# BIBLIOKONSELING SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN EFIKASI DIRI AKADEMIK SEORANG SISWI DI MTs MIFTAHUL ULUM BATURETNO SINGOSARI MALANG

#### **SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)



Oleh:

Madihah NIM. B53215051

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

JURUSAN DAKWAH

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2019

#### PERNYATAAN PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim,

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama

: Madihah

NIM

: B53215051

Alamat

: Jalan Masjid Gang II Nomor 230 RT/RW 003/004 Desa

Dengkol, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang, Provinsi

Jawa Timur

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.

- 2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan hasil plagiasi atas karya orang lain.
- 3. Apabila di kemudian hari terbukti atau skripsi ini dibuktikan sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, Juli 2019

METERAL STATE OF THE STATE OF T

Yang menyatakan,

MADIHAH NIM. B53215051

# LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama

: Madihah

NIM

: B53215051

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul

: Bibliokonseling Sebagai Upaya Meningkatkan Efikasi

Diri Akademik Seorang Siswi di MTs Miftahul Ulum

Baturetno Singosari Malang

Skripsi ini telah diperiksa oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 25 Juli 2019

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,

Drs. H. Cholil, M.Pd.I

NIP: 196506151993031005

#### PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Madihah ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 01 Agustus 2019 Mengesahkan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,

Dr. H. Ald Halim, M.Ag NIP: 196307251991031003

Penguji I,

<u>Drs. H. Cholil M.Pd.I</u> NIP: 196506151993031005

Penguji II,

Dr. Lukman Fahmi, S.Ag., M.Pd.

NIP: 197311212005011002

Penguji III,

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I., S.Pd., M.Pd., Kons.

NIP: 197708082007101004

Renguji IV,

Dr. Agus Santoso, S.Ag., M.Pd.

NIP: 197008251998031002



# KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300 E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

# LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akad	emika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:			
Nama	: Madihah			
	: B53215051			
	Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan dan Konseling Islam			
	ihadicha@gmail.com			
UIN Sunan Ampel  ☑ Sekripsi □  yang berjudul:	an ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah: Tesis   Desertasi  Lain-lain ()			
di MTs Miftahul U	llum Baturetno Singosari Malang			
Perpustakaan UIN mengelolanya dal menampilkan/mem akademis tanpa perpenulis/pencipta da	yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, am bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan publikasikannya di Internet atau media lain secara <i>fulltext</i> untuk kepentingan du meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai matau penerbit yang bersangkutan.  k menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN baya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta saya ini.			
Demikian pernyataa	n ini yang saya buat dengan sebenarnya.			
	Surabaya, 25 Juli 2019			
	Penulis			
	Marie			
	( MADIHAH )			

#### **ABSTRAK**

Madihah, 2019. Bibliokonseling sebagai Upaya Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Seorang Siswi di Mts Miftahul Ulum Baturetno Singosari Malang.

Fokus penelitian ini adalah 1) Bagaimana prosespenerapan Bibliokonseling sebagai upaya meningkatkan Efikasi Diri Akademik seorang Siswi di Mts Miftahul Ulum?, 2) Bagaimana hasil penerapanBibliokonseling untuk meningkatkan Efikasi Diri Akademik seorang Siswi di MTs Miftahul Ulum?

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan jenis studi kasus. Pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Analisis datanya deskriptif komparatif, yaitu peneliti membandingkan kondisi subjek penelitian dari sebelum dan sesudah proses konseling menggunakan Bibliokonseling sebagai upaya meningkatkan Efikasi Diri Akademik. Adapun subjek penelitiannya adalah seorang siswi kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Miftahul Ulum, Desa Baturetno, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang.

Proses konseling menggunakan tahapan umum prosedur konseling, yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, evaluasi dan *follow up*. Adapun pada tahap *treatment* menggunakan teknik kelola-minimal dan kelolaterapis. Peneliti menggunakan ringkasan novel dan cerpen melalui tahapan pemberian motivasi, memberikan waktu untuk membaca, merefleksi bacaan dan diskusi bacaan.

Hasil penelitian berdasarkan penyajian data dan analisis data dapat disimpukan bahwa Bibliokonseling berhasil meningkatkan Efikasi Diri Akademik seorang Siswi di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Ulum, yaitu subjek penelitian semakin bertambah penilaian dirinya terhadap kemampuan menghadapi mata pelajaran di sekolah, subjek sudah mulai bertahan lebih lama dan pantang menyerah saat mengerjakan soal-soal yang dianggap sulit, dan efikasi dirinya meningkat sehingga bisa menghadapi pelajaran dengan usaha dan keyakinan bahwa dirinya bisa.

Kata kunci: Bibliokonseling, Efikasi Diri Akademik, Siswi

# **DAFTAR ISI**

PERNYATAAN PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI	iii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	X
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	
C. Tujuan Penelitian	
D. Manfaat Penelitian	
E. Definisi Konsep	11
1. Bibliokonseling	
2. Efikasi Diri Akade <mark>mik</mark>	14
F. Metode Penelitian	17
Pendekatan dan Jenis Penelitian	17
2. Sasaran dan Lokasi Penelitian	18
3. Jenis dan Sumber Data	
4. Tahap-tahap Penelitian	19
5. Teknik Pengumpulan Data	20
6. Teknik Analisis Data	21
7. Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data	22
G. Sistematika Pembahasan	24
BAB II_BIBLIOKONSELING DAN EFIKASI DIRI AKADEMIK	26
A. Bibliokonseling	26
1. Pengertian	26
2. Sejarah	27
3. Konsep Dasar	30

4.	Prinsip, Tujuan dan Manfaat	32
5.	Teknik Bibliokonseling	34
6.	Prosedur dan Langkah Penerapan	37
B. E	fikasi Diri Akademik	40
1.	Pengertian	40
2.	Indikator	42
3.	Dimensi Efikasi Diri	43
4.	Sumber-sumber Efikasi Diri	44
5.	Proses Efikasi Diri	45
6.	Konsep Efikasi Diri	46
C. P	enelitian Terdahulu yang Relevan	50
	BIBLIOKONSELING SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN	
	SI DIRI AKADEMIK SEORANG SISWI DI MTs MIFTAHUL ULUM	
	ETNO SINGOSARI MALANG	
	Peskripsi Umum Obj <mark>ek Penelitian</mark>	
1.	Deskripsi Lokasi Penelitian	
a.	3	53
b	8	
C.		
d		
e.	3	
2.	Deskripsi Konselor	
a		
b		
3.	Deskripsi Konseli	
a	Identitas Konseli	62
b	Latar Belakang Keluarga	63
c.	Latar Belakang Pendidikan	64
d	Latar Belakang Ekonomi	65
e.	Latar Belakang Keagamaan	65
f.	Deskripsi Masalah Konseli	66

B. Deskripsi Hasil Penelitian	69
Proses Bibliokonseling Sebagai Upaya Meningkatkan Efikasi Diri Akademik	69
Hasil Penerapan Bibliokonseling Sebagai Upaya Meningkatkan Efika     Diri Akademik	
BAB IV ANALISIS BIBLIOKONSELING SEBAGAI UPAYA	
MENINGKATKAN EFIKASI DIRI AKADEMIK SEORANG SISWI DI MT	S
MIFTAHUL ULUM BATURETNO SINGOSARI MALANG	84
A. Analisis Proses Bibliokonseling Sebagai Upaya Meningkatkan Efikasi D	iri
Akademik	
B. Analisis Hasil Bibliokonseling Sebagai Upaya Meningkatkan Efikasi Di	ri
Akademik	. 91
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

# **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1 Struktur Kelembagaan	57
Tabel 3.2 Daftar Nama Guru	58
Tabel 3.3 Daftar Pelajaran, Kelas dan Alokasi Waktu	59
Tabel 3.4 Identitas Konselor	62
Tabel 3.5 Identitas Konseli	
Tabel 3.6 Proses Konseling	69
Tabel 3.7 Indikator Efikasi Diri	82
Tabel 4.1 Analisis Tahapan Bibliokonseling	87
Tabel 4.2 Indikator Perubahan Diri Konseli	Q.

#### BAB I

#### **PENDAHULUAN**

#### A. Latar Belakang Masalah

Sekolah merupakan lembaga yang mewadahi peserta didik agar bisa mendapat pengetahuan dan pendidikan, besosialisasi dengan teman sebaya, belajar secara mandiri maupun berkelompok yang dibimbing oleh guru. Lebih jauh lagi, bahkan pendidikan nasional menurut Undang-Undang berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan 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 yng demokratis serta bertanggung jawab. <sup>1</sup> Jika dihubungkan dengan kenyataan pendidikan di Indonesia, maka masih perlu pembenahan demi mencapai tujuan yang tertuang dalam pasal tersebut. Pendidikan dalam lingkup lembaga sekolah, dalam hal ini SMP terdapat masalah-masalah, salah satunya terkait peserta didik. Banyak hal-hal yang menjadi tantangan sekolah untuk memperhatikan lebih jauh tentang peningkatkan efikasi diri akademik peserta didik.

Efikasi diri, yaitu penilaian diri, apakah seseorang yakin bahwa ia

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional dalam Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan (Kemdikbud) Nomor 21 Tahun 2016 dalam kemdikbud.go.id diakses 25 Maret 2019 pukul 22:38.

mampu atau tidak dalam melakukan tindakan secara baik dan memuaskan. Dengan kata lain, efikasi diri adalah penilaian kemampuan diri sendiri.<sup>2</sup> Maka dari itu, tujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik yang tercantum dalam undang-undang juga ada kaitannya dengan efikasi diri akademik, bagaimana peserta didik menemukan dan memaksimalkan potensinya agar bisa berprestasi.

Berdasarkan hasil penelitian jurnal psikologi Universitas Gadjah Mada, nilai Ujian Nasional SMP berperan terhadap prestasi akademik di SMA. Hal ini bisa juga dimaknai bahwa prestasi akademik yang dicapai saat akir SMA juga dipengaruhi oleh potensi kognitif yang unggul semenjak baru masuk SMA. Penelitian ini mengarah pada keterlibatan siswa dalam mencapai prestasi akademik. Sedangkan untuk mencapai prestasi akademik, siswa juga dipengaruhi oleh kompetensi emosi yang berperan penting dalam proses belajar di sekolah. Salah satu yang termasuk dalam kompetensi emosi itu adalah efikasi diri.<sup>3</sup>

Selain itu, seseorang dengan efikasi diri tinggi memiliki pandangan bahwa dirinya sanggup menangani dengan baik pengalaman dari peristiwa dalam kehidupannya, ia percaya pada kemampuan diri serta bisa mengatasi hambatan dalam hidup secara efektif. Sedangkan bagi individu dengan efikasi diri rendah merasa kurang mampu atau bahkan tidak sanggup

 $^2$  Gantina Komalasari, dkk,  $\it Teori~dan~Teknik~Konseling$  (Jakarta: Indeks, 2011), hal. 150-151.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> I Wayan Dharmayana, "Keterlibatan Siswa (*Student Engagement*) sebagai Mediator Kompetensi Emosi dan Prestasi Akademik", *Jurnal Psikologi*, Vol. 39, No. 1, (Juni 2012), hal. 90.

mengendalikan kehidupannya serta kurang percaya diri karena mengira bahwa semua upayanya tidak ada harganya.<sup>4</sup> Padahal jika menggunakan dasar alquran:

Yang artinya: "Dan Allah SWT mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu-pun, dan Dia memberimu pendengaran, penglihatan, dan hati nurani, agar kamu bersyukur." (QS. An-Nahl: 78)

Maksud dari ayat tersebut menurut Tafsir Ibnu Katsir dalam Alquran the Wisdom ialah bahwa ketika manusia lahir, dia hanya bisa menangis tanpa mengetahui apa-apa, tapi Allah SWT menganugerahkan pendengaran, mata dan akal untuk memahami segala sesuatu. Kekuatan telinga, mata dan akal akan berkembang sesuai dengan proses pertumbuhan manusia. Setiap kali manusia mengalami proses pertumbuhan, maka kekuatan pancaindra dan akalnya akan tumbuh hingga mencapai tingkat kematangan tertentu. Perkembangan ini dipengaruhi lingkungan dan proses pembelajaran. Dari sini bisa disimpulkan bahwa saat peserta didik memaksimalkan potensi diri, mengerti bahwa Allah SWT telah menganugerahkan kekuatan pancaindra dan akal, maka ia akan percaya potensinya tersebut bisa menyadarkan bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu dengan baik, termasuk yang menyangkut akademiknya.

Peserta didik yang memiliki efikasi diri rendah cenderung menghindari tugas, aagu-ragu akan kemampuan diri sendiri, memandang

٠

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Sumardjono Padmomartono, *Teori Kepribadian* (Yogyakarta: Ombak, 2016), hal. 97.

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Alquran Alkarim The Wisdom (Bandung: Al Mizan Publishing House, 2014), hal. 551.

ancaman pada tugas yang sulit, lamban dalam membenahi diri saat mendapat kegagalan, aspirasi dan komitmen pada tugas lemah, tidak berpikir tentang cara menghadapi masalah, dan tidak suka mencari situasi baru. 6 Jika peserta didik tidak masuk dalam ciri-ciri tersebut, maka bisa menghambat prestasi akademik atau pada mata pelajaran tertentu di sekolah. Banyak peserta didik di tingkat SMP yang masih tidak yakin dengan kemampuan diri dalam proses mengerjakan tugas. Mereka tidak percaya dengan kemampuan diri yang akhirnya berdampak pada prestasi akademiknya, padahal mereka adalah pelaku utama yang bisa mewujudkan tujuan pendidikan di Indonesia. Demikian juga yang terjadi pada salah satu siswi MTs Miftahul Ulum Baturetno Singosari Malang. Siswi (konseli) bernama Afi (nama samaran) dan sedang menempuh pendidikan di kelas VIII Madrasah Tsanawiyah, ia sering kali takut dan menganggap bahwa dirinya tidak bisa mengerjakan tugas mata pelajaran Bahasa Inggris dengan baik. Ia berkali-kali bilang bahwa dirinya tidak bisa. Ia juga tidak percaya diri terhadap tugas yang akan dikerjakan. Ketika ia mendapat tugas dari guru, ia selalu takut jika nanti semua yang dikerjakan salah. Rasa tidak percaya diri karena takut salah itu sering dialami konseli. Hal tersebut berdampak pada jeleknya hasil ujian atau tugas-tugas yang diberikan oleh gurunya.

-

<sup>&</sup>lt;sup>6</sup>Hara Permana, Farida Harahap, Budi Astuti, "Hubungan Aantara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX DI MTs Al Hikmah Brebes", *Jurnal Hisbah*, Vol. 13, No. 1, (Desember, 2016), hal. 59.

Kebutuhan masyarakat akan penguasaan bahasa Inggris semakin pesat karena banyak sumber ilmu pengetahuan menggunakan bahasa Inggris sebagai pengantar dalam instansi pendidikan. <sup>7</sup> Orang yang menguasai bahasa asing memiliki nilai tambah dalam pengetahuan, keterampilan akademik dan sosial, kelincahan verbal dan kesiapan memasuki suatu konteks pergaulan multibahasa dan multibudaya. <sup>8</sup> Ilmu pengetahuan dan teknologi juga ditulis dalam Bahasa Inggris atau bahasa asing lain, sehingga kemampuan dalam bahasa asing adalah jalan untuk orang Indonesia agar bisa mendapat ilmu pengetahuan yang lebih luas. Oleh karena itu, penguasaan bahasa asing menjadi penting karena masyarakat Indonesia akan dapat berinteraksi dalam masyarakat global. Hal inilah yang bisa menjadi pertimbangan bahasa Inggris dan bahasa asing lainnya penting untuk dikenalkan maupun diajarkan di sekolah. <sup>9</sup>

Di sisi lain, menurut BBC Indonesia, pada awal tahun 2018, ada penelitian di MIT<sup>10</sup> menggunakan kuis daring (dalam jaringan) yang diikuti kurang lebih 670.000 orang dengan hasil bahwa usia terbaik untuk memulai

<sup>&</sup>lt;sup>7</sup>Annisa Dwi Pujiyati, "Kedudukan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris Sebagai Penghela Ilmu Pengetahuan di Era Globalisasi (Position of Indonesian and English Language as A Developer of Knowledge Science in The Era of Globalization)", Jurnal Bahasa Indonesia FKIP Universitas Sebelas Maret Surakarta, hal. 4.

<sup>&</sup>lt;sup>8</sup>Ellys J, terjemahan oleh tim, *Kiat-kiat Meningkatkan Potensi Belajar Anak* (Bandung: Pustaka Hidayah, tt), hal. 177.

<sup>&</sup>lt;sup>9</sup> Iman Santoso, "Pembelajaran Bahasa Asing di Indonesia: Antara Globalisasi dan Hegemoni", *Jurnal Bahasa dan Sastra Pendidikan Bahasa Jerman Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Yogyakarta*, Vol. 14, No.1, (April, 2014), hal. 9.

Lisensi MIT adalah lisensi perangkat lunak bebas permisif dari Massachusetts Institute of Technology (MIT). Sebuah institusi riset swasta dan universitas di kota Cambridge, Amerika Serikat.

menguasai bahasa Inggris seperti penutur asli adalah 10 tahun. <sup>11</sup> Berbeda dengan *Tirto* yang menyebutkan bahwa yang tepat adalah usia dewasa berdasarkan penelitian dari Sara Verman "No Childhood Advantage in the Acquisition of Skill in Using an Artificial Language Rule". Adapun yang terlibat dalam penelitian tersbut mulai usia 8 tahun, 12 tahun dan dewasa. Anak 8 tahun menjadi usia terbawah dalam memproduksi dan menilai di item yang disediakan, dan yang paling tinggi perolehannya adalah usia dewasa. Orang dengan usia dewasa bisa memahami bahasa, sedangkan anak-anak hanya bisa mendengarkan penutur asli lalu meniru, mereka butuh waktu lebih banyak untuk memahami. <sup>12</sup> Dengan demikian, mata pelajaran Bahasa Inggris memiliki efek baik jika peserta didik, khususnya konseli mempunyai efikasi diri yang tinggi di bidang ini. Oleh karena itu, upaya untuk membuat konseli agar bisa meningkatkan efikasi diri akademik dalam bidang Bahasa Inggris juga menjadi hal penting.

Salah satu upaya untuk memecahkan masalah peserta didik agar bisa efektif dalam belajar di sekolah dengan pelayanan bimbingan di sekolah yang salah satunya ada pelayanan pembelajaran. Pada pelayanan ini bertujuan agar konseli bisa mengembangkan diri, baik mengenai sikap, kebiasaan belajar, materi belajar yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajar, dan lain-lainnya. Blum dan Balinsky dalam Bimo (1973)

<sup>&</sup>lt;sup>11</sup> Sophie Hardach, *Kapan usia terbaik untuk belajar bahasa asing*?(https://www.bbc.com/indonesia/vert-fut-45993835, diakses 02 Juli 2019 pukul 20.46)

<sup>&</sup>lt;sup>12</sup> Febriansyah, *Kapan Usia yang Tepat Belajar Bahasa Inggris?*(https://tirto.id/daUT, diakses 02 Juli 2019 pukul 22.07)

<sup>&</sup>lt;sup>13</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta,

juga membahas bahwa anak yang berusia kurang lebih 14 tahun itu persoalan yang muncul selalu berhubungan dengan pendidikan dan pengajaran. Anak mengalami kessulitan dalam mengikuti pelajaran dan kurang mampu menyelesaikan tugas-tugas. Namun sekolah wajib mengetahui intelegensi dan kemapuan mereka, baik saat mengikuti pelajaran atau menyesuaikan diri. Nantinya, konselor bisa dibantu oleh guru kelas untuk menemukan permasalahan anak didiknya. Guru juga memiliki peran penting untuk memajukan peserta didik agar memiliki rasa kebersamaan dalam efikasi diri. Tujuannya untuk mengemban misi akademik dengan kenyataan di masyarakat saat ini bahwa masih banyak rendahnya prestasi peserta didik. 15

Rendahnya prestasi juga disebabkan karena efikasi diri yang rendah. Efikasi diri rendah jika tidak ditangani maka akan mempengaruhi prestasi akademik yang juga menurun. Pada kasus ini, peneliti perlu membantu menyelesaikan masalah untuk meningkatkan efikasi diri siswi dengan menggunakan media bibliokonseling. Bibliokonseling merupakan salah satu media bahan cetak. Isinya menyajikan pesan melalui huruf dan gambargambar. Huruf dan gambar bisa juga diilustrasikan untuk lebih memperjelas pesan. 16 contoh jenis media cetak ini adalah buku teks yang membahas cara

-

<sup>2008),</sup> hal. 10.

<sup>&</sup>lt;sup>14</sup>Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karier* (Yogyakarta: Andi Offset, 2010) hal. 28.

<sup>&</sup>lt;sup>15</sup> Sumardjono Padmomartono, *Teori Kepribadian*, hal. 98.

<sup>&</sup>lt;sup>16</sup> Pudji Rahmawati, *Media Bimbingan dan Konseling* (http://www.digilib.uinsby.ac.id., diakses 25 Maret 2019 pukul 23:28).

memecahkan masalah atau mengembangkan diri. Melalui buku, penelitian tertarik menggunakan buku sastra (fiksi) karena responsi peserta didik di tingkat SMP terhadap sastra adalah 1) Lebih terampil berbahasa dan lebih mantap menggarap abstraksi-abstraksi (mendapatkan pengertian melalui penyaringan terhadap peristiwa), 2) Perasaan mereka mengenai buku dikaitkan dengan aspek-aspek penulisan yang sudah dikenal, 3) Mereka sudah beranjak ke arah persepsi yang lebih analis terhadap cerita-cerita. <sup>17</sup> Jadi, mereka sudah bisa mengintervensi diri mereka sendiri ke dalam suatu bacaan, baik yang berkaitan dengan keterampilan berbahasa, perasaan yang terhubung dengan bacaan, menentukan pilihan hidup, dan memahami isi cerita beserta pengetahuan yang ia dapatkan dari buku.

Peserta didik akan memilih buku-buku fiksi yang ada kaitannya dengan perkembangan diri, permasalahan yang dihadapi maupun cerita yang akan dijadikan pijakan dalam melakukan sesuatu. Di samping dengan pengawasan dan arahan dari guru atau konselor sekolah atas buku-buku yang mereka pilih. Buku punya pengaruh yang cukup banyak terhadap siapapun yang membacanya. *Tirto* dalam Nancy, David, dan Laurie menguraikan bahwa kemampuan akademik peserta didik ditentukan oleh kemampuan membaca. Kemampuan membaca yang rendah berakibat buruk terhadap kemampuan matematika, tetapi jika sebaliknya, kemampuan matematika tidak berpengaruh dengan kemampuan membaca. <sup>18</sup>

Henry Guntur Taringan, *Dasar-dasar Psikosastra* (Bandung: Angkasa, 1995), hal. 107.
 Dea Anugerah, *Membaca Menentukan Masa Depan* (https://tirto.id/membaca-menentukan-masa-depan-cmCf, diakses28 Maret 2019 pukul 00.30).

Membaca juga termasuk perintah Allah SWT dalam surat Al-Alaq, ayat pertama,

yang artinya "Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan."

Ayat ini tidak menjelaskan hal apa saja yang harus dibaca. Alquran menghendaki umatnya membaca apa saja, asal disertai *bismi Rabbik*, maksudnya dilandasi semangat ketuhanan dan bermanfaat untuk kemanusiaan. <sup>19</sup>Berdasarkan tulisan M. Quraish Shihab yang diterbitkan di *Tirto*, ia mengatakan bahwa Syeikh 'Abdul Halim Mahmud, mantan pemimpin tertinggi di AlAzhar Mesir, yang juga gurunya tersebut pernah mengatakan: "Membaca disini adalah lambang dari segala apa yang dilakukan oleh manusia, entah aktif atau pasif. Kalimat tersebut bisa bermaknsa 'bacalah demi Tuhanmu, bergeraklah demi Tuhanmu, bekerjalah demi Tuhanmu'. <sup>20</sup>

Membaca buku juga ada manfaatnya, antara lain bisa menumbuhkan saraf di kepala, menggabungkan banyak aktivitas penting dan menemukan hal baru.<sup>21</sup> Bibliokonseling dengan menggunakan buku fiksi ini memiliki manfaat, antara lain menambah kekayaan kecendekian dan kerohanian.<sup>22</sup>

<sup>20</sup> M. Quraish Shihab, *Memahami Kata "Iqra" dan Pelajaran Membaca dari Abbas Mahmud* (https://tirto.id/memahami-kata-iqra-dan-pelajaran-membaca-dari-abbas-mahmud-cqGX, diakses 28 Maret 2019 pukul 01.08).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

<sup>&</sup>lt;sup>19</sup> Alguran Alkarim The Wisdom, hal. 1195.

<sup>&</sup>lt;sup>21</sup> Hernowo, *Andaikan Buku itu Sepotong Pizza: Rangsangan baru untuk Melejitkan Word Smart* (Bandung: Kaifa, 2013), hal. 23.

<sup>&</sup>lt;sup>22</sup> Alif Danya Munsyi, *Menjadi Penulis? Siapa Takut!* (Bandung: Mizan Pustaka, 2014), hal. 10.

Adapun fiksi dengan cerita-cerita yang sesuai dengan permasalahan atau kondisi konseli bisa dijadikan media belajar, caranya dengan memahami karakter dalam cerita sebagai model belajarnya, alur perjuangan tokoh mulai awal sampai akhir cerita. Dengan demikian, peneliti ingin menggunakan media bibliokonseling sebagai upaya meningkatkan efikasi diri akademik seorang siswi kelas VIII MTs Miftahul Ulum Baturetno Singosari Malang.

#### B. Rumusan Masalah

Berlanjut dari masalah di atas, maka rumusannya adalah sebagai berikut:

- 1. Bagaimana prosesspenerapan Bibliokonseling sebagai upaya meningkatkan Efikasi Diri Akademik seorang Siswi di MTs Miftahul Ulum?
- 2. Bagaimana hasil penerapanBibliokonseling untuk meningkatkan Efikasi Diri Akademik seorang Siswi di MTs Miftahul Ulum?

#### C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan adanya penelitian ini adalah:

- Mengetahui proses Penerapan Bibliokonseling sebagai upaya meningkatkan Efikasi Diri Akademik seorang Siswi di MTs Miftahul Ulum.
- 2. Mengetahui hasil Penerapan Bibliokonseling sebagai upaya

meningkatkan Efikasi Diri Akademik seorang Siswi di MTs Miftahul Ulum.

#### D. Manfaat Penelitian

## 1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan Memberi wawasan bagi calon konselor tentang penggunaan bibliokonseling sebagai proses terapi untuk meningkatkan efikasi diri akademik seorang siswi.
- b. Sebagai sumber informasi dalam referensi tentang pengaplikasian bibliokonseling, khususnya untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswi di sekolah.

#### 2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini bisa dijadikan rujukan dalam membantu meningkatkan efikasi diri siswi melalui bibliokonseling.
- b. Bagi konselor, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu teknik yang bisa diterapkan dalam menangani efikasi diri akademik yang rendah.

# E. Definisi Konsep

1. Bibliokonseling

Bibliokonseling adalah terapi yang digunakan oleh konselor dengan cara berbagi bacaan atau wacana untuk memecahkan masalah konseli. <sup>23</sup> Informasi-informasi bisa diperoleh melalui

<sup>&</sup>lt;sup>23</sup> Ria Mawarnita, "Bimbingan Konseling Islam dengan Bibliotherapy dalam Meningkatkan

kegiatan membaca. Bibliokonseling dapat memberikan pengaruh bagi konseli untuk mengatasi masalah efikasi diri. <sup>24</sup> Melalui membaca, maka seseorang akan mendapatkan banyak hal sesuai dengan ayat Alquran surat Al Alaq. Mulai ayat pertama sampai kelima ada penjelasan perihal proses membaca,

"Bacalah! Dengan nama Tuhanmu yang mencipta. Menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah! Dan Tuhan engkau itu adalah Maha Mulia. Dia yang mengajarkan dengan qalam. Mengajari manusia apa-apa yang dia tidak tahu." (QS. Al-Alaq: 1-5)

Pada ayat pertama, Allah SWT memerintahkan manusia untuk membaca, dalam artian mempelajari, meneliti, dan sebagainya. Materi bacaannya meliputi ayat-ayatnya yang tersurat (qauliyah) dan yang tersirat (kauniyah). Membaca diawali dengan menyebut nama Allah SWT karena tujuan membaca adalah agar ilmu bermanfaat dan diridai Allah SWT. <sup>25</sup>Dan pada ayat kedua Allah yang Maha Kuasa menciptakan segumpal darah menjadi manusia agar bisa hidup dan berpikir. <sup>26</sup> Kemudian pada ayat ketiga,

<sup>24</sup> Herlina. Bibliotherapy (Terapi Melalui Buku), *Edulib*, Tahun 2, Vol 2, No. 2, (November 2012), hal. 187-188.

-

Pola Asuh Orangtua Anak Tunagrahita Ringan di Siwalankerto" (Skipsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2015), hal. 6.

 <sup>&</sup>lt;sup>25</sup>Perpustakaan Nasional RI, *Alquran dan Tafsirnya* (Jakarta: Widya Cahaya, 2011), hal. 720.
 <sup>26</sup>Syekh Ahmad Musthafa Al Maraghi, *Tarjamah Tafsir Al Maraghi Juz 30*. Terjemah oleh

Allah meminta manusia membaca lagi, artinya membaca akan membuahkan ilmu dan iman. Hal tersebut harus dilakukan berkalikali, minimal dua kali. Manusia akan menemukan bahwa Allah Maha Pemurah, Ia akan mencurahkan pengetahuanNya kepada manusia serta memperkokoh iman. Kemudian pada ayat keempat, terdapat bentuk dari kepemurahan Allah, yakni mengajari manusia agar mampu menggunakan alat tulis. Dengan kemampuan menggunakan alat tulis, manusia bisa menuliskan temuannya yang bisa dibaca oleh semua orang dan dapat dikembangkan.<sup>27</sup> Dan pada ayat keempat dan kelima, ada dua acara yang ditempuh Allah SWT dalam mengajarkan manusia. Pertama melalui pena (tulisan) yang harus dibaca oleh manusia dan yang kedua melalui pengajaran secara langsung tanpa alat. Cara yang kedua ini dikenal dengan istilah ilm' ladunny. 28 Dengan demikian, proses bibliokonseling pada penelitian kali ini melalui perantara tulisan seseorang dan konseli harus berusaha membaca terlebih dahulu, memahami bacaan, untuk kemudian mendapatkan pelajaran dari materi bacaan.

Bibliokonseling dapat menjadi terapi bagi konseli dengan cara membaca tentang orang lain yang sudah berhasil mengatasi masalah seperti hanya yang ia alami, dalam penelitian kali ini

M. Thalib (Bandung: CV Rosda, 1987), hal. 240.

<sup>&</sup>lt;sup>27</sup>Perpustakaan Nasional RI, Alquran dan Tafsirnya, hal. 721.

<sup>&</sup>lt;sup>28</sup>M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Mishbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2006), hal. 402.

membaca tentang orang dalam sebuah karakter di buku fiksi. <sup>29</sup> Pembaca akan memasuki peran atau tokoh, lalu seperti mengalami sendiri contoh kehidupan tokoh dalam cerita. Fiksi yang baik memberikan konseli model yang dapat membantu agar bisa menyelesaikan masalahnya. <sup>30</sup>

Sesuai dengan latar belakang permasalahan, konselor akan memberikan buku yang sesuai dengan permasalan konseli. Buku yang digunakan adalah novel Negeri 5 Menara karya dari Ahmad Fuadi dan cerpen Usaha dan Kerja Kerasku karya Aldi Masda. Tujuan dari bibliokonseling adalah memanfaatkan media buku, media audio, visual, audio-visual untuk aktivitas terapi, membimbing, diskusi, serta menunjukkan perkembangan berpikir seseorang, diskusi, serta menunjukkan perkembangan berpikir akademik konseli.

#### 2. Efikasi Diri Akademik

Efikasi diri adalah keyakinan seseorang akan kemampuan dirinya untuk melakukan tugas atau tindakan untuk mencapai hasil tertentu. Efikasi diri berkaitan dengan usaha menjalankan tugas. Orang dengan efikasi diri tinggi akan mengeluarkan usaha lebih

30 Herlina, *Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak dan Remaja melalui Buku* (Bandung: Pustaka Cendekia Utama, 2013), hal. 01.

<sup>&</sup>lt;sup>29</sup> Herlina, Bibliotherapy (Terapi Melalui Buku), hal. 187.

<sup>&</sup>lt;sup>31</sup> Susanti Agustina, *Biblioterapi untuk Pengasuhan Membangun Karakter Anak dengan Kisah* (Jakarta: Noura Publishing, 2017), hal. 53.

banyak ketika menhadapi kesulitan, ia akan bertahan dalam suatu tugas. Mereka juga memiliki keterampilan untuk menyelesaikan tugas tersebut. Efikasi diri juga sangat berpengaruh terhadap motivasi dan prestasi.<sup>32</sup>

Tokoh yang memperkenalkan efikasi diri adalah Albert Bandura. Menurutnya, struktur kepribadian manusia terdiri dari: sistem diri (*self system*), regulasi diri (*self regulation*), efikasi diri (*self effication*) dan efikasi kolektif (*collective efficacy*). <sup>33</sup>Nantinya, konseli akan belajar melalui model dan ada faktor yang harus berproses dalam terapinya, yaitu: 1) Perhatian, mencakup peniruan dan pengamatan terhadap model/tokoh, 2) Penyimpanan, proses mengingat secara simbolis, 3) Reproduksi motorik, konseli memiliki kemampuan fisik untuk meniru model, 4) Motivasi, ada dorongan yang mengharuskan konseli meniru model. <sup>34</sup>

Efikasi diri bisa berpengaruh pada mata pelajaran tertentu. Saat seseorang memiliki efikasi rendah di bidang Bahasa Inggris, bisa jadi ia memiliki efikasi yang tinggi di bidang matematika. Jadi, efikasi diri bersifat *domain-spesific*, yang artinya seseorang memiliki efikasi diri yang berbeda untuk hal yang berbeda. <sup>35</sup> Seperti

-

<sup>&</sup>lt;sup>32</sup>Suyoto, "Peran Guru BK dalam Meningkatkan Efikasi Diri Peserta Didik dalam Belajar" (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Palangka Raya, 2015), Hal. 8-9.

<sup>&</sup>lt;sup>33</sup>Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, hal. 150-151.

<sup>&</sup>lt;sup>34</sup>Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 105.

<sup>&</sup>lt;sup>35</sup> Howard S. Friedman & Miriam W. Schustack, *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern*. Terjemahan oleh Fransiska, Maria, Andreas (Jakarta: Erlangga, 2016), hal. 272.

konseli yang memiliki efikasi diri rendah di mata pelajaran Bahasa Inggris, tetapi pada pelajaran lain ada yang efikasi dirinya tinggi, seperti matematika dan IPA. Pada mata pelajaran Bahasa Inggris, konseli sangat ragu-ragu dalam mencari makna kata demi kata secara mandiri, akhirnya hal tersebut membuat konseli sering bergantung kepada teman atau guru setiap ada tugas yang harus dikerjakan. Konseli kesulitan pada bagian pronunciation, teknik melafalkan kosakata Bahasa Inggris. Konseli juga kesulitan saat listening, yaitu saat didekte guru kemudian ditambah lagi dengan menuliskan hasil *listening*-nya tersebut, maka konseli akan kebingungan dalam hal writing yang sesuai dengan tulisan Bahasa Inggris, karena beda secara lisan, beda pula secara tulisan. Dan yang terakhir, karena Bahasa Inggris tingkat SMP atau MTs masih tidak boleh diajarkan tenses, jadi cara mengajar guru adalah dengan menjelaskan sebuah dialog, cerita, dan lain-lain tanpa dijelaskan apa itu tenses dan macam-macamnya. Pada saat guru menjelaskan-pun ia masih sulit menangkap dan sulit mengingat arti maupun maksud. Semua hal tersebut yang menyebabkan efikasi dirinya rendah dan ia merasa tidak bisa dan tidak suka dengan mata pelajaran satu ini. Ditambah lagi, hasil rapor konseli pada pelajaran Bahasa juga masih jelek. Dengan demikian, konseli akan melalui proses membaca dalam jangka waktu yang ditentukan, kemudian mengambil sifatsifat penting dari sang tokoh pada materi bacaan, kemudian mengaplikasikan dalam belajar Bahasa Inggris. Pada akhirnya, efikasi diri konseli meningkat dan dia akan berusaha untuk belajar. Selain itu, nilai atau prestasinya juga bisa lebih baik lagi pada bidang Bahasa Inggris.

#### F. Metode Penelitian

# 1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Peneliti menggunakan metode kualitatif. Menurut Bogdan dan Taylor dalam Lexy (1975: 5) metode kualitatif akan menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. <sup>36</sup> Metode ini bertujuan untuk memahami fenomena yang dialami subjek penelitian. Penelitian dilakukan dengan mendeskripsikan data dalam kata-kata dan bahasa. <sup>37</sup>

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan studi kasus. Andi Mappiare menjelaskan bahwa tipe studi yang memahami secara mendalam terhadap subjek dan permasalahan subjek yang sedang dalam proses bantuan (*helping*) dengan maksud agar menemukan cara penyesuaian teknik dalam membantu seseorang, atau untuk mendukung pembelajaran dinamakan studi kasus profesi. <sup>38</sup> Dengan mempelajari seorang individu, peneliti bertujuan

4.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

<sup>&</sup>lt;sup>36</sup> Lexy. J. Moleong, *Metode Peneltian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015, hal.

<sup>&</sup>lt;sup>37</sup> Lexy. J. Moleong, *Metode Peneltian Kualitatif*, hal. 6.

<sup>&</sup>lt;sup>38</sup> Andi Mappiare, Tipe-tipe Metode Riset Kualitatif untuk Eksplanasi Sosial Budaya dan

memberikan pandangan yang lengkap dan mendalam mengenai subjek yang diteliti.<sup>39</sup>

Studi kasus nantinya disusun untuk mengilustrasikan atau menggambarkan kasus yang unik dan perlu dideskripsikan. 40 Oleh karena itu nantinya kasus atau masalah konseli dengan efikasi diri akademik yang rendah akan digali pemahaman secara mendalam melalui beragam bentuk pengumpulan data.

# 2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Sasaran penelitian ini adalah seorang siswi kelas VIII MTs Miftahul Ulum di Desa Baturetno, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang, Provinsi Jawa Timur..

#### 3. Jenis dan Sumber Data

Menurut Lofland dan Lofland dalam Lexy (1984: 47) sumber data kualitatif paling utama ialah kata-kata, dan tindakan, selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan lainlain. <sup>41</sup> Penelitian ini menggunakan jenis sumber data primer dan sekunder.

Sumber primer adalah sumber utama yang secara langsung

<sup>39</sup> Deddy Mulyana, *Metode Kualitatif* (Bandung: Rajawali Press, 2008), hal. 201.

Bimbingan Konseling (Malang: Elang Mas, 2013), hal. 134.

<sup>&</sup>lt;sup>40</sup> John W. Creswell, *Penelitian Kualitatif dan Desain Riset*. Terjemhan oleh Ahmad Lintang Lazuardi(Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), hal. 137.

<sup>&</sup>lt;sup>41</sup> Lexy. J. Moleong, *Metode Peneltian Kualitatif*, hal. 157.

memberikan data kepada pengumpul data atau peneliti.<sup>42</sup> Jadi yang menjadi subjek adalah konseli langsung, yaitu siswi kelas VIII MTs Miftahul Ulum. Sumber data sekunder yaitu sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data atau peneliti, misalnya lewat orang lain atau dokumen.<sup>43</sup>

# 4. Tahap-tahap Penelitian

## a. Tahapan Pra Lapangan

Tahapan ini dimulai dari memilih lokasi penelitian, memanfaatkan informan, menyiapkan perlengkapan-perlengkapan untuk di lapangan/lokasi penelitian. <sup>44</sup>Peneliti menemukan bahwa ada siswi yang memiliki masalah sesuai dengan latar belakang, maka peneliti memutuskan untuk melanjutkan fokus permasalahan untuk dicarikan terapi, kemudian meminta izin kepada pihak sekolah untuk melaksanakan penelitian, dan memilih nforman yang ada, serta menyiapkan perlengkapan seperti alat dokumentasi, pedoman wawancara, dan lain-lainnya untuk mencari data.

# b. Tahap Pekerjaan Lapangan

Pada tahap ini peneliti menyiapkan diri baik secara

<sup>&</sup>lt;sup>42</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012), pet-15, hal 225

<sup>&</sup>lt;sup>43</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, hal. 225.

<sup>&</sup>lt;sup>44</sup> Lexy. J. Moloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, hal. 127-128.

fisik maupun mental. Kemudian baru beranjak pada tahap memasuki lapangan. Di sini peneliti mulai mengenali konseli dan semua hal yang berhubungan dengan dunia konseli, karena konseli juga sering menggunakan Bahasa Jawa, maka peneliti juga lebih banyak menyesuaikan dengannya agar konseli tidak merasa gugup dan takut saat berinteraksi dengan peneliti. Peneliti juga berperan serta mengumpulkan data, artinya peneliti juga ikut masuk ke dalam budaya dan kondisi konseli, entah di lingkungan sekolah maupun rumahnya. Tapi juga harus mempertimbangkan keterbatasan waktu, tenaga dan biaya sehingga tidak sampai mengikuti seluruh kegiatan yang berhubungan dengan konseli, cukup fokus pada permasalahan yang akan diteliti saja. 45

## c. Tahap Analisis Data

Setelah data sudah terkumpul, data dianalisis secara sistematis dan ditulis dalam laporan penelitian.

# 5. Teknik Pengumpulan Data

#### a. Wawancara

Wawancara adalah pertemuan dua orang untuk bertukar informasi melalui tanya jawab, sehingga muncullah makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara bisa

<sup>&</sup>lt;sup>45</sup> Lexy. J. Moleong, *Metode Peneltian Kualitatif*, hal. 137-144.

digunakan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga untuk mengetahui hal-hal dari konseli dengan lebih mendalam. 46

#### b. Observasi

Observasi disebut juga pengamatan. Maksudnya mengamati adalah peneliti memperhatikan fenomena di lapangan, sering kali dengan instrumen atau perangkat dan merekamnya untuk tujuan ilmiah (Angrosino dalam John, 2007).<sup>47</sup> Peneliti akan lebih fokus mengamati konseli dalam proses konseling, lingkungan fisik, aktivitas, partisipan, interaksi percakapan, dan perilaku yang hanya terfokus pada masalah konseli.

#### c. Dokumentasi

Hasil penelitian dari observasi dan wawancara akan lebih dapat dipercaya jika didukung oleh sejarah pribadi kehidupan konseli. Dokumen merupakan catatanperistiwa, bisaberbentuk tulisan, gambar atau karya dari seseorang.<sup>48</sup>

# 6. Teknik Analisis Data

Analisis data kualitatif (Bogdan & Biklen, 1982) dilakukan dengan mengumpulkan data, mengorganisasikan data, memilih

<sup>&</sup>lt;sup>46</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, hal. 231.

<sup>&</sup>lt;sup>47</sup> John W. Creswell, *Penelitian Kualitatif dan Desain Riset*, hal. 231.

<sup>&</sup>lt;sup>48</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, hal. 240.

menjadi satuan yang dapat dikelola, mentesiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain<sup>.49</sup>

Analisis yang digunakan penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif komparatif, yaitu setelah data terkumpul, lalu diolah. Selanjutnya membandingkan antara teori dengan proses di lapangan. Dengan demikian, peneliti menganalisis kondisi subjek penelitian untuk mengetahui dan membandingkan keadaan dari sebelum dan sesudah proses konseling atau pemberian terapi.

#### 7. Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data

Menetapkan keabsahan (*trustworthiness*) data diperlukan teknik pemeriksaan,<sup>50</sup> maka peneliti melakukan:

# a. Meningkatkan Ketekunan

Meningkatkan ketekunan berarti melakukan pengamatan dengan lebih cermat dan berkesinambungan.<sup>51</sup>

Jadi peneliti mengecek kembali data-data yang telah dikumpulkan, kemudian melakukan peningkatan ketekunan demi mendapat kepastian data. Caranya dengan membaca kembali berbagai referensi buku, hasil penelitian ataupun dokumentasi yang terkait dengan fokus penelitian.

<sup>&</sup>lt;sup>49</sup> Lexy. J. Moleong, *Metode Peneltian Kualitatif*, hal. 248.

<sup>&</sup>lt;sup>50</sup> Lexy. J. Moleong, *Metode Peneltian Kualitatif*, hal. 324.

<sup>&</sup>lt;sup>51</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, hal. 272.

#### b. Perpanjangan Pengamatan

Perpanjangan pengamatan berarti peneliti kembali ke lapangan, melakukan pengamatan ataupun wawancara dengan sumber data yang pernah ditemui maupun yang baru. Sehingga diharapkan lebih akrab dan apabila ada informasi yang lain, para informan tidak menyembunyikan lagi. 52 Hal mengingat karena peneliti merupakan instrumen penelitian. Semakin lama peneliti terlibat dalam pengumpulan semkain memungkinkan data, akan meningkatkan derajat kepercayaan data yang dikumpulkan.<sup>53</sup>Tujuannya adalah jika data yang diperoleh sudah benar dan kredibel berarti waktu perpanjangan pengamatan selesai.

#### c. Triangulasi

Triangulasi adalah pengecekan data dengan berbagai cara dari berbagai sumber. <sup>54</sup>Pertama, peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Kedua, triangulasi teknik dengan cara mengecek data kepada konseli menggunakan teknik yang berbeda, yakni memastikan apakah observasinya benar, yakni dengan teknik wawancara

<sup>52</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, hal. 271.

<sup>54</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, hal. 273.

<sup>&</sup>lt;sup>53</sup>Burhan Bungin, *Analisis Data Kualitatif* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2003), hal. 60.

atau sebaliknya. Ketiga, triangulasi waktu dilakukan saat konseli berada pada keadaan yang masih segar, yakni bukan hanya saat konseli masih sibuk dengan mata pelajaran di sekolah, tapi konseling juga dilakukan di hari libur dengan mengatur waktu antara konseli dengan peneliti untuk melakukan proses konseling di suatu tempat.

# G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dibahas dalam bab I karena untuk mempermudah memahami isi skripsi, oleh karena itu perlu penyusunan yang rapi. Adapun sistematika pembahasannya sebagai berikut:

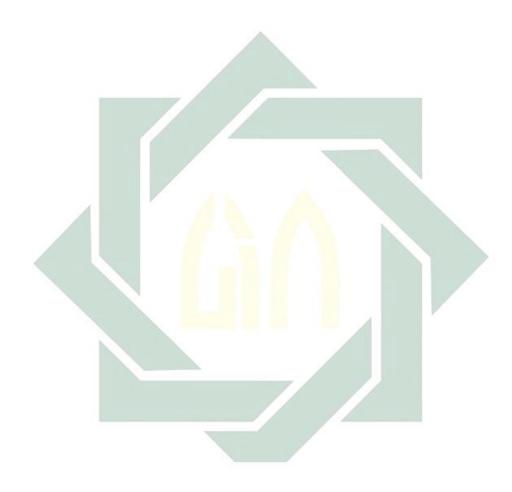
Bab pertama berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat, definisi konsep, metode penelitian serta sistematika pembahasan.

Bab kedua membahas tentang kajian teoritik tentang pengertian bibliokonseling, langkah penerapan, serta manfaatnya. Juga membahas efikasi diri akademik.

Bab ketiga berisi penerapan bibliokonselingdalammeningkatkan efikasi diri akademik.Bagian ini berisi penyajian data hasil penelitian,yaitu pelaksanaan dan hasil penerapan bibliokonseling dalam meningkatkan efikasi diri akademik.

Bab keempat membahas analisis data proses penerapan bibliokonseling untuk meningkatkan efikasi diri akademik, serta hasil akhir dari penerapan terapi tersebut.

Bab terakhir berisi kesimpulan dari penelitian dan saran bagi peneliti-peneliti selanjutnya.



#### **BAB II**

#### BIBLIOKONSELING DAN EFIKASI DIRI AKADEMIK

#### A. Bibliokonseling

# 1. Pengertian

Sebelum ke istilah Bibliokonseling, ada Istilah bibliotherapy yang terbentuk dari dua kata: biblio yang berasal dari bahasa Yunani, biblus (buku), dan therap yang merujuk pada bantuan psikologis. Secara sederhana, bibliotherapy berarti penggunaan buku untuk membantu orang mengatasi masalahnya. Bibliotherapy juga dikenal dengan banyak nama, antara lain biblocounseling, biblioeducation, bibliopsychology, library therapeutic, biblioprophylaxis, tutorial group therapy, dan literatherapy (Rubin dalam Herlina, 1978). 55 Karena terbetuk dari dua kata, biblio dan konseling, keduanya punya pesan untuk mengubah atau membentuk tingkah laku yang dikehendaki. bacaan-tulisan yang berisi pesan-pesan untuk Biblio berarti pembentukan tingkah laku yang diharapkan. Konseling adalah upaya menyampaikan pesan agar terbentuk tingkah laku tertentu, jadi bibliokonseling merupakan konseling dengan berbasis pesan-pesan yang terdapat dalam suatu buku atau media lainnya. <sup>56</sup>

Bibliokonseling adalah aktifitas menggunakan buku sebagai

<sup>&</sup>lt;sup>55</sup> Herlina, *Bibliotherapy (Terapi Melalui Buku)*, hal. 190-191.

<sup>&</sup>lt;sup>56</sup> Blasius Boli Lasan, *Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya* (Malang: Elang Mas, 2018), hal. 9.

terapi yang sesuai dengan usia konseli. Terapi tersebut dilanjutkan dengan diskusi sesuai dengan masalah kehidupan yang ada. <sup>57</sup> Bibliokonseling juga disebut sebagai kegiatan mengintervensi pikiran seseorang dengan suatu bacaan, sehingga seseorang mendapatkan informasi baru dan mengaplikasikan dalam kehidupan. <sup>58</sup>

Membaca dan berdiskusi buku bisa membantu seseorang, misalnya saat orang yang memiliki kesulitan dalam mengutarakan pikiran dan perasaan mereka, maka bibliokonseling memberikan kesempatan untuk menghubungkan masalah mereka sendiri dengan situasi dalam sebuah buku. Pendekatan ini juga dianggap cukup membantu mengatasi masalah peserta didik. Materi biblio dapat diambil dari buku cerita, komik, artikel dari koran/majalah, novel, teenlit, tulisan ilmiah. 59 Dengan demikian, bibliokonseling merupakan terapi menggunakan buku yang disesuaikan dengan keadaan atau masalah konseli.

# 2. Sejarah

Bibliokonseling ada sejak timbulnya peradaban bahasa tertulis pada beberapa bangsa. Bahasa tertulis berkisah tentang para dewa atau

-

<sup>&</sup>lt;sup>57</sup> Faradilah Rosyada Ghufron, "Biblioterapi dalam Meningkatkan Keterampilan Interpersonal pada Seorang Siswi Kelas VIII di SMP Khadijah Surabaya" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2017), hal. 33.

<sup>&</sup>lt;sup>58</sup> Yunitasari, Elisabeth Christiana, "Penerapan Teknik Bibliokonseling untuk Meningkatkan Percaya Diri", *Jurnal Mahasiswa Unesa*, V, tt.

<sup>&</sup>lt;sup>59</sup> Sigit Hariadi, dkk, "Bimbingan Kelompok Teknik Biblio-Counseling Berbasis Cerita Rakyat untuk Mengembangkan Kecerdasan Intrapersonal Siswi SMP", *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 3, No. 2, (November, 2014), hal. 99.

peristiwa, petuah, mantra yang semuanya sangat panjang sehingga sulit dihafal seluruhnya, sementara saat disebarkan secara lisan oleh pewarisan dapat mengakibatkan banyak cerita yang hilang, entah seluruh atau sebagaian, atau bahkan timbul versi yang baru dan berbeda dengan cerita asli. Maka solusinya adalah dengan menuliskan segala cerita tersebut. Akhirnya tercipta huruf dan media untuk menuliskannya. Ketika tulisan itu ada agar orang membaca atau mendengarkan maka tulisan itu berfungsi bibliokonseling dalam arti luas.

Penulisan prasasti, peristiwa sejarah atau petuah itu pada mulanya ditulis pada batu, tulang, daun, kulit hewan, kulit pohon, dan kain tenunan. Bangsa Mesir, Yunani dan Romawi telah menulis pada papirus (paper). Ditemukannya kertas di Cina oleh Tsai Lun pada sekitar tahun 200-an sebelum masehi dari bahan bambu sehingga mempermudah manusia untuk menulis menggunakan tangan. Pembuatan mesin cetak oleh Yohanes Guttenberg pada tahun 1450-an di Jerman maka kertas-kertas yang dibawa ke Eropa oleh pedagang Muslim dari Cina itu digunakan untuk mencetak buku-buku. Buku pertama di dunia yang dicetak adalah Injil pada 15 Agustus 1450. Dengan demikian, sejarah timbulnya bibliokonseling berhubungan dengan perkembangan peradaban tulis.

Adapun peristiwa asal mula literasi serta perkembangannya dapat diurutkan sebagai berikut: Lukisan di Goa Petroglif Ideogram

pada Zaman Megalitikum. Mendengar/membaca Ephos, Seloka, Wedha pada Zaman Hindu Budha. Retorika Orasi The Ten Commandement pada Zaman Yunani, Romawi, Mesir. Perpustakaan medis pada Abad Pertengahan. Pembacaan Alkitab dan timbulnya skolastik pada Zaman Kristiani. Pembacaan Alquran pada Zaman Islam. Penulisan materi bibliokonseling pada abad ke-18. Bibliokonseling masuk ke dalam sekolah pada abad ke 19. Dan bibliokonseling blended: membaca, menulis, menyanyi, musik, photovoice pada abad ke-20.

Untuk sejarah bibliokonseling pada agama Islam, Ayat pertama alquran diawali dengan *iqra*, yang artinya bacalah. Karena itu Fethullah Gullren, seorang ulama di Turki, mengartikannya sebagai perintah untuk membaca atau mengkaji alam semesta ini yang merupakan bukti atas kekuasaan, keagungan, dan keindahannya. Dalam bahasa lain dapat dikatakan bahwa alam semesta dengan segala isinya adalah suatu biblo yang mengkonsleing manusia yang mau membacanya. Khusus penggunaan alquran sebagai suatu terapi dalam masyarakat islam khususnya di Mesir, Wikipedia mencatat bahwa semenjak tahun 1272, menentukan resep obat menggunakan alquran pernah dilakukan di Rumah Sakit AlManshur di Kairo sebagai perawatan medis. Di Indonesia, pengkajian alquran dilaksanakan dalam acara-acara pengajian yang telah membudaya. Hal ini tentu merupakan suatu bibliokonseling karena kajian terhadap makna ayat-ayat itu

mengarahkan tingkah laku jamaah untuk mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari. <sup>60</sup>

# 3. Konsep Dasar

Sejak zaman Yunani sampai abad rekayasa teknologi, bibliokonseling telah berkembang menjadi sebuah disiplin. Disiplin atau yang bisa disebut dengan ilmu terapan ini berisi cara atau teknik bantuan melalui baca-tulis, cerita, sosiodrama, pantomim dan lain sebagainya. Bibliokonseling berinduk kepada konseling. Sebagai ilmu terapan, praktek bibliokonseling didasarkan pada teori psikologi atau konseling, teori sistem atau deliveri, teori komunikasi atau pemrosesan informasi.

Teori psikologi/konseling menempatkan materi ataupun proses pelaksanaan bibliokonseling sebagai sarana katarsis di mana konseli merasa puas karena perasaannya yang selama ini tertekan diwakilkan pada tokoh dalam cerita atau pada bahan bacaan. Bahan bibliokonseling dapat dijadikan sebagai media untuk mengedukasi konseli dan memperhitungkan cara berpikir irasional (kognitif), mengubah tingkah laku buruk (behaviorisme), membentuk sendiri tingkah laku baru (konstruktivism), membuat keberadaan menjadi bermakna (eksistensialisme), meniru tingkah laku model dalam bahan bacaan (social learning theory).

<sup>&</sup>lt;sup>60</sup> Blasius Boli Lasan, Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya, hal. 38.

Informasi yang berharga dalam buku juga dapat digunakan oleh berbagai kalangan. Setiap kalangan memiliki makna yang sesuai dengan bidangnya. Ada aspek klinis yang mana biblioterapi difokuskan pada upaya perbaikan kesehatan mental. Konsep kesehatan itu seperti penyembuhan, diagnosis, resep dan kesehatan mental. Dalam aspek karakter dan tingkah laku sasaran bibliokonseling pada perubahan karakter dan tingkah laku, jadi berlaku untuk semua orang yang ingin mengubah tingkah lakunya setelah membaca buku, antara lain anggota keluarga, jamaah pengajian, murid di sekolah, dan lain sebagainya. Pada aspek pendidikan, karir, seks dan perkawinan dan agama, Brammer dan Shostrom dalam Blasius menekankan pada penggunaan informasi yang telah dihimpun menjadi bahan pustaka di dalam kspek ini. Selanjutnya pada aspek perubahan afektif, pertumbuhan dan perkembangan kepribadian, bibliokonseling digunakan untuk mencoba membantu orang memahami masalahnya dan melihat bahwa ada tokoh atau karakter yang relevan dengan situasi pribadi dan cocok terhadap masalah yang dihadapi. Aspek pemecahan masalah juga menempatkan bibliokonseling sama halnya menggunakan bahan bacaan untuk menjadikan terapi dirinya sendiri. Pada aspek anak-anak muda juga dapat belajar lebih baik untuk memcahkan masalah sebagaimana mereka melihat karakter di dalam buku. Terakhir, dalam aspek teknologi bibliokonseling menjadi blended, yang terletak pada program komputer, mendengar atau melihat audio/videotip.61

# 4. Prinsip, Tujuan dan Manfaat

Menurut Pardeck dan Pardeck (1984, 1986) dan Rubin (1978) prinsip-prinsip Bibliokonseling adalah:

- a. Konselor harus menggunakan materi bacaan yang dikenalnya.
- Konselor harus menghindari materi bacaan yang kompleks dengan detail dan situasi yang tidak ada hubungannya dengan permasalan konseli.
- c. Konselor mempertimbangkan materi bacaan dan harus dapat diaplikasikan terhadap masalah konseli, tapi tidak harus identik.
- d. Konselor mengetahui kemampuan membaca konseli dan dijadikan petunjuk dalam memilih materi bacaan.
- e. Konselor memperhatikan kondisi emosional, usia konseli dan disesuaikan dalam tingkat kesulitan materi bacaan yang sudah dipilih.
- f. Konselor memilih materi bacaan yang bisa mengekspresikan perasaan yang sama dengan konseli.
- g. Konselor bisa mempertimbangkan materi audiovisual dalam

<sup>&</sup>lt;sup>61</sup> Blasius Boli Lasan, Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya, hal.10-13.

treatment jika tidak tersedia materi bacaan.<sup>62</sup>

Tujuan bibliokonseling menurut Laure Jake dalam Blasius (2016) sebagai berikut:

- a. Mengembangkan citra atau konsep diri.
- Meningkatkan pemahaman tentang tingkah laku manusia atau motivasi-motivasinya.
- c. Menumbuhkan kejujuran dalam menilai diri sendiri.
- d. Menyediakan cara untuk tertarik pada hal lain.
- e. Mengurangi tekanan emosional atau mental.
- f. Menunju<mark>kkan pada seseo</mark>rang bahwa ia bukan orang pertama dan bukan orang satu-satunya yang mengalami masalah serupa dirinya.
- g. Menunjukkan pada seseorang bahwa terdapat lebih dari saru solusi untuk memecahkan masalah.
- Membantu seseorang untuk membahas sebuah masalah secara lebih bebas.
- Membantu seseorang merencanakan sebuah tindakan yang konstruktif untuk memecahkan masalah<sup>63</sup>

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

<sup>62</sup> Herlina, Bibliotherapy Mengatasi Masalah Anak Dan Remaja Melalui Buku, hal. 7.

<sup>&</sup>lt;sup>63</sup> Blasius Boli Lasan, Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya, hal. 58.

Adapun manfaat Bibliokonseling adalah penghematan waktu. Bibliokonseling dapat memberi informasi yang lebih banyak sekaligus. Para konseli juga bisa mengenal dan memahami konsep dan nilai yang ada dalam materi. Bibliokonseling menjadi stimulator berpikir. Ketika membaca suatu materi, konseli mendapat stimulasi atau tantangan berpikir yang melibatkan konseli untuk mencari alternatif pemecahan suatu masalah. Dengan melibatkan berpikir saat membaca maka dalam diri konseli akan timbul kesadaran, gagasan, perbandingan mana yang lebih baik dalam memecahkan suatu masalah. Konselor juga dapat memberikan dukungan. Dalam diri konselor timbul dorongan untuk mengatasi masalah konselinya, sehingga tergerak hatinya untuk ikut membantu konseli dengan serius.<sup>64</sup>

# 5. Teknik Bibliokonseling

Teknik yang ang paling sederhana adalah konselor menugaskan konseli untuk membaca buku tertentu tanpa diskusi. Sedangkan teknik yang profesional biasanya menyertakan diskusi. 65 Brown dan Lent dalam Blasius (1984) menyebut teknik-teknik bibliokonseling sebagai berikut:

#### a. Kelola Sendiri

Teknik ini tidak ada kontak antara konselor dan

<sup>64</sup> Blasius Boli Lasan, Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya, hal. 59-60.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

<sup>65</sup> Blasius Boli Lasan, Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya, hal. 103.

konseli saat proses pemberian bibliokonseling. Konseli datang kepada konselor dengan suka rela dan konselor memberikan bacaan yang sesuai dengan keadaan konseli. Konselor hanya melakukan asesemen awal untuk mengetahui kebutuhan bacaan yang sesuai dengan keadaan konseli, kemudian mendorong konseli agar memanfaatkan waktu untuk membaca buku. Karena jenis ini kelola-sendiri maka konselor hanya menanyakan perkembangan atau perubahan yang ada pada diri konseli setelah membaca bukunya. Setelah itu tidak ada lagi kontak. <sup>66</sup>

#### b. Kontak-minimal

Pada teknik ini konseli lebih mengandalkan materi bacaan tapi beberapa kali masih mengadakan kontak dengan konselor dalam bentuk surat-menyurat, *chatting*, telepon atau pertemuan langsung. Sebenarna teknik ini hampir sama dengan teknik sebelumya, jika pada teknik kelola sendiri konseli sepakat untuk menggunakan kontak minimal, maka hendaknya sesekali bertemu untuk menceritakan sejauh mana konseli dapat pengaruh dari buku dan apakah ada usaha yang dilakukan konseli untuk mengatasi masalahnya.

#### c. Kelola-terapis

Konseli akan menerima materi bacaan, bertemu konselor secara teratur untuk membahas materi bacaan dan

<sup>&</sup>lt;sup>66</sup> Blasius Boli Lasan, *Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya*, hal. 103-104.

mendapatkan bantuan dalam menerapkan prosedur atau saran dari bahan bacaan tersebut. Di samping pertemuan teratur, konselor dapat memberikan tugas rumah untuk membaca sebuah buku. Jadi pada teknik ini, ada keterlibatan konselor secara terjadwal untuk mengetahui kemajuan yang ada ada diri konseli, caranya bisa dengan menanyakan pekerjaan rumah yang telah diberikan, kemudian meminta konseli untuk mengadakan refleksi.

# d. Arahan-terapis

Teknik ini mengacu pada wawancara mingguan sehingga komunikasi adalah satu-satunya cara yang dilakukan pada penerapan bibliokonseling. Jenis teknik ini mengharuskan konselor untuk melatih konseli sehingga konseli bisa mengatasi masalahnya. Jadi tidak hanya membaca dan membaca, mungkin akan membutuhkan waktu yang lama untuk perubahannya sehingga diperlukan latihan dengan situasi yang nyata, misalnya seorang konselor melatih peserta didik secara rutin bagaimana menanamkan rasa percaya diri saatvberbicara di depan kelas, seperti ini harus latihan untuk mendapatkan ekspresi, mengajukan gagasan, dan lain-lain .<sup>67</sup>

Teknik yang dilakukan pada masalah ini adalah gabungan

<sup>&</sup>lt;sup>67</sup> Blasius Boli Lasan, *Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya*, hal.103-106.

kontak-minimal dan kelola terapis.

# 6. Prosedur dan Langkah Penerapan

Konselor memberikan fasilitas yang bernilai dari sisi psikologi bagi konseli dari teori-teori, metode, dan teknik psikologi kepribadian dan ilmu-ilmu sosial lainnya, tujuannya agar konseli melakukan perubahan perilaku yang kurang positif agar lebih positif.<sup>68</sup>Adapun langkah-langkah dalam melaksanakan terapi dalam bimbingan dan konseling:

- a. Identifikasi masalah untuk mengetahui masalah dan gejalagejala yang tampak dalam diri konseli.
- b. Diagnosis, yaitu menetapkan masalah berdasarkan analisis masalah yang muncul. Dalam langkah ini dilakukan metode pengumpulan data mengenai hal melatarbelakangi gejala untuk mengetahui diri konseli beserta latar belakangnya.<sup>69</sup>
- c. Prognosis, yaitu langkah untuk memberikan alternatif bantuan. Pada tahap ini juga mulai menetapkan jenis bantuan apa yang diberikan kepada konseli.
- d. Terapi (*treatment*), yaitu pelaksanaan dan proses pemberian bantuan dengan terapi yang sudah dipilih pada tahap

\_

<sup>&</sup>lt;sup>68</sup> Aip Badrujman, *Teori dan Aplikasi Evaluasi Program Bimbingan Konseling* (Jakarta Barat: PT Indeks, 2011), 35.

<sup>&</sup>lt;sup>69</sup>Fenti Hikmawati, Bimbingan Konseling, (Jakarta: PT. Raja grafindo Persada, 2010), hal. 29-30.

prognosis. Hal ini merupaka inti dari pelaksaan konseling.

Setelah ditetapkan terapi yang diberikan adalah bibliokonseling, maka proses penerapan terapinya berdasarkan Laurie Jake dalam Blasius sebagai berikut:

- Memotivasi individu atau kelompok dengan kegiatan pengantar.
- 2) Menyediakan waktu untuk membaca materi bibliokonseling.
  Peneliti menggunakan novel Negeri 5 Menara karya Ahmad
  Fuadi dan cerpen Usaha dan Kerja Kerasku karya Aldi Masda.
- 3) Refleksi materi bacaan.
- 4) Menyediakan waktu untuk membahas tindak lanjut, menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang mengarahkan seseorang dari ingatan bacaan.

Mengadakan evaluasi dan mengarahkan individu atau kelompok ke tahap penutupan yang melibatkan baik evaluasi oleh konselor maupu konseli. <sup>70</sup>.

e. Evaluasi, yaitu menetapkan batas atau ukuran keberhasilan proses konseling. Selain itu juga bisa ditetapkan kendala apa yang menjadi penghambat proses konseling.<sup>71</sup>

<sup>71</sup>Tohirin, Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi) (Jakarta:

<sup>&</sup>lt;sup>70</sup> Blasius Boli Lasan, *Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya*, hal. 98-99.

f. *Follow up*, dilakukan karena beberapa konseli masih butuh dukungan dari konselor, meski telah berusaha untuk mampu mengatasi masalahnya sendiri. Setelah mengatakan bahwa konseling sudah beraakhir, konselor juga menyampaikan bahwa ia akan bersedia dihubungi konseli untuk sesi konseling, dengan catatan bahwa konseli tidak bersikap ketergantungan kepada konselor.<sup>72</sup>

Konselor juga bisa menambahkan cara dengan menggunakan tahap-tahap pelaksanaan Bibliokonseling, yaitu 1) Tahap Identifikasi, konseli mengenal karakter tokoh. Setelah itu, konseli akan menghubungkan dirinya sendiri kepada tokoh yang cocok dengannya, 2) Tahap Katarsis. Katarsis merupakan pengungkapan perasaan, emosi, informasi rahasia yang baru atau yang selama ini terpendam dengan berbagai cara, misal menceritakan pada orang lain, pada teman, menggubah menjadi lirik lagu, dan membaca buku. Membaca buku merupakan aktivitas katarsis karena buku berisi informasi yang dapat mewakili perasaan seseorang. Apa yang dialaminya telah diwakili oleh tokoh dalam buku. Tersambungnya perasaan dan pengalaman dirinya dengan orang lain inilah proses katarsis, 3) Tahap Pemahaman. Pemahaman dalam hal ini bukan hanya pemahaman terhadap isi buku tetapi juga memaklumi tingkah

PT RajaGrafindo Persada, 2007), hal. 314.

<sup>&</sup>lt;sup>72</sup>Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik* (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 132.

laku yang terdapat dalam buku. Memaklumi berarti menerima atau menyetujui tingkah laku dalam buku. Setelah pemahaman, hendaknya terjadi pemindahan. Yang dipindahkan adalah tingkah laku atau sikap teladan yang baik sang tokoh. Sebaliknya, jika biblikonseling menceritakan kegagalan seseorang, maka konseli tidak perlu memindahkan tingkah laku itu kepada dirinya sendiri, cukup hanya memahami bahwa dalam kehidupan ini selain ada kebaikan, juga ada keburukan. Ada keberhasilan, juga ada kegagalan, 4) Tahap Universalisasi, selama berlangsungnya tahap ini, konseli m<mark>en</mark>ya<mark>d</mark>ari bah<mark>wa d</mark>irinya tidak sendirian dalam pengalaman pada situasi yang sama, tetapi orang lain juga mengalaminya. Ada orang lain yang juga berupaya dan berusaha keras. Inilah yang memberikan kesan kepada pembaca sense of hope, *unity and normality*, ada harapan, bersama orang lain merasakan dan bukan hal yang aneh dalam kehidupan, yang penting adalah berusaha mengatasinya.<sup>73</sup>

#### B. Efikasi Diri Akademik

# 1. Pengertian

Efikasi diri bisa diartikan keefektifan diri, rasa keberhagaan diri, kelayakan diri, perasaan tentang kecakapan diri, efisiensi, dan kompetensi dalam memcahkan masalah kehidupan. <sup>74</sup>Efikasi diri

\_\_\_

<sup>&</sup>lt;sup>73</sup> Blasius Boli Lasan, *Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya*, hal. 91-94.

<sup>&</sup>lt;sup>74</sup>Duane P Schultz, Sydney Ellen Schultz, *Sejarah Psikologi Modern*. Terjemahan oleh Lita Hardian (Bandung: Nusa Media, 2015), hal. 420.

adalah pertimbangan seseoang mengenai efektivitasnya dalam menangani situasi tertentu serta memainkan peran utama dalam menetapkan perilakunya. <sup>75</sup> Efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan menghasilkan hal-hal positif. Efikasi diri berpengaruh terhadap perilaku. Bandura percaya bahwa efikasi diri faktor penting yang memperngaruhi prestasi murid. <sup>76</sup> Efikasi diri merupakan elemen kepribadian yang sangat penting sekali. Efikasi diri adalah keyakinan diri terhadap kemampuan diri untuk menampilkan tingkah laku kepada hasil yang diharapkan. <sup>77</sup>

Efikasi diri berbeda dengan cita-cita, karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang seharusnya dapat dicapai, sedangkan efikasi menggambarkan penilaian kemampuan diri sendiri. Tefikasi diri adalah pengharapan upaya-upaya akan keberhasilan. Pengharapan efikasi menentukan upaya dan keuletan yang dikerahkan ke dalam wujud perilaku. Tefikasi diri menggunakan potensi dirinya secara optimal saat efikasi diri mendukungnya. Salah satu aspek yang dipengaruhi oleh efikasi diri adalah prestasi. Dadi, bisa disimpulkan bahwa efikasi diri

\_

<sup>&</sup>lt;sup>75</sup> Sumardjono Padmomartono, *Teori Kepribadian*, hal. 99.

<sup>&</sup>lt;sup>76</sup> John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan*. Terjemahan oleh Tri Wibowo (Jakarta: Kencana, 2008), hal. 286.

<sup>&</sup>lt;sup>77</sup> Syamsu Yusuf, A Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2008), hal. 135.

<sup>&</sup>lt;sup>78</sup> Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2014), hal. 287.

<sup>&</sup>lt;sup>79</sup> Sumardjono Padmomartono, *Teori Kepribadian*, hal. 96-97.

<sup>&</sup>lt;sup>80</sup> I Made Rustika, "Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura", *Buletin Psikologi Universitas Gajah Mada*, Vol. 20, No. 1-2, (2012), hal. 18.

akedemik adalah penilaian diri sendiri terhadap mata pelajaran atau kemampuan peserta didik di sekolah.

#### 2. Indikator

Seseorang yang memiliki efikasi diri rendah memiliki ciriciri sebagai berikut:

- a. Cenderung menghindari tugas.
- b. Ragu-ragu akan kemampuan.
- c. Tugas yang sulit dipandang sebagai ancaman.
- d. Lamban dalam membenahi diri ketika mendapat kegagalan.
- e. Aspirasi dan komitmen pada tugas lemah.
- f. Tidak berpikir bagaimana cara menghadapi masalah.
- g. Tidak suka mencari situasi baru.81

Ketika seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi, ia akan merasa percaya diri dapat melakukan respon tertentu. Apabila rendah, maka ia merasa cemas dan merasa tidak mampu melakukan respon tersebut. Persepsi tentang efikasi diri bersifat subjektif terhadap berbagai hal. Seseorang bisa merasa percaya diri terhadap kemampuannya mengatasi kesulitan sosial, namun ia sangat cemas

<sup>&</sup>lt;sup>81</sup> Hara Permana, Farida Harahap, Budi Astuti, "Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX di Mts Al Hikmah Brebes", *Jurnal Hisbah*, Vol. 13, No. 1, (Desember, 2016), hal 59.

dalam mengatasi masalah akademik.82

#### 3. Dimensi Efikasi Diri

Bandura mengemukakan tiga dimensi dari efikasi diri, yaitu:<sup>83</sup>

# a. Dimensi tingkat (Level)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas. Apabila seseorang menghadapi tugas yang dikelompokkan berdasarkan tingkat kesulitan, maka ia akan cenderung mengerjakan tugas yang dirasa mudah. Dimensi ini berpengaruh pada pemilihan tingkah laku seseorang yang dicoba atau dihindari.

# b. Dimensi Kekuatan (Strength)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan seseorang mengenai kemampuannya. Dimensi ini juga bersangkutan dengan dimensi level, yaitu semakin tinggi tingkat kesulitan tugas, maka semakin lemah keyakinan atau harapan untuk menyelesaikan tugas.

<sup>82</sup>Syamsu Yusuf, A Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian*, hal. 135.

<sup>&</sup>lt;sup>83</sup>M Nur Ghufron, Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2017), hal. 80-81.

## c. Dimensi Generalisasi (Generality)

Dimensi ini berkaitan dengan luas dalam aspek tingkah laku dan seseoang merasa yakin akan kemampuannya. Kemampuan itu hanya terbatas pada suatu kegiatan dan situasi tertentu saja atau pada serangkaian kegiatan dan situasi yang bermacam-macam.

# 4. Sumber-sumber Efikasi Diri

Efikasi diri berasal dari beberapa sumber:84

- a. Pengalaman menguasai suatu prestasi, maksudnya adalah berisi prestasi yang pernah dicapai di masa lalu. Keberhasilan masa lalu ini akan menaikkan ekspektasi atau efikasi diri, sedangkan kegagalan akan menurunkan efikasi.
- b. Pengalaman vikarius, yaitu efikasi meningkat di saat mengamati keberhasilan orang lain atau sebaliknya. Hal ini dipengaruhi juga oleh posisi orang yang diamati.
- Persuasi sosial yang diperkuat atau diperlemah melalui persuasi sosial. Orang lain bisa menyemangati atau juga menjatuhkan.
- d. Pembangkitan emosi, yaitu kondisi emosi tentang perilaku yang dimaksud akan mempengaruhi efikasi, sebaliknya

<sup>&</sup>lt;sup>84</sup> Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, hal. 150-151.

peningkatan emosi yang tidak berlebihan dapat meningkatkan efikasi.

#### 5. Proses Efikasi Diri

Efikasi diri memiliki efek pada perilaku manusia melalui berbagai proses, <sup>85</sup> yaitu:

#### a. Proses Perhatian

Seseorang memperhatikan model dengan perhatian yang cukup. Model yang diperhatikan memiliki ciri-ciri, antara lain menarik perhatian karena berbeda, memiliki memiliki keberhasilan atas suatu hal, *prestise*, kekuasaan atau kualitas kemenangan lainnya. Namun perhatian juga diatur oleh karakter psikologis pengamatnya, seperti berdasarkan kebutuhan dan minat seseorang.

#### b. Proses Retensi

Seseorang bisa meniru model setelah sudah mengamatinya. Pada proses ini, sesorang harus mampu mengingat tindakan-tindakan mereka dalam bentuk simbolik.

# c. Proses Reproduksi Motorik

Sesorang harus memiliki kemampuan motorik yang sesuai kebutuhnnya untuk memproduksi tingkah laku secara

\_

<sup>&</sup>lt;sup>85</sup> William Crain, *Teori Perkembangan*. Terjemahan oleh Yudi Santoso (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007), hal. 304-307.

akurat. Sebagai contoh, anak laki-laki yang sedang mengamati ayahnya menggunakan gergaji tapi ia belum bisa meniru karena kekuatan dan fisiknya kurang. Berdasarkan observasinya, anak ini sudah memperoleh respons baru tentang bagaimana cara menggergaji kayu meski belum mampu melakukannya sendiri.

#### d. Proses Penguatan dan Motivasi

Setelah seseorang tahu bagaimana cara meniru model, namun seseorang tersebut masih belum bisa melakukannya sebelum masuk tahap proses penguatan dan motivasi, artinya pelaksanaan tingkah laku seseorang juga disertai penguatan yang umumnya berbentuk *vicarious reinforcement*, artinya ada konsekuensi yag berkaitan dengan model yang ditiru. Misalnya saja saat seseorang melihat temannya (model) dipuji karena bersumpah serapah, dia akan meniru. Tapi jika si model dihukum karena bersumpah-serapah, dia tidak akan mau menirunya.

#### 6. Konsep Efikasi Diri

Bandura berfokus pada observasi perilaku manusia saat berinteraksi. Sistem Bandura adalah kognitif. Menurutnya, perilaku dibentuk dan diubah melalui situasi sosial dan interaksi sosial. Pembentukan atau perubahan perilaku dilakukan melalui pengamatan terhadap model. Teorinya dalam belajar disebut *social* 

learning theory atau observational learning theory. <sup>86</sup> Bandura mengungkapkan bahwa di dalam situasi sosial, seseorang bisa belajar hanya dengan mengamati tingkah laku orang. <sup>87</sup> Jika tingkah laku baru dicapai dengan pengamatan, maka pembelajaran bisa disebut kognitif. Individu belajar dari model, bukan hanya model hidup tapi juga simbolik, misal dengan menonton televisi atau membaca buku. <sup>88</sup> Seseorang bisa memilih siapa orang yang akan ditiru. Belajar bukan suatu respons otomatis namun bergantung pada proses internal dan lingkungan. Seseorang hanya meniru perilaku model jika model tersebut memiliki karaktersitik yang dianggap menarik dan diinginkan. <sup>89</sup>

Peserta didik adalah salah satu unsur yang menempati posisi paling utama dalam proses belajar-mengajar di sekolah. Peserta didik bukanlah objek pasif dan terserah apa yang akan diberikan oleh guru mereka sewaktu mengajar. Tapi lebih dari itu, peserta didik adalah subjek yang harus diketahui bagaimana kemampuan mereka, sejauh mana mereka mencapai tujuan belajarnya (karena masing-masing memiliki tujuan dan cita-cita yang berbeda), dan guru adalah sosok yang membantu mereka untuk berusaha

\_\_\_

<sup>&</sup>lt;sup>86</sup>Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum* (Yoyakarta: Andi Offset, 2004), hal. 175.

<sup>&</sup>lt;sup>87</sup>William Crain, *Psikologi Perkembangan*, Terjemahan oleh Yudi Santoso (*Yogyakarta: Pustaka Pelajar*, 2007), hal. 302.

<sup>88</sup> William Crain, Psikologi Perkembangan, hal. 303.

<sup>&</sup>lt;sup>89</sup>Penney Upton, *Psikologi Perkembangan*. Terjemahan oleh Noermalasari Fajar Widuri (Jakarta: Erlangga, 2012), hal. 19-20.

memenuhi kebutuhan, fasilitas, dan apapun keperluan yang dibutuhkan peserta sesuai dengan karakteristiknya. 90Oleh karena itu, demi mencapai tujuan belajar, dalam hal ini keberhasilan peserta didik dalam akademiknya, maka proses belajar menjadi aspek yang sangat penting. Belajar berarti mengubah perilaku dengan latihan, pengalaman atau berinteraksi dengan lingkungan (fisik dan sosial). Dalam proses belajar, ada tiga hal utama yang harus dipahami, (Feldman dalam Sarlito, 2003), yaitu perubahan tingkah laku, melalui latihan dan pengalaman, dan berkesinambungan. 91 Teori sisial kognitif Bandura merupakan bentuk behaviorisme. Sudut pandang Bandura adalah behaviorisme. Fokus risetnya adalah mengamati manusia saat interaksi. Jadi sistemnya kognitif, artinya cara belajar tidak harus dengan menguatkan diri untuk belajar sesuatu, tapi bisa belajar dengan mengamati perilaku orang lain yang dijadikan model, lalu melihat konseluensi dari perilaku mereka. 92

Pada proses belajar, peserta didik berhadapan dengan efikasi diri, ada yang rendah dan ada yang tinggi. Semua orang memiliki kesamaan untuk menilai dirinya sendiri berdasarkan keyakinannya, jika seseorang merasa bisa dapat meningkatkan efikasi diri akademik, maka ia pun akan bisa melakukannya, hal itu juga sesuai

<sup>&</sup>lt;sup>90</sup>Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 1996), hal. 109.

<sup>&</sup>lt;sup>91</sup>Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014), hal. 56.

<sup>92</sup> Duane P Schultz, Sydney Ellen Schultz, Sejarah Psikologi Modern, hal. 418 419.

dengan hadis qudsi berikut<sup>93,</sup>

"Aku (Allah) tergantung dugaan hamba-Ku. Jika ia berbaik sangka kepada-Ku, maka Aku limpahkan untuknya kebaikan. Dan jika ia berburuk sangka kepada-Ku, maka keburukan akan Aku berikan kepadanya."

Dengan demikian, efikasi diri atau penilaian diri dari tidak bisa menjadi bisa juga bisa diterapkan. Namun keyakinan bahwa seseorang mampu merubah efikasi dirinya dari rendah menjadi tinggi juga harus melalui proses belajar, dan berusaha, tentu saja peserta didik akan mengalami kesulitan saat mengerjakannya, tapi Allah SWT berjanji bahwa setelah kesulitan, Ia akan memberikan kemudahan, seperti dalam ayat 5 dan 6 dalam Alquran Surat Al Insyirah sebagai berikut,

"karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan."

Pada ayat lima, Allah SWT mengungkapkan bahwa setiap kekurangan sarana untuk mencapai suatu keinginan, terdapat pula jalan keluar. Usaha untuk meraih sesuatu iu

<sup>93</sup> HR. Ahmad [9076] dari Abu Hurairah ra. Dalam Achmad Ainul Yaqin, Semerbak Senyum Nabi (Yogyakarta: Belibis Pustaka, 2019), hal. 133.

harus dengan sabar dan tawakal kepada Allah SWT. Selanjutnya pada ayat enam juga menguatkan arti pada ayat sebelumnya. Saat kesulitan dihadapi dengan tekat dan usaha, tekun dan sabar, pasti kemudahan akan tiba. <sup>94</sup>

# C. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Darodjat, Zakiah. 2016. Biblio Konseling dengan Kajian Ayat-Ayat
 Alquran untuk Menangani Prokrastinasi Ibadah Shalat Fardhu
 Seorang Mahasiswa di Surabaya. Skripsi UIN Sunan Ampel
 Surabaya.

Penelitian ini menggunakan Biblio konseling melalui kajian ayat Alquran dalam melakukan proses terapinya. Media bibliokonseling dan metode penelitian menggunakan kualitatif inilah yang menjadi persamaan dalam penelitian yang akan dilakukan penulis. Sedangkan perbedaannya terletak pada media yang dipakai penulis kali ini menggunakan buku fiksi. Proses terapi pada penelitian ini ditujukan untuk menangani masalah prokrastinasi ibadah shalat fardhu. Sedangkan penulis fokus kepada meningkatkan efikasi diri akademik. Adapun hasil dari penelitian ini mampu menyadarkan subjek penelitian untuk menghilangkan prokrastinasi ibadahnya.

2. Rosyada Ghufron, Faradilah. 2017. Biblioterapi dalam Meningkatkan Keterampilan Interpersonal pada Seorang Siswi Kelas

-

 $<sup>^{94} \</sup>mathrm{Alquran}$ dan Tafsirnya, Perpustakaan Nasional RI (Jakarta: Widya Cahaya, 2011), hal. 704-205.

VIII di SMP Khadijah Surabaya. Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Penelitian ini menggunakan bibliokonseling dengan menggunakan buku fiksi sebagai medianya, hal ini yang menjadi persamaan dengan penelitian dari penulis. Metode yang digunakan juga sama, yakni kualitatif dengan tipe riset studi kasus. Sedangkan perbedaannya adalah pada penanganan masalahnya, penulis fokus ke efikasi diri akademik sedangkan penelitian ini fokus ke keterampilan interpersonal.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan ada perbedaan dari sebelum dan sesudah terapi, sikap subjek penelitian menjadi bisa mudah tersenyum, percaya diri dan bersikap rileks ketika berkomunikasi dengan orang lain.

3. Sulistiawati, 2018. Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Efikasi Diri Peserta Didik Kelas VIII SMPN 19 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018. Skripsi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Penelitian ini fokus kepada peran guru BK dalam meningkatkan efikasi diri peserta didik, sedangkan penulis menggunakan media bibliokonseling sebagai teknik yang dilakukan. Hal ini yang menjadi perbedaan dengan penelitian dari penulis. Metode yang digunakan juga sama-sama kualitatif, bedanya penelitian ini menggunakan tipe deskriptif dan penulis menggunakan tipe studi kasus. Penanganan masalahnya juga sama, yakni kepada efikasi diri.

Adapun hasil penelitian ini adalah guru BK melakukan *assesment* dan menyiapkan program berupa RPL serta sarana dan prasarana. Lalu melalui bimbingan kelompok guru BK mampu merubah keyakinan siswa dari tidak yakin akan kemampuan diri sendiri menjadi yakin.



#### **BAB III**

# BIBLIOKONSELING SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN EFIKASI DIRI AKADEMIK SEORANG SISWI DI MTs MIFTAHUL ULUM BATURETNO SINGOSARI MALANG

# A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

- 1. Deskripsi Lokasi Penelitian
- a. Sejarah dan Profil Lembaga

Madrasah Tsanawiyah Miftahul Ulum adalah lembaga pendidikan dibawah unit dari Yayasan Miftahul Ulum Baturetno Singosari yang berada di naungan Kementerian Agama. MTs Miftahul Ulum didirikan pada tanggal 15 Juli 1989 dengan akte Yayasan Notaris PPAT: FAISOL WABER, SH No . : C63 HT.0301.1993 Tanggal 18 Januari 1996. Adapun sebelum diterbitkannya Akte Yayasan Miftahul Ulum, MTs Miftahul Ulum menggabungkan lembaga dengan Yayasan Almaarif Singosari dan berakhir sampai dengan dikeluarkannya Akte/SK Yayasan Miftahul Ulum tersebut. MTs Miftahul Ulum mendapat sertifikasi DIAKUI dengan keputusan nomor: Wm 06.03/PP.03.2/1822KP/1986 tanggal 18 April 1996.

Keberadaan Yayasan Miftahul ulum berawal dari Madrasah Ibtidaiyah yang didirikan tahun 1946 dan mendapatkan tanah waqaf dari H. M. Maksum Toha. Kemudian ia mengumpulkan guru agar mengajar dan mengelola madrasah, di antaranya Pak

Sarwi, Pak Supardi, Pak Ngatari, Pak Nur Shodiq, dan lain-lain. Madrasah Ibtidaiyah saat itu belum formal karena belum terdaftar dan masuknya pagi hari. Untuk sore hari, diisi dengan Madrasah Diniyah yang diampu dengan guru yan sama dengan Madrasah Ibtidaiyah. Madrasah Diniyah tersebut menampung santri yang berada di sekitar lokasi. Selanjutnya madrasah tersebut berkembang dan pada tahun 1985 berubah menjadi Madrasah Ibtidaiyah dengan status TERDAFTAR. Dari tahun ke tahun, lulusan Madrasah Ibtidaiyah semakin banyak dan belum mempunyai wadah untuk menampung lulusan yang akan melanjutkan pendidikan ke jenjang lebih tinggi.

Memahami kebutuhan lembaga pendidikan yang setingkat lebih tinggi dari Madrasah Ibtidaiyah, maka segenap pengurus Yayasan Miftahul Ulum merasa terpanggil untuk ikut mengembangkan pendidikan yang berlandaskan keislaman. Pak H. Hadiqi Anwar beserta guru-guru lain mulai mengurus prosedur untuk pembuatan Madrasah Tsanawiyah. Akhirnya pada tanggal 15 Juli 1989 terbentuk sebuah lembaga pendidikan tingkat lanjutan pertama atau setara dengan SMP yang diberi nama MTs Miftahul Ulum.

Pada awal terbentukya MTs Miftahul Ulum banyak melibatkan pendidik yang berada di bawah naungan MTs Almaarif Singosari. Kemudian menjadi lembaga mandiri setelah diterbitkannya Akte/SK Yayasan Miftahul Ulum tersebut. Setelah MTs Miftahul Ulum mendapat sertifikasi DIAKUI, dalam kegiatan kependidikan tersebut MTs Miftahul Ulum adalah anggota dari Kelompok Kerja Madrasah (KKM) MTs Almaarif 01 Singosari.

Pada awal berdirinya MTs Miftahul Ulum dalam melaksanakan kegiatan belajar-mengajar menempati gedung yang sama dan bergantian dengan Madrasah Ibtidaiyah (MI). MI melaksanakan kegiatan belajar-mengajarnya pada pagi hari dan Mts pada siang hari. Tahun demi Tahun MTs Miftahul Ulum mengalami perkembangan yang pesat dengan jumlah siswa yang semakin banyak. Untuk memenuhi persyaratan sebagai lembaga pendidikan yang resmi maka pada tanggal 1 Desember 1995, MTs Miftahul Ulum melaksanakan Akreditasi dengan hasil berubahnya status TERDAFTAR menjadi status DIAKUI. Kemudian pada tanggal 20 Maret 2000 melaksanakan Akreditasi ulang dengan status DIAKUI.

Perkembangan terus dilakukan dan pernah ada masa saat kurangnya sarana dan prasarana yang mengharuskan pengurus untuk menggunakan segenap tenaga dan pikiran serta usaha yang keras mendirikan bangunan baru pada tahun 2004. Fungsi bangunan tersebut sebagai ruang kelas baru dan pada tahun 2009 dapat

diwujudkan 4 bangunan baru lagi, sehingga pada tahun tersebut seluruh siswa MTs Miftahul dapat masuk dan melaksanakan kegiatan belajar mengajar pada pagi hari. Pada tahun 2009 juga terlaksana Akreditasi dengan hasil kategori Madrasah swasta dengan TERAKREDITASI B.

#### b. Letak Geografis

Secara geografis MTs Miftahul Ulum merupakan satusatunya Madrasah Tsanawiyah yang berada di Kecamatan Singosari bagian timur, meliputi wilayah Tamanharjo, Baturetno, Dengkol dan Wonorejo. Keberadaannya sangat dibutuhkan masyarakat yang menginginkan lembaga pendidikan dengan porsi ilmu agama islam yang lebih banyak. Luas pekarangan madrasah sebesar 610 m² yang berada di Jalan Masjid Nomor 03 Baturetno.

#### c. Visi dan Misi

Visi madrasah adalah"Menumbuh kembangkan Fitrah Manusia sehingga terwujud insan yang bertaqwa dan berakhlakul karimah serta berwawasan IPTEK dan berhaluan Ahlussunnahwaljamaah."

Adapun misi madrasah adalah:

 Menyelenggarakan pendidikan bernuansa Islam dalam upaya menumbuh kembangkan fitrah manusia.

- 2) Mendidik siswa agar memiliki pengetahuan sehingga terbentuk akhlakul karimah.
- Mengembangkan kreativitas siswa melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler.
- 4) Menumbuhkan semangat belajar untuk mencapai penguasaan IPTEK dan Imtaq.

# d. Struktur Kelembagaan

Madrasah Tsanawiyah berada di bawah naungan Kementerian Kabupaten Malang memiliki nama-nama yang ikut mengurus madrasah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Struktur Kelembagaan

No	Nama	Jabatan		
1	H. M.N. Soenarto	Pengurus Yayasan		
2	H. Asnan Noer Shoib	Komite Madrasah		
3	Drs. Mat Husen	Kepala Madrasah		
4	Yul Farida, S.Pd	Kepala Tata Usaha		
5	Dra. Anis Ulfah	Bendahara		
6	Ir. Mahmoedah	WAKA UR. Kurikulum		
7	Dra. Yum Zakiyah	WAKA UR. Sarpras		
8	Supi'in, S.Pd	WAKA UR. Humas		
9	Drs. Suhartoyo	WAKA UR. Kesiswaan		
10	Hubiatin Ningsih, SE	Kepala Perpustakaan		

11	Dra. Yum Zakiyah	Kepala Laboratorium		
12	Assyafi'iyah, S.Si	Pembina UKS		
13	Drs. Suhartoyo	Pembina Pramuka		
14	Hubiatin Ningsih, SE	Wali Kelas VII A		
15	Wihda Karimah, S.Pd	Wali Kelas VII B		
16	Yum Zakiyah, S.Pd.I	Wali Kelas VII C		
17	Drs. Suhartoyo	Wali Kelas VIII A		
18	Zaim Al Umam, S.Pd	Wali Kelas VIII B		
20	Ibni Abdillah, S,Pd	Wali Kelas VIII C		
21	Assyafi'iyah, S.Si	Wali Kelas IX A		
22	Muna Rufaidah, S.Pd	Wali Kelas IX B		

Berdasarkan lampiran SK No: 800/30.1/K.03/YMU/VII/2018 berikut daftar nama guru tetap yang mengajar di madrasah:

Tabel 3.2 Daftar Nama Guru

No	Nama	No	Nama
1	Drs. Mat Husen	11	Hubiatin Ningsih, SE
2	Lilik Hidayati, S.Pd.I	12	Hanafi, M.Pd
3	Dra. Anis Ulfah	13	M. Zakaria, S.Pd.I
4	Yul Farida, S.Pd	14	Wihda Karimah, S.Pd
5	Drs. Suhartoyo	15	Ibni Abdillah, S.Pd
6	Ir. Mahmoedah	16	Anna Mujaroh
7	Supi'in, S.Pd	17	Sujiono, S.Pd

8	Dra. Yum Zakiyah	18	Zaim Al Umam, S.Pd
9	Muna Rufaidah, S.Pd	19	
10	Assyafi'iyah, S.Si	20	

Sedangkan untuk keberadaan peserta didik Tahun Ajaran 2018/2019 jumlahnya mencapai 196. Laki-laki berjumlah 120 dan perempuan 76.

# e. Jadwal Pelajaran

Tabel 3.3 Daftar Pelajaran, Kelas dan Alokasi Waktu

	BIDANG STUDI	Kelas dan Alokasi Waktu						
NO		VII		VIII		IX		
		STANDAR	MODIFIK ASI	STANDAR	MODIFIK	STANDAR	MODIFIK ASI	
1.	Agama	2	2	2	2	2	2	
	a. Al Quran Hadis	2	2	2	2	2	2	
	b. Akidah Akhlak	2	2	2	2	2	2	
	c. Fiqih	2	2	2	2	2	2	
	d. SKI	2	1	2	1	2	1	
2	Bahasa Arab	2	3	2	3	2	3	
3	Bahasa Indonesia	4	4	4	4	4	5	
4	Bahasa Inggris	4	4	4	4	4	5	
5	Matematika	4	4	4	4	4	5	
6	IPA Terpadu	4	4	4	4	4	6	
7	IPS Terpadu	4	4	4	4	4	4	
8	PKn	2	2	2	2	2	2	

9	Penjaskes	2	2	2	2	2	2
10	Teknologi Informasi	2	2	2	2	2	2
11	Seni Budaya	2	2	2	2	2	2
	Muatan Lokal						
	Witatan Dokar						
12	Bahasa Daerah	1	1	1	1	1	1
13	Aswaja	1	1	1	1	1	1
14	Tartil Alquran	2	2	2	2	2	2
	Pengembangan Diri						
	A. Intrakurikuler						
	1. Bahasa Inggris	2	2	2	2		
	2. Bahasa Arab			2	2		
	3. Matematika	1	1				
	4. Bahasa Indonesia	1	1				
	B. Ekstrakurikuler						
	Baca Tulis Alquran				7		
	2. Pramuka	- /	1				
	3. Albanjari						
	4. Drum Band						
	Jam Pembelajaran:	11					
	Senin -	Sabtu =	42 Jp				
	Jumlah = 42 Jp						
	• • •						

# 2. Deskripsi Konselor

# a. Identitas Konselor

Konselor dalam penelitian kali ini adalah mahasiswi Bimbingan Konseling Islam UINSA semester 8. Identitasnya adalah sebagai berikut.

Tabel 3.4 Identitas Konselor

Nama	Madihah			
NIM	B53215051			
Tempat, Tanggal Lahir	Malang, 21 Oktober 1996			
Anak ke	5 dari 5 bersaudara			
Alamat Asal	Jalan Masjid Gang II Nomor 230 RT/RW 004/003 Dengkol, Singosari, Malang			
Domisili	Jalan Jemurwonosari Gang Lebar Nomor 72 Wonocolo Surabaya			
Riwayat Pendidikan	TK Muslimat XI Singosari MI Almaarif 02 Singosari Mts Almaarif 01 Singosari MA Almaarif Singosari Pondok Pesantren Putri Annashlihah Singosari			
Nama Orang T <mark>ua</mark>	Asnan Noer Shoib Lilik Hidayati			

# b. Pengalaman Konselor

Selama kurang lebih empat tahun konselor medapat mata kuliah yang mendalami dunia konseling. Salah satu mata kuliahnya adalah Keterampilan Komunikasi Konseling yang membantu konselor untuk belajar menerapkan ilmu yang telah didapatkan dalam praktik mengonseling seseorang. Ada lagi Media BKI yang dijadikan dasar dalam mencari atau menggabungkan teknik untuk penyelesaian masalah konseli. Ada juga mata kuliah yang lain, meliputi Pengantar BK, Ilmu Dakwah, Pengantar Psikologi, Hadis dan Tafsir BKI, Pemahaman

Individu, Psikologi Perkembangan, Psikologi Kepribadian, Konseling Individu dan Kelompok, Konseling Multikultural, Konseling Sekolah, dan lain-lain yang membantu konselor untuk mempraktikkan dan menyelesaikan tugas akhir.

Selain ilmu dari perkuliahan, konselor telah mengikuti pelatihan NLP Practitioner oleh Iwan D. Gunawan melalui *Board of Hypnotherapy* (IBH) 95. Selama empat tahun juga konselor pernah melakukan praktik konseling sebagai tugas dari kampus atau ada permasalahan di sekitar dan konselor ikut andil memecahkan dan belajar membantu orang lain, antar lain sewaktu Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) pada tanggal 29 September, 2 Oktober, 02 November 2018 dengan siswi bernama Raisya kelas VII Wushto Pondok Pesantren Al Fithrah Surabaya tentang cara bersosial dengan teman sebaya. Pada mata kuliah Konseling Individu juga pernah melakukan proses konseling dengan Fitri Indah terkait tidak betah di pondok (02 Juni 2017) dan Atika tentang malas dan pandangan subjektif tentang perkuliahan (13 Juni 2017).

# 3. Deskripsi Konseli

#### a. Identitas Konseli

Subjek penelitian ini adalah siswi Madrasah Tsanawiyah Miftahul Ulum kelas VIII B.

<sup>95</sup>Lihat Lampiran

Tabel 3.5 Identitas Konseli

Nama	Afi (nama samaran)		
Tempat, Tanggal Lahir	Malang, 4 November 2004		
Anak ke	2 dari 2 bersaudara		
Nama Ayah	Ofi (Nama samaran)		
Nama Ibu	Mila (Nama Samaran)		
Riwayat Pendidikan	TK Muslimat XI Singosari SD Negeri II Dengkol		
Alamat	Dusun Plosokerep RT/RW 01/07 Desa Dengkol, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang		

#### b. Latar Belakang Keluarga

Afi berasal dari salah satu dusun di Desa Dengkol yang lokasinya masih berdekatan dengan bagian daerah persawahan masyarakat Dengkol. Dia anak pertama dari dua bersaudara. Seharihari selain di sekolah, Afi sering diam di rumahnya, kadang bersama adiknya atau adiknya dititipkan ke rumah ibunya yang berada di Gang 6 Desa Dengkol. Adiknya juga masih berusia 18 bulan dan sesekali ikut ke ruang tamu saat konselor ke rumah konseli.

Saat konselor masuk ke rumah konseli, pernah dibukakan pintu oleh kakak ayahnya yang rumahnya di sebelah kanan rumah konseli. Kadang juga dibukakan oleh ayahnya yang waktu itu libur kerja. Berdasarkan observasi dan percakapan konselor kepada ayah dan kakak ayahnya, keluarganya termasuk orang yang terbuka dan

ramah terhadap orang lain. Afi dibesarkan dengan keluarga yang masih hidup, ayah dan ibu. Afi juga termasuk anak yang taat sama orangtuanya, hal itu sebagaimana wawancara konselor dengan konseli yang mengajak ketemu tapi konseli beralasan tidak boleh keluar rumah karena konseli mau membantu ibunya masak kue untuk lebaran. <sup>96</sup> Pernah juga saat konselor mengajak bertemu, konseli tidak diperbolehkan keluar karena orang tuanya mau keluar, <sup>97</sup> jadi dia menjaga rumah.

#### c. Latar Belakang Pendidikan

Semenjak kecil, konseli disekolahkan orang tuanya di sekolah yang berada di daerah dekat dengan rumah, mulai TK, SD dan saat ini di MTs. Konseli menerima kebebasan dalam memilih sekolah meski masih dalam pantauan orang tua. Sebagai orang tua yang tidak sekolah tinggi, hanya SD saja, ayahnya pun berharap agar konseli bisa mendapatkan yang terbaik di setiap jenjang pendidikan anaknya. Seperti kata ayahnya,

"Nek wong tuo yo mek dungakno, cek ngerti, cek anu, cek iso cek ranking. Soal e kan wong tuane gak sekolah." <sup>98</sup> (Kalau orang tua ya hanya mendoakan, biar ngerti, biar bisa ranking. Soalnya orang tuanya gak sekolah)

<sup>&</sup>lt;sup>96</sup>Lihat lampiran 2 hasil wawancara dengan Afi.

<sup>&</sup>lt;sup>97</sup>Lihat lampiran 5 hasil wawancara dengan Afi.

<sup>&</sup>lt;sup>98</sup>Lihat lampiran 5 hasil verbatim wawancara dengan Pak Ofi.

#### d. Latar Belakang Ekonomi

Ayah konseli memiliki mata pencaharian sebagai pekerja bangunan dan penempatan kerjanya bepindah-pindah. Sedangkan ibu konseli menjadi buruh di pabrik wafer. Setelah observasi dan wawancara, konselor melihat bahwa kebutuhan konseli cukup terpenuhi dalam hal transportasi ke sekolah, ia memiliki sepeda motor sendiri dan digunakan saat konseli pergi dan pulang sekolah. Hal itupun dikarenakan jarak rumah dan sekolah sekitar 2.5 km dan tidak ada angkot yang berada di jalur rumah menuju sekolahnya. Dia sudah punya sepeda motor semenjak kelas 2 MTs. Sedangkan untuk kebutuhan lain, biasanya saat konseli minta barang yang belum bisa dibelikan orang tuanya, maka orang tuanya berusaha untuk meme<mark>nuhi keinginan anaknya</mark> meski harus menabung uang dahulu. Pernah juga saat konselor hendak menemui konseli untuk menindaklanjuti proses konseling juga sempat tidak bisa menghubungi konseli, akhirnya konselor memutuskan untuk langsung menemui konseli di rumahnya. Setelah ditanya, ternyata handphone konseli rusak dan sudah dijual lalu dibelikan yang baru oleh orang tuanya.<sup>99</sup>

#### e. Latar Belakang Keagamaan

Semenjak kecil, konseli hanya mendapat wawasan keislaman dari orang-orang di luar rumahnya. Orang tuanya

<sup>&</sup>lt;sup>99</sup>Lihat lampiran 7 hasil wawancara dengan Afi.

memilih menempatkan anaknya untuk belajar mengaji alquran di Desa Dengkol. Pertama ngaji di Gang 7 Dengkol, nama gurunya Bu Nurul. Beranjak SD, konseli mulai pindah tempat yang berada di TPQ Umi Kulsum, Gang 5. Di sana dia juga ngaji alquran beserta tajwid, tapi tidak setiap hari karena jarak dari rumah ke tempat ngaji yang harus melewati sawah dan gelap karena malam hari. Selain itu, Mts Miftahul Ulum juga ikut andil dalam memperkenalkan konseli dengan materi-materi keagamaan yang diajarkan oleh guru-gurunya di sekolah.

#### f. Deskripsi Masalah Konseli

Penelitian ini berawal dari penulis saat melakukan percakapan dengan salah satu guru di Mts Miftahul Ulum yang menceritakan tentang sekolah beserta masalah-masalahnya, termasuk permasalahan peserta didik. Salah satu masalahnya menyangkut efikasi diri yang rendah. Lalu, peneliti melakukan wawancara kepada salah satu wali kelas, yaitu VIII B. Karena wali kelasnya hanya mengajar Bahasa Indonesia, maka pengetahuan akan masalah peserta didiknya hanya seputar Bahasa Indonesia saja. Wali kelas menyebut Afi memiliki efikasi diri rendah di mata pelajaran Bahasa Indonesia yang menganggap bahwa konseli selalu takut salah dalam melakukan pekerjaan atau tugas sekolah. Belum berhenti sampai di sini, konselor harus bertemu konseli secara langsung untuk melakukan wawancara dan observasi sehingga

mendapat data yang lebih akurat.

Setelah konselor bertemu konseli, tampak non verbal konseli sering menunduk saat diajak bicara, konseli juga pernah tangannya terasa bergetar saat berjabat tangan dengan konselor, sesekali menutup muka dengan jilbab, lalu saat ditanya hanya menjawab sekenanya, jadi konselor harus lebih lama untuk membangun hubungan agar konseli bisa terbuka. Pada saat wawancara dan observasi, konselor mendapati bahwa konseli merupakan anak yang rajin di sekolah, dia bisa mengikuti pelajaran dengan baik meskipun ada yang ia sukai dan ada yang tidak. Konseli menyukai pelajaran matematika dan IPA, sedangkan untuk mata pelajaran lain ia biasa saja, ia juga mengaku bisa. Tapi saat ditanya lagi dan lagi terkait mata pelajaran yang sering dihindari dan tidak disukai, ia menjawab Bahasa Inggris dan Bahasa Arab. Terutama dalam Bahasa Inggris, konseli merasa tidak bisa, tidak suka, dan sering sekali kesulitan jika mendapat tugas dari guru. Tapi jika Bahasa Indonesia, konseli mengaku suka karena banyak bercerita. Ia juga cukup suka membaca buku cerita, meski masih sulit dalam hal pantun dan puisi.

Konseli sangat tidak suka pelajaran Bahasa Inggris karena menurutnya susah, harus diartikan terlebih dahulu, belum lagi jika harus lama membuka kamus, dan saat sudah tahu artinya, ia tidak yakin dan menanyakan ulang kepada teman dekatnya apakah artinya memang sama dengan yang di kamus atau tidak. Ia juga

kebingungan jika membaca nyaring tulisan bahasa inggris, khususnya bagaimana mengucapkan kata per kata. Konselor juga mewawancarai guru mata pelajaran Bahas Inggris dan mengaku bahwa Afi memang harus dituntun saat pelajaran, sekalinya dilepas, maka konseli tidak bisa mengerjakan. Meski konseli duduk di depan dan terlihat antusias, tapi ia sebenarnya sulit untuk bisa Bahasa Inggris.

Saat konseli mengerjakan tugas, ia sering menggantungkan dirinya kepada teman sebangkunya. Dan ketika konselor menyuruh untuk mengerjakan soal Bahasa Inggris, ia langsung mencoba menolak halus dengan alasan tidak bisa, padahal soalnya sudah pernah dikerjakan sewaktu ujian tengah semester. Namun, meski begitu, konselor tetap merayu agar konseli mengerjakan, tidak harus benar semua, dan konseli mengiyakan. Di tengah-tengah mengerjakan, ia sering geleng-geleng kepala dan beberapa kali bilang, "Sudah ya kak," dia merasa harus segera menyerah dan menjelaskan bahwa dia lebih suka Matematika dan IPA.

Berikut gambaran dari proses konseling yang dilakukan pada penelitian kali ini.

Tabel 3.6 Proses Konseling
Bibliokonseling dengan Teknik Kontak-minimal dan Kelola-terapis

#### ldentifikasi Masalah

- 1. Konseli cenderung menghindari tugas
- 2. Konseli ragu-ragu akan kemampuannya
- 3. Konseli lamban dalam membenahi diri ketika mendapat kegagalan
- 4. Konseli memiliki aspirasi dan komitmen yang lemah terhadap tugas
- 5 Konseli tidak berpikir bagaimana cara menghadapi masalah

#### **Diagnosis**

Konseli memiliki efikasi diri yang rendah di mata pelajaran Bahasa Inggris



#### **Prognosis**

Memberikan pemecahan masalah melalui materi bacan (bibliokonseling)



#### Evaluasi

- 1. Ada beberapa kata dalam materi bacaan yang artinya belum dimengerti konseli, sehingga ia harus menggarisbawahi kata tersebut dan menanyakan kepada konselor.
- 2. Sebelum pemberian terapi, konselor memberikan soal Bahasa Inggris sebagai bukti dan data observasi bahwa konseli memang rendah di efikasi dirinya. Setelah proses terapi, yaitu pada tahap evaluasi ini konselor juga memberikan soal yang sama lalu mengecek hasil dan membandingkan antara keduanya.



#### **Treatment**

- Memotivasi konseli dengan manfaat-manfaat yang didapatkan jika nanti ia bisa Bahasa Inggris.
- 2. Memberikan waktu konseli untuk membaca materi bacaan, yaitu ringkasan novel Negeri 5 Menara dan cerpen Kerja Keras dan Usahaku.
- 4. memberikan waktu kepada konseli untuk merefleksikan materi bacaan.
- 5. Mengajak diskusi mengenai materi bacaan atau hal-hal apa saja yang didapatkan setelah membaca cerita.



#### Follow up

Konselor melakukan terminasi (mengakhiri proses konseling).

#### B. Deskripsi Hasil Penelitian

# 1. Proses Bibliokonseling Sebagai Upaya Meningkatkan Efikasi Diri Akademik

Efikasi diri rendah memang kerap menghampiri orang, tak terkecuali peserta didik yang menghadapi berbagai macam mata pelajaran. Salah

satunya yang dialami Afi dalam mata pelajaran Bahasa Inggris. Adapun dalam proses penanganan agar efikasi diri Afi meningkat, konselor juga menggunakan media pesan pendek untuk membangun relasi dengan konseli, jadi tidak hanya tatap muka untuk melaksanakan proses konseling. Karena konseling dapat juga dilakukan dengan berbagai macam layanan, salah satunya dengan memanfaatkan media atau teknologi informasi agar lebih interaktif. Adapun proses yang lebih rinci saat konseling adalah sebagai berikut.

#### a. Identifikasi Masalah

Tahap identifikasi masalah menekankan tentang gejala awal dari masalah konseli. Proses ini diawali dengan data awal dari wali kelas konseli yang menyatakan bahwa konseli merasa takut untuk mengerjakan soal, merasa tidak bisa, sering menyontek jika tidak bisa mengerjakan, penuh keragu-raguan. Selanjutnya konselor melakukan wawancara dan observasi kepada konseli untuk mengetahui gejala-gejala yang tampak pada diri konseli. Konseli mengaku tidak suka terhadap mata pelajaran Bahasa Inggris dan ragu-ragu untuk menjawab soal-soal yang diberikan guru, merasa tidak bisa, tidak percaya diri, sulit mengartikan, sering tidak nyambung, takut salah, 101 hal itu diperkuat saat konselor menyodorkan soal Bahasa Inggris dan mengajak konseli untuk mengerjakan soalnya tetapi ia langsung menggeleng-gelengkan kepalanya. Konselor harus

<sup>100</sup>Farid Mashudi, *Psikologi Konseling* (Yogyakarta: IRCiSoD, 2013), hal. 50.

<sup>101</sup>Lampiran 5.

mengajak beberapa kali agar konseli mau mengerjakan meski pada saat mengerjakan masih sering garuk-garuk kepala, berdecak sendirian, menatap soal lama, berpikir lama tapi tidak bertindak, meski sudah ada kamus di depannya tapi ia seperti tidak ingin membuka, karena kebiasaan di sekolah meski sudah mencari tahu artinya, ia akan menanyakan ulang arti kata yang sudah ia temukan di kamus kepada teman sebangkunya untuk memastikan apakah benar atau tidak. Seperti katanya,

"Saya biasanya gitu. Sudah tahu artinya tanya ke Titi. Takut salah." <sup>102</sup>

Akhirnya konseli menyerah dan mengatakan bahwa ia tidak bisa. <sup>103</sup> Selain kepada teman sebangku, ia juga sering kali bertanya kepada Guru Bahasa Inggris. Saat melakukan wawancara ke Bu Rima, Guru Bahasa Inggris, ia menjelaskan bahwa konseli sering lupa kosakata Bahasa inggris, bahkan ia juga sudah menyuruh konseli untuk duduk di barisan pertama saat pelajaran Bahasa Inggris, meski konsei terlihat antusias tapi tidak nyambung. Konseli baru bisa kalau dia dituntun pelan-pelan oleh Bu Rima, seperti penjelasan Bu Rima,

"Ya gitu, saya suruh maju ke depan, sama Titi. Kalo Titi itu bisa anaknya. Tapi kalo Afi itu susah ngertinya, harus saya tuntun dulu. Misal sekarang saya jelaskan artinya, jangankan besok, nanti saja sudah lupa." <sup>104</sup>

Konselor juga bertanya kepada Titi dan ia juga mengatakan

-

<sup>&</sup>lt;sup>102</sup>Hasil wawancara dengan Afi, tanggal 22 Juni 2019. Lihat lampiran 5 verbatim wawancara dengan konseli.

<sup>&</sup>lt;sup>103</sup>Lampiran hasil pengerjaan soal Konseli.

 $<sup>^{104}\</sup>mathrm{Hasil}$ wawancara dengan Afi, tanggal 7 Juni 2019. Lihat lampiran 10 verbatim wawancara dengan konseli.

bahwa konseli juga mencontek Bahasa Inggris ke dia, <sup>105</sup> dan Titi mencontek ke konseli dalam pelajaran Matematika atau IPA. Konseli juga mengaku sering mengerjakan tugas Bahasa Inggris bersama-sama dengan teman, tapi tidak dengan mata pelajaran lain yang lebih sering ia kerjakan sendiri.

Konselor harus melakukan *rapport* lebih sering karena konseli cenderung pemalu dan sulit berbicara banyak. Jadi dalam proses identifikasi, beberapa kali konselor harus mengatur jadwal agar bisa bertemu konseli untuk melanjutkan proses konseling.

#### b. Diagnosis

Berdasarkan gejala-gejala pada identifikasi masalah, bisa disimpulkan bahwa konseli memiliki efikasi diri yang rendah terhadap mata pelajaran Bahasa Inggris. Hal itu disebabkan karena:

- Saat konselor menyodorkan soal Bahasa Inggris dan konseli langsung geleng-geleng kepala, mencoba menghindar dan bilang, "Waduuh, gak bisa aku."
- 2) Konseli sangat ragu-ragu untuk mengartikan kata per kata, sangat sering bertanya kepada teman sebangku atau gurunya. Konseli ragu untuk menjawab soal dan takut salah, sehingga tidak jadi dikerjakan

\_

<sup>&</sup>lt;sup>105</sup>Lihat lampiran 11 hasil wawancara dengan Afi.

<sup>&</sup>lt;sup>106</sup>Hasil wawancara dengan Afi, Tanggal 24 Juni 2019. Lihat lampiran 5 wawancara dengan konseli.

dan lebih memilih menggantungkan diri kepada orang lain.

- 3) Konselor melihat-lihat prestasi masa lalu konseli melalui hasil rapor dan berkali-kali mendapat nilai yang cukup jelek. Konseli masih lamban dalam memperbaiki diri agar berhasil mendapat nilai bagus, saat mendapat nilai bagus-pun ia mengaku karena banyak mendapat bantuan atau arahan dari teman maupun guru.
- 4) Saat mengerjakan soal, konseli tidak sampai tuntas mengerjakan semua. Ia lebih memilih menyerah daripada berusaha dengan mengartikan, kemudian menyelesaikan satu-persatu semuanya. Meski ia tetap mengerjakan soal, tapi ia hanya mengerjakan soal-soal yang dianggap mudah, itupun masih sering bergumam, "Mbuh wes, iki salah paling."
- 5) Konseli sebenarnya bisa memanfaatkan kamus yang da di depannya saat mengerjakan soal, tapi ia lebih memilih diam dan hanya memandang soal lebih lama. Hanya sesekali ia membuka kamus.

Sikap konseli tersebut memang ada keterkaitan antara rasa tidak suka konseli terhadap pelajaran Bahasa Inggris, tapi bukan hanya itu, ditambah juga dengan rasa ketergantungan kepada orang lain saat mendapat tugas, entah itu dalam versi soal yang mudah maupun sulit. Akan tetapi, konseli tidak sampai benar-benar tidak mau berhadapan dengan mata pelajaran satu ini, tidak juga dengan membolos sekolah dan lain-lain. Ia tetap mengikuti pelajaran sebagaimana mestinya tapi

memperlihatkan gejala-gejala demikian. Berdasarkan ciri-ciri yang ditampakkan konseli, maka ia termasuk ke dalam kategori memiliki efikasi diri rendah. Sehingga konselor mengangkat permasalahan ini untuk ditindaklanjuti dalam proses konseling. Konseli dengan rendahnya efikasi diri akademik nantinya akan berpengaruh terhadap penilaian diri sendiri terhadap tugas serta kemampuan dia dalam menyelesaikan suatu tugas.

#### c. Prognosis

Pada tahap ini konselor menetapkan jenis bantuan yang akan diberikan konseli. Berdasarkan latar belakang masalah konseli, diagnosis, prognosis, dan semua data yang diperoleh dari proses wawancara maupun observasi, klien cukup suka membaca cerita saat mata pelajaran Bahasa Indonesia. Hal ini juga berhubungan dengan wali kelas konseli yang sering menginstuksikan peserta didiknya agar giat membaca, entah itu novel, cerpen, dan lain-lain. Hanya saja di usia konseli yang berumur 14 tahun, ia mengaku masih belum membaca banyak buku.

Bibliokonseling hadir untuk menjadi terapi dan teknik yang sesuai dengan pengalaman konseli, meskipun harus disesuaikan juga dalam gaya bahasa, kerumitan cerita, jumlah halaman, dan karakteristik konseli. Maka, konselor memanfaatkan bibliokobseling dengan medianya berupa ringkasan novel dan satu cerpen dengan tokoh cerita yang hampir serupa dengan permasalahan konseli sehingga bisa meningkatkan efikasi dirinya pada mata pelajaran Bahasa Inggris.

Langkah-langkah yang dilakukan konselor dalam menggunakan bibliokonseling adalah dengan 1) Memberi motivasi, 2) Memberikan waktu yang cukup untuk membaca materi bacaan, 3) Memberikan waktu untuk merenungkan dan merefleksi materi bacaan, 4) Evaluasi dan Tindak lanjut dengan metode diskusi dan refleksi terhadap materi bacaan.

Pada saat proses membaca, konseli akan mengenali karakter tokoh lalu mencapai tahap katarsis di mana perasaan konseli tersambung dengan karakter tokoh, lalu konseli memahami bahwa cerita yang dibaca bisa dipindahkan kepada dirinya sendiri dan konseli mendapat suatu pemahaman bahwa ia tidak sendirian dalam mengalami masalah yang dihadapi. Artinya, ada orang lain yang juga mengalami masalah serupa, seperti yang ada dalam bacaan yang diberikan konselor.

#### d. Treatment

Pada proses pemberian terapi, konselor memberikan ringkasan novel dengan subbab yang bercerita tentang seorang tokoh dengan alur ceritanya berupa usaha belajar Bahasa Inggris dan cerita pendek yang berkisah tentang usaha dan kerja keras dalam belajar. Adapun tahapan proses terapi adalah sebagai berikut:

#### 1) Mengawali dengan Motivasi

Saat konselor melakukan rapport dan wawancara, konselor

<sup>107</sup>Lihat hasil *treatment* lampiran 6.

sudah memotivasi konseli bahwa belajar Bahasa Inggris merupakan hal yang penting. Konselor juga bertanya tentang hal apa yang akan didapatkan saat konseli bisa Bahasa Inggris, konseli menjawab bahwa nantinya ia juga akan bisa Bahasa inggris, bisa ke luar negeri, bisa lancar berbicara Bahasa Inggris. Namun yang lebih penting lagi adalah konselor memotivasi konseli agar tidak sering ragu-ragu dalam mengartikan ataupun menjawab soal, agar sebaiknya mengurangi ketergantungan diri kepada teman dan guru saat mengerjakan tugas, sehingga konseli bisa percaya diri dalam mengerjakan. Saat konselor memberikan materi bacaan juga mendorong agar konseli mengambil pelajaran dari bahan bacaan.

#### 2) Memberi waktu dengan Membaca

Konselor memberikan waktu kurang lebih satu minggu agar konseli menuntaskan bacaannya. Bersamaan dengan ini, konselor juga memberikan waktu untuk merefleksikan bacaan dengan cara konseli menulis hal-hal yang ia dapatkan dari proses membacanya.

#### 3) Memberi waktu untuk refleksi

Pada pertemuan selanjutnya, konselor mendapatkan refleksirefleksi dari konseli. Konseli tidak menulis hal-hal yang ia dapatkan, tetapi ia menceritakan singkat dari materi yang diberikan konselor. Pada bacaan pertama, Negeri 5 Menara, konseli mulai bercerita tentang tokoh Alif yang menjadi pemeran utama beserta teman-temannya yang juga ikut melengkapi cerita. Alif merupakan siswa yang berasal dari Bukittinggi lalu merantau ke Jawa Timur dan menimba ilmu di Pondok Madani (PM) Gontor, Ponorogo. Sebelumnya, ia tidak mau karena ingin melanjutkan ke jenjang sekolah umum, yaitu SMA bersama sahabatnya yang bernama Randai. Saat sudah di PM, Alif masih memiliki cita-cita untuk kembali lagi dan masuk sekolah yang sama dengan Randai. Tapi akhirnya ia memutuskan untuk melanjutkan di PM dengan berbagai pertimbangan, di antaranya adalah karena sudah mendapatkan banyak pelajaran di PM, bisa belajar bahasa asing, terinspirasi dari gurunya yang bilang, man jadda wajada, siapa yang bersungguh-sungguh, maka berhasil, lalu Alif meminta maaf kepada orang tuanya karena pernah tidak setuju saat Alif diharuskan mendalami agama di Madrasah Aliyah, bukan SMA. Di PM, ia bertemu Shahibul Menara, ada Baso dari Gowa, Atang dari Bandung, Raja dari Medan, Dulmajid dari Madura, dan Said dari Surabaya. Cerita langsung fokus ke Alif yang tidak bisa Bahasa Arab, terutama dalam menghafal kosa kata Bahasa Arab, serta Baso yang kesulitan Bahasa Inggris, terutama bagian pengucapan kata. Akhirnya Alif dan Baso berusaha keras dan saling memberikan masukan, belajar setiap hari, sampai pada akhirnya Alif saat tertidur mimpinya dipenuhi dengan kata-kata Bahasa Arab, Baso yang kemudian lancar berbahasa Inggris, itu semua berkat doa dan kerja keras yang dilandasi dengan semangat dalam kalilmat, *Man Jadda Wajada*.

Konseli juga mengungkapkan bahwa ceritanya bagus dan kagum karena tokoh dalam cerita bisa mencapai cita-citanya, ia juga berkata. "Loh, kok sama sih, gak iso Bahasa Inggris." Konseli juga mengatakan kalau ia akan berusaha dan tidak ketergantungan lagi. "Bisa paling. Wes gak sama Titi kok sekarang." Kata konseli yang sudah beda kelas dengan Titi pada kelas IX.

Pada cerita kedua, konseli juga menceritakan bahwa ada seorang tokoh yang tidak bisa mengerjakan Matematika, lalu ibunya menganggap tokoh tersebut bodoh. Akhirnya dia berusaha dan lama-lama bisa. Lalu jadi juara dua di kelas. Kesan yang didapatkan konseli dari cerita pendek ini adalah bahwa sang tokoh bisa berjuang dan berusaha. Tapi ia mengaku lebih terkesan dengan cerita pertama, karena ada Bahasa Inggrisnya.

#### 4) Tindak lanjut dengan Diskusi

Pada tahap ini, konselor dan konseli saling memberikan sudut pandang terkait bacaan. <sup>108</sup> Konselor lebih banyak menggunakan keterampilan konseling dengan respon minimal

.

<sup>&</sup>lt;sup>108</sup>Lihat hasil *treatment* lampiran 7 dan lampiran 8.

saat konseli merefleksikan bacaan. Dengan demikian, konseli sudah mencapai tahap katarsis, pemahaman, dan universalisasi.

#### e. Evaluasi

Evaluasi adalah sekumpulan aktivitas yang dirancang untuk menentukan nilai atau harga dari suatu program atau intervensi. <sup>109</sup>Setelah membaca buku dan berdiskusi, konseli sedikit merasa kesulitan pada beberapa kata yang belum ia pahami, tapi hal tersebut tidak mengganggu proses pemahaman konseli terhdap isi cerita. Kata-kata yang dirasa sulit ia garis bawahi dan ia tanyakan kepada konselor saat bertemu. Kemudian konseli juga bisa mengambil perlajaran dari kedua cerita, meski yang lebih mengena adalah cerita pertama karena masalahnya hampir sama persis dengan yang ia alami.

Sebelum ke tahap tindak lanjut, konselor mengajak konseli untuk mengerjakan soal yang sebelum pemberian terapi pernah dikerjakan. Hasilnya ada peningkatan kemauan diri dan nilai yang bertambah tinggi dari sebelumnya, meski saat ditawari mengerjakan soal, konslei menjawab, "Waduh," tapi ia sambil senyum-senyum, tidak seperti saat sebelum pemberian terapi yang geleng-geleng kepala. Adapun hasil dari pengerjaan soal bisa dilihat pada lampiran. <sup>110</sup>

<sup>109</sup>Farid Mahudi, *Panduan Evaluasi dan Supervisi Bimbingan dan Konseling* (Yogyakarta: Diva Press, 2013), hal. 22.

<sup>&</sup>lt;sup>110</sup>Lihat lampiran 14.

#### f. Follow Up

Pada tahap ini, konselor sudah melakukan tahap akhir konseli dan menyelesaikan proses konseling. Tapi konselor juga berpesan kepada konseli untuk dihubungi jika ada hal yang ingin ditanyakan tentang bukubuku yang lain atau pertanyaan lain. Tapi konseli harus berusaha agar meningkatkan kualitas dirinya dan tidak ketergantungan kepada konselor, misalkan dengan membaca buku entah dengan buku yang ia beli atau yang ia pinjam. Konselor juga menyarankan agar konseli mencari cerita-cerita yang menginspirasi melalui internet, karena sebelumya ia tidak pernah mencari-cari cerita melalui media elektronik.

# 2. Hasil Penerapan Bibliokonseling Sebagai Upaya Meningkatkan Efikasi Diri Akademik

Peneliti melakukan berbagai macam teknik untuk mendapatkan hasil akhir dari proses pemberian terapi. Setelah melakukan beberapa kali pertemuan hingga proses evaluasi, perubahan sikap konseli terhadap Bahasa Inggris bisa disimpulkan pada tabel berikut.

Tabel 3.7 Indikator Efikasi Diri

No		Hasil Pengamatan			
	Indikator	Sering	Kadang	Tidak	
1	Cenderung menghindari tugas		<b>√</b>		
2	Ragu-ragu akan kemampuan		<b>√</b>		
3	Lamban dalam membenahi diri ketika mendapat kegagalan			<b>✓</b>	
4	Aspirasi dan komitmen pada tugas lemah		<b>~</b>		
5	Tidak berpikir bagaimana cara menghadapi masalah			<b>✓</b>	

Adapun rincian perubahan perilaku konseli adalah sebagai berikut:

- a Cenderung menghindari tugas. Sebelum melakukan terapi, konseli terlihat sangat ingin menghindar ketika disodorkan tugas Bahasa Inggris. Konseli berkali-kali bilang tidak bisa sambil geleng-geleng kepala. Setelah proses terapi, ia sudah mengurangi tingkat kecenderungan menghindar dari tugas meski ada sedikit keinginan untuk menolak dengan bilang. "waduh," tapi setelah itu ia tersenyum daan mengerjakan.
- b Ragu-ragu akan kemampuan. Sebelum proses terapi, konseli sangat terlihat ragu-ragu saat menghadap tugas. Ia lebih sering berdiam diri dan tidak melakukan apa-apa karena takut salah. Ia juga memiliki keraguan dan mengalihkan pada rasa

ketergantungan kepada guru atau temannya saat mengerjakan tugas-tugas. Setelah pemberian terapi, konseli terlihat cukup bisa mengurangi rasa keragu-raguannya dengan mengerjakan soal satu per satu. Meski masih ada sedikit keraguan dan takut salah, tapi tidak separah saat sebelum pemberian terapi.

- c Lamban dalam membenahi diri ketika mendapat kegagalan.

  Sebelum proses terapi, konseli masih dihinggapi rasa ketergantungan kepada orang lain, jadi sulit untuk mendapat nilai yang bagus dari usahanya sendiri. Namun setelah proses terapi, ia mulai membenahi diri karena ingin bisa belajar Bahasa Inggris, mengingat pelajaran Bahasa Inggrisnya yang sering kali mendapat nilai jelek, dan ia ingin merubah itu sedikit demi sedikit.
- d Aspirasi dan komiten pada tugas lemah. Sebelum terapi, konseli tidak memiliki komitmen untuk menuntaskan soal, ia cenderung merasa harus segera mengakhiri pekerjaan atau tugasnya. Tapi setelah proses terapi, ada peningkatan aspirasi dan komitmen terhadap tugas meski ia juga tidak tahu apakah nantinya semua tugasnya akan banyak benarnya atau justru banyak salahnya.
- e Tidak berpikir bagaimana cara menghadapi masalah. Sebelum proses terapi, ia nampak kebingungan menghadapi soal-soal, tapi setelah proses terapi ia mulai bisa terlihat rileks dan sering

membuka kamus untuk mencari arti lalu menuliskan di lembar jawaban.

Selain yang tersebut pada indikator, konselor juga mempersilakan konseli jika ingin berdiskusi mengenai buku bacaan yang sesuai dengan perkembangan hidup konseli. Konselor juga bisa menentukan buku bacaan apa yang sesuai dengan yang konseli inginkan dan butuhkan. Sehingga proses belajar konseli semakin bertambah rajin dengan mengenali karakter-karekter yang ada pada buku bacaan. Nilai-nilai yang terdapat pada novel atau cerita juga menambah wawasan konseli untuk kemudian ia terapkan di kehidupan. Bisa disimpulkan bahwa bibliokonseling ini dapat meningkatkan efikasi diri konseli yang semula rendah.

#### **BAB IV**

# ANALISIS BIBLIOKONSELING SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN EFIKASI DIRI AKADEMIK SEORANG SISWI DI MTs MIFTAHUL ULUM BATURETNO SINGOSARI MALANG

### A. Analisis Proses Bibliokonseling Sebagai Upaya Meningkatkan Efikasi Diri Akademik

Berikut merupakan analisis data tentang proses pelaksanaan serta hasil konseling menggunakan Bibliokonseling dalam upaya meningkatkan efikasi diri akademik seorang siswi di Madrasah Tsanawiyah.

#### 1. Identifikasi Masalah

Pada tahap ini, konselor mengenali gejala-gejala awal masalah konseli. Konselor berupaya melakukan hubungan baik dengan konseli. Konselor juga berusaha agar konseli bisa terbuka terhadap permasalahannya sehingga proses identifikasi masalah bisa berjalan lancar. Untuk membangun hubungan yang baik, maka konselor perlu beberapa kali melakukan tatap muka dan mewawancarai konseli dengan bahasa keseharian, maksudnya tidak selalu menggunakan bahasa formal. Sembari wawancara, konselor juga bertanya tentang hal-hal yang tidak sesuai dengan permasalahan konseli, seperti bertanya tentang hari libur dan masuk sekolah. Konselor juga melakukan pendekatan dengan bantuan teknologi pengiriman pesan pendek, yaitu whatsapp untuk lebih dekat dengan konseli.

Proses identifikasi masalah juga menggunakan informan tidak langsung demi menunjang keakuratan data yang bersumber dari informan langsung, yakni konseli itu sendiri. Peneliti melakukan wawancara juga terhadap guru mata pelajaran, wali kelas, teman sebangku, orang tua untuk mengetahui latar belakang konseli.

#### 2. Diagnosis

Tahap ini adalah penetapan masalah berdasarkan identifikasi masalah dan mengetahui penyebab dari permasalahan konseli. Berdasarkan gejala-gejala yang diperlihatkan konseli saat proses wawancara dan observasi, maka konselor menetapkan konseli memiliki efikasi diri yang rendah pada mata pelajaran Bahasa Inggris.

Adapun yang menjadi penyebabnya adalah konseli tidak suka pelajaran Bahasa Inggris. Ia kurang percaya diri pada kemampuannya mengerjakan soal-soal sehingga berakibat jeleknya nilai rapor atau nilai tugas harian. Selain itu, saat konseli mendapat tugas dari guru, ia selalu menunggu pekerjaan temannya dan sedikit sekali ia bisa mengerjakan sendiri itupun dalam waktu yang agak lama dan sering juga cepat menyerah sebelum semua jawaban penuh. Konseli lebih banyak menggantungkan diri kepada jawaban teman atau tuntunan guru daripada mengerjakan secara mandiri.

#### 3. Prognosis

Setelah sudah diketahui masalah beserta gejala dan

penyebabnya, peneliti menetapkan jenis bantuan yang diberikan konseli. Peneliti memutuskan untuk menggunakan media bibliokonseling sebagai terapi untuk meningkatkan efikasi diri akademik konseli. Terapi menggunakan buku ini sangat berguna bagi konseli dan efektif karena konseli belajar dari karakter atau tokoh dalam cerita yang memiliki permasalahan sama dengannya, meski tidak sama persis. Buku bisa mengajak konseli untuk memahami bahwa dirinya tidak sendirian dalam menghadapi permasalahan yang ia hadapi dan karakter dalam tokoh bisa ia contoh untuk diterapkan di kehidupan, terutama untuk meningkatkan efikasi dirinya.

Langkah yang diterapkan dalam terapi ini adalah 1) Memotivasi konseli, 2) Memberi waktu konseli untuk membaca, 3) Memberi waktu untuk refleksi, 4) Diskusi. Materi bacaan yang diberikan kepada konseli memiliki nilai-nilai positif yang mengajarkan konseli untuk bekerja keras dan berusaha agar bisa mendapatkan hasil terbaik. Konseli juga punya kesempatan sama untuk kerja keras dan mendapat hasil sesuai dengan usahanya. Kerja keras tersebut sesuai dengan salah satu kalimat di dalam materi bacaan, yaitu *man jadda wajada*, yang berarti siapa yang bersungguhsungguh, maka ia akan berhasil.

#### 4. Treatment

Tahap ini adalah pemberian terapi menggunakan bibliokonseling. Adapun analis lebih rincinya pada tabel berikut ini.

Tabel 4.1 Analisis Tahapan Bibliokonseling

Teori/Teknik	Praktik di Lapangan			
Mengawali dengan Motivasi	Awalnya konseli tidak yakin akan kemampuannya dalam mata pelajaran Bahasa Inggris. Ia merasa tidak suka, tidak bisa, dan sering kali bergantung kepada orang lain saat mengerjakan tugas. Lalu konselor beberapa kali memberikan motivasi bahwa konseli bisa mandiri saat mengerjakan soal-soal Bahasa Inggris.  Begitu juga saat konselor akan memberikan buku bacaan pada konseli, konselor memotivasi konseli dengan memberikan manfaat-manfaat yang akan didapatkan saat konseli bisa Bahasa Inggris, misalnya saja bisa ke luar negeri, bisa mendapat nilai yang bagus, tidak menggantungkan diri dengan teman, dan yang paling penting konseli bisa merubah keyakinannya dari tidak suka dan tidak bisa, menjadi bisa dengan catatan harus berusaha.			
Memberi waktu dengan Membaca	Konselor memberikan waktu kepada konseli untuk membaca dengan meninggalkan dua materi bacaan, pertama Novel Negeri 5 Menara, dalam novel ini konselor hanya meringkas cerita berdasarkan subbab yang sesuai dengan permasalahan konseli dan tetap memberikan ringkasan gambaran seluruh cerita. Pada cerita pertama, ada seorang siswa bersama lima sahabatnya yang berusaha keras dan berdoa untuk bisa berhasil dalam belajar. Tokoh utama dan satu tokoh lain memiliki kesamaan cerita dengan konseli, yakni tidak bisa bahasa Inggris dan Arab. Sehingga sang tokoh belajar setiap hari dan akhirnya bisa. Sedangkan yang kedua adalah cerita pendek berjudul Kerja Keras dan Usahaku yang bercerita tentang keinginan seorang			

siswa yang sebelumnya bodoh dalam mata pelajaran Matematika, tapi pada akhirnya ia bisa menjadi juara, tentu diawali dengan kegagalan-kegagalan dan orang tua yang sampai memarahinya, hingga akhirnya sang tokoh bisa mengerjakan tugas dan memperoleh juara. Konselor memberikan waktu kurang lebih satu minggu agar konseli menuntaskan bacaannya sendirian. Memberi waktu untuk refleksi (Tahap Konselor memberi kesempatan konseli Katarsis) untuk menceritakan hal-hal apa saja yang didapatkan selama proses membaca. Dari sini, konseli mendapatkan pelajaran bahwa dirinya merasa bercermin dengan tokoh yang ada dalam materi bacaan. Ia bisa menghubungkan perasaanya sendiri kepada tokoh yang kesulitan belajar Bahasa Inggris dan dari tokoh yang berusaha belajar Matematika. Dan yang paling mengena di hati konseli adalah yang ceritanya sampa persis, yaitu cerita pertama. Sesuai dengan prinsip Bibliokonseling bahwa konselor harus memilih materi bacaan yang bisa mengekspresikan perasaan yang sama dengan konseli, sehingga dalam tahap refleksi, konseli bisa mendapati ada seseorang yang juga mengalami hal seperti dirinya. Diskusi Konselor dan konseli berdiskusi mengenai isi bacaan. Konseli memahami bahwa ia tidak sendirian dalam menghadapi masalah serta ada orang lain yang menghadapi masalah seperti dirinya. Tokoh dalam cerita tersebut berhasil menjadi model konseli untuk belajar dan menambah usaha supaya bisa belajar Bahasa Inggris. Sebelum diberikan bacaan dan diberi motivasi, konseli masih berpikir dan meyakini bahwa dirinya tidak bisa dan tidak mampu. Motivasi menjadikan konseli tertarik bahwa manfaat dari belajar Bahasa Inggris sangat bagus. Materi bacaan yang diberikan konselor semakin menambah rasa keinginannya untuk berusaha belajar Bahasa Inggris yang dialami oleh tokoh. Efikasi diri

konseli meningkat saat berhasil mengamati atau mempelajari keberhasilan orang lain, hal ini yang disebut pengalaman vikarius.

Sebelum diberikan terapi, konselor meminta konseli untuk mengerjakan tugas, tetapi konseli sangat terlihat ingin menghindar tapi kemudian ia kerjakan meski pada akhirnya ia menyerah. Pada saat sesudah terapi, konseli menjelaskan bahwa ia sudah tidak satu kelas dengan teman sebangkunya jadi ia bisa mengurangi tingkat ketergantungan kepada orang lain. Lalu konselor juga memberikan soal yang sama seperti sebelum pemberian terapi. Melalui observasi, konseli mengalami efikasi diri yang meningkat, terlhat dari semakin tenang saat mengerjakan soal, membuka kamus, mencoba menjawab dengan mandiri, dan tidak mudah menyerah. Hasil nilainya juga lebih bagus daripada hasil sebelum terapi.

Pada tabel di atas konselor menggunakan dua teknik, yakni kontak-minimal dan kelola-terapis. Jadi sesuai dengan tujuan bibliokonseling bahwa terapi menggunakan buku bisa diartikan sebagai terapi berjalan dan menghemat waktu, yaitu dengan cara memberikan buku lalu konseli diberi waktu untuk menuntaskan bacaan, hal ini pula yang dilakukan menggunakan teknik kontak-minimal dengan cara konselor bisa memantau melalui *chatting* dan pertemuan untuk mendiskusikan tentang pemahaman konseli terhadap isi buku. Ditambah lagi menggunakan kelola-terapis yaitu hampir sama dengan kontak-minimal hanya saja ditambah dengan konseli menceritakan kembali isi bacaan dan melakukan jadwal pertemuan dengan konselor untuk merefleksikan bacaan.

#### 5. Evaluasi

Konselor mengevaluasi konseli berdasarkan proses pemberian terapi dan refleksinya terhadap isi bacaan. Dalam proses membaca, konseli merasa ada sedikit kesulitan saat bertemu dengan kata-kata yang belum ia kenal, tapi hal tersebut tidak menjadi masalah serius karena konseli bisa mendapat kesimpulan dari materi bacaan. Konselor juga memberikan soal-soal yang saat proses identifikasi masalah pernah diberikan. Hasilnya konseli cukup bisa mengurangi rasa menyerah saat mengerjakan soal, mengurani rasa ragunya dalam menjawab soal, ia juga berusaha agar bisa mengerjakan tugas meski masih tidak tahu apakah hasilnya bagus atau jelek.

#### 6. Follow Up

Pada tahap ini, konselor sudah mengakhiri sesi konseling. Sebagai *follow up*nya, konselor mempersilakan konslei untuk bertanya-tanya seputar buku atau apapun untuk meningkatkan belajar konseli. Namun dengan catatan konseli tidak boleh ketergantungan kepada konselor. Demikian peneliti mengikuti rangkaian proses di lapangan berdasarkan teori dan teknik yang ada di buku, yang dijadikan referensi peneliti dalam melaksanakan tahapan-tahapan konseling. Proses tersebut urut dan melalui jangka waktu dan beberapa kali tatap muka maupun via dalam jaringan.

# B. Analisis Hasil Bibliokonseling Sebagai Upaya Meningkatkan Efikasi Diri Akademik

Analisis hasil berguna untuk menjelaskan kesimpulan dari seluruh tahapan proses yang dilalui. Untuk mengetahui hasil dari proses, peneliti menggunakan tabel berikut untuk melihat perubahan dari sebelum pemberian dan sesudah pemberian terapi.

Tabel 4.2 Indikator Perubahan Diri Konseli

No	Indikator	Sebelum Terapi			Sesudah Terapi		
		Sering	Kadang	Tidak	Sering	Kadang	Tidak
1	Cenderung menghindari tugas	<b>✓</b>				*	
2	Ragu-ragu akan kemampuan	<b>√</b>	!	4		✓	
3	Lamban dalam membenahi diri ketika mendapat kegagalan	<b>√</b>					✓
4	Aspirasi dan komitmen pada tugas lemah	<b>√</b>				<b>√</b>	
5	Tidak berpikir bagaimana cara menghadapi masalah		✓				<b>√</b>

Pada tabel tersebut dapat dilihat bahwa ada perubahan dalam perilau konseli dalam menyikapi efikasi diri akademiknya. Penelitian yang dilakukan konselor ini meski tidak merubah total efikasi dirinya menjadi tinggi berdasarkan semua indikator, tapi mampu memberikan peningkatan

menggunakan terapi buku. Konseli akhirnya bisa memanfaatkan rasa sukanya terhadap buku cerita dan kegiatan membaca untuk membaca buku yang sesuai dengan kondisi masalahnya, jiwanya, maupun tumbuh kembangnya. Konseli juga termotivasi untuk lebih giat belajar Bahasa Inggris dan berusaha tidak menggantungkan dirinya pada orang lain secara berlebihan.

Adapun hasil perubahan konseli sebelum pemberian terapi adalah sebagai berikut:

- Konseli cenderung menghindari tugas-tugas, baik yang mudah maupun sulit.
- 2. Konseli lebih sering menggantungkan diri kepada pekerjaan temannya ataupun harus benar-benar dibimbing guru dari awal hingg akhir pengerjaan tugas karena ia selalu ragu-ragu dan takut salah.
- Konseli sering mendapat nilai yang cukup jelek pada mata pelajaran Bahasa Inggris, meski demikian ia masih lamban dalam membenahi diri ketika mendapat kegagalan.
- Konseli sering cepat menyerah dalam mengerjakan soal-soal atau tugas. Hal ini menandakan bahwa konseli memiliki aspirasi dan komitmen yang lemah pada tugas.
- 5. Tidak berpikir bagaimana cara menghadapi tugas, misalnya

sudah ada kamus di depan konseli tapi ia lebih sering mendiamkan, tidak membuka, dan hanya memandang soal lalu lama dan tidak berbuat apa-apa.

Adapun hasil perubahan konseli setelah pemberian terapi adalah sebagai berikut:

- 1. Konseli sudah berusaha tidak menghindari tugas-tugas yang diberikan.
- 2. Konseli sudah semakin berani menjawab soal-soal dengan mandiri, meski ia tidak tahu jawabannya bakal salah atau tidak.
- 3. Konseli berkeinginan untuk membenahi diri karena sadar bahwa nilai Bahasa Inggris dan kemampuannya masih kurang.
- 4. Konseli sudah mulai membangun aspirasi dan komitmen untuk tidak mudah menyerah dalam mengerjakan tugas.
- 5. Konseli sering berpikir bagaimana agar tugasnya selesai, misal dengan sering-sering mengartikan dengan membuka kamus.

Melalui media bibliokonseling sebagai terapi, konseli berhasil mengenal karakter-karakter dalam cerita. Ia berhsil merefleksikan tokoh-tokoh dengan menceritakan ulang hasil bacaannya. Konseli juga ikut merasakan perjuangan tokoh dalam cerita. Ia memahami dan memaklumi tingkah laku tokoh, jika tokoh ingin bisa sukses Bahasa Inggris, maka sang tokoh harus melalui

tahapan berusaha dan berusaha terlebih dahulu. Ditambah lagi, konseli juga mengerti bahwa dirinya tidak sendirian menghadapi atau mengalami masalahnya, ada orang lain yang juga ikut merasakan dan menghadapi kisah yang sama sepertinya.



#### **BAB V**

#### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Setelah melakukan proses konseling, mulai dari identifikasi masalah hingga terminasi, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Proses bibliokonseling sebagai upaya meningkatkan efikasi diri akademik pada penelitian kali ini menggunakan buku sebagai terapinya. Adapun muatan materi yang digunakan meliputi aspek nuansa keislaman dan motivasi agar konseli bisa pantang menyerah dalam belajar mata pelajaran Bahasa Inggris. Tahapan yang dilakukan pada proses konseling sesuai prosedur pemberian bantuan BK, yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan follow up. Pada proses pemberian terapinya menggunakan teknik kontak-minimal dan kelola-terapis, yang semuanya mengharuskan memberikan waktu sendiri bagi konseli untuk membaca, merefleksi, dan memasukkan peran tokoh atau karakter dalam cerita ke dalam permasalahan efikasi diri akademik. Di samping itu juga dengan berdiskusi dan merefleksikan bersama dengan konselor. Sesi terapi ini mampu menghasilkan gagasan baru dan pemahaman baru bahwa semua hal bisa dipelajari asalkan mau berusaha dan percaya diri untuk suka dan mau melaksanakan tugas untuk mencapai hasil yang terbaik.

2. Setelah melakukan semua proses konseling, hasil dari penerapan bibliokonseling untuk meningkatkan efikasi diri akademik menunjukkan keberhasilan. Media buku bacaan fiksi mampu menjadikan konseli mengalami tahap katarsis dan menjadikan tokoh atau karakter dalam cerita sebagai model untuk diterapkan di kehidupan akademiknya. Dengan demikian, konseli bisa meningkatkan efikasi dirinya dalam hal mata pelajaran Bahasa Inggris.

#### B. Saran

Penulis menyadari bahwa penelitian kali ini tidak sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran untuk penulis sangat ditunggu untuk pembenahan selanjutnya, terutama bagi penulis sendiri. Adapun penulis juga menyarankan kepada:

#### 1. Mahasiswa/i Bimbingan dan Konseling Islam

Sebagai mahasiswa yang berkecimpung di dunia BK, penulis berharap agar media bibliokonseling bisa ditelusuri dan dicari lagi referensi lebih lanjut agar bisa dipahami secara mendalam dan dipraktikkan kepada konseli di manapun berada. Selain itu bisa juga mahasiswa Bimbingan Konseling Islam membuat materi bibliokonseling sendiri dan dikembangkan sendiri, bisa juga dengan mencampurmateri dan mengambil materi bukan hanya dari buku, melainkan campur antara buku, video, audio, dan lain-lainnyayang bisa dikenaldengan istilah

blendedSemua itu bertujuan agar semakinmenyempurnakan penelitiankonseli yang bermacam-macam.

#### 2. Guru

Peserta didik merupakan subjek belajar yang harus diketahui karakteristiknya, sehingga para guru bisa berusaha untuk memahami karakter peserta didik dan menyesuaikan dalam hal memotivasi peserta didik menggunakan berbagai macam cara dam berbagai macam media, tujuannya agar peserta didik selalu memiliki motivasi belajar dan meningkatkan kualitas diri. Guru berperan penting untuk mencari berbagai bentuk media yang membantu konseli agar efektif dalam pembelajaran, salah satunya menggunakan media bibliokonseling.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Susanti. Biblioterapi untuk Pengasuhan Membangun Karakter Anak dengan Kisah, Jakarta: Noura Publishing, 2017.
- Al Maraghi, Syekh Ahmad Musthafa. *Tarjamah Tafsir Al Maraghi Juz 30*, Bandung: CV Rosda, 1987.
- Alquran Alkarim The Wisdom, Bandung: Al Mizan Publishing House, 2014.
- Alwisol, Psikologi Kepribadian, Malang: UMM Press, 2014.
- Anugerah, Dea. *Membaca Menentukan Masa Depan.* https://tirto.id/membaca-menentukan-masa-depan-cmCf, diakses 28 Maret 2019.
- Badrujman, Aip. *Teori dan Aplikasi Evaluasi Program Bimbingan Konseling*, Jakarta Barat: PT Indeks, 2011.
- Bungin, Burhan. *Analisis Data Kualitatif*, Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2003.
- Crain, William. *Psikologi Perkembangan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007.
- Creswell, John W. *Penelitian Kualitatif dan Desain Riset*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- Dharmayana, I Wayan. "Keterlibatan Siswa (*Student Engagement*) sebagai Mediator Kompetensi Emosi dan Prestasi Akademik", Jurnal Psikologi, Vol. 39, No. 1, Juni 2012.
- Ellys J. *Kiat-kiat Meningkatkan Potensi Belajar Anak*, Bandung: Pustaka Hidayah, tt.
- Febriansyah, *Kapan Usia yang Tepat Belajar Bahasa Inggris?*. https://tirto.id/daUT, diakses 02 Juli 2019.
- Friedman Howard S. dan Miriam W. Schustack. *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern*, Jakarta: Erlangga, 2016.
- Ghufron, Faradilah Rosyada. Skripsi Biblioterapi dalam Meningkatkan Keterampilan Interpersonal pada Seorang Siswi Kelas VIII di SMP Khadijah Surabaya, Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, 2017.

- Ghufron, M Nur dan Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2017.
- Hamka, Tafsir Al Azhar Juz XXX, Jakarta: Pustaka Panjimas, 1982.
- Hariadi, Sigit, dkk. "Bimbingan Kelompok Teknik Biblio-Counseling Berbasis Cerita Rakyat untuk Mengembangkan Kecerdasan Intrapersonal Siswi SMP", Jurnal Bimbingan Konseling, Vol. 3, No. 2, November 2014.
- Herlina. Bibliotherapy (Terapi Melalui Buku), Edulib, Tahun 2, Vol 2, No. 2, November 2012.
- Hernowo. Andaikan Buku itu Sepotong Pizza: Rangsangan baru untuk Melejitkan Word Smart, Bandung: Kaifa, 2013.
- Hikmawati, Fenti. *Bimbingan Konseling*, Jakarta: PT. Raja grafindo Persada, 2010.
- Jahja, Yudrik. Psikologi Perkembangan, Jakarta: Kencana, 2011.
  - Komalasari, Gantina, dkk. *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: Indeks, 2011.
- Lasan, Blasius Boli. *Bibliokonseling: Konsep dan Pengembangannya*, Malang: Elang Mas, 2018.
- Lubis, Namora Lumongga. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Kencana, 2011.
- Mappiare, Andi. *Tipe-tipe Metode Riset Kualitatif untuk Eksplanasi Sosial Budaya dan Bimbingan Konseling*, Malang: Elang Mas, 2013.
- Mashudi, Farid. *Panduan Evaluasi dan Supervisi Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Diva Press, 2013.
- Mashudi, Farid. Psikologi Konseling, Yogyakarta: IRCiSoD, 2013.
- Mawarnita, Ria. Skripsi Bimbingan Konseling Islam dengan Bibliotherapy dalam Meningkatkan Pola Asuh Orangtua Anak Tunagrahita Ringan di Siwalankerto, Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, 2015.
- Moleong, Lexy. J. *Metode Peneltian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015.
- Mulyana, Deddy. Metode Kualitatif, Bandung: Rajawali Press, 2008.

- Munsyi, Alif Danya. *Menjadi Penulis? Siapa Takut!*, Bandung: Mizan Pustaka, 2014.
- Padmomartono, Sumardjono. *Teori Kepribadian*, Yogyakarta: Ombak, 2016.
- Permana, Hara, dkk. "Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX di Mts Al Hikmah Brebes", Jurnal Hisbah, Vol. 13, No. 1, Desember, 2016.
- Perpustakaan Nasional RI. *Alquran dan Tafsirnya*, Jakarta: Widya Cahaya, 2011.
- Pujiyati, Annisa Dwi. "Kedudukan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris Sebagai Penghela Ilmu Pengetahuan di Era Globalisasi (Position of Indonesian and English Language as A Developer of Knowledge Science in The Era of Globalization)", Jurnal Bahasa Indonesia FKIP Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Rahmawati, Pudji. *Media Bimbingan dan Konseling*. http://www.digilib.uinsby.ac.id., diakses 25 Maret 2019.
- Rustika, I Made." Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura", Buletin Psikologi Universitas Gajah Mada, Vol. 20, No. 1-2, 2012.
- Santoso, Iman. "Pembelajaran Bahasa Asing di Indonesia: Antara Globalisasi dan Hegemoni", Jurnal Bahasa dan Sastra Pendidikan Bahasa Jerman Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Yogyakarta, Vol. 14, No.1, April, 2014.
- Santrock, John W. Psikologi Pendidikan, Jakarta: Kencana, 2008.
- Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 1996.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. *Pengantar Psikologi Umum*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014.
- Schultz, Duane P dan Sydney Ellen Schultz, *Sejarah Psikologi Modern*, Bandung: Nusa Media, 2015.
- Shihab, M. Quraish. *Memahami Kata "Iqra" dan Pelajaran Membaca dari Abbas Mahmud.* https://tirto.id/memahami-kata-iqra-dan-pelajaran-membaca-dari-abbas-mahmud-cqGX, diakses 28 Maret 2019.

- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al Mishbah*, Jakarta: Lentera Hati, 2006.
- Sophie Hardach, *Kapan usia terbaik untuk belajar bahasa asing?*. https://www.bbc.com/indonesia/vert-fut-45993835, diakses 02 Juli 2019.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2012.
- Sukardi, Dewa Ketut. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Suyoto, *Skripsi Peran Guru BK dalam Meningkatkan Efikasi Diri Peserta Didik dalam Belajar*, Palangkaraya: Universitas Muhammadiyah, 2015.
- Taringan, Henry Guntur. *Dasar-dasar Psikosastra*, Bandung: Angkasa, 1995.
- Tohirin, Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi), Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional dalam Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan (Kemdikbud) Nomor 21 Tahun 2016 dalam kemdikbud.go.id diakses 25 Maret 2019.
- Upton, Penney. Psikologi Perkembangan, Jakarta: Erlangga, 2012.
- Walgito, Bimo. *Bimbingan dan Konseling Islam (Studi dan Karier)*, Yogyakarta: Andi Offset, 2010.
- Walgito, Bimo. *Pengantar Psikologi Umum*, Yoyakarta: Andi Offset, 2004.
- Yaqin, Achmad Ainul. *Semerbak Senyum Nabi*, Yogyakarta: Belibis Pustaka, 2019.
- Yunitasari dan Elisabeth Christiana. "Penerapan Teknik Bibliokonseling untuk Meningkatkan Percaya Diri", Jurnal Mahasiswa Unesa, V, tt.
- Yusuf, Syamsu dan A Juntika, *Teori Kepribadian*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008.