

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Self efficacy merupakan istilah yang diperkenalkan pertama kali oleh Albert Bandura yang menyajikan suatu aspek pokok dari teori kognitif sosial. *Self efficacy* merupakan keyakinan diri individu akan kemampuan yang dimiliki dalam mencapai suatu keberhasilan. Di dunia pendidikan, khususnya sekolah, kualitas *self efficacy* siswa perlu mendapatkan perhatian lebih, karena *self efficacy* dengan kategori baik akan membentuk aspek kepribadian individu dan interaksinya dengan lingkungan. Pentingnya upaya dalam meningkatkan *self efficacy* diperkuat oleh hasil penelitian Sintadewi (2013) serta Sopiya et al. (2020) yang menunjukkan bahwa ditemukan hubungan signifikan antara *self efficacy* dengan pencapaian prestasi akademik siswa.

Pencapaian prestasi akademik yang baik akibat kualitas *self efficacy* yang baik juga dibuktikan oleh Köseo (2015) menemukan bahwa capaian prestasi akademik siswa dengan *self efficacy* rendah cenderung lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi. Hal tersebut disebabkan karena kualitas *self efficacy* juga mempengaruhi motivasi siswa untuk belajar, mempengaruhi keyakinannya dalam mengerjakan tugas, dan mempengaruhi kemampuannya untuk fokus dalam mencapai sesuatu.

Sebagaimana telah dijabarkan bahwa kondisi *self efficacy* siswa berpengaruh terhadap pencapaian prestasi akademik siswa, maka bimbingan dan konseling sebagai satu kesatuan yang tidak terpisahkan dalam penyelenggaraan proses pendidikan. Khususnya di sekolah, memiliki urgensi dalam memperhatikan kualitas *self efficacy* siswa. Hal ini sejalan dengan tujuan bimbingan dan konseling yang terkandung dalam Permendikbud nomor 111 Tahun (2014) yakni membantu siswa (konseli) untuk mencapai perkembangan optimal dan kepribadian yang utuh, baik dalam aspek pribadi, sosial, belajar dan karier. Untuk mencapai tujuan tersebut, maka bimbingan dan konseling memiliki kewajiban untuk memperhatikan kesejahteraan psikologis siswa, khususnya dalam hal ini adalah kualitas *self efficacy*.

Dalam penelitian ini penerapan model konseling *cognitive behavior* teknik restrukturisasi kognitif akan dilaksanakan dalam bentuk *website*. Hal ini didasari dengan kondisi pandemi Covid-19 saat ini yang tidak memungkinkan peneliti untuk melaksanakan layanan konseling secara tatap muka, sehingga penerapan model konseling dilaksanakan secara *online*.

Terdapat beberapa penelitian yang telah membuktikan efektivitas model konseling *cognitive behavior* teknik restrukturisasi kognitif berbasis *website*. Temuan penelitian yang dilakukan oleh Suranata et al. (2020) telah menunjukkan bahwa model konseling *cognitive behavior* berbasis internet memiliki keefektifan yang tinggi karena konseling berbasis *online* dianggap memiliki fleksibilitas tinggi dibandingkan dengan konseling tatap muka. Keefektifan konseling berbasis *online* ditemukan dalam penelitian Carlbring et al., (2018) mengatakan bahwa konseling berbasis *online* menunjukkan hasil yang sama efektifnya dengan konseling tatap muka. Sejalan dengan temuan tersebut, penelitian Suranata & Prakoso (2020) membuktikan bahwa konseling berbasis *website* direkomendasikan dalam pelaksanaan konseling dimasa pandemi covid-19 ini karena temuan ini dianggap sangat efektif untuk dilaksanakan.

Maka peneliti memilih pengembangan panduan konseling *cognitive behavior* teknik restrukturisasi kognitif berbasis *website* untuk meningkatkan *self efficacy* pada siswa untuk diuji kelayakan dan keefektifannya dalam penelitian ini.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Kualitas *self efficacy* berpengaruh terhadap prestasi akademik siswa di sekolah.
2. Terdapat permasalahan psikologis dan akademik yang muncul akibat *self efficacy* siswa yang rendah.

3. Belum ada instrumen berupa buku panduan pelaksanaan model konseling yang dapat digunakan dalam upaya meningkatkan *self efficacy* siswa.

1 1.3. Pembatasan Masalah

Agar mengarahkan penelitian ini, maka berdasarkan identifikasi masalah di atas, dilakukan pembatasan masalah sehingga dalam penelitian ini permasalahan yang diangkat hanya berkaitan dengan “Pengembangan Panduan Konseling *Cognitive Behavior* Berbasis *Website* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa SMA”.

2 1.4. Perumusan Masalah

- a. Bagaimanakah keberterimaan Panduan Konseling *Cognitive Behavior* Teknik Restrukturisasi Kognitif Berbasis *Website* dalam Meningkatkan *Self Efficacy* pada siswa?
- b. Bagaimana Keefektifan Pengembangan Panduan Konseling *Cognitive Behavior* Teknik Restrukturisasi Kognitif Berbasis *Website* untuk meningkatkan *Self Efficacy* pada siswa?

3 1.5. Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui keberterimaan Pengembangan Panduan Konseling *Cognitive Behavior* Teknik Restrukturisasi Kognitif Berbasis *Website* dalam Meningkatkan *Self Efficacy* pada siswa.
- b. Untuk mengetahui keefektifan Panduan Konseling *Cognitive Behavior* Teknik Restrukturisasi Kognitif Berbasis *Website* untuk meningkatkan *Self Efficacy* pada siswa.

4 1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- 1.1 Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis dengan memperkaya temuan terkait pengembangan buku panduan konseling

cognitive behavior teknik restrukturisasi kognitif berbasis *website* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa SMA.

2. Manfaat Praktis

2.1 Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan dan pengalaman dalam melakukan penelitian berbasis *research and development* khususnya terkait dengan pengembangan buku panduan model konseling *cognitive behavior* teknik restrukturisasi kognitif berbasis *website* untuk meningkatkan *self efficacy* siswa SMA.

2.2 Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dan dapat membantu guru BK dalam menerapkan model *cognitive behavior* teknik restrukturisasi berbasis *website* untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa SMA melalui buku panduan.

