

SELF EFFICACY REMAJA PANTI ASUHAN DAN PENINGKATANNYA MELALUI PENDEKATAN BIMBINGAN KELOMPOK

Nurul Atieka

Universitas Muhammadiyah Metro

Abstrak: Salah satu aspek yang mempengaruhi kemandirian dan kepercayaan diri remaja panti asuhan untuk dapat hidup dalam lingkungan yang lebih luas, dan siap menghadapi permasalahan dalam perjuangan hidup dimasa depan adalah efikasi diri (*self efficacy*). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran serta meningkatkan efikasi diri remaja panti asuhan dengan memberikan bimbingan kelompok. Jenis penelitian yang dilakukan adalah eksperimen. Populasi penelitian yaitu remaja panti asuhan usia sekolah menengah atas dengan jumlah 120 . Sampel penelitian berjumlah 51 remaja panti asuhan untuk kelompok kontrol, dan 14 remaja panti asuhan untuk kelompok eksperimen. Penentuan sampel dengan menggunakan teknik *proportional Random sampling*. Instrumen penelitian yaitu skala efikasi diri, dan teknik analisis data dengan uji t. Hasil penelitian yaitu tingkat efikasi diri remaja panti asuhan berada pada pada kategori rendah sedang. Layanan bimbingan kelompok yang dilakukan dapat meningkatkan efikasi diri, hal itu terlihat dari peningkatan skor rata-rata, dan melalui analisis statistik diketahui bahwa t_{hit} 2,897 lebih besar dari t_{tab} (2.000), dan nilai signifikansi $0,005 < 0,05$. Dengan demikian layanan bimbingan kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan efikasi diri remaja panti asuhan.

Kata kunci: efikasi diri, bimbingan kelompok

PENDAHULUAN

Remaja merupakan usia dimana individu secara psikologis terintegrasi kedalam masyarakat dewasa, mereka enggan menyatakan bahwa dirinya berada dibawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sejajar atau sama (Piaget dalam Ali, 2001). Remaja menganggap bahwa dirinya sudah memiliki kemampuan-kemampuan yang sama dengan orang dewasa, memandang

dirinya sebagai individu yang dapat mandiri dan dihargai dalam segala hal.

Aspek yang mendukung kesuksesan individu menghadapi problematika masa remaja salah satunya adalah *self efficacy*. Gist dan Mitchell (dalam Ghufro dan Rini, 2010) mengatakan bahwa *self-efficacy* dapat membawa pada perilaku yang berbeda di antara individu dengan kemampuan yang sama karena *self-efficacy* mempengaruhi pilihan, tujuan,

pengetasan masalah, dan kegigihan dalam berusaha. Sumber-sumber yang mempengaruhi *self efficacy* pada individu menurut Bandura (Frank Pajares, 2000) berasal dari empat sumber, yaitu pengalaman (*performance accomplishment*), pengalaman individu lain (*vicarious experience*), persuasi verbal (*verbal persuasion*), dan keadaan emosi (*emotional physiological states*).

Remaja yang berada pada pengasuhan panti asuhan, memiliki permasalahan yang sangat kompleks. Hasil penelitian Cashmore & Paxman (dalam Geldard, 2012) menyebutkan bahwa remaja yang berada pada pengasuhan/ Panti Asuhan tidak memiliki kesiapan yang adekuat untuk transisi final ke hidup mandiri, dan remaja merasa gugup dan tidak memiliki kesiapan untuk meninggalkan panti asuhan.

Salah satu upaya untuk membangun rasa kepercayaan diri sehingga timbul rasa yakin dan optimis remaja panti asuhan adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Prayitno (2012), mendefinisikan layanan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Pendapat yang sama di ungkapkan oleh Hartinah (2009)

yaitu bimbingan kelompok merupakan kegiatan bimbingan yang diberikan kepada kelompok individu yang mengalami masalah yang sama dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berlangsung melalui lima tahap. Menurut (Prayitno, 2012) tahap-tahap bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

1. Tahap Pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap melibatkan diri atau proses memasuki diri ke dalam kehidupan kelompok.

2. Tahap Peralihan

Tahap ini adalah menyiapkan anggota kelompok untuk terlibat aktif dalam kegiatan bimbingan kelompok.

3. Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kelompok. Pada tahap ketiga ini ada topik tugas dan ada topik bebas. Topik bebas dikemukakan oleh anggota kelompok dan topik tugas ditentukan oleh pemimpin kelompok.

4. Tahap Penyimpulan

Tahap penyimpulan yaitu tahapan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Peserta kelompok diminta melakukan refleksi berkenaan dengan

kegiatan pembahasan yang baru saja mereka ikuti.

5. Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran ini adalah tahap yang harus terjadi pada saat yang dianggap tepat. Pada tahap ini dibahas terkait frekuensi pertemuan kelompok dan juga pembahasan keberhasilan kelompok. Dalam pembahasan frekuensi pertemuan, hendaknya dibahas tentang kapan dan berapa kali pertemuan akan dilakukan. Sedangkan pada pembahasan keberhasilan kelompok, hendaknya terfokus pada komitmen anggota kelompok.

Melalui pemberian bimbingan kelompok, diharapkan terjadi peningkatan efikasi diri pada remaja panti asuhan. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran *self efficacy* remaja panti asuhan se-kota Metro dan mengetahui peningkatan *self efficacy* remaja panti asuhan setelah pemberian bimbingan kelompok

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Penelitian ini akan memberikan treatment berupa bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self efficacy* remaja panti asuhan. Sebelum

pelaksanaan eksperimen, sebelumnya akan diungkapkan gambaran tingkat *self efficacy* remaja panti asuhan secara deskriptif kuantitatif. Tempat untuk melakukan penelitian yaitu di panti asuhan Tuma'ninah Yasin Metro, dan panti asuhan Budi Utomo Metro. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja panti asuhan di tuma'ninah yasin dan panti asuhan Budi yang berjumlah 120 orang. Penentuan sampel menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Sehingga setiap kelompok/panti dalam penentuan jumlah sampel didasarkan pada proporsi yang sama. Penentuan jumlah sampel menggunakan kriteria yang telah disusun oleh Herry King (Sugiyono, 2008), yaitu dengan jumlah populasi 80, taraf kesalahan 5% maka diperoleh jumlah sampel yaitu 65 Orang. Instrumen pengumpul data menggunakan skala efikasi diri, dan data dianalisis menggunakan uji t.

HASIL

A. Deskripsi Efikasi Diri Remaja Panti Asuhan (Pretest)

Efikasi Diri Remaja Panti Asuhan Budi Utomo (kelompok eksperimen)

Kelompok eksperimen terdiri dari 14 responden. Berdasarkan hasil pretes, diketahui data sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil pengolahan skor Efikasi Diri Remaja Panti Asuhan Budi Utomo

Mode	118
Median	122,50
Mean	122,50
Nilai maksimal	137
Nilai minimal	104
Standar deviasi	10,06

Setelah dilakulan analisis data, maka, maka tingkat efikasi diri remaja panti asuhan Budi Utomo dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

Tabel 2. Tingkat efikasi diri remaja panti asuhan Budi Utomo (*pretest*)

Kriteria	Rentang skor	F	%
Tinggi	> 133,1	3	21,4 %
Sedang	111,9-133,1	5	35,7 %
Rendah	< 111,9	6	42,9 %

Agar lebih mudah dibaca, maka data di atas disajikan dalam diagram berikut:



Diagram 1. Tingkat efikasi diri (*pretest*) remaja Panti Asuhan Budi Utomo

Berdasarkan diagram di atas, maka secara mayoritas hasil pretest menunjukkan bahwa efikasi diri remaja

panti asuhan Budi Utomo berada pada kategori rendah.

Efikasi Diri Remaja Panti Asuhan Tuma'ninah Yasin (Kontrol)

Kelompok kontrol dalam penelitian ini berjumlah 51 responden. Setelah melakukan pretest dan dilakukan analisis data, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil pengolahan skor *pretest* remaja Panti Asuhan Tuma'ninah Yasin

Mode	139
Median	130
Mean	129,96
Nilai maksimal	147
Nilai minimal	105
Standar deviasi	10,40

Setelah dilakukan pengolahan dan analisis terhadap data yang sudah terkumpul, maka tingkat efikasi diri remaja panti asuhan kelompok kontrol diklasifikasikan sebagai berikut:

Tabel 4. Tingkat efikasi diri remaja Panti Asuhan Tuma'ninah Yasin (*pretest*)

Kriteria	Rentang skor	F	%
Tinggi	> 140.36	5	9.8 %
Sedang	119.56-140.36	3	70.59 %
Rendah	< 119.56	1	19,61 %
		0	

Selanjutnya data di atas disajikan dalam diagram berikut:



Diagram 2. Tingkat efikasi diri (*pretest*) remaja Pantu Asuhan Tuma'ninah Yasin

Dari diagram di atas, terlihat bahwa berdasarkan hasil *pretest* efikasi diri remaja Pantu Asuhan Tuma'ninah Yasin berada pada kategori sedang.

B. Deskripsi Efikasi Diri Remaja Pantu Asuhan (Posttest)

Efikasi Diri Remaja Pantu Asuhan Budi Utomo

Data efikasi diri remaja pantu asuhan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, disajikan sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil pengolahan skor efikasi diri remaja pantu asuhan Budi Utomo

Mode	127
Median	131
Mean	134,5
Nilai maksimal	155
Nilai minimal	118
Standar deviasi	9,8

Setelah dilakukan analisis data, maka, maka tingkat efikasi diri remaja pantu asuhan dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

Tabel 6. Tingkat efikasi diri remaja pantu asuhan Budi Utomo

Kriteria	Rentang skor	F	%
Tinggi	>144.3	3	21.43%
Sedang	124.7-144.3	10	71.43%
Rendah	< 124.7	1	7.14%

Agar lebih mudah dibaca, maka data di atas disajikan dalam diagram berikut:



Diagram 3. Tingkat efikasi diri remaja pantu asuhan Budi Utomo

Berdasarkan diagram di atas, maka secara mayoritas terjadi peningkatan efikasi diri, yaitu setelah diberi layanan bimbingan kelompok tingkat efikasi diri remaja pantu asuhan Budi Utomo termasuk dalam kategori sedang.

Efikasi Diri Remaja Pantu Asuhan Tuma'ninah Yasin

Untuk melihat efek peningkatan yang terjadi pada kelompok eksperimen, maka dilakukan posttest kepada kelompok kontrol. Hasil analisis data disajikan sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil pengolahan skor efikasi diri *Posttest* remaja Panti Asuhan Tuma'ninah Yasin

Mode	124
Median	131
Mean	130,55
Nilai maksimal	147
Nilai minimal	114
Standar deviasi	7,52

Setelah dilakukan pengolahan dan analisis terhadap data yang sudah terkumpul, maka data diklasifikasikan sebagai berikut:

Tabel 8 . Tingkat efikasi diri remaja Panti Asuhan Tuma'ninah Yasin

Kriteria	Rentang skor	F	%
Tinggi	> 138.07	8	15.69%
Sedang	123.03-138.07	3	66.67%
Rendah	< 123.03	9	17,64 %

Selanjutnya, data di atas disajikan dalam diagram berikut:



Diagram 4. Tingkat efikasi diri remaja Panti Asuhan Tuma'ninah Yasin

Dari diagram di atas, terlihat bahwa berdasarkan hasil *pretest* atau pun

posttest, efikasi diri kelompok remaja Panti Asuhan Tuma'ninah Yasin (kelompok kontrol) tidak terjadi peningkatan, tetap berada pada kategori sedang.

C. Uji Hipotesis

Sebelum menguji perbandingan antara efikasi diri remaja panti asuhan Budi Utomo (eksperimen) dengan remaja panti asuhan Tuma'ninah Yasin (kontrol), maka dilakukan uji prasyarat, yaitu uji normalitas dan homogenitas data.

Uji Normalitas

Kedua kelompok diuji normalitas data dengan menggunakan SPSS Versi 16.00, dengan hasil sebagai berikut:

Tabel. 9 Uji Normalitas data Kelompok eksperimen

Kolmogorov-Smirnov ^a		
Statistic	df	Sig.
.118	14	.022

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan perhitungan di atas, diketahui bahwa nilai Sig sebesar 0,022 lebih kecil dari nilai signifikansi (α) 0,05. Dengan demikian disimpulkan bahwa maka diketahui bahwa distribusi data kelompok eksperimen adalah normal. Selanjutnya, disajikan perhitungan uji normalitas data kelompok kontrol sebagai berikut:

Tabel 10 Uji Normalitas Kelompok kontroll

Kolmogorov-Smirnov ^a		
Statistic	df	Sig.
.116	51	.048

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan perhitungan di atas, diketahui bahwa nilai r (critical value) sebesar 0,048 lebih kecil dari α (0,05). Dengan demikian disimpulkan bahwa distribusi data kelompok kontrol adalah normal.

Uji Homogenitas

Setelah data kedua kelompok berdistribusi normal, maka selanjutnya dilakukan uji homogenitas antara kedua kelompok data, hasilnya disajikan sebagai berikut:

Tabel 11. Uji Homogenitas data

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.131	1	63	.019

Berdasarkan perhitungan di atas, diketahui nilai signifikansi (critical value) sebesar 0,019 lebih kecil dari nilai α (0,05), dengan demikian kedua kelompok data adalah homogen.

Pengujian Hipotesis

Setelah diketahui bahwa kedua kelompok, data berdistribusi normal dan homogen, maka selanjutnya akan

dilakukan perhitungan untuk membuktikan hipotesis penelitian.

Hipotesis penelitian adalah:

$$H_0 : \mu \text{ eksperimen} \leq \mu \text{ kontrol}$$

$$H_a : \mu \text{ eksperimen} \geq \mu \text{ kontrol}$$

Kriteria, Uji hipotesis:

- terima H_0 jika $t_{hit} < t_{tab}$
- tolak H_0 Jika $t_{hit} > t_{tab}$

Hasil perhitungan disajikan sebagai berikut:

Tabel 12. Rangkuman Hasil perhitungan Uji hipotesis

	t	df	sig
Equal variances assumed	2.897	63	.005

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, diketahui bahwa nilai t_{hit} 2,897 lebih besar dari t_{tab} (2.000), dan nilai signifikansi $0,005 < 0,05$, dengan demikian maka disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan efikasi diri remaja panti asuhan.

PEMBAHASAN

Efikasi diri merupakan kekuatan seseorang untuk menghadapi kehidupan dan tantangan dalam menggapai masa depan dan cita-citanya. Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa efikasi diri pada remaja panti tergolong rendah. Hal ini

diakibatkan karena pada kehidupan panti, remaja kerap memandang dirinya sebagai individu yang terpinggirkan, individu yang hidup hanya dikasihani. Kondisi tersebut pasti mengakibatkan mereka jarang sekali berani untuk merangkai mimpi-mimpi dan cita-cita mereka. Bandura (dalam Ghufron dan Rini, 2010) menjelaskan bahwa efikasi diri adalah hasil proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau penghargaan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Kemampuan dan keyakinan individu, tentu merupakan hasil dari proses belajar dalam bentuk latihan dan pengalaman. Jika kondisi tersebut minim dilakukan, dampaknya adalah muncul sikap pesimis dan antipati terhadap kemampuan dirinya. Upaya untuk mengembangkan efikasi diri salah satunya yaitu dilakukan dengan menggunakan bimbingan kelompok. Melalui bimbingan kelompok, individu dilatih untuk melakukan kegiatan diskusi dan pemecahan masalah secara mandiri. Selain itu melalui bimbingan kelompok, individu dilatih untuk saling menghargai, saling membangun sikap empati, dan menghormati terhadap adanya perbedaan

pendapat. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, terjadi peningkatan efikasi diri remaja panti asuhan, yaitu dari kategori efikasi diri rendah menjadi kategori efikasi diri sedang.

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 81A Tahun 2013 disebutkan bahwa layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karir/jabatan, dan pengambilan keputusan, serta melakukan kegiatan tertentu sesuai dengan tuntutan karakter yang terpuji melalui dinamika kelompok. Melalui kegiatan kelompok, remaja panti asuhan dilatih untuk dapat membentuk karakter yang bisa bersosialisasi, hidup yang peduli dengan orang lain. Sehingga munculnya rasa percaya diri akan kemampuan yang dimiliki akan tercapai, sehingga dalam kondisi dan dengan segala keterbatasan, remaja panti asuhan dapat memiliki keyakinan bahwa mereka masih bisa menjadi individu yang sukses masa depannya.

Bandura (1994) menyebutkan bahwa efikasi diri dipengaruhi oleh banyak hal, antara lain:

1. Pengalaman akan kesuksesan (*performance accomplishment*)

2. Pengalaman individu lain (*experience vikarius*)
3. Persuasi verbal (*verbal persuasion*)
4. Keadaan emosi (*emotional physiological states*)

Bimbingan kelompok yang dilakukan memberikan ruang bagi individu atau anggota kelompok untuk dapat berbagai pengalaman dengan anggota lain, merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, dan secara aktif dan mandiri dilatih untuk dapat menghormati hak-hak orang lain. Dengan demikian, aspek yang membangun efikasi diri pada diri individu, dapat dikembangkan melalui kegiatan bimbingan kelompok.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian yaitu:

1. Efikasi remaja panti asuhan kota Metro berada pada kategori rendah dan sedang. Panti asuhan yang memiliki fasilitas dan kesempatan yang cukup luas bagi anak asuhnya untuk melakukan sosialisasi dengan lingkungan dan akses pendidikan, cenderung berada pada kategori sedang. Sementara, panti asuhan yang terbatas fasilitas dan akses

pengembangan diri bagi penghuninya cenderung efikasi diri remaja panti berada pada kategori rendah.

2. Layanan bimbingan kelompok yang memfasilitasi remaja panti asuhan untuk belajar bersosialisasi, belajar untuk memecahkan masalah, serta menghargai dirinya dan orang lain, secara signifikan dapat meningkatkan efikasi diri remaja panti asuhan.

Saran

Beberapa saran yang diajukan berdasarkan hasil penelitian yaitu:

1. Remaja panti asuhan adalah komunitas yang sering dianggap rendah oleh sebagai masyarakat, oleh karena itu bagi para pengurus panti hendaknya memperbanyak kegiatan kegiatan yang berhubungan dengan lingkungan, seperti outbond atau kemah, sehingga remaja panti akan dapat mengenal lingkungan secara luas.
2. Bagi pemerintah kota Metro, perlu peningkatan perhatian yang lebih terhadap aksesibilitas pendidikan dan kesehatan terhadap panti panti asuhan, dan secara aktif mengajak

lembaga-lembaga pendidikan untuk berkontribusi terhadap pemenuhan pendidikan dan pelatihan remaja-remaja panti asuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohammad. 2001. *Psikologi Remaja. Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Bandura, A. (1994). *Self-Efficacy*. Stanford University
- Baron. R.A. dan Byrne. D. 2002. *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 1 (terjemahan)*. Jakarta: Erlangga
- Bono, J. E dan Judge, T.A. 2003. *Core Self-Evaluations: A Review of The Trait and Its Rate in Job Satisfaction and Job Performance*. USA: Wiley Interscience
- Ghufron, N. M dan Rini, R. S. 2010. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: AR-RUZZ Media
- Geldard, Kathryn. 2012. *Konseling Remaja. Intervensi Praktis Remaja Berisiko*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hartinah, Siti (2009:6) *Konsep Dasar Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Refika Aditama
- Pajares, Frank. 2000. *Against the Odds: Self-Efficacy Beliefs of Women in Mathematical, Scientific, and Technological Careers*. American Educational Research Journal. Vol 37. hal 1-2.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 81A Tahun 2013. Tentang Implementasi Kurikulum. Jakarta: Kemendikbud.
- Prayitno. 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Program PPK Jurusan BK UNP