

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Sebagai seorang manusia, individu adalah orang yang memiliki kemampuan. Namun, tak sedikit orang yang bahkan tidak yakin dengan kemampuan yang mereka miliki. Sehingga terkadang, hal ini akan menjadi penghalang bagi individu tersebut dalam melakukan suatu tindakan atau pekerjaan. Setiap diri individu memiliki *self efficacy*, yang artinya adalah keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki untuk dijadikan dasar dalam melakukan suatu kegiatan. Menurut Bandura *self efficacy* pada dasarnya merupakan hasil proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Palmer, 2010).

Menurut Jones (2011) pada situasi yang berbeda, setiap individu memiliki *self efficacy* yang berbeda pula. Orang yang memiliki *self efficacy* tinggi dapat melihat bahwa penghalang dapat diatasi dengan terus berusaha dan meningkatkan keterampilan manajemen dirinya. Selain itu, individu akan menilai sebuah kegagalan adalah akibat dari kurangnya usaha dan kerja keras, serta keterampilan yang dimiliki. Dalam mengerjakan tugas, individu yang memiliki *self efficacy* tinggi akan cenderung terlibat langsung dan cenderung mengerjakan tugas tertentu sekalipun tugas tersebut adalah tugas yang sulit. Mereka tidak akan memandang tugas sebagai suatu ancaman yang harus dihindari. Sebaliknya jika *self efficacy* pada seseorang rendah, maka individu cenderung menghindar dari tugas-tugas dan menilainya sebagai sebuah ancaman dan tidak berpikir bagaimana cara yang baik untuk mengerjakan tugas. Mereka tidak berpikir bagaimana cara yang baik dalam menghadapi tugas-tugas yang sulit, dan mereka juga lamban dalam membenahi ataupun mendapat

kembali *self efficacy* mereka ketiga menghadapi kegagalan. Dalam situasi yang sulit orang dengan *self efficacy* yang rendah akan mudah menyerah.

*Self efficacy* yang dimiliki oleh seorang siswa seharusnya tergolong dalam kategori tinggi. Hal ini yang akan membuat seorang siswa dapat berpikir dan yakin bahwa dirinya mampu dalam menyelesaikan suatu pekerjaan. *Self efficacy* yang tinggi akan memimpin seseorang untuk dapat mewujudkan cita-cita yang menantang dan tetap bertahan sekalipun dalam kondisi yang sulit. Hal ini dikatakan oleh Gist (dikutip dalam Gufron & Risnawati, 2014) yang menunjukkan bukti bahwa perasaan *self efficacy* memainkan satu peran penting dalam memotivasi pekerja untuk menyelesaikan pekerjaan yang menantang dalam kaitannya mencapai hasil dan tujuan. Namun, tidak semua siswa memiliki *self efficacy* yang tinggi.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada guru BK di MTs Hasanudin Siraman, menyatakan bahwa hampir sebagian siswa memiliki rasa percaya diri yang rendah terhadap kemampuan yang dimiliki. Mereka cenderung pesimis dan tidak terlalu peduli dengan tugasnya sebagai seorang siswa. Hal ini dapat terlihat dari hasil belajar mereka, ketika mengerjakan tugas harian maupun ujian. Terdapat beberapa siswa yang masih melihat hasil pekerjaan temannya (mencontek), dan bahkan ada yang tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, juga masih ada beberapa siswa yang tidak berani mengikuti kompetisi karena mereka tidak meyakini bahwa dirinya mampu. Ketidakmampuan siswa dalam mengerjakan tugas tidak hanya berdampak pada prestasinya saja, namun juga cara berpikir mereka dalam menghadapi setiap pekerjaan ataupun tantangan dalam hidup mereka. Sikap tidak yakin pada kemampuan diri, akan menghambat siswa dalam mencapai hasil dan tujuan mereka. Dalam hal ini peneliti menduga bahwa *self efficacy* siswa disekolah tersebut masih tergolong dalam kategori rendah.

*Self efficacy* yang baik harus dimiliki dalam diri siswa, hal ini karena *self efficacy* memegang peran yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, seseorang akan mampu menggunakan potensi

dirinya secara optimal apabila *self efficacy* mendukungnya. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy* memegang peran penting adalah; 1) Penelitian Somawati (2017), menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara efikasi diri (*self efficacy*) terhadap pemecahan masalah matematika. Hal ini berarti bahwa dalam menyelesaikan pemecahan masalah matematika, semakin tinggi *self efficacy* peserta didik, maka semakin mudah menyelesaikan masalah matematika. 2) Penelitian Anggraini, Winatha, & Rusman (2016) Menunjukkan, bahwa *self efficacy* berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Siswa yang memiliki *self efficacy* tinggi mempunyai performansi yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang *efficacy* dirinya rendah. 3) Hasil penelitian (Fitriana, Ihsan, & Annas, 2015) juga menyimpulkan terdapat pengaruh antara efikasi diri terhadap hasil belajar matematika siswa SMP.

Melihat beberapa penelitian di atas, menunjukkan bahwa *self efficacy* menjadi sesuatu yang sangat penting dalam kehidupan seseorang karena *self efficacy* dapat mempengaruhi berbagai hal dalam kehidupan seseorang terutama pada diri siswa yang masih dalam masa perkembangan. Pada masa perkembangan remaja awal, siswa ingin berhasil dalam mengerjakan sesuatu, sementara dirumah dan disekolah remaja tersebut seringkali menghadapi kegagalan dalam berbagai hal. Remaja kadang-kadang bersikap apatis dan merasa telah gagal. Jika *self efficacy* pada diri remaja tersebut tergolong dalam kategori baik, mereka akan menilai sebuah kegagalan muncul akibat kerja keras yang kurang maksimal. Remaja akan memiliki pemikiran yang positif terhadap suatu tindakan dan sangat dimungkinkan akan bangkit kembali ketika mengalami keterpurukan. Berdasarkan pentingnya *self efficacy* yang dimiliki oleh seorang siswa maka perlu dilakukan usaha untuk meningkatkan *self efficacy*, yaitu salah satu caranya adalah dengan menggunakan layanan konseling. Konseling secara konvensional yang biasa dilakukan selama ini dinilai kurang efektif dan membutuhkan waktu yang cukup lama. Oleh karena itu untuk melakukan konseling yang efektif

dan efisien perlu pendekatan yang tepat dalam melakukan konseling yaitu konseling kelompok *solution-focused brief counseling* (SFBC) berbasis *cyber-counseling*. Pendekatan konseling ini adalah bentuk konseling singkat yang dibangun diatas kekuatan konseli dengan membantunya memunculkan dan mengkonstruksikan solusi pada masalah yang dihadapinya. Menurut Palmer (2010) pendekatan ini lebih menekankan pentingnya masa depan ketimbang masa lalu atau masa kini.

Di era digitalisasi ini, hampir seluruh lapisan masyarakat dapat dengan mudah mengakses informasi dan komunikasi. Artinya dengan kemudahan tersebut ruang gerak masyarakat dewasa ini bertambah luas. Terbukti bahwa hampir sebagian besar aktivitas masyarakat tidak dibatasi oleh ruang dan waktu, kapan dan dimana saja. Perkembangan teknologi informasi yang sangat pesat dimasa sekarang telah mengubah gaya hidup masyarakat. Segala informasi dan aktivitas dunia luar dapat dijangkau dengan mudah dan cepat hanya dengan menggunakan akses internet. Melalui sosial media komunikasi antar sesama manusia terjalin tanpa batas dan memiliki jangkauan yang luas. Kemudahan tersebut memberikan pengaruh yang besar bagi dunia bimbingan dan konseling terutama dalam bidang komunikasi. Komunikasi sangat diperlukan dalam mewujudkan layanan bimbingan konseling melalui berbagai media seperti telepon, komputer, *internet*, *website*, *e-mail*, dan lain sebagainya.

Perkembangan saat ini menuntut konselor dan juga konseli agar menyesuaikan diri dengan perkembangan teknologi dan informasi. Dilatarbelakangi oleh konteks kekinian, layanan konseling tidak selamanya harus terjadi hanya dengan bertatap muka secara langsung dalam ruang dan waktu yang sama melainkan juga dapat dilakukan secara virtual melalui internet dalam bentuk *cyber-counseling*. Berdasarkan pendapat diatas, maka *cyber-counseling* dapat dipahami sebagai praktek konseling profesional yang terjadi antara konselor dengan konseli secara terpisah dengan memanfaatkan media elektroknik melalui internet untuk berkomunikasi (Petrus & Sudiby, 2017). Media tersebut mencakup *email*,

*chat, web, videoconference*, dan istilah lain yang relevan. Melalui layanan konseling kelompok berbasis *cyber-counseling* dengan pendekatan *solution-focused brief counseling* berbagai macam masalah dapat diselesaikan diantaranya adalah masalah pribadi, belajar, karir, dan sosial. Satu hal yang tidak lepas dari pelajar adalah masalah pribadi, yakni keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi dan menyelesaikan pekerjaan (*self efficacy*).

Pendekatan *solution-focused brief counseling* akan diberikan dalam *setting* kelompok berbasis *cyber-counseling*, yang artinya akan dilaksanakan dalam layanan konseling kelompok secara virtual. Konseling kelompok merupakan proses bantuan yang diberikan oleh ahli (konselor) dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, serta memberikan umpan balik dalam membantu anggota kelompok yang permasalahannya akan dibahas dan diselesaikan. Dalam proses pelaksanaannya, konseling kelompok menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok. Penggunaan konseling kelompok dipilih karena konseling kelompok bertujuan untuk pemecahan masalah dan pengembangan kemampuan komunikasi dan interaksi sosial (Prayitno, 2004). Melalui komunikasi dan interaksi sesama anggota kelompok, mereka diharapkan dapat saling bertukar pendapat dan memberikan masukan satu sama lain dalam rangka menemukan solusi atas masalah-masalah yang hadapi anggota kelompok.

Terdapat berbagai macam tipe layanan konseling kelompok. Pada penelitian ini, peneliti akan memberikan layanan konseling kelompok berbasis *cyber-counseling* dengan menggunakan tipe *the common problem group*, dimana layanan konseling kelompok diberikan kepada sekelompok siswa yang memiliki masalah yang hampir sama yaitu *self efficacy* yang rendah dalam penelitian ini. Tujuan yang paling mendasar dari konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *solution-focused brief counseling* ini adalah untuk mengembangkan pemahaman dan perasaan-perasaan anggota kelompok terhadap permasalahan para anggota kelompok (*self efficacy* rendah) dan membantunya menuju pada

pemahaman terhadap permasalahan dan berorientasi pada penyelesaian masalah tersebut.

Keunikan pendekatan *solution-focused brief counseling* ini adalah proses pemberian konseling berlangsung singkat dan berorientasi pada solusi. Konselor mengajak konseli untuk lebih mengarah kepada penyelesaian masalah bukan kepada penyebab masalah itu muncul. Hal ini senada dengan ungkapan De Shazer (dalam Mulawarman, 2019: 46) yang menyatakan bahwa bukan hal yang penting mengetahui penyebab dari suatu masalah untuk dapat menyelesaikannya dan tidak ada hubungan antara masalah-masalah dan solusi-solusinya. Dalam pendekatan berfokus solusi ini, konselor dan konseli mencurahkan sebagian besar waktunya untuk mengkonstruksikan solusi dari pada mengeksplorasi masalah. Dengan demikian, dalam pelaksanaan konseling ini, konselor dan konseli berupaya mencari kekuatan apa yang ada pada diri konseli agar dirinya dapat beranjak dari upaya yang berorientasi masalah ke orientasi berfokus solusi. Kekuatan tersebut tidak terletak pada masa lampau, melainkan pada masa kini dan masa depan.

Kajian sistematis terhadap keefektifan *solution-focused brief counseling* (konseling singkat berfokus solusi) peneliti Franklin, Zhang, Froerer dan Johnson mendeskripsikan hasil studinya dengan menggunakan kajian sistematis (*systematical review*) dari 30 studi yang diambil dari berbagai sumber data ataupun referensi primer menyimpulkan bahwa pendekatan *solution-focused brief counseling* (SFBC) mampu secara signifikan membangun perubahan dalam diri konseli terutama fokus pada bagaimana konseli dapat memaknai perubahan melalui potensi positif yang dia miliki. Teknik-teknik dalam pendekatan *solution-focused brief counseling* (SFBC) seperti pertanyaan pengecualian (*exception question*), pertanyaan berskala (*scaling question*), dan memberdayakan konseli untuk mencari solusinya dimasa depan (pertanyaan keajaiban) memberikan kontribusi besar terhadap perubahan positif konseli. Studi ini

memiliki dua hasil, yaitu hasil secara kuantitatif dan secara kualitatif (Mulawarman, 2019).

Pendekatan *solution-focused brief counseling* sangat sesuai untuk konselor sekolah dan setting sekolah, karena pada pendekatan ini konselor sekolah bisa berkolaborasi dengan siswa untuk menyelesaikan masalahnya yang berfokus pada pencarian solusi dan dengan solusi tersebut mengarahkan siswa untuk melakukan perubahan hidup yang lebih positif. Para konselor percaya bahwa pendekatan *brief counseling* tepat digunakan pada *setting* sekolah menengah pertama karena relatif mudah dipelajari, menekankan pada aspek pemecahan masalah, dan berfokus pada solusi yang dihasilkan oleh siswa (Mulawarman, 2019). Melalui konseling kelompok dengan pendekatan *solution-focused brief counseling* kelebihan yang didapatkan adalah, memberdayakan siswa terhadap hasil yang positif, siswa dianggap ahli dalam kehidupannya sendiri sehingga mampu menciptakan solusi, tidak terfokus masalah lebih menekankan pada solusi dan masa depan. Berdasarkan beberapa uraian masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait “Penerapan Konseling Kelompok *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) Berbasis *Cyber-Counseling* untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa di MTs Hasanudin Siraman”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah adalah, apakah penerapan konseling kelompok *solution-focused brief counseling* (SFBC) berbasis *cyber-counseling* dapat meningkatkan *self efficacy* siswa di MTs Hasanudin Siraman?.

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penerapan konseling kelompok *solution-focused brief counseling* (SFBC) berbasis *cyber-counseling* dapat meningkatkan *self efficacy* siswa di MTs Hasanudin Siraman.

#### D. Manfaat Penelitian

Dari hasil pembahasan permasalahan ini, peneliti berharap nantinya dapat berguna baik secara teoritis maupun secara praktis.

##### 1) Secara Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumbangan informasi yang dapat memperkaya pengetahuan tentang penerapan konseling kelompok *solution-focused brief counseling* (SFBC) berbasis *cyber-counseling* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa.
- b. Penelitian ini juga digunakan sebagai bahan rujukan dan tambahan pustaka pada perpustakaan IAIN Tulungagung, dan diharapkan akan mendorong peneliti dan penulis untuk mengkaji hal tersebut lebih mendalam lagi.

##### 2) Secara Praktis

###### a. Bagi Sekolah

Dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dan alternatif bagi konselor sekolah dengan mempertimbangkan pemberian layanan konseling kelompok berbasis *cyber-counseling* pendekatan *solution-focused brief counseling* (SFBC) untuk membantu siswa.

###### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat digunakan sebagai bahan pemikiran yang mendalam untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan penerapan konseling kelompok *solution-focused brief counseling* (SFBC) berbasis *cyber-counseling* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa.

###### c. Bagi Pembaca

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan informasi untuk memperkaya khasanah keilmuan terutama dalam bidang bimbingan konseling.