

LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING UNTUK MENGURANGI *INFERIORITY* SISWA

Audrey Enggarini Pawestry¹, Eli Trisnowati² & Riki Maulana³

^{1,2 & 3} IKIP-PGRI Pontianak

e-mail: audreyenggarinipawestry09@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengurangi *Inferiority* siswa dengan diberikan layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik Modeling. Dengan menggunakan metode kuantitatif dan kualitatif (*Mixed Methods*) dan subyek penelitian kelas VII SMP Negeri 1 Ketapang yang berjumlah 7 siswa. Penelitian ini dilaksanakan dua siklus. Data dikumpulkan dengan teknik observasi, wawancara dan skala psikologis *Inferiority*. Hasil penelitian ini berdasarkan hasil analisis data yang telah di persentase diperoleh bahwa *inferiority* pada siswa kelas VII D di SMP Negeri 1 Ketapang sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dengan persentase 80% termasuk dalam kategori "tinggi" dan sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling diperoleh persentase 58% dengan kategori "sedang". Dapat dilihat bahwa terjadinya penurunan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling artinya *inferiority* pada siswa dapat diturunkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling.

Kata Kunci: *Inferiority*; Bimbingan Kelompok; Teknik Modeling

GROUP GUIDANCE SERVICES WITH MODELING TECHNIQUES TO REDUCE STUDENT INFERIORITY

ABSTRACT

The purpose of this study was to reduce students' Inferiority by giving Group Guidance services with Modeling techniques. By using quantitative and qualitative methods (Mixed Methods) and research subjects in class VII SMP Negeri 1 Ketapang, totaling 7 students. This research was conducted in two cycles. Data were collected using observation techniques, interviews and psychological scale Inferiority. The results of this study based on the results of data analysis that has been percentage obtained that inferiority in VII D class students at SMP Negeri 1 Ketapang before getting group guidance services with modeling techniques with a percentage of 80% included in the "high" category and after getting group guidance services with modeling techniques obtained a percentage of 58% in the "medium" category. It can be seen that there is a decrease after being given group guidance services with modeling techniques, meaning that inferiority in students can be reduced through group guidance services with modeling techniques.

Keywords: *Inferiority, Group Guidance, Modeling Techniques*

PENDAHULUAN

Bimbingan dan Konseling adalah salah satu komponen penyelenggaraan Pendidikan di sekolah yang keberadaannya sangat dibutuhkan, khususnya untuk membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi, kehidupan sosial, kegiatan belajar, dan perencanaan dan pengembangan karir. Dasar penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling di sekolah penting dalam memberikan dan memfasilitasi peserta didik agar mampu mengembangkan potensi dirinya atau mencapai tugas-tugas perkembangan dalam aspek fisik, emosi, intelektual, sosial dan moral.

Tujuan pelayanan Bimbingan dan Konseling adalah agar konseli dapat merencanakan penyelesaian studi, mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya seoptimal mungkin, menyesuaikan diri dengan lingkungannya, serta mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi peserta didik. Dalam Pendidikan menengah pertama sangat diperlukan adanya bimbingan dan konseling di sekolah karena pada masa Sekolah Menengah Pertama (SMP) siswa dalam masa pubertas dan dalam perkembangan yang sangat pesat. Periode remaja adalah fase dalam kehidupan manusia ketika seseorang memasuki masa dewasa dan meninggalkan masa kanak-kanak. Oleh karena itu, masa remaja dapat dianggap sebagai periode peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Saat ini, banyak orang menghadapi banyak rintangan dalam proses perkembangan pribadi mereka, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungan sosial yang mereka hadapi.

Masa remaja adalah dimana individu merasa bahwa ini merupakan masa yang sulit baginya karena individu berada dalam fase transisi dari masa remaja beranjak dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Kesulitan-kesulitan ini

menyebabkan meningkatnya rasa rendah diri atau *Inferiority* seseorang dalam kehidupan sosialnya (Santrock dalam Hully, 2021).

Perasaan rendah diri atau *Inferiority* merupakan salah satu perasaan yang bisa mengganggu perkembangan individu dan dapat berpengaruh pada aspek fisik, psikologis dan sosialnya. Kunci dari proses sosial yang nyatanya adalah individu selalu berusaha untuk menemukan jati diri dimana mereka dapat unggul. Oleh karena itu, individu yang memiliki perasaan rendah diri atau penilaian terhadap dirinya terlalu rendah dibandingkan dengan orang lain. Rasa rendah diri mencakup perasaan kurang berharga yang muncul akibat ketidakmampuan psikologis atau sosial yang dirasakan secara subjektif, maupun karena kekurangan dalam kondisi fisik (Zaini, 2019).

Bimbingan kelompok adalah sebuah layanan bantuan yang diberikan oleh seorang guru pembimbing atau konselor dalam situasi kelompok. Tohirin (2015: 164), menyatakan bimbingan kelompok dapat diartikan sebagai metode untuk memberikan bantuan kepada individu, dalam hal ini siswa, melalui kegiatan yang dilakukan bersama-sama dalam kelompok. Dalam konteks bimbingan kelompok, interaksi antar anggota kelompok dijadikan sebagai sarana untuk membahas berbagai topik yang dapat berguna dalam mengembangkan dan memecahkan masalah yang dihadapi oleh individu, yaitu siswa yang menjadi peserta dalam layanan tersebut.

Bimbingan kelompok adalah bentuk layanan bimbingan yang memungkinkan sekelompok peserta didik untuk belajar bersama dengan bantuan guru pembimbing atau konselor melalui dinamika kelompok (Wasono, 2019). Dalam bimbingan kelompok, peserta didik dapat membahas bersama-sama topik tertentu yang dapat berguna untuk meningkatkan pemahaman dan kehidupan sehari-

hari, atau untuk mengembangkan diri baik sebagai individu maupun sebagai pelajar dalam mengambil keputusan atau tindakan tertentu.

Teknik Modeling merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif. Teknik modeling adalah penokohan (*modeling*), peniruan (*imitation*), dan belajar melalui pengamatan (*observational learning*) terhadap orang lain dan perubahan yang terjadi melalui peniruan. Peniruan (*imitation*) mengacu pada tindakan meniru orang lain yang diamati. Dengan melewati pengamatan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku orang lain (Komalasari dalam Damayanti & Aeni, 2016).

Adapun indikator teknik modeling meliputi (1) Penokohan nyata, dilakukan melalui pengamatan terhadap model tingkah laku untuk memperoleh tingkah laku baru seperti terapis, guru, anggota keluarga, atau penokohan yang dikagumi dijadikan model oleh siswa; (2) Penokohan simbolik, tokoh yang dilihat melalui film, video atau media lain yang berpotensi sebagai sumber model tingkah laku; (3) Penokohan ganda, seperti terjadi dalam kelompok, seseorang anggota mengubah sikap dan mempelajari sikap baru setelah mengamati anggota lain bersikap (Sutama et al., 2014).

METODOLOGI

Metode dan bentuk dalam penelitian ini adalah mixed methods dengan bentuk penelitian tindakan, Mixed methods adalah pendekatan penelitian yang menggabungkan atau menghubungkan penelitian kuantitatif dan kualitatif (Sugiyono, 2018). Penelitian ini menyajikan hasil penelitian dengan angka-angka untuk melihat bagaimana terjadinya penurunan

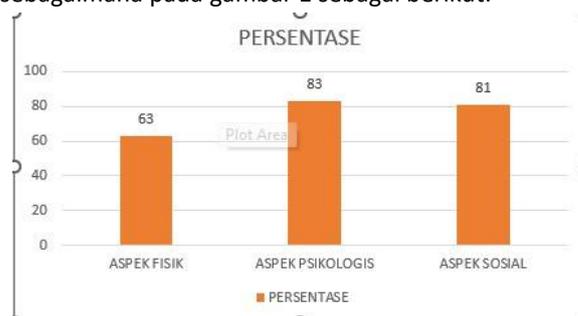
Inferiority pada siswa dengan diberikan tindakan pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Ketapang. Serta menggunakan deskriptif karena peneliti bertujuan untuk menggambarkan kondisi *Inferiority* dan keefektifan teknik Modeling yang diberikan melalui layanan bimbingan kelompok.

Teknik dan alat pengumpulan data yang digunakan adalah teknik observasi langsung, teknik komunikasi langsung, teknik komunikasi tidak langsung dan studi dokumenter. Alat pengumpulan data pada penelitian ini berupa pedoman observasi, pedoman wawancara, skala psikologis dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyebaran skala psikologis dilakukan pada hari Selasa, 13 Juni 2023 di ruangan kelas VII D di SMP Negeri 1 Ketapang. Tolak ukur skala psikologis diperoleh berdasarkan pilihan jawaban setiap item skala psikologis dan jumlah responden. Dengan menghitung setiap aspek variabel dengan membandingkan skor pada masing-masing alternatif jawaban responden sehingga diperolehnya persentase pada masing-masing alternatif jawaban.

Berdasarkan tolak ukur yang sudah ditentukan, deskripsi hasil penyebaran skala psikologis *Inferiority* pada siswa kelas VII D di SMP Negeri 1 Ketapang sebelum dilakukan tindakan peneliti terhadap 7 siswa, maka di dapatkanlah gambaran awal *Inferiority* siswa sebagaimana pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Gambaran awal *Inferiority* siswa

Berdasarkan diagram di atas, dapat diketahui bahwa *Inferiority* pada subyek penelitian sebelum dilaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk mengurangi *Inferiority* pada siswa terdapat dua aspek yang berada dalam kategori tinggi yaitu aspek sosial dengan 81% dan psikologis dengan 83% serta aspek fisik berada dalam kategori sedang berada sebesar 63%.

Siklus I

1. Perencanaan (*Planning*)

Perencanaan merupakan Langkah awal yang dilakukan dalam sebuah penelitian, pada tahap ini penelitian melakukan beberapa hal diantaranya:

- Menetapkan kolaborator, guru Bimbingan dan Konseling.
- Mengatur waktu pertemuan yaitu, membuat jadwal pelaksanaan.
- kegiatan yang disepakati antara peneliti, kolaborator dan siswa.
- Menentukan subyek.
- Membuat rencana pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik modelling.
- Menyiapkan instrumen pengumpulan data dan pedoman observasi.

2. Pelaksanaan (*Action*),

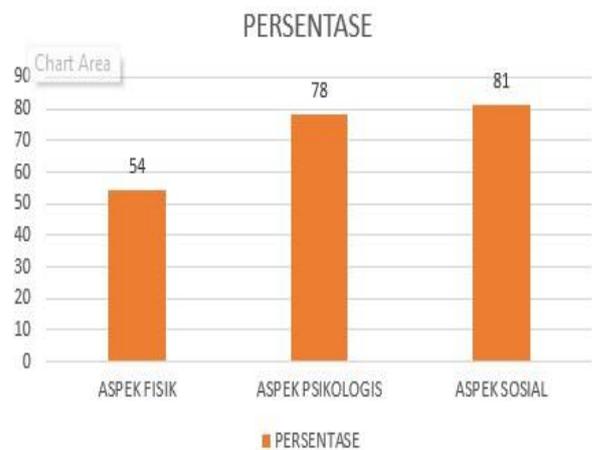
Pelaksanaan bimbingan kelompok pada setiap siklus dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan. Dengan bimbingan kelompok ini diharapkan dapat membantu siswa mengurangi *Inferiority* pada siswa.

3. Pengamatan

Observasi dalam kegiatan ini dilakukan oleh kolaborator yaitu guru Bimbingan dan Konseling, guru BK melakukan observasi selama proses layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling berlangsung, sejauh mana peneliti terlibat dalam kegiatan yang dilaksanakan.

4. Refleksi

Berdasarkan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling dapat diambil kesimpulan yaitu pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling Sebagian anggota kelompok masih belum terbiasa dengan kondisi kelompok melalui teknik modeling ini.



Gambar 2. Gambaran *Inferiority* siswa siklus I

Berdasarkan diagram di atas diketahui bahwa *Inferiority* setelah dilaksanakan tindakan siklus I terjadi penurunan pada 2 aspek fisik dan psikologis. Aspek fisik dari 63% turun ke 54% (kategori sedang) dan aspek psikologis dari 83% turun ke 78% (kategori tinggi). Sedangkan untuk aspek sosial tidak berubah yaitu 81% (kategori tinggi).

Siklus II

1. Perencanaan (*Planning*)

Sebelum melaksanakan tindakan pada siklus II peneliti berdiskusi dengan guru bimbingan dan konseling mengenai materi yang akan disampaikan serta pedoman observasi yang akan digunakan dalam mengamati selama proses kegiatan berjalan.

2. Pelaksanaan (*Action*)

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dengan pertemuan pertama

yang dilaksanakan pada hari Selasa, 20 Juni 2023 dan pertemuan kedua pada hari, Jum'at, 23 Juni 2023.

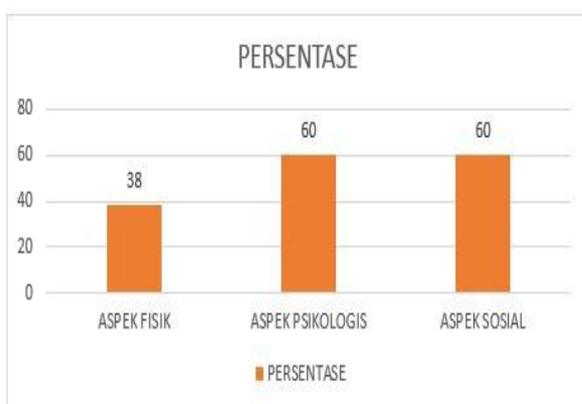
3. Pengamatan

Kegiatan observasi dilakukan oleh kolabulator yaitu guru bimbingan dan konseling. Kolabulator mengamati dan melakukan observasi selama kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling ini berlangsung. Setelah dilaksanakan tindakan siklus II, Peneliti menyebarkan kembali skala psikologi.

4. Refleksi

Berdasarkan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling dapat diambil kesimpulan yaitu pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling pada siklus II anggota kelompok sudah mulai terbiasa dengan kegiatan kelompok yang dilaksanakan sehingga mereka bisa dengan nyaman mengutarakan pendapat dan percaya atas kemampuan yang dimilikinya.

Setelah dilaksanakan tindakan siklus II, Peneliti menyebarkan kembali skala psikologi. Dari hasil skala psikologis yang diberikan kepada 7 subyek penelitian dapat dilihat dari persentase berikut:



Gambar III. Gambaran *Inferiority* siswa siklus II

Berdasarkan diagram di atas diketahui bahwa *Inferiority* setelah dilaksanakan tindakan siklus II

terjadi penurunan jika dilihat dari siklus I. Penurunan terjadi pada 3 aspek fisik, psikologis dan sosial. Aspek fisik dari 53% turun ke 38% (kategori rendah), aspek psikologis dari 78% turun ke 60% (kategori sedang) dan aspek sosial dari 81% turun ke 60% (kategori sedang).

Berdasarkan dari hasil pelaksanaan siklus I dan siklus II, diperoleh kesimpulan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dapat mengurangi *Inferiority* pada siswa. Dalam pelaksanaan kegiatan ini sudah dilakukan secara maksimal, meskipun ada kendala seperti beberapa anggota masih malu mengungkapkan pendapatnya, masih kurang aktif dalam mengikuti kegiatan. Keterbatasan waktu yang diberikan juga menjadi hambatan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah di persentase diperoleh bahwa *inferiority* pada siswa kelas VII D di SMP Negeri 1 Ketapang sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dua aspek yang berada dalam kategori tinggi yaitu aspek sosial dengan 81% dan psikologis dengan 83% serta aspek fisik berada dalam kategori sedang sebesar 63%. Sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling diperoleh penurunan pada 3 aspek fisik, psikologis dan sosial. Aspek fisik dari 63% dengan kategori sedang turun ke 38% dengan kategori rendah, aspek psikologis dari 83% dengan kategori tinggi turun ke 60% dengan kategori sedang. dan aspek sosial dari 81% dengan kategori tinggi turun ke 60% dengan kategori sedang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan data secara umum dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan

kelompok dengan teknik modeling untuk mengurangi inferiority pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Ketapang telah berjalan dan berhasil dengan baik. Secara khusus dapat disimpulkan bahwa Kondisi inferiority pada siswa kelas VII D di SMP Negeri 1 Ketapang sebelum dilaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling tergolong baik, hal ini dapat dilihat dari analisis skala psikologis sebelum dilaksanakan tindakan. Selanjutnya pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk mengurangi inferiority pada siswa kelas VII D di SMP Negeri 1 Ketapang dilaksanakan dengan 4 tahap yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran. Pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok ini dinyatakan baik. Inferiority pada siswa mengalami penurunan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling, pada siklus I dengan kategori tinggi dan pada saat pelaksanaan tindakan siklus II mengalami penurunan dengan kategori sedang sesuai dengan harapan peneliti. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dapat mengurangi inferiority pada siswa kelas VII D di SMP Negeri 1 Ketapang. Berdasarkan hasil penelitian tersebut peneliti memberikan rekomendasi bahwa saran agar siswa lebih termotivasi untuk menjadi diri sendiri, lebih percaya kepada kemampuan yang dimiliki, berani berpendapat dan bertanggung jawab serta tidak mudah menyerah dalam menghadapi tantangan. Selain itu, guru bimbingan dan konseling diharapkan meningkatkan proses pelaksanaan bimbingan kelompok menjadi lebih efektif dan efisien sehingga permasalahan yang terjadi khususnya mengenai inferiority dapat teratasi dengan maksimal. Kepala sekolah diharapkan menyediakan fasilitas yang lebih memadai dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling terutama dalam kegiatan bimbingan

kelompok dengan teknik modeling ini karena sangat bermanfaat sebagai salah satu penanganan dan pencegahan permasalahan siswa.

REFERENSI

- Damayanti, R., & Aeni, T. (2016). Efektivitas konseling behavioral dengan teknik modeling untuk mengatasi perilaku agresif pada peserta didik kelas viii b smp negeri 07 bandar lampung. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 1–10.
- Hully, M. T. (2021). Perkembangan Jiwa Beragama Pada Anak, Remaja dan Orang Dewasa. *Alamtara: Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, 5(1), 11–30.
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. In ke-26.
- Sutama, G. A., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2014). Penerapan Teori Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas AK C SMK Negeri 1 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
- Wasono, M. P. J. (2019). Peningkatan Disiplin Berseragam Siswa Melalui Bimbingan Kelompok. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 2(1).
- Zaini, M. (2019). *Asuhan keperawatan jiwa masalah psikososial di pelayanan klinis dan komunitas*. Deepublish.