

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menjadi bangsa yang maju adalah cita-cita yang ingin dicapai oleh setiap negara. Salah satu faktor yang mendukung bagi kemajuan negara adalah pendidikan. Berdasarkan "Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 3, tujuan pendidikan nasional adalah mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Untuk mencapai tujuan tersebut, seorang pendidik harus mampu menumbuhkan motivasi dan keyakinan diri ( *self efficacy* ) siswa, sehingga mereka mampu berkompetisi dan berprestasi baik di sekolah maupun diluar sekolah.

Namun, Seringkali siswa tidak mampu menunjukkan prestasi akademisnya secara optimal sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Salah satu penyebabnya adalah mereka merasa tidak yakin bahwa dirinya akan mampu menyelesaikan tugas-tugas yang dibebankan kepadanya. Bagi siswa, keyakinan seperti ini sangat diperlukan. keyakinan yang didasari oleh batas-batas kemampuan yang dirasakan akan menuntun siswa berperilaku secara mantap dan efektif. keyakinan ini disebut dengan istilah *self efficacy* .

Jeanne Ellis Ormrod menyatakan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu.<sup>1</sup> menurut Albert Bandura (dalam Robert A. Baron & Donn Byrne) *self efficacy* adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan atau mengatasi hambatan.<sup>2</sup> sedangkan menurut Robert A. Baron & Donn Byrne *self efficacy* adalah keyakinan seseorang akan kemampuan atau kompetensinya atas kinerja tugas yang diberikan, mencapai tujuan atau mengatasi sebuah hambatan.<sup>3</sup> Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dia mampu melakukan sesuatu untuk mencapai sebuah tujuan dan mengatasi hambatan.

*Self efficacy* memiliki dampak yang penting bahkan bersifat sebagai motivator utama terhadap keberhasilan seseorang.<sup>4</sup> *Self efficacy* dibagi menjadi 2 yaitu *self efficacy* tinggi dan rendah. Menurut Juntika Nurihsan ketika "*self efficacy*" tinggi, kita merasa percaya diri bahwa kita dapat melakukan respon tertentu untuk memperoleh *reinforcement*. Sebaliknya apabila rendah, maka kita merasa cemas bahwa kita tidak mampu melakukan respon tersebut.<sup>5</sup> Sedangkan menurut Robert Kreitner & Angelo Kinicki ada beberapa perbedaan pola perilaku

---

<sup>1</sup> Jeanne Ellis Ormrod, *psikologi pendidikan* (Jakarta : ERLANGGA, 2008) hlm. 20

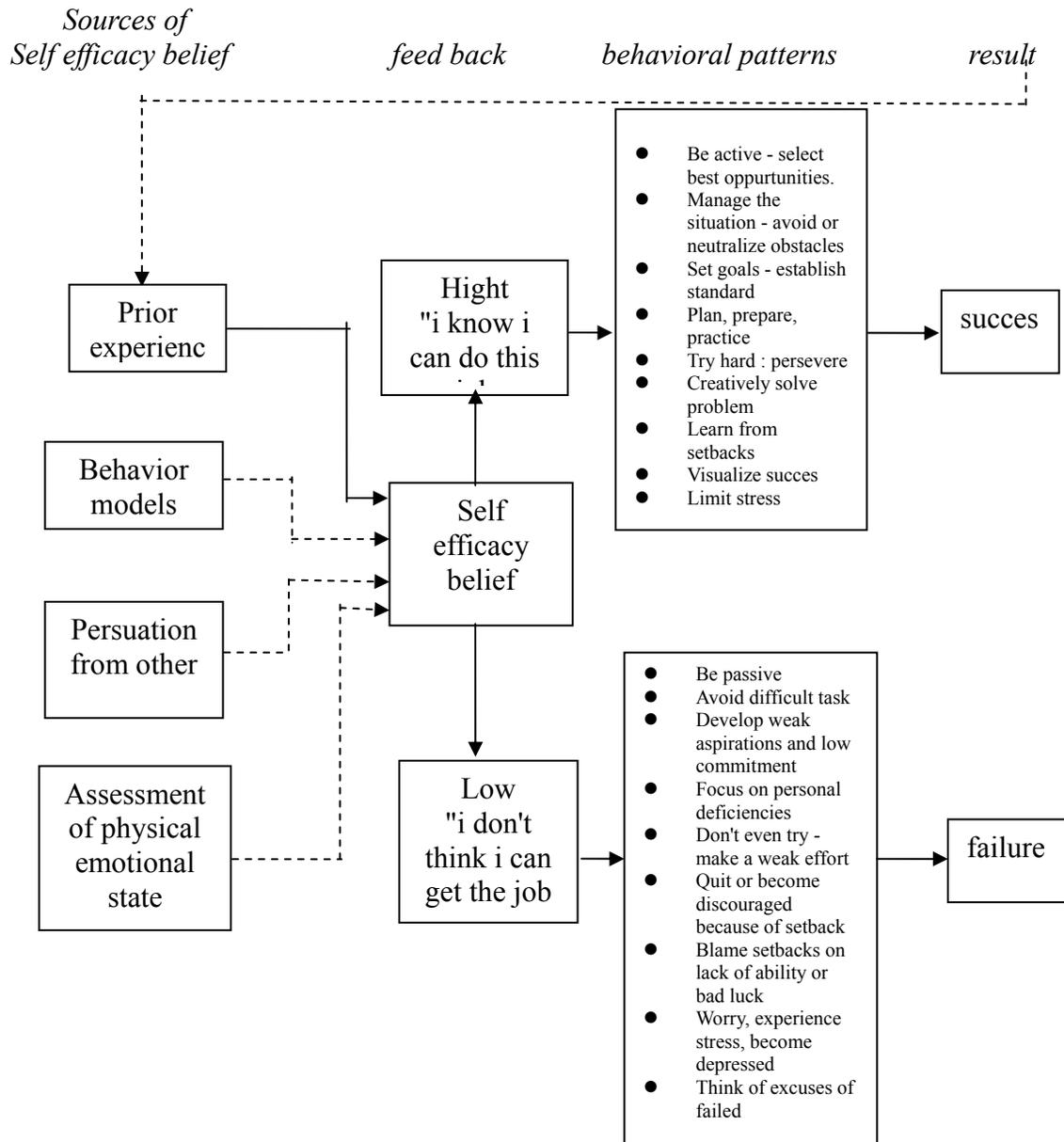
<sup>2</sup> Robert A. Baron & Donn Byrne, *psikologi sosial* (Jakarta : ERLANGGA, 2003) hlm. 183

<sup>3</sup> Ibid. Hlm. 183

<sup>4</sup> Howard S. Friedman & Miriam W. Schustack, *Kepribadian teori klasik dan Riset Modern jilid 1* (Jakarta : ERLANGGA, 2011) hlm. 272

<sup>5</sup> Syamsu Yusuf & Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian* (Bandung : PT REMAJA ROSDAKARYA, 2008) hlm.135

antara seseorang yang mempunyai *self efficacy* tinggi dan rendah, yang dapat dilihat pada bagan berikut :



Sources : Adapted from discussion in albert bandura, "regulation of cognitive processes through perceived Self -Efficacy, " developmental psychology, September 1989, pp. 729-35, and robert wood and Albert Bandura, "social cognitive theory of organizational management," Academi of Management Review, July 1989, pp. 361-84. <sup>6</sup>

<sup>6</sup> Robert kreitner & Angelo kinicki. 1989. *Organizational Behavior Second Edition*. Boston : Von Hofman press. Hlm.90

Dari bagan diatas dijelaskan perbedaan pola perilaku (*behavioral pattern*) antara seseorang yang mempunyai *self efficacy* tinggi dengan seseorang yang mempunyai self efficacy rendah sebagai berikut :

*self efficacy* tinggi :

- a. aktif memilih peluang terbaik
- b. Mampu mengelola situasi, menghindari atau menetralsisir hambatan
- c. Menetapkan tujuan, menetapkan standart
- d. Membuat Rencana, persiapan dan praktek
- e. Bekerja keras
- f. Kreatif dalam memecahkan masalah
- g. Belajar dari kegagalan
- h. Memvisualisasikan keberhasilan
- i. Membatasi stres

*Self efficacy* rendah :

- a) Pasif
- b) Menghindari tugas yang sulit
- c) Aspirasi lemah dan komitmen rendah
- d) Fokus pada kekurangan pribadi
- e) Tidak melakukan upaya apapun
- f) berkecil hati karena kegagalan
- g) Menganggap kegagalan adalah karena kurangnya kemampuan atau nasib buruk

- h) Mudah khawatir, stress dan menjadi depresi
- i) Memikirkan alasan untuk gagal.

Ketika penulis melakukan observasi di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro, penulis mengetahui beberapa kelas yang siswanya mempunyai prestasi akademik rendah yaitu mereka yang berada di kelas reguler salah satunya kelas VIIC. nilai raport mereka dibawah rata-rata kelas yang lain. Prestasi akademis yang dicapai merupakan salah satu indikator tinggi atau rendahnya *self efficacy* seseorang, sehingga Berdasarkan keterangan tersebut penulis menyimpulkan siswa kelas VIIC mempunyai *self efficacy* rendah.

Namun untuk mengukur *self efficacy* tidak cukup hanya melihat prestasi akademisnya saja masih ada beberapa aspek lain yang harus diperhatikan diantaranya kegigihan dalam mengerjakan tugas, kreatifitas dalam memecahkan masalah dan bagaimana menyikapi sebuah kegagalan. berdasarkan uraian tersebut penulis membuat angket untuk mengukur *self efficacy*. Setelah menyebarkan angket Akhirnya penulis menemukan siswa "X" yang mempunyai *self efficacy* rendah.

Menurut ibu Eni febriyani selaku guru BK kelas VIII beliau mengatakan bahwa siswa X tersebut anaknya pendiam dan hampir tidak pernah melanggar peraturan sekolah. Sedangkan menurut teman sekelasnya dia pendiam, jarang mengungkapkan pendapat di kelas kecuali jika sudah ditunjuk oleh guru, siswa tersebut jarang mengerjakan pekerjaan rumah (PR) sendiri dia sering mencontek PR temannya, ketika mendapatkan tugas matematika atau bahasa inggris dia

tidak akan mengerjakan dan hanya menunggu jawaban dari teman yang lebih pintar, selain itu dia juga jarang melaksanakan jadwal piket yang telah disepakati bersama.

Observasi awal dari informan penelitian bu Eni Febriani S.Pd selaku guru BK , beliau belum pernah memberikan bantuan apapun kepada siswa dengan *self efficacy* rendah tersebut. Untuk membantu siswa "X" yang mempunyai *self efficacy* rendah tersebut peneliti bekerjasama dengan konselor untuk memberikan terapi perilaku.

Menurut Gerald Corey terapi perilaku adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Terapi ini menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku kearah cara-cara yang adaptif.<sup>7</sup> tujuan dari terapi ini adalah penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif, meberi pengalaman belajar yang adaptif namun belum dipelajari dan menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar.

Adapun langkah-langkah dalam melaksanakan terapi ada empat tahap yaitu melakukan asesment (*assessment*), menentukan tujuan (*goal setting*), mengimplementasikan teknik (*technique implementation*) dan evaluasi dan mengakhiri konseling (*evaluation-termination*).<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi* (Bandung : PT Refika Aditama, 2010) hlm.193

<sup>8</sup> Gantina Komalasari dkk, *Teori dan teknik Konseling* (Jakarta : PT, Indeks, 2011) hlm. 157

Menurut Hackman dalam Latipun, terapi ini dapat mengatasi masalah-masalah klien yang mengalami berbagai hambatan perilaku seperti: pobia, cemas, gangguan seksual, penggunaan zat adiktif, depresi, gangguan kepribadian, serta sejumlah gangguan pada anak . Sedangkan menurut Rachman dan Wolpe dalam Latipun, menegaskan bahwa konseling behavioral tidak hanya mengatasi simptom yang bersifat permukaan saja, tetapi juga mengatasi masalah-masalah yang mendalam, bahkan dapat mengubah perilaku dalam jangka panjang. <sup>9</sup>

Corey dalam singgih D.Gunarsa, menyebutkan bahawa terapi perilaku didasarkan pada hasil eksperimen yang diperoleh dari pengalaman sistematik dasar-dasar teori belajar untuk membantu seseorang mengubah perilaku yang malasuai.<sup>10</sup>

Seseorang yang mempunyai *self efficacy* rendah menunjukkan beberapa perilaku yang dapat menghambat perkembangannya seperti mudah putus asa ketika mengalami sebuah kegagalan, kurangnya komitmen dalam mencapai tujuan yang diinginkan, dan menghindari tugas-tugas yang menantang. Dengan adanya terapi perilaku diharapkan bisa meningkatkan *self efficacy* siswa yang masih rendah.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Terapi Perilaku Untuk Meningkatkan *self efficacy* siswa (studi kasus pada

---

<sup>9</sup> Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang : UMM Press, 2011), hlm.95

<sup>10</sup> Singgih D.Gunarasa, *Konseling dan Psikoterapi* (Jakarta : PT BPK Gunung Mulia, 2011), .hlm 200

siswa X di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro)".

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka permasalahan yang akan diteliti dapat dirumuskan

1. Bagaimana identifikasi kasus pada siswa "X" dengan *self efficacy* rendah di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro?
2. Bagaimana diagnosis dan prognosis pada siswa "X" dengan *self efficacy* rendah di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro?
3. Bagaimana pelaksanaan terapi perilaku untuk meningkatkan *self efficacy* siswa "X" di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro?
4. Bagaimana evaluasi dan follow up melalui terapi perilaku dalam menangani siswa "X" dengan *self efficacy* rendah di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kondisi siswa "X" dengan *self efficacy* rendah di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro.
2. Untuk mengetahui kemungkinan penyebab dan penyelesaian masalah pada

siswa "X" dengan *self efficacy* rendah di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro.

3. Untuk mendiskripsikan proses pelaksanaan terapi perilaku dalam meningkatkan *self efficacy* siswa "X" di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro.
4. Untuk mengetahui evaluasi dan follow up pelaksanaan terapi perilaku dalam meningkatkan *self efficacy* siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

##### 1. Akademisi

Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya disiplin ilmu pendidikan bidang bimbingan dan konseling.

##### 2. Praktisi

###### a. Bagi guru

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pijakan bagi guru dan pihak sekolah untuk membantu dalam meningkatkan *self efficacy* siswa.

###### b. Bagi siswa.

Dapat menjadi bahan masukan untuk mewujudkan tujuan

pendidikan yang ingin dicapai dengan *self efficacy* yang tinggi.

## G. Definisi Konseptual

### a. Terapi perilaku

Menurut Gerald Corey terapi tingkah laku adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Terapi ini menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku kearah cara-cara yang adaptif.<sup>11</sup>

Langkah-langkah dalam melaksanakan terapi perilaku ada empat tahap yaitu melakukan asesment (*assessment*), menentukan tujuan (*goal setting*), mengimplementasikan teknik (*technique implementation*) dan evaluasi dan mengakhiri konseling (*evaluation-termination*).<sup>12</sup>

### b. *Self efficacy*

Jeanne Ellis Ormrod menyatakan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu.<sup>13</sup> Menurut Robert Kreitner dan Angelo Kinicki *Self efficacy* diklasifikasikan menjadi 2 yaitu *self efficacy* tinggi (*hight self efficacy*) dan *self efficacy* rendah (*low self efficacy*).<sup>14</sup>

---

<sup>11</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi* (Bandung : PT Refika Aditama, 2010) hlm.193

<sup>12</sup> Gantina Komalasari dkk, *Teori dan teknik Konseling* (Jakarta : PT, Indeks, 2011) hlm. 157

<sup>13</sup> Jeanne Ellis Ormrod, *psikologi pendidikan* (Jakarta : ERLANGGA, 2008) hlm. 20

<sup>14</sup> Robert kreitner & Angelo kinicki. 1989. *Organizational Behavior Second Edition*. Boston : Von Hofman press. Hlm.90

Pola perilaku seseorang yang mempunyai *self efficacy* tinggi yaitu aktif memilih peluang terbaik, mampu mengelola situasi, menghindari atau menetralkan hambatan, menetapkan tujuan, menetapkan standar, membuat rencana, persiapan dan praktek, bekerja keras, kreatif dalam memecahkan masalah, belajar dari kegagalan, memvisualisasikan keberhasilan, membatasi stres.

Sedangkan pola perilaku seseorang yang memiliki *self efficacy* rendah yaitu pasif, menghindari tugas yang sulit, aspirasi lemah dan komitmen rendah, fokus pada kekurangan pribadi, tidak melakukan upaya apapun, berkecil hati karena kegagalan, menganggap kegagalan adalah karena kurangnya kemampuan atau nasib buruk, mudah khawatir, stress dan menjadi depresi, memikirkan alasan untuk gagal.<sup>15</sup>

Perilaku siswa X yang mempunyai *self efficacy* rendah di Madrasah Tsanawiyah Negeri Kepohbaru Bojonegoro menunjukkan beberapa pola perilaku *self efficacy* rendah yaitu pasif, tidak bisa berkomitmen, menghindari tugas yang sulit, tidak melakukan upaya apapun, dan menganggap kegagalan adalah kurangnya kemampuan atau nasib buruk.

---

<sup>15</sup> ibid

## H. Sistematika Pembahasan

### Bab I Pendahuluan

Meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, definisi operasional dan sistematika pembahasan.

### Bab II Kajian Pustaka

Meliputi teori yang mendukung penelitian dan juga penelitian yang terkait yang meliputi: Teori tentang *self efficacy* (pengertian *self efficacy*, klasifikasi *self efficacy*, sumber-sumber *self efficacy*, dimensi-dimensi *self efficacy*, faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *self efficacy* ), teori tentang terapi perilaku ( pengertian terapi perilaku, hakikat manusia menurut terapi perilaku, teori kepribadian menurut terapi perilaku, teknik-teknik terapi perilaku, perilaku bermasalah menurut terapi perilaku, tujuan terapi perilaku, tahapan terapi perilaku, peranan konselor dalam terapi perilaku), teori tentang terapi perilaku untuk meningkatkan *self efficacy*.

### Bab III Metode Penelitian

Merupakan bab yang memuat metode penelitian serta cara pengolahan datanya yang meliputi: pendekatan dan jenis penelitian, waktu dan

tempat penelitian, informan penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data .

#### Bab IV Penyajian dan analisa data

Merupakan bab yang memaparkan dan menganalisa tentang Identifikasi kasus pada siswa "X" dengan *self efficacy* rendah, Diagnosis dan prognosis pada siswa "X" dengan *self efficacy* rendah, Pelaksanaan terapi perilaku pada siswa "X" dengan *self efficacy* rendah, Evaluasi dan *follow up* pada siswa "X" dengan *self efficacy* rendah.

#### Bab V Kesimpulan

Merupakan bab penutup yang berisi kesimpulan dan saran dari hasil penelitian.