



Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Mengembangkan Efikasi Diri Akademik Siswa SMP

Benidikto Renaldy Purna Tutu¹, Leny Latifah², Ajeng Intan Nur Rahmawati³

Universitas PGRI Kanjuruhan Malang

Email: aldytutu4@gmail.com, lenylatifah@unikama.ac.id, ajengintan@unikama.ac.id

Abstrak: *Kurangnya efikasi diri akademik masih menjadi permasalahan di kalangan siswa smp negeri 17 malang, yang ditandai dengan perasaan tidak mampu menyelesaikan tugas, kecenderungan menunda pekerjaan, mudah menyerah, kurang percaya diri menghadapi ujian, serta munculnya kecemasan belajar. Kondisi tersebut berdampak negatif terhadap proses dan hasil belajar siswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dalam mengembangkan efikasi diri akademik siswa smp negeri 17 malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain one-group pretest-posttest. Subjek penelitian berjumlah 11 siswa SMP Negeri 17 Malang yang dipilih secara acak berdasarkan hasil pengukuran skala efikasi diri akademik dengan kategori rendah, sedang, dan tinggi, serta bersedia mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Instrumen penelitian berupa skala efikasi diri akademik. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,003 ($p < 0,05$), sehingga H_a diterima dan H_o ditolak. Temuan ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan efikasi diri akademik siswa.*

Kata Kunci: *Bimbingan Kelompok; Teknik Diskusi; Efikasi Diri Akademik.*

Abstract: *The lack of academic self-efficacy remains a problem among students at SMP Negeri 17 Malang, as indicated by feelings of inability to complete assignments, a tendency to procrastinate, easily giving up, low confidence in facing examinations, and the emergence of learning anxiety. These conditions have a negative impact on students' learning processes and outcomes. Therefore, this study aims to determine the effectiveness of group guidance services using group discussion techniques in developing students' academic self-efficacy at SMP Negeri 17 Malang. This study employed a quantitative approach with a one-group pretest-posttest design. The research subjects consisted of 11 students of SMP Negeri 17 Malang who were randomly selected based on the*

results of an academic self-efficacy scale, representing low, moderate, and high categories, and who were willing to participate in group guidance activities. The research instrument was an academic self-efficacy scale. Data analysis was conducted using the Wilcoxon test. The results of the analysis showed a significance value of 0.003 ($p < 0.05$), indicating that H_a was accepted and H_o was rejected. These findings demonstrate a significant difference between students' pretest and posttest scores before and after the treatment. Thus, group guidance services are effective in improving students' academic self-efficacy.

Keywords: Group Guidance; Discussion Technique; Academic Self-Efficacy.

PENDAHULUAN

Bandura (1997), efikasi diri akademik mengacu pada keyakinan yang berkaitan dengan kemampuan dan kesanggupan seorang pelajar untuk mencapai dan menyelesaikan tugas-tugas studi dengan target hasil dan waktu yang telah ditentukan. Efikasi diri akademik merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan belajar siswa (Makaria et al., 2020). Siswa yang memiliki efikasi diri akademik yang tinggi akan lebih mampu menghadapi tugas akademik dengan penuh keyakinan sehingga motivasi dan level energi yang dimiliki akan lebih tinggi dari pada yang memiliki efikasi diri akademik kurang/rendah (Khotimah et al., 2016). Siswa dengan efikasi diri akademik tinggi cenderung yakin dapat menyelesaikan tugas, memahami materi, menyusun strategi belajar, serta meraih prestasi (Putri et al., 2024). Melalui efikasi diri akademik yang tinggi, siswa dapat mengembangkan kreativitas dan menjaga kesungguhan dalam belajar (Uyun & Homdijah, 2025).

Sementara itu kurangnya efikasi diri akademik di kalangan siswa sering kali menjadi hambatan dalam meraih prestasi, siswa dengan efikasi diri akademik kurang optimal cenderung menunjukkan gejala seperti merasa tidak mampu menyelesaikan tugas, sering menunda pekerjaan, mudah menyerah saat menghadapi tantangan, kurang percaya diri menghadapi ujian, serta mengalami kecemasan yang menghambat proses belajar (Anam, 2024). Dampak negatif kurangnya efikasi diri akademik yaitu merasa tidak mampu dan mudah menyerah dalam menghadapi tantangannya, serta siswa sering merasa dirinya tidak mampu mengengerjakan sesuatu yang ada disekitarnya (Uyun & Homdijah, 2025). Siswa dengan efikasi diri akademik kurang optimal menghindari tantangan yang dialaminya, kurang kreatif, mudah menyerah dan takut gagal, dengan demikian, penguatan efikasi diri akademik menjadi aspek penting dalam mendukung keberhasilan proses belajar dan pengembangan potensi diri siswa secara optimal (A. D. Wijaya, 2024).

Oleh karena itu, peran aktif lingkungan pendidikan, termasuk guru dan orang tua, sangat penting dalam menumbuhkan dan memperkuat efikasi diri akademik siswa agar mereka mampu berkembang secara optimal dalam proses pembelajaran (Uyun & Homdijah, 2025). Oleh karena itu peneliti ingin membantu situasi tersebut dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk

mengembangkan efikasi diri akademik siswa. Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama (Jahju Hartanti, 2022). Menurut (Prayitno & Amti, 2017) bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Bimbingan kelompok bersifat *preventif* atau pencegahan dan pengembangan yang efektif dalam membantu siswa mengatasi berbagai permasalahan (Fadhilah, 2017).

Dalam bimbingan kelompok ada beberapa teknik yang dapat digunakan salah satunya yaitu teknik diskusi kelompok. Menurut (Kumara, 2017) teknik diskusi kelompok adalah suatu bentuk kegiatan yang bercirikan suatu keterikatan pada suatu pokok masalah atau pertanyaan, dimana anggota-anggota atau peserta diskusi itu secara jujur berusaha memperoleh kesimpulan setelah mendengarkan dan mempelajari, serta mempertimbangkan pendapat-pendapat kemukakan dalam diskusi. Melalui diskusi kelompok, siswa tidak hanya dilatih untuk berani berbicara dan mengemukakan ide, tetapi juga diberi kesempatan untuk belajar dari orang lain (Kumara, 2017). Teknik diskusi kelompok memiliki manfaat untuk membantu anggota kelompok mengembangkan pemahaman diri dan kemampuan sosial melalui pertukaran pendapat dan pengalaman.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest*. Desain ini digunakan untuk mengetahui tingkat efikasi diri akademik siswa SMPN 17 Malang sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) yang dirumuskan sebagai (O1). Selanjutnya, siswa diberikan perlakuan (*treatment*) berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok yang dirumuskan sebagai (X). Setelah perlakuan diberikan, siswa kembali diberikan tes (*posttest*) untuk mengevaluasi kondisi akhir yang dirumuskan sebagai (O2). Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok, sedangkan variabel terikat (Y) adalah efikasi diri akademik siswa. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMPN 17 Malang yang berjumlah 204 siswa. Sampel penelitian berjumlah 10 siswa yang dipilih secara acak dan mewakili kategori efikasi diri akademik rendah, sedang, dan tinggi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala efikasi diri akademik yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Skala tersebut menggunakan skala Likert dengan gradasi jawaban dari sangat positif hingga sangat negatif, yang dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dengan skor 1 sampai 4, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), ragu-ragu (RR), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS) Sugiyono, 2022:93).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	.157	11	.200*	.943	11	.551
Posttest	.268	11	.026	.813	11	.014
This is a lower bound of the true significance.						
a. Lilliefors Significance Correction						

Berdasarkan uji normalitas Shapiro-Wilk terdapat salah satu variable tidak memenuhi asumsi normalitas. Data *pretest* berdistribusi normal, sedangkan data *posttest* tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, asumsi normalitas tidak terpenuhi, sehingga analisis data tidak dapat menggunakan uji parametrik (misalnya *paired sample t-test*), dan uji *nonparametrik Wilcoxon Signed Rank Test* merupakan uji yang tepat untuk digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 2 Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variances

Variabel			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
21.276	1	20	.000

Berdasarkan hasil uji homogenitas varians menggunakan *Levene's Test*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa varians data tidak homogen.

Tabel 3 Uji Hipotesis (Wilcoxon)
Test Statistics^a

	Posttest – Pretest
Z	-2.937 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.003

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*, diperoleh nilai $Z = -2,937$ dengannilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,003. Karena nilai signifikansi $0,003 < 0,05$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest efikasi diri akademik siswa. Nilai Z yang negatif serta keterangan *based on negative ranks* menunjukkan bahwa sebagian besar skor *posttest* lebih tinggi dibandingkan skor *pretest*, sehingga dapat disimpulkan bahwa efikasi diri akademik siswa mengalami peningkatan setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menemukan beberapa temuan penting selama pelaksanaan kegiatan. Hasil pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi menunjukkan bahwa efikasi diri akademik siswa mengalami peningkatan melalui beberapa tahapan yang saling berkaitan. Tahapan perkembangan efikasi diri akademik yang muncul dalam penelitian ini meliputi keyakinan siswa terhadap kemampuan belajar, kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas akademik, keberanian mengemukakan pendapat dalam kegiatan pembelajaran, kemampuan menghadapi kesulitan belajar, serta optimisme dalam mencapai prestasi akademik.

Melihat dampak tersebut, bimbingan kelompok dengan teknik diskusi menjadi langkah penting yang tidak hanya membantu siswa memahami cara meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan akademiknya, tetapi juga mendorong tumbuhnya efikasi diri akademik. Melalui interaksi dalam kelompok, siswa dapat saling berbagi pengalaman belajar, mengidentifikasi hambatan akademik, serta menemukan strategi pemecahan masalah secara bersama-sama. Dengan demikian, teknik diskusi dalam bimbingan kelompok

berperan signifikan dalam meningkatkan efikasi diri akademik siswa sekaligus membentuk sikap belajar yang lebih percaya diri, mandiri, dan terarah.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa adanya perbedaan antara nilai pretest dan posttest dengan menggunakan bimbingan kelompok teknik diskusi, yang diberikan sebanyak 5 kali pertemuan, dan nilai post-test yang diberikan perlakuan sebanyak 1 kali pertemuan. Hasil penelitian bimbingan kelompok teknik diskusi untuk mengembangkan efikasi diri akademik siswa setelah mendapatkan perlakuan meningkat dibandingkan sebelum mendapatkan bimbingan kelompok teknik diskusi.

Layanan bimbingan kelompok yang tepat untuk membantu permasalahan efikasi diri akademik siswa yaitu dengan memanfaatkan teknik diskusi. Apakah bimbingan kelompok dengan teknik diskusi ini mampu membantu siswa mengembangkan efikasi diri akademik siswa? Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan temuan kedua dalam penelitian ini ada peningkatan yang signifikan efikasi diri akademik setelah siswa memperoleh bantuan teknik diskusi. Berdasarkan hasil dari SPSS diperoleh nilai sig sebesar $0.003 < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan skor sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Sehingga kesimpulannya adalah pemberian perlakuan teknik diskusi efektif untuk mengembangkan efikasi diri akademik pada siswa

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMPN 17 Malang, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok efektif dalam mengembangkan efikasi diri akademik siswa. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji Wilcoxon Signed Ranks Test dengan nilai signifikansi sebesar 0,003 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest efikasi diri akademik siswa. Setelah diberikan perlakuan, siswa menunjukkan peningkatan keyakinan terhadap kemampuan belajar, kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas akademik, keberanian mengemukakan pendapat, kemampuan menghadapi kesulitan belajar, serta optimisme dalam meraih prestasi akademik.

Temuan penelitian ini memperkuat teori efikasi diri Bandura (1997) dalam konteks pendidikan, khususnya terkait pengaruh interaksi sosial dan pengalaman belajar kelompok terhadap peningkatan keyakinan diri akademik siswa. Penelitian ini menambahkan bukti empiris bahwa teknik diskusi dalam bimbingan kelompok dapat menjadi strategi intervensi yang efektif dalam memperkuat efikasi diri akademik, sekaligus mendukung pengembangan teori bimbingan dan konseling di sekolah.

Dari sisi kebermanfaatannya untuk publikasi jurnal, penelitian ini relevan karena menyajikan bukti empiris yang dapat dijadikan referensi bagi guru bimbingan dan konseling, peneliti pendidikan, dan praktisi psikologi pendidikan dalam merancang intervensi kelompok yang berbasis diskusi untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa. Temuan ini juga dapat menjadi rujukan bagi publikasi ilmiah yang fokus pada inovasi metode bimbingan dan pengembangan psikologis siswa.

Adapun penerapan dan pengembangan penelitian selanjutnya, layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat diterapkan di berbagai jenjang pendidikan dengan penyesuaian konteks dan karakteristik peserta didik. Penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain eksperimen yang lebih komprehensif, melibatkan kelompok kontrol, dan jumlah sampel yang lebih besar agar diperoleh generalisasi hasil yang lebih luas serta pemahaman lebih mendalam mengenai efektivitas teknik diskusi dalam meningkatkan efikasi diri akademik.

DAFTAR PUSTAKA

Amriana, Thalib, S. B., & Umar, N. F. (2023). Penerapan Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Kelas Kabupaten Takalar. *Pinisi Journal Odf Art, Humanity and Social Studies*, 3(4), 110-127.

- Anam. (2024). EFIKASI DIRI RENDAH: IMPLIKASINYA TERHADAP PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA MENURUT TEORI KOGNITIF SOSIAL BANDURA. *Cendekia Pendidikan*, 4(4), 50-54.
- Fadhilah, N. (2017). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Islami untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. *Jurnal Penelitian*, 14, 111. <https://doi.org/10.28918/jupe.v14i1.1209>
- Fauziah, N., Supriatna, E., & Manuardi, A. R. (2022). Studi Deskripsi Efikasi Diri Akademik Pada Siswa Mts Al-Badar. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 5(2), 162. <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i2.7989>
- Fitriani, Samsudin, A., & Okta Sari, R. (2024). Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas Viii Mts. *Fokus*, 7(2), 121-128. <https://doi.org/10.22460/fokusv7i2.20174>
- Hasrul. (2016). Efektifitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Metafora Berbentuk Healing Stories Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa SMA. *Jurnal Realita*, 1(1), 1-15. http://web.fuberlin.de/gesund/publicat/ehps_cd/health/indonesie.htm
- Jahju Hartanti. (2022). Bimbingan Kelompok. In *Book*.
- Khotimah, R., Radjah, C., & Handarini, D. (2016). Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Smp Negeri Di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 60-67. <https://doi.org/10.17977/um001v1i22016p060>
- Kumara, A. R. (2017). Bimbingan Kelompok. In *Bimbingan Kelompok*.
- Putri, Z. N. L., Rustina, R., & Yulianto, E. (2024). Studi Komparasi Self Efficacy Siswa terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa SMK. *Jurnal Kongruen*, 3(2), 175-181. <https://jurnal.unsil.ac.id/index.php/kongruen>
- Sadiyah, F., Kusdaryani, W., & Maulia, D. (2024). Efikasi Diri Akademik dengan Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Siswa di SMP Negeri 14 Semarang. *Jurnal Psikoedukasia*, 2(1), 1-15. <https://journal2.upgris.ac.id/index.php/pedu/article/view/273/314>
- Sari, A. I., Yanto, Y., & Wahyuni, H. (2023). Hubungan Self-efficacy dengan Prokrastinasi Siswa di SMP Negeri 5 Kota Jambi. *Al-Irsyad*, 13(2), 141. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v13i2.18097>
- Silvana. (2024). Implementasi Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas X AKL SMK Wira Bhakti Denpasar Tahun Pelajaran 2023/2024. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1).
- Uyun, H. Q., & Homdijah, O. S. (2025). Peran Lingkungan Pendidikan Anak (Orang Tua dan Guru) dalam Optimalisasi Academic Self Efficacy Peserta Didik Hambatan Pendengaran. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(2), 1504-1512. <https://doi.org/10.54371/jiip.v8i2.6889>
- Wijaya, A. D. (2024). Dampak Rendahnya Self Efficacy Pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4(2), 115-126. <https://doi.org/10.56185/jubikops.v4i2.768>
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV Alfabeta.
- Wijaya, B. D. (2019). Pengaruh Efikasi Diri Akademik, Resiliensi, dan Motivasi Berprestasi terhadap Prestasi Akademik Mahasantri UIN Walisongo Semarang. *Skripsi*, 1-119.
- Zakaria, I. M. Y., & Wiryosutomo, H. W. (2023). Keefektifan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam penyampaian pendapat pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 42 Surabaya. 438-446. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/54351>