

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2017). Psikologi kepribadian. UMM Press : Malang, 287
- Amdani Sarjun, (2016) Panduan Operasional Penyelenggara Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas Jakarta,1
- Amdani Sarjun, (2016) Panduan Operasional Penyelenggara Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas Jakarta, 50
- Bandura & Wood, (1989) *Effect of perceived controllability and performance atandards on self regulating of complex decision making. Journal of personalityand social psychology*, 805-814.
- Bandura (2001), *Self Efficacy and healt. Internasional encyclopedia of the social and behavioral sciences oxford:elsevier science.*
- Bandura (2005). *Theories of personality, sixt edition. Social Cognitive Theory.The Mc Graw-Hiil companies.* 470
- Bandura, A. (1991) *Self Efficacy Mechanism in Psychological and Health-Promoting Behavior*, Prentice Hall New Jersey
- Bandura, A. (1994). *Self – Efficacy. In V. S Ramachaudran (Ed), Encyclopedia of human behavior (vol.4,pp.71-81). New york: Academic press.*
- Bandura, a. (1997) *Self- Efficacy, The Eercise of Control. New york :W.H Freeman and Company.*
- Departemen Agama (2007) RI AL-Qur'an dan Terjemahannya Bandung : Kiaracandong , 50
- Dewa Ketut Sukardi, (2010) Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Bandung: PT . Rieneka Cipta, 67
- Erman Amti, (2015) Dasar-dasar Bimbingan Konseling Jakarta : PT Rieneka Cipta,105
- Febrianti, E. A. & Nawantara, R. D. (2022) Teknik Modeling Simbolis (Alternatif Strategi Pelaksanaan Layanan Konseling di Sekolah)
- Ferdiansyah, A.Rohaeti E.E. (2020) Gambaran *self efficacy* siswa terhadap pembelajaran. *FOKUS*. 1
- Gibson,(199) Organisasi perilaku struktur dan proses. Alih bahasa:Nunuk Adiarni. Jakarta:Binarupa aksara.

- Gist,(1987) *Self Efficacy implication for organizational behavior and human resource management review*, 472-485
- Harimah. V, Thalib.S.B. (2023) Penerapan teknik modeling simbolik dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA N. 1 Percut Sei Tuan.
- Hartono Soemardji, (2012) Psikologi Konseling, Jakarta : Kencana Prenada Media Group, 39-43.
- Herdiansyah, (2011) Metodologi Penelitian Kualitatif Jakarta : Selemba Humanika, 131-132
- Moeloeng, (2008) Metodologi Penelitian Kualitatif Bandung, 186.
- Ngurah Adhiputra, (2015) Konseling Kelompok Persepektif Teori & Aplikasi, Yogyakarta, Media Akademi, 25-26
- Prayitno, (1995) Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok, Padang : Ghalia
- Ralf Schwarzer, dkk. (2002).*Is General Self-Efficacy a Universal Conststruct*.
- S. Nasution (2007) Metode *Research* jakarta : Bumi Aksara, 75
- Sinaga, M.H.P, (2022), The role of guidance and counseling service in helping students with academic stress, *Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 3(2), , 78-86
- Septi Rahayu, (2013) Mengatasi masalah percaya diri siswa melalui layanan konseling kelompok pada siswa, *Jurnal Skripsi program starta. Universitas Negeri Semarang UNNES*, h.38
- Suhardjono, (2007) Penelitian Tindakan Kelas Jakarta, 2-3
- Sukidin, and Suranto, (2002) Manajemen Penelitian Tindakan Kelas Surabaya, 59.
- Yulia, (2019). Penerapan Teknik Modeling Simbolis Dalam Pengembangan Perencanaan Karier Siswa SMP Negeri 6 Palangka Raya.Skripsi. Universitas Palangka Raya.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1

#### Pedoman Wawancara Kepada Guru Bk SMA Negeri 1 Percut Sei

#### Tuan

1. Apakah layanan konseling kelompok telah terprogram dalam program BK di sekolah?
2. Apa dasar dari pelaksanaan layanan konseling kelompok?
3. Bagaimana intensitas pelaksanaan layanan konseling kelompok di sekolah?
4. Apakah pelaksanaan layanan konseling kelompok berbasis pendekatan tertentu?
5. Apakah teknik modeling simbolik pernah digunakan dalam layanan konseling kelompok?
6. Topik apa yang paling sering dibahas dalam layanan konseling kelompok?
7. Apakah *self efficacy* sudah pernah dibahas?
8. Apakah ada tahapan yang digunakan dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok?
9. Apa saja sarana yang tersedia untuk pelaksanaan layanan konseling kelompok?
10. Waktu khusus pelaksanaan layanan konseling kelompok?
11. Apakah ada evaluasi dari pelaksanaan layanan konseling kelompok?
12. Apakah ada tindak lanjut dari pelaksanaan layanan konseling kelompok?
13. Apa saja faktor pendukung layanan konseling kelompok?

### Lampiran 2

#### Pedoman Wawancara Kepada Siswa Kelas XI MATLANSOS SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan

1. Berapa kali ananda konseling dengan guru BK?
2. Bagaimana menurut ananda tentang konseling kelompok?
3. Apakah guru BK pernah menerangkan fungsi konseling kelompok?
4. Bagaimana perlakuan guru BK saat ananda datang ingin melakukan proses konseling?

5. Bagaimana pelaksanaan layanan konseling kelompok yang pernah anda rasakan?
6. Bagaimana peran guru BK dalam mengentaskan permasalahan anda?
7. Bagaimana guru BK membantu mengarahkan penyelesaian masalah yang pernah anda alami?
8. Apakah guru BK pernah melibatkan orang tua dalam mengatasi masalah siswa?
9. Menurut anda, apakah guru BK menjadi teman curhat yang baik saat ada permasalahan?
10. Bagaimana perasaan anda setelah diberikan layanan konseling individu?
11. Bagaimana perubahan dalam diri yang anda rasakan setelah diberlakukan layanan konseling kelompok oleh guru BK?
12. Bagaimana penilaian anda kepada guru BK?

### Lampiran 3

Teks Hasil Wawancara dengan Guru BK, dan Siswa

#### A. Guru BK

Subjek : Guru BK

Hari/tanggal : 22 Juli 2024

Tempat : Ruang BK

No	Pertanyaan Wawancara	Respon Wawancara
1.	Apakah layanan konseling kelompok telah terprogram dalam program BK di sekolah?	Konseling kelompok setiap layanan di BK sudah terprogram sesuai dengan asesment dan kebutuhan siswa. Jikalau ada pertanyaan tentang program layanan BK, sudah pasti ada.
2.	Apa dasar dari pelaksanaan layanan konseling kelompok?	Dasar pelaksanaan layanan konseling kelompok adalah awalnya kita untuk membuat program itu adalah hasil dari asesment.
3.	Bagaimana intensitas pelaksanaan layanan konseling kelompok?	Intensitas pelaksanaannya layanan konseling kelompok itu kepada masalah-masalah siswa karena harus menyelesaikan masalah siswa tersebut. Jadi biasanya intensitasnya itu pada insidensial, jadi ketika ada masalah guru BK langsung menyelesaikan masalah tersebut.
4.	Apakah pelaksanaan layanan konseling kelompok berbasis pendekatan tertentu?	Guru BK melakukan pendekatan pribadi dulu kepada siswa yang bermasalah, jadi guru BK mengetahui apa masalah siswa karena tidak semua siswa bisa spek up secara langsung

5.	Apakah modeling simbolik pernah digunakan dalam layanan konseling kelompok	Pernah, guru BK sering menayangkan video karena siswa lebih menyambung melihat video yang ditayangkan, daripada penjelasan dan lebih termotivasi siswa-siswanya.
6.	Topik apa yang paling sering dibahas dalam layanan konseling kelompok?	<p>Topik yang sering dibahas guru BK masalah pacaran, karena kita tidak terlepas dari yang namanya pacaran apalagi anak SMA. Walaupun itu hukumnya haram jadi seusia mereka itu memang sudah wajar dengan perkembangan mereka, jadi guru BK kasih pemahaman apa yang bisa terjadi masalah-masalah mereka ketika pacaran, bagaimana cara penyelesaiannya itu yang pernah guru BK lakukan terhadap siswa-siswi tersebut.</p> <p>Management waktu juga pernah guru BK laksanakan pemecahan masalah bagaimana mereka management waktu supaya tidak terlambat. Yang terlambat di data jadi dalam satu bulan, dua bulan kalau masih tetap itu orang dipanggil ke ruangan BK.</p>
7.	Apakah <i>self efficacy</i> sudah pernah dibahas?	Sudah, karena banyak siswa di SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan masih kurang percaya diri.
8.	Apakah ada tahapan yang digunakan dalam pelaksanaan	Setiap guru BK kegiatan pasti ada tahapannya termasuk dengan konseling kelompok, sudah ada

	layanan konseling kelompok ?	tahapan secara tertulis bagaimana guru BK harus melakukan konseling kelompok ada aturannya. Yang pertama tahap pembukaan, tahap peralihan, tahap inti, dan tahap pengakhiran
9.	Apa sarana yang tersedia untuk pelaksanaan layanan konseling kelompok?	Sarana yang tersedia di SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan ada infokus, yang tidak tersedia di sekolah ruang khusus untuk melakukan layanan konseling kelompok.
10.	Waktu khusus pelaksanaan layanan konseling kelompok?	Kalau waktu khusus tidak ada, guru BK melakukan secara insidental saja jadi kalau misalkan ada kasus siswa, guru BK harus melakukan konseling kelompok.
11.	Apakah ada evaluasi dari pelaksanaan layanan konseling kelompok?	Ada, setiap kegiatan guru BK harus ada evaluasi supaya guru BK lebih baik lagi dalam memberikan layanan untuk selanjutnya.
12.	Apakah ada tindak lanjut dari pelaksanaan layanan konseling kelompok?	Ketika guru BK melakukan evaluasi guru BK tahu apa kurangnya apa lebihnya, bagaimana dampak epek pada siswa itu guru BK lakukan. Tindak lanjutnya seperti itu misalnya ada yang perlu di tambahi sama siswa-siswa nya baik itu mereka bertanya menurut guru BK itu sudah tindak lanjut.
13.	Apakah ada faktor pendukung layanan konseling kelompok?	Faktor pendukung layanan BK didukung oleh sarana prasarana seperti infokus.

## B. Siswa

Subjek : FZ

Kelas : XI MATLANSOS

Hari/tanggal : 23 Juli 2024

No	Pertanyaan Wawancara	Jawaban Wawancara
1.	Berapa kali ananda konseling dengan guru BK?	2 kali kak
2.	Bagaimana menurut ananda tentang konseling kelompok?	Menurut saya konseling kelompok adalah wadah atau tempat dalam membantu siswa menyelesaikan permasalahan yang ada di sekolah
3.	Apakah guru BK pernah menerangkan fungsi konseling kelompok?	Pernah kak, tentang fungsinya untuk mengentaskan masalah siswa.
4.	Bagaimana perlakuan guru BK saat ananda datang ingin melakukan proses konseling?	Guru BK selalu menunjukkan sikap yang ramah dan ceria kepada siswa yang ingin melakukan konseling, tidak hanya itu guru BK juga menjadi sosok pendengar yang baik ketika saya memiliki masalah.
5.	Bagaimana pelaksanaan layanan konseling kelompok yang pernah ananda rasakan?	Pelaksanaan layanan konseling individu, pertama guru BK pertama guru BK memanggil siswa keruangan BK lalu guru BK menjelaskan maksud dan tujuan siswa dipanggil, kemudian guru BK membuka pembicaraan dengan bertanya kepada siswa tentang permasalahan yang dialami siswa.
6.	Bagaimana peran guru BK dalam mengentaskan permasalahan ananda?	Peran guru BK di sekolah sangatlah membantu para siswa dalam menyelesaikan permasalahan,

		contohnya pembulian, perundungan, dan bolos sekolah.
7.	Bagaimakah guru BK membantu mengarahkan penyelesaian masalah yang pernah ananda alami?	Tergantung masalahnya kak, bingung dengan perguruan tinggi yang akan saya pilih dan jurusan apa yang saya pilih, guru BK kemarin memberikan tes psikologi tentang bakat dan minat kak.
8.	Apakah guru BK pernah melibatkan orang tua dalam mengatasi masalah siswa?	Selama saya masuk ke ruangan BK, belum pernah guru BK melibatkan orang tua.
9.	Menurut anda, apakah guru BK menjadi teman curhat yang baik saat ada permasalahan?	Tentu kak, guru BK sangat baik dan mampu menjadi teman curhat baik.
10.	Bagaimana perubahan ananda setelah diberikan layanan konseling individu oleh guru BK?	Perasaan saya lega, saya lebih mengerti akan solusi dari permasalahan saya.
11.	Bagaimana perubahan dalam diri yang ananda rasakan setelah diberlakukan layanan konseling kelompok oleh guru BK?	Perubahan yang ada dalam diri saya, saya lebih termotivasi dan lebih semangat dalam belajar.
12.	Bagaimana penilaian ananda kepada guru BK?	Guru BK nya sangat baik dan ramah, dan bijaksana kak.

#### Lampiran 4

### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) KONSELING KELOMPOK TAHUN AJARAN 2024/2025

**Sekolah** : SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan  
**Layanan** : **Konseling Kelompok**  
**Kelas** : **XI MATLANSOS**  
**Waktu** : **45 Menit**  
**Tema** : *Self Efficacy*

A	Topic/Tema Layanan	<i>Self Efficacy</i>
B	bidang layanan	Layanan Pribadi
C	Jenis Layanan	Layanan konseling kelompok
D	Tujuan Layanan	1. Agar dapat memahami pengertian <i>self efficacy</i> 2. Agar dapat memahami faktor-faktor yang memengaruhi <i>self efficacy</i>
E	Metode	Diskusi, Curah Pendapat Dan Tanya Jawab
F	waktu pertemuan	45 menit
G	Materi	1. Pengertian <i>self efficacy</i> 2. Tahap perkembangan <i>self efficacy</i> 3. Faktor-faktor yang memengaruhi <i>self efficacy</i>
H	Sarana media	Laptop, PPT
J	Langkah Kegiatan	
	Tahap Awal (5 Menit)	1. Guru BK membuka dengan salam dan berdoa dipimpin oleh salah satu siswa di kelas dilanjutkan dengan sapaan (menanyakan Kabar) 2. Guru BK memberikan pengantar singkat tentang tujuan materi/tema 3. Guru BK menjelaskan tujuan layanan konseling kelompok dan tugas yang akan dilaksanakan
	2.Tahap Peralihan (1 Menit)	1. Guru BK memotivasi siswa untuk terlihat aktif dalam kegiatan yang akan di laksanakan 2. Guru BK menanyakan kesiapan siswa untuk melaksanakan peran masing-masing



## **Materi RPL**

### **Pengertian *Self Efficacy***

Menurut Bandura *self efficacy* adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. *Self efficacy* berhubungan dengan keyakinan diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. *Self efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. *Self efficacy* berbeda dengan aspirasi (cita-cita), karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang ideal yang seharusnya (dapat dicapai), sedang *self efficacy* menggambarkan penilaian kemampuan diri. (Alwisol, 2017:287).

*Self efficacy* merupakan konstruk yang diajukan Bandura yang berdasarkan teori sosial kognitif. Dalam teorinya, Bandura menyatakan bahwa tindakan manusia merupakan suatu hubungan yang timbal balik antara individu, lingkungan, dan perilaku (*triadic reciprocal causation*). Teori *self efficacy* merupakan komponen penting pada teori kognitif sosial yang umum, di mana dikatakan bahwa perilaku individu, lingkungan, dan faktor-faktor kognitif (misalnya, pengharapan-pengharapan terhadap hasil dan *self-efficacy*) memiliki saling keterkaitan yang tinggi. Bandura mengartikan *self-efficacy* sebagai kemampuan pertimbangan yang dimiliki seseorang untuk melaksanakan pola perilaku tertentu. (Bandura, 2005: 470)

Gist dengan merujuk pendapat Bandura, Adam, Hardy dan Howells, menyebutkan bahwa *self-efficacy* timbul dari perubahan bertahap pada kognitif yang kompleks, sosial, linguistik, dan/atau keahlian fisik melalui pengalaman. Individu-individu nampak mempertimbangkan, menggabungkan, dan menilai informasi berkaitan dengan kemampuan mereka kemudian memutuskan berbagai pilihan dan usaha yang sesuai.

Bandura mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan manusia pada kemampuan mereka untuk melatih sejumlah ukuran pengendalian terhadap fungsi diri mereka dan kejadian-kejadian di lingkungannya, dan ia juga yakin kalau *self-efficacy* adalah fondasi keagenan manusia.

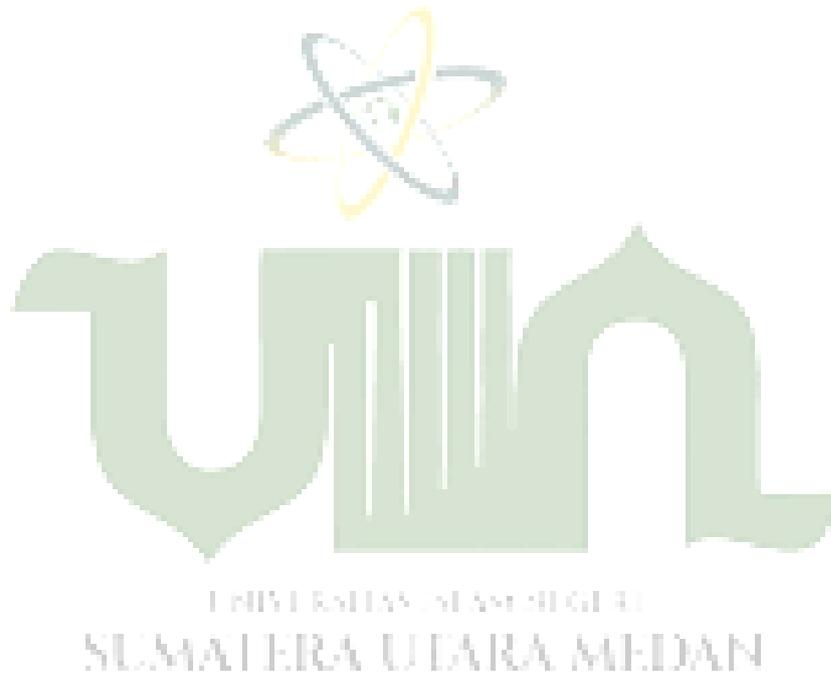
Bandura dan Wood menyatakan bahwa *self-efficacy* memiliki peran utama dalam proses pengaturan melalui motivasi individu dan pencapaian kerja yang sudah ditetapkan. Pertimbangan dalam *self-efficacy* juga menentukan bagaimana usaha yang dilakukan orang dalam melaksanakan tugasnya dan berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas tersebut. Lebih jauh disebutkan bahwa orang dengan pertimbangan *self efficacy* yang kuat mampu menggunakan usaha terbaiknya untuk mengatasi hambatan, sedangkan orang dengan *self efficacy* yang lemah cenderung untuk mengurangi usahanya atau lari dari hambatan yang ada.

*Self-efficacy* merupakan kepercayaan terhadap kemampuan seseorang untuk menjalankan tugas. Orang yang percaya diri dengan kemampuannya cenderung untuk berhasil, sedangkan orang yang selalu merasa gagal cenderung untuk gagal. Bandura mengungkapkan bahwa individu yang memiliki *self efficacy* tinggi akan mencapai suatu kinerja yang lebih baik karena individu ini memiliki motivasi yang kuat, tujuan yang jelas, emosi yang stabil dan kemampuannya untuk memberikan kinerja atas aktivitas atau perilaku dengan sukses. Berbeda individu dengan *self efficacy* rendah yang akan cenderung tidak mau berusaha atau lebih menyukai kerjasama dalam situasi yang sulit dan tingkat kompleksitas tugas yang tinggi. (Bandura, 1991).

Menurut Gibson et al. konsep *self efficacy* atau keberhasilan diri merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat berprestasi baik dalam satu situasi tertentu. Keberhasilan diri mempunyai tiga dimensi yaitu: tingginya tingkat kesulitan tugas seseorang yang diyakini masih dapat dicapai, keyakinan pada kekuatan, dan generalisasi yang berarti harapan dari sesuatu yang telah dilakukan.

Peter mempunyai pendapat bahwa *Self efficacy* merupakan sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan untuk berprestasi serta mengenal kelebihan dan kekurangannya.

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan individu dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah yang dihadapinya diberbagai situasi serta mampu menentukan tindakan dalam menyelesaikan tugas atau masalah tertentu, sehingga individu tersebut mampu mengatasi rintangan dan mencapai tujuan yang diharapkan.



**RENCANA PELAKSANAAN**  
**LAYANAN KONSELING KELOMPOK**  
**BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM**  
**SEMESTER GANJIL T.A.2024/2025**

**Sekolah** : SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan  
**Layanan** : Konseling Kelompok  
**Kelas** : XI MATLANSOS  
**Waktu** : 45 Menit  
**Tema** : Tahap Perkembangan *Self Efficacy*

A	Topic/Tema Layanan	Tahap perkembangan <i>self efficacy</i>
B	bidang layanan	Pribadi
C	Jenis Layanan	Layanan konseling kelompok
D	Tujuan Layanan	1. Agar siswa dapat mengerti tentang perkembangan <i>self efficacy</i> 2. Agar siswa dapat memahami pentingnya menghindari sikap <i>self efficacy</i>
E	Metode	Diskusi, Curah Pendapat Dan Tanya Jawab
F	waktu pertemuan	45 menit
G	Materi	Tahap perkembangan <i>self efficacy</i>
H	Sarana media	Laptop, PPT
J	Langkah Kegiatan	
	Tahap Awal (5 Menit)	1. Guru BK membuka dengan salam dan berdoa dipimpin oleh salah satu siswa di kelas dilanjutkan dengan sapaan (menanyakan Kabar) 2. Guru BK memberikan pengantar singkat tentang tujuan materi/tema 3. Guru BK menjelaskan tujuan layanan konseling kelompok dan tugas yang akan dilaksanakan
	2.Tahap Peralihan (1 Menit)	1. Guru BK memotivasi siswa untuk terlihat aktif dalam kegiatan yang akan di laksanakan 2. Guru BK menanyakan kesiapan siswa untuk melaksanakan peran masing-masing



## **Materi RPL**

### **Tahap Perkembangan *Self Efficacy***

Bandura menyatakan bahwa *self efficacy* berkembang secara teratur. Bayi mulai mengembangkan *self efficacy* sebagai usaha untuk melatih pengaruh lingkungan fisik dan sosial. Mereka mulai mengerti dan belajar mengenai kemampuan dirinya, kecakapan fisik, kemampuan sosial, dan kecakapan berbahasa yang hampir secara konstan digunakan dan ditunjukkan pada lingkungan. Awal dari pertumbuhan *self efficacy* dipusatkan pada orangtua kemudian dipengaruhi oleh saudara kandung, teman sebaya, dan orang dewasa lainnya. *Self efficacy* pada masa dewasa meliputi penyesuaian pada masalah perkawinan dan peningkatan karir. Sedangkan *self efficacy* pada masa lanjut usia, sulit terbentuk sebab pada masa ini terjadi penurunan mental dan fisik, pensiun kerja, dan penarikan diri dari lingkungan sosial. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa tahap perkembangan *self efficacy* dimulai dari masa bayi, kemudian berkembang hingga masa dewasa sampai pada masa lanjut usia. (Bandura,1997).