwa konseling kelompok memberikan pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri siswa. Selain itu, penelitian Sintadewi (2014) juga menunjukkan bahwa bahwa skor rata-rata hasil *pretest* efikasi diri sebesar 75,9 dan skor rata-rata *posttest* sebesar 128,9 dengan gain score 0,717. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model konseling behavior teknik *modeling* efektif untuk meningkatkan efikasi diri siswa.

Hasil penelitian yang telah dilakukan Rumiani (2014) berkaitan dengan penerapan konseling behavioral teknik *modeling* melalui konseling kelompok untuk meningkatkan motivasi belajar siswa menunjukkan adanya peningkatan motivasi belajar dari 58,58% menjadi 68,83% pada siklus I dan diperoleh peningkatan dari 68,83% menjadi 85,17% pada siklus II. Sehingga dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa konseling behavioral teknik *modeling* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

Penelitian Adiningrum (2017) menunjukkan adanya pengaruh konseling kelompok dengan teknik *modeling* terhadap kedisiplinan siswa. Dimana hasil perhitungan *pretest* sebesar 54 % meningkat menjadi 76% pada *post-test*. Penelitian Herdian (2019) berdasarkan hasil penelitiannya mengenai teknik *modeling* sebuah

alternatif dalam meningkatkan efikasi akademik menunjukkan bahwa teknik *modeling* dapat digunakan sebagai alternatif dalam meningkatkan efikasi diri akademik siswa.

Penelitian Utama (2014) menunjukkan bahwa penerapan teori behavioral dengan teknik *modeling* dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa. Pencapaian peningkatan kemandirian belajar siswa di siklus I, yaitu dengan hasil: 0% kategori sangat tinggi, 70% kategori tinggi, 30% kategori sedang, 0% kategori rendah dan 0% kategori sangat rendah. Pencapaian peningkatan kemandirian belajar pada siklus II, yaitu dengan hasil : 30% kategori sangat tinggi, 70% kategori tinggi, 0% kategori sedang, 0% kategori rendah dan 0% kategori sangat rendah.

Penelitian Wijayanti (2016) menunjukkan bahwa layanan informasi teknik *modeling* simbolik berpengaruh secara efektif dan signifikan pada *self efficacy* dalam pengambilan keputusan studi lanjut. *Self efficacy* dalam pengambilan keputusan studi lanjut sebelum diberikan *treatment* rata-rata persentase 44,96%. Sedangkan setelah pelaksanaan *treatment* rata-rata persentase menjadi 82,38% jadi pelaksanaan *treatment* dapat meningkatkan *self efficacy* dalam pengambilan keputusan studi lanjut sebesar 33,855 %.

Berdasarkan berbagai penjelasan mengenai penelitian terdahulu tersebut merupakan berbagai variabel lain yang dapat ditingkatkan melalui konseling kelompok teknik *modeling*. Artinya upaya untuk meningkatkan efikasi diri dalam belajar dapat dilakukan dengan memberikan layanan konseling kelompok teknik *modeling*.

KESIMPULAN/CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa layanan konseling ke-

lompok teknik *modeling* dapat meningkatkan efikasi diri dalam belajar pada siswa IX SMP Negeri 25 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020. Hal ini dapat dilihat dari skor skala efikasi diri dalam belajar sebelum pelaksanaan konseling kelompok teknik modelling sebesar 70,5 dengan skor setelah pelaksanaan konseling kelompok teknik modelling sebesar 92,76. Dengan demikian menunjukkan terjadi peningkatan efikasi diri dalam belajar dengan rata-rata sebesar 18,53% setelah diberikan perlakuan konseling kelompok teknik modelling. Kesimpulannya adalah efikasi diri dapat ditingkatkan melalui konseling kelompok teknik modelling pada siswa kelas IX SMP Negeri 25 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020.

Saran kepada siswa hendaknya mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok dengan bersungguh-sungguh dan menjadikan kegiatan ini sebagai pembelajaran guna meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki dalam pelaksanaan kegiatan akademik maupun non akademik. Kepada Guru bimbingan dan konseling hendaknya mengadakan kegiatan layanan konseling kelompok teknik modelling sehingga permasalahan efikasi diri siswa yang rendah dalam belajar dapat diminimalisir.

Saran lain untuk peneliti yang akan melakukan penelitian tentang peningkatan efikasi diri dalam belajar hendaknya dapat melakukan observasi atau melakukan wawancara kepada guru kelas dan teman sekelas anggota kelompok mengenai kemajuan yang terlihat setelah sesi konseling berakhir. Selain itu juga dapat hendaknya dapat melakukan wawancara kepada subjek penelitian setelah beberapa minggu pemberian perlakuan. Hal ini bertujuan untuk memperkaya data penelitian terkait perubahan yang terjadi pada diri mereka apakah menetap atau berubah.

DAFTAR RUJUKAN/ REFERENCES

- Adiningrum, Wastiti. 2017. Pengaruh Koseling Kelompok Teknik *Modeling* Terhadap Kedisiplinan Siswa. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 6 (4): 57-61. Diakses dari: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk/article/view/18013>
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2011. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ghufron, M. Nur, & Rini, Risnawati S. 2012. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta. Ar-Ruzz Media.
- Hardianto, Gusriko. 2014. Hubungan Antara *Self-Efficacy* Akademi dengan Hasil Belajar Siswa. *Konselor*, 3 (1). Diakses dari: <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/view/2978>
- Herdian, Ade. 2019. Teknik *Modeling*: Sebuah Alternatif dalam Peningkatan *Self Efficacy* Akademik. *Indonesian Journal of School Counseling*.4 (3): 89-94. Diakses dari: <https://jurnal.iicet.org/index.php/schoulid/article/view/412>
- Komalasari, Gantina. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Permata Puri Media.
- Navion, Febranti Putri. 2016. Hubungan Efikasi Diri Akademik, Harga Diri, Keterampilan Menetapkan Tujuan, dan Berpikir Kreatif dengan Prestasi Akademik Siswa SMPN di Kota Malang. *Nusantara of Research*, 3 (2): 111-121. Diakses dari: <http://karyailmiah.um.ac.id/index.php/disertasi/article/view/45881>

- Putra, Agus Dharma. 2014. Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Mengoptimalkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMK Negeri 2 Singaraja. *e-journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konse-ling*, 2 (1). Diakses dari: <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/3784>
- Rumiani, Ni Wayan. 2014. Penerapan Konseling Behavioral Teknik *Modeling* melalui Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII 6 SMPN 2 Singaraja. *e-journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling*, 2 (1). Diakses dari: <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/3656>
- Rustika, I Made. 2012. Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *Buletin Psikologi*, 20 (1-2): 18-25. Diakses dari: <https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/11945>
- Sintadewi, Ni Luh Dian. 2014. Efektivitas Model Konseling Behavioral Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Singaraja. *e-journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling*, 2 (1). Diakses dari: <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/3727>
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sutama, Gede Agus. 2014. Penerapan Teori Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas AK C SMK Negeri 1 Singaraja. Singaraja. *e-journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling*, 2 (1). Diakses dari: <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/3960>
- Widaryati, Sri. 2013. Efektivitas Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Efikasi Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling "PSIKOPEDAGODIA"*, 2 (2): 94-100. Diakses dari: <http://journal.uad.ac.id/index.php/PSIKOPEDAGOGIA/article/view/2576>
- Wijayanti, Desy Nawangsari. 2016. Pengaruh Layanan Informasi Teknik *Modeling* Simbolik Terhadap *Self-Efficacy* Pengambilan Keputusan Studi Lanjut. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 5(2): 54-57. Diakses dari: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk/article/view/12444>
- Wulandari, Vika. 2019. Penerapan Layanan Konseling dengan Teknik Modeling Partisipan untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Saat Mengemukakan Pendapat Pada Kelas XI IPS 3 di SMAN 2 Karawang. *Jurnal BK Unesa*, 9 (2): 14-27. Diakses dari: <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/download/26483/24255>