

BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING SIMBOLIK UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SMP NEGERI 2 PALEMBANG

Velania Dinda Pransiska*¹, Aminatussholekhah², Rani Mega Putri³

Universitas Sriwijaya, Sumatera Selatan, Indonesia^{1,2,3}

E-mail: velaniaaad@gmail.com

Info Artikel

Accepted:

Agustus 2025

Published:

December 2025

Abstract

This study aims to determine the effectiveness of group guidance services with symbolic modeling techniques in increasing students' self-confidence. The research was motivated by the results of the Learner Needs Questionnaire (AKPD) and interviews with counseling teachers, which showed that there were a number of students who had low levels of self-confidence. The research subjects were eight students selected based on the results of the AKPD at SMP Negeri 2 Palembang. This study used a quantitative approach with a pretest-posttest design. Data were collected through questionnaires and observation, then analyzed using the Paired Sample Test. The results of the analysis showed a significant increase in the level of self-confidence of students after participating in group guidance services with symbolic modeling techniques (significance value $0.000 < 0.05$) with an average score that increased from 45.5 to 61.75. This shows that this service is effective in increasing students' self-confidence. This study supports previous findings on the effectiveness of symbolic modeling techniques in psychopedagogical interventions.

Keywords: group guidance; symbolic modeling; self-confidence.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Penelitian dilatarbelakangi oleh hasil Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) dan wawancara dengan guru BK, yang menunjukkan adanya sejumlah siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah. Subjek penelitian adalah delapan siswa yang dipilih berdasarkan hasil AKPD di SMP Negeri 2 Palembang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pretest-posttest. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan uji Paired Sample Test. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat kepercayaan diri siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik (nilai signifikansi $0.000 < 0.05$) dengan rata-rata skor yang meningkat dari 45,5 menjadi 61,75. Hal ini menunjukkan bahwa layanan ini efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Penelitian ini mendukung temuan sebelumnya tentang efektivitas teknik modeling simbolik dalam intervensi psikopedagogis.

Kata kunci: bimbingan kelompok; modeling simbolik; kepercayaan diri.

PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia tidak hanya bertujuan mengembangkan aspek kognitif peserta didik, tetapi juga membina karakter, keterampilan sosial, dan kesehatan mental emosional siswa secara menyeluruh. Hal ini sejalan dengan arah kebijakan Kurikulum Merdeka yang menekankan pentingnya penguatan profil pelajar Pancasila, termasuk nilai-nilai percaya diri, mandiri, dan reflektif. Dalam kerangka tersebut, layanan bimbingan dan konseling (BK) memegang peran strategis sebagai sistem pendukung pembelajaran yang bertugas membantu siswa mengembangkan potensi dirinya secara optimal, termasuk dalam aspek sosial-emosional dan pengambilan keputusan.

Salah satu isu psikososial yang cukup sering ditemui di lingkungan sekolah adalah rendahnya kepercayaan diri siswa. Kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis peserta didik, yang memengaruhi kemampuan mereka dalam berinteraksi sosial, mengambil keputusan, serta menghadapi tantangan akademik (Bandura, 1997). Siswa dengan tingkat kepercayaan diri rendah cenderung menarik diri dari aktivitas sosial, enggan menyampaikan pendapat, dan mengalami hambatan dalam pembelajaran aktif (Ghufron & Risnawati, 2020). Masalah ini, jika tidak ditangani dengan tepat, dapat

menghambat perkembangan potensi siswa dan berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan.

Di SMP Negeri 2 Palembang, hasil dari Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) dan wawancara dengan guru BK menunjukkan adanya sejumlah siswa yang mengalami masalah kepercayaan diri. Mereka cenderung pasif, enggan tampil di depan kelas, dan menunjukkan kekhawatiran berlebih saat harus berinteraksi dengan teman sebaya atau guru. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi layanan bimbingan yang tepat, terstruktur, dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik. Teknik ini berakar dari teori pembelajaran sosial yang dikembangkan oleh Albert Bandura, yang menekankan bahwa individu belajar melalui observasi terhadap perilaku model, kemudian menirunya (Bandura, 1997). Dalam konteks layanan bimbingan kelompok, teknik ini diterapkan dengan memperlihatkan video atau simulasi yang menampilkan perilaku percaya diri yang diharapkan dapat ditiru dan diinternalisasi oleh siswa. Proses pengamatan dan diskusi dalam kelompok mendorong siswa untuk merefleksikan sikap, mengatasi hambatan

internal, dan mencoba perilaku baru dalam lingkungan yang suportif.

Berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas teknik modeling simbolik dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Harivmah et al. (2023) membuktikan bahwa penerapan teknik ini dalam layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA di Gowa secara signifikan. Hasil serupa juga ditemukan oleh Rambe et al. (2024) yang melaporkan adanya peningkatan *self-efficacy* pada siswa SMA Negeri 1 Percut Sei Tuan setelah menerima layanan konseling kelompok berbasis modeling simbolik. Hal ini memperkuat dugaan bahwa modeling simbolik dapat menjadi strategi intervensi yang efektif untuk membentuk perilaku positif dalam konteks pendidikan formal.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 2 Palembang.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas layanan

bimbingan secara langsung melalui tindakan nyata yang dilakukan secara bertahap dan bersiklus. PTBK merupakan proses sistematis yang melibatkan refleksi, perencanaan, pelaksanaan tindakan, dan observasi secara berulang, sehingga hasilnya menjadi lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pra-eksperimen tipe *one-group pretest-posttest*.

Penelitian dilakukan di SMP Negeri 2 Palembang dengan melibatkan delapan siswa yang dipilih berdasarkan hasil Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) dan rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling. Seluruh subjek menunjukkan indikasi tingkat kepercayaan diri yang rendah dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian layanan. Data dikumpulkan menggunakan angket kepercayaan diri yang disusun berdasarkan indikator dari teori kepercayaan diri Lauster (2022) yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelumnya. Layanan bimbingan kelompok diberikan dalam dua siklus selama dua minggu, yang mencakup tahap pembentukan, peralihan, kegiatan inti, dan penutupan. Pada tahap inti, digunakan teknik modeling simbolik dengan menampilkan video sebagai model perilaku percaya diri, yang kemudian dianalisis dan didiskusikan oleh siswa melalui lembar kerja. Untuk mengetahui

efektivitas intervensi, dilakukan pengukuran sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) pemberian layanan. Data dianalisis menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 25 untuk melihat perbedaan yang signifikan antara nilai *pretest* dan *posttest*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan

pada tingkat kepercayaan diri siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik. Nilai rata-rata skor kepercayaan diri siswa meningkat dari rata-rata 45,5 pada *pretest* menjadi 61,75 pada *posttest*. Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000 ($< 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*.

Tabel 1. *Paired Samples Test*

Paired Samples Test								
Paired Differences								
		Mean	Std. Error Mean	Std. Error Mean	Interval of The		t	df
					Lower	Upper		
Pair 1	Pre test- post test	-16,25000	2,81577	0,99553	-18,60404	-13,89596	-16,323	7

Hal tersebut menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan pada saat sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik dengan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik.

Peningkatan signifikan pada tingkat kepercayaan diri siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik menunjukkan efektivitas intervensi ini.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa teknik modeling simbolik efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa (Harivmah et al., 2023; Rambe et al., 2024; Kusumawati, 2023).

Dalam konteks teori pembelajaran sosial Bandura, modeling simbolik memungkinkan siswa untuk mengamati dan meniru perilaku positif yang ditampilkan oleh model, yang pada gilirannya meningkatkan keyakinan mereka terhadap kemampuan diri sendiri (Bandura, 1997). Selain itu, diskusi dan refleksi yang dilakukan setelah penayangan video membantu siswa untuk

menginternalisasi perilaku positif tersebut dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian yang dilakukan Sarazumar et al (2025) juga menyebutkan bahwa implementasi bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Penelitian ini juga mendukung temuan dari studi lain yang menunjukkan bahwa teknik modeling simbolik efektif dalam meningkatkan aspek-aspek lain dari perkembangan siswa, seperti efikasi diri akademik (Safitri et al., 2022), konsep diri (Durrotunnisa & Sari, 2022), dan motivasi belajar (Sulistiyani et al., 2019).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 2 Palembang. Peningkatan signifikan pada skor kepercayaan diri siswa setelah mengikuti layanan menunjukkan bahwa intervensi ini dapat menjadi alternatif yang efektif dalam membantu siswa mengatasi masalah kepercayaan diri. Penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi guru BK dalam merancang dan melaksanakan layanan bimbingan kelompok yang efektif. Disarankan agar teknik modeling simbolik digunakan secara lebih luas dalam layanan bimbingan kelompok untuk membantu

siswa meningkatkan kepercayaan diri dan aspek-aspek positif lainnya dalam perkembangan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.
- Durrotunnisa, L., & Sari, R. P. (2022). Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa. *Jurnal Konseling Indonesia*, 6(1), 45–55.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2020). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Harivmah, V., Anas, M., & Thalib, S. B. (2023). Penerapan Teknik Modeling Simbolik dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Pinisi Journal of Art, Humanity and Social Studies*, 3(3), 113–120.
- Kusumawati, E. (2023). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Symbolic untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Bertanya di Kelas. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 232–243.
- Lauster, P. (2022). *Tes Kepribadian*. Jakarta Timur: PT Bumi Aksara.
- Rambe, N. Z., Manurung, P., & Sinaga, H. P. (2024). Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik dalam Meningkatkan Self Efficacy Siswa. *Education Achievement: Journal of Science and Research*, 5(3), 12–21.
- Safitri, D., Aisah, S., & Pratama, R. (2022). Pengaruh Teknik Modeling Simbolik terhadap Efikasi Diri Akademik. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 12(2), 88–101.
- Sarazumar, V. K., Abdi, S., Hasna, A., Halizah, N., Amrullah, A. K., & Ridwan, A. (2025). Implementasi

- Konseling Kelompok Berbasis Humanistic Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dalam Konteks Pembelajaran Di Sekolah. *Jurnal Ilmu Ekonomi, Pendidikan dan Teknik*, 2(4), 1-6.
- Sari, M. E., & Susanto, A. (2020). Pelaksanaan Layanan Bimbingan dengan Teknik Modeling dalam Meningkatkan Percaya Diri. *Jurnal BK SMART*, 3(1), 59–70.