

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. *Self Leadership* (Kepemimpinan diri)

a. Deskripsi *Self Leadership* (kepemimpinan diri)

Proses membujuk diri sendiri untuk memotivasi diri sendiri dan mengembangkan pengarahan diri dikenal sebagai *self leadership*. Hal ini memuat tindakan melaksanakan dan merampungkan tugas-tugas penting dan sulit serta berupaya meraih tujuan pribadi. Proses membujuk diri sendiri untuk mengembangkan pengarahan diri dan motivasi diri guna menghasilkan kinerja yang berkualitas dikenal dengan istilah *self leadership*.¹

Self Leadership (Kepemimpinan diri) erat kaitannya dengan kepercayaan diri, kemanjuran diri, dan keyakinan diri. Kepercayaan diri dan kemampuan menyelesaikan tujuan dan tugas erat kaitannya dengan kepemimpinan diri. Kepemimpinan diri memungkinkan individu menjadi diri terbaik. Itu membuat bersaing dengan diri sendiri, yang bisa membantu diri sendiri meraih tujuan profesional.²

Self Leadership juga dimaknai sebagai kemampuan untuk mempengaruhi, menyadari, dan mengendalikan pemikiran, perasaan, perilaku, dan tindakan menuju tujuan yang diinginkan.³

Kepemimpinan diri mewakili upaya proaktif individu untuk menghasilkan perubahan diri khusus.

Self Leadership adalah mengubah perilaku individu dengan cara yang sangat spesifik. Segala sesuatu perihal proses menekankan jenis perubahan yang sangat spesifik. Aspek terpenting dari proses perubahan adalah mengembangkan kode etik individu (yaitu sistem nilai) untuk mendukung perubahan

¹ Charles C. Manz, "Self-Leadership: Toward an Expanded Theory of Self-Influence Processes in Organizations," *Academy of Management Review* 11, no. 3 (Juli 1986): 589, <https://doi.org/10.5465/amr.1986.4306232>.

² Peter Allen, *Inspiring Leadership: A Guide To Mastering Leadership, Business Management, Organisation, Development and Building High Performance Teams* (Peter Allen, 2020).

³ Hin, *A Comprehensive Guide To Self Leadership*.

dan mewakili pengaruh konstruktif pada keseluruhan proses perubahan.⁴

Dari sejumlah teori itu maka bisa ditarik suatu simpulan bahwa *self leadership* atau kepemimpinan diri adalah kemampuan seseorang dalam mengembangkan kemandirian (self-control), pengendalian diri, dan motivasi diri (self motivation) untuk bertindak cepat dan kreatif.

b. Aspek Yang Mempengaruhi Self Leadership

Self leadership diyakini mendapat pengaruh dari sejumlah aspek, diantaranya:

1) Urgency

Keadaan yang sangat mendesak menghambat pengembangan *self leadership* sebab mereka akan mendapatkan lebih banyak manfaat dari implementasi teknik kepemimpinan tradisional untuk merampungkan problematika saat ini. Tidak hanya itu, mengembangkan keterampilan self-leadership saja tidak cukup saat ada kebutuhan yang mendesak untuk merampungkan suatu permasalahan sebab perlu waktu yang lama untuk mengembangkan keterampilan *self-leadership*.

2) Employee Commitment

Pengembangan kemampuan self leadership kurang dibutuhkan jika komitmen tidak dituntut terlalu tinggi. Tetapi, mengembangkan keterampilan *self leadership* adalah hal yang tepat bagi suatu organisasi untuk bertahan dalam keadaan yang menuntut komitmen tingkat tinggi dari para anggotanya.

3) Creativity

Mengembangkan keterampilan kepemimpinan penting bagi organisasi yang perlu sangat inovatif untuk memenuhi kebutuhan pelanggan atau melayani masyarakat dengan cepat dan efisien. Memfasilitasi lingkungan yang menumbuhkan kreativitas dan meningkatkan inovasi organisasi dapat dicapai dengan memberikan kebebasan dan kondisi yang dibutuhkan karyawan untuk mengembangkan *self leadership* tingkat tinggi dan dengan menciptakan lingkungan di tempat kerja di mana mereka bisa berbagi pengaruh dalam pemecahan masalah, pengambilan keputusan, dan

⁴ Stanley C. Ross, *The Road to Self-Leadership Development: Busting Out of Your Comfort Zone* (Emerald Group Publishing, 2015).

identifikasi peluang masa depan dengan rekan-rekan mereka.

4) ***Interpendence***

Self leadership diperlukan saat ada sedikit ketergantungan pada orang lain untuk merampungkan tugas-tugas yang sudah diberikan pada mereka dalam organisasi. Sehubungan dengan hal itu, di sektor manufaktur, dimana ada tingkat saling ketergantungan yang tinggi, pengembangan *self leadership* saja tidak cukup jika diimplementasikan dalam konteks proses produksi yang terspesialisasi.

5) ***Compelxity***

Semakin kompleks pekerjaan yang harus dilakukan maka akan semakin kurang efektif pengembangan keterampilan kepemimpinan diri, sebab dalam hal ini tidak mungkin satu orang menguasai semua bidang secara bersamaan. Sekalipun terpaksa, pengembangan *self-leadership* harus dilakukan secara bertahap, menyesuaikan dengan tahapan pekerjaan yang rumit dan tentunya dengan kemampuan pribadi yang memerlukan waktu yang tidak sebentar.⁵

c. **Kriteria *Self Leadership***

Self leadership melibatkan sejumlah strategi. Strategi ini bisa dipecah menjadi tiga kategori atau komponen, yakni (a) strategi yang berfokus pada perilaku; (b) strategi reward alami; dan (c) strategi yang mendorong pola pikir positif.

1) ***Beavior Focused Strategies* / Strategi yang Berfokus pada Perilaku**

Untuk meraih perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku tidak produktif, strategi ini memerlukan pengaturan perilaku pribadi melalui pemakaian evaluasi diri, penghargaan diri, dan disiplin diri. Hal ini juga membantu dalam pengendalian perilaku yang berkaitan dengan tujuan penting tetapi untuk tugas yang tidak menyenangkan. Di antara strategi yang berfokus pada perilaku adalah:

⁵ Muchlisin Riadi, "Kepemimpinan Diri (Self Leadership) - Deskripsi, Fungsi, Aspek dan Strategi," 10 Mei 2023, <https://www.kajianpustaka.com/2023/05/kepemimpinan-diri-self-leadership.html>.

- a) Peraturan Pribadi
- b) Penilaian Diri
- c) Disiplin Diri.

2) ***Natural Reward Strategies / Strategi Reward Alami***

Hal ini merupakan strategi yang diterapkan dengan menciptakan reward alamiah yang bermaksud untuk memperoleh apresiasi atas kegiatan yang dilakukan. Manz dan Neck menuturkan bahwa dua strateginya adalah membuat tugas itu sendiri lebih menyenangkan dengan menambahkan lebih banyak fitur ke dalamnya, sehingga tugas itu sendiri menjadi imbalan yang wajar. Berkonsentrasi pada tugas-tugas yang tidak menyenangkan tetapi bermanfaat adalah taktik lain. Kedua strategi itu akan meningkatkan kinerja dengan menumbuhkan rasa motivasi dan kompetensi intrinsik. Strategi ini lebih menekankan pada keuntungan yang ditawarkan oleh tugas atau aktivitas itu. Tugas itu sendiri akan memberikan insentif yang secara alami akan menghasilkan imbalan.

3) ***Constructive Thought Pattern Strategies / Strategi Pola Berpikir Konstruktif***

Perilaku konstruktif dan pengolahannya merupakan komponen kunci dari strategi ini. Didesain untuk mendukung pertumbuhan pandangan positif dan strategi efektif untuk mempengaruhi kinerja pribadi.⁶

Secara umum Strategi Pola Berpikir Konstruktif bisa dibagi menjadi 3, yakni:

- a) Penciptaan suasana menyenangkan
- b) Penciptaan pola pikir
- c) Penciptaan pola kerja

Dari pemaparan di itu maka kesimpulannya, baik tidaknya self-leadership individu bisa diukur melalui tiga indikator yaitu strategi yang berfokus pada perilaku, strategi penghargaan yang alamiah, dan strategi menciptakan pola berpikir yang konstruktif.

⁶ Christopher P. Neck, Charles C. Manz, dan Jeffery D. Houghton, *Self-Leadership: The Definitive Guide to Personal Excellence* (SAGE Publications, 2019), 31–89.

2. Teknik *Self Talk*

a. Deskripsi Teknik *Self Talk*

Teknik *Self Talk* merupakan bagian dari pendekatan REBT (*Rational Emotif Behavior Therapy*) yaitu suatu bentuk terapi psikologis, emosional, dan perilaku.

Teknik *Self Talk* adalah melakukan pembicaraan dengan diri sendiri secara sadar dan disengaja perihal sejumlah hal positif serta memperkuat tindakan yang biasanya dilakukan dengan suara pelan atau keras (normal) dan pada waktu khusus.⁷

Dimensi valensi berkenaan dengan isi *self-talk* bahwa isi *self-talk* memuat deskriptor bipolar *self-talk* positif dan negatif. *Self-talk* positif memuat kata-kata, frasa, atau pernyataan positif yang meningkatkan antusiasme, kepercayaan diri, atau fokus. Misalnya, "pasti bisa". "saya yakin bisa melakukannya.". Ada juga *Self-talk* yang bersifat kritis dan merendahkan diri sendiri sebagai cara untuk mengungkapkan kekesalan atau ketidakpuasan disebut dengan *self-talk* negatif. Biasanya *self talk* negatif bersifat kurang logis dan menyebabkan kecemasan.⁸

Pembicaraan diri yang positif atau pembicaraan yang dimaksudkan untuk menginspirasi keberanian atau semangat yang dilakukan orang pada diri mereka sendiri di tiap-tiap hari disebut dengan *self talk*.⁹

Self Talk adalah perilaku berbicara pada diri sendiri terkait dengan sesuatu dalam suatu situasi khusus.¹⁰ Dari sejumlah deskripsi itu, bisa dikatakan bahwa *self talk* adalah teknik dialog internal yang berupaya menghilangkan keyakinan salah dan menumbuhkan pemikiran logis dan sehat agar *self talk* yang positif bisa dihasilkan.

⁷ Ance M. Siallagan S.Kep.,Ns,M.Kep dan Friska Sri Handayani Ginting S.Kep.,Ns,M.Kep, *Konsep Diri Evidence-Based practice* (CV. Mitra Cendekia Media, 2023).

⁸ "View of Self-Talk Dan Waktu Reaksi," diakses 25 Oktober 2023, <https://jurnalolahraga.stkipasundan.ac.id/index.php/jurnalolahraga/article/view/81/39>.

⁹ Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Tiap-Tiap Konselor*, Kedua (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 223.

¹⁰ Dr Adi Atmoko M.Si Dkk., *Pelatihan Wicara Diri (Self-Talk) Dalam Konseling* (Wineka Media, 2021).

b. Jenis-Jenis *Self Talk*

Dalam REBT, *self-talk* dibedakan menjadi dua jenis, yakni *self-talk rasional-positif* dan *self-talk irasional-negatif*.

Secara signifikan perilaku mental mendapat pengaruh dari tiap-tiap pembicaraan pada diri sendiri. Pembicaraan diri seseorang bisa mendapat pengaruh dari komentar teman sebaya, orang tua, dan guru tentang dirinya.¹¹

c. Manfaat Teknik *Self Talk*

Saat ingin memiliki pribadi yang positif maka *self talk* memiliki kemampuan dalam menentukan arah hidup individu baik masa sekarang ataupun masa yang akan datang, sebab tingkat rasa percaya diri individu juga bisa ditentukan oleh *self talk*.

Self-talk juga menentukan bisa atau tidaknya seseorang berkembang menjadi pribadi yang menyadari segala potensi yang dimilikinya.¹²

Teknik *self-talk* bisa dipakai dalam sejumlah hal. Berikut merupakan manfaat dari positif *self-talk*.

- 1) Refleksi dan pemahaman diri. Cara efektif untuk memecahkan masalah adalah dengan membicarakannya. Tetapi tidak semua orang punya ruang dan keberanian untuk mengutarakan perasaannya. *Self-talk* bisa membantu orang melakukan percakapan dengan dirinya sendiri sebagai sarana refleksi dan pemahaman untuk memecahkan masalah yang dihadapinya.
- 2) Kebiasaan
Kebiasaan merupakan kecenderungan individu untuk bertindakberlandaskan suatu hal khusus. Perilaku berulang seringkali dilakukan melalui perilaku yang sama dan melalui pengetahuan. Hubungannya dengan *self talk*, saat individu memiliki kebiasaan berbicara yang baik maka orang itu bisa menghilangkan informasi negative dari pikirannya.
- 3) Berpikir, mendengarkan dan bertindak secara aktif. Berpikir positif memungkinkan orang menyaring segala sesuatu yang ditemuinya. Menerima pujian bisa menginspirasi orang untuk terus menjadi versi diri mereka yang lebih baik. Demikian pula, berpikir positif akan

¹¹ Bradley T. Erford, 40 *Teknik Yang Harus Diketahui Tiap-Tiap Konselor*.

¹² Rakhmat Jalaluddin, *Psikologi Komunikasi* (PT. Remaja Rosdakarya, 2013), 56.

memotivasi kita untuk bertindak dalam berbagai cara yang konstruktif.

- 4) Bicara pada diri sendiri perihal harga diri. Kebiasaan dan karakter mendukung individu untuk sukses dan dihargai dalam hidup. Rasa hormat bisa didapat dengan berbicara pada diri sendiri sebab berbicara pada diri sendiri mempengaruhi gaya hidup individu.¹³

d. Implementasi Teknik *Self Talk*

Dibutuhkan waktu yang lama untuk mengimplementasikan *self talk* positif, dan harus dilakukan berulang-ulang agar orang itu senantiasa mengasosiasikan ungkapan-ungkapan positif dengan dirinya. *Self talk* akan ada di pikiran manusia jika hal ini dilakukan secara rutin. Metode serangan balik adalah proses empat langkah yang sangat populer untuk menciptakan pembicaraan positif pada diri sendiri.

Tata cara penerapan metode perhitungannya, yakni:

- 1) Pertama, konselor dan klien mengidentifikasi dan mendiskusikan kritik klien dan pembicaraan negatif perihal diri mereka sendiri. Waspada frekuensi kritik dan keadaan yang menyebabkannya. Temukan bagian baik dan buruk yang mengganggu klien dan tuliskan, pikirkan dan yakini bahwa kita pun bisa mengubah bagian buruk itu menjadi sesuatu yang baik.
- 2) Kedua, catatan yang dibuat klien ditinjau oleh konselor. Motivasi klien dalam menulis catatan itu diperjelas oleh konselor.
- 3) Ketiga, konselor bisa membantu klien dalam membuat argumen tandingan atau pernyataan yang tidak selaras dengan keyakinannya sendiri sesudah klien memahami mengapa mereka mencatat pikiran negatif tersebut dalam catatan. Kalimat positif membentuk counter, yang bisa dicapai, diulang, dan gampang diingat.
- 4) Keempat, klien melakukan *self talk* secara teratur untuk menilai apa yang telah mereka lakukan dan menentukan pikiran negatif apa yang sering terlintas di benak mereka. Counter itu ditinjau kembali oleh klien sesudah dipraktikkan.

¹³ Sella Wanda Pratama, "Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Surakarta Untuk Memenuhi Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial," t.t., 19.

e. **Prosedur Pelaksanaan *Self Talk***

Diperlukan waktu, tempat, kondisi, prosedur, atau tahapan pelaksanaan yang teratur dan terencana untuk membentuk kebiasaan self talk yang positif. Di lain sisi, ada proses penerapan self-talk yang bisa dilakukan dalam keadaan berikut:

- 1) *Self talk* yang bersifat positif paling baik dipakai saat individu merasa kurang percaya diri, sedih, gugup, atau tidak bahagia, atau saat sedang dalam proses mengambil keputusan. Momen optimal adalah sebelum tidur dan tepat sebelum bangun tidur dan melakukan sesuatu yang sulit (biasanya percakapan di depan cermin).
- 2) Tempat yang ideal untuk latihan self-talk adalah tempat tidur, ruangan yang tenang, kamar mandi, di depan cermin, atau dimanapun klien merasa paling nyaman melakukan aktivitas dalam keheningan.
- 3) Berbaring atau merasa nyaman adalah posisi yang tepat. Orang bisa meraih hasil meskipun mereka berdiri, terlebih jika mereka bercermin. Orang-orang mampu berbicara pada diri sendiri, terlebih pada saat-saat tenang.
- 4) Suasana Mendukung

Tergantung pada kondisi orangnya, self-talk bisa paling efektif dalam suasana santai dengan musik yang menenangkan, seperti musik klasik, musik dengan suara alami, atau di tempat yang tenang.

5) Pengaplikasian

Buatlah dan tulislah daftar 10-20 pernyataan yang bersifat positif dan mendukung kepercayaan diri orang itu. Sesudah merampungkan afirmasi, tarik napas dalam-dalam dan hembuskan perlahan agar otot-otot tubuh rileks. Saat dirasa cukup, katakan pada diri sendiri dengan mengucapkan kalimat-kalimat positif yang ditulis diri sendiri.

3. **Bimbingan Kelompok**

a. **Deskripsi Bimbingan Kelompok**

Hartanti menuturkan bahwa konseling kelompok adalah jenis kegiatan di mana seorang pemimpin kelompok memandu diskusi dan memberikan informasi kepada kelompok dalam upaya meningkatkan keterampilan sosial atau membantu kelompok meraih tujuan bersama. Memberikan dukungan pada orang-orang dalam lingkungan kelompok adalah cara lain untuk memahami bimbingan kelompok. Informasi atau

kegiatan yang membahas masalah sosial, profesional, akademik, dan pribadi dapat digunakan sebagai panduan kelompok.¹⁴

Salah satu cara untuk membantu (membimbing) masyarakat melalui kegiatan kelompok adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok mengharuskan topik umum yang menjadi perhatian bersama didiskusikan di antara anggota kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, topik diskusi akan dibahas dalam lingkungan dinamika kelompok yang terfokus dan produktif.

Bisa dikatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan kelompok bagi siswa yang menitikberatkan pada keterampilan pribadi dan sosial siswa..

b. Tujuan Bimbingan Kelompok

Tiap-tiap orang bisa mendapat manfaat dari bimbingan kelompok yang dapat menumbuhkan perkembangan sikap, gagasan, perasaan, dan pemikiran sehingga memudahkan penerapan perilaku yang lebih efektif. Manfaat itu memuat peningkatan kemampuan berbicara di depan umum, kemampuan mengungkapkan ide, pendapat, saran, dan tanggapan serta perasaan, serta kemampuan untuk bertanggung jawab atas pendapat yang diungkapkan dan kemampuan mengendalikan diri dan menahan emosi.¹⁵

c. Manfaat dan Pentingnya Bimbingan Kelompok

1) Memiliki kesempatan yang cukup untuk mengemukakan pendapat dan mendiskusikan sejumlah hal yang terjadi disekitarnya.

Pendapat individu mungkin berbeda-beda, ada yang positif, dan ada yang negatif. Semua gagasan ini diselesaikan melalui perencanaan kelompok dan peran guru pembimbing atas gagasan yang salah atau negative, didamaikan dan di dukung sehingga peserta didik memiliki tujuan, ketepatan, dan pemahaman menguraikan sejumlah hal yang mereka katakana.

2) Menciptakan sikap positif pada diri sendiri dan lingkungan dalam kelompok.

Menolak sejumlah hal negatif dan mendukung sejumlah hal positif disebut dengan bersikap positif. Diharapkan bahwa pandangan optimis ini akan lebih

¹⁴ “Bimbingan Kelompok Dr. Jahju Hartanti, M. Psi. .pdf,” 12.

menginspirasi siswa untuk: a) menciptakan kegiatan dan acara yang menolak sejumlah hal negatif dan mendorong sejumlah hal positif. b) Mengambil tindakan nyata dan langsung untuk meraih hasil yang direncanakan semula. Keempat tingkat kinerja itu di atas bisa dicapai melalui dinamika kelompok di bawah pengawasan seorang guru pembimbing.¹⁶

d. Asas-Asas Bimbingan Kelompok

Kerahasiaan, kesukarelaan, dan keterbukaan merupakan tiga prinsip dasar etika konseling. Ketiga prinsip etika dasar ini berlaku pada kegiatan bimbingan konseling kelompok.

1) Kerahasiaan

Asas kerahasiaan merupakan kunci dari proses Bimbingan dan Konseling ini. Sebab dengan adanya asas kerahasiaan ini bisa menciptakan suasana aman dalam diri konseli.

2) Kesukarelaan

Kesukarelaan anggota kelompok dimulai pada awal rencana konselor untuk membentuk kelompok. Prinsip kesukarelaan adalah prinsip yang mengharuskan peserta didik (klien) untuk menikmati layanan/kegiatan yang diperuntukkan bagi mereka dan bersedia berpartisipasi atau menjalankannya. Siswa atau anggota kelompok bisa berpartisipasi aktif dalam meraih tujuan.

3) Asas Keterbukaan

Dinamika bimbingan kelompok akan lebih kuat dan efektif jika seluruh anggota kelompok menerapkan prinsip tanggung jawab dan keterbukaan. Mereka mengekspresikan diri mereka dengan baik dan terbuka tanpa rasa takut, malu atau ragu.¹⁷

e. Tahap-Tahapan Bimbingan Kelompok

1) Tahap pembentukan,

Yaitu berupa tahap memperkenalkan diri serta melibatkan diri pada proses bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok memaparkan arti dari kegiatan layanan bimbingan kelompok agar para anggota kelompok mengetahui deskripsi dan aturan bermain dalam bimbingan kelompok sebelum dimulai.

¹⁶ “Buku Ajar Bimbingan Kelompok.pdf,” t.t., 6.

¹⁷ Nurul Husna Adawiyah, “Program Studi Bimbingan Konseling Islam,” t.t., 38–40.

2) **Tahap peralihan**

Ini merupakan langkah untuk mengubah kegiatan kelompok menjadi kegiatan selanjutnya yang terfokus untuk meraih tujuan kelompok.

3) **Tahap kegiatan**

Maknanya, fase ‘kegiatan inti’ untuk membahas topik-topik khusus.

4) **Tahap penyimpulan,**

Tingkat aktivitas ini melibatkan peninjauan pencapaian dan tindakan kelompok. Anggota kelompok diimbau untuk mempertimbangkan percakapan yang baru saja mereka lakukan perihal kegiatan diskusi kepemimpinan..

5) **Tahap penutupan,**

Ini merupakan langkah akhir untuk melihat kembali seluruh kegiatan serta merencanakan kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya.¹⁸

B. Penelitian Terdahulu

Agar penelitian ini lebih terarah pada permasalahan penelitian dan bisa menghasilkan kebaruan penelitian, serta untuk menentukan lokasi penelitian yang akan dilakukannya, maka terlebih dahulu peneliti harus menjalankan studi yang serupa dengan objek penelitian itu.

Berlandaskan hal itu, peneliti melakukan studi pustaka pada hasil penelitian sebelumnya dan hasilnya diuraikan, yakni::

1. Studi yang dijalankan oleh CH. Titin Kusumawati pada tahun 2022, dengan judul penelitian “KENAIKAN KARAKTER SELF LEADERSHIP MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN PENDEKATAN EXPERIENTIAL LEARNING PADA SISWA KELAS XII IPA 3 DI SMA NEGERI 1 GARUM TAHUN PELAJARAN 2019/2022”. Melalui pendekatan yang dilakukan adalah pendekatan experiential learning, penelitian ini menyimpulkan bahwa implementasi pendidikan karakter self leadership melalui layanan bimbingan klasikal dengan pendekatan experiential learning sangat efektif.¹⁹

¹⁸ “Buku Ajar Bimbingan Kelompok.pdf,” 8.

¹⁹ Kusumawati, “Kenaikan Karakter Self Leadership Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Pendekatan Experiential Learning Pada Siswa Kelas XII IPA 3 Di SMA Negeri 1 Garum Tahun Pelajaran 2019/2020.”

2. Penelitian perihal kepemimpinan siswa di SMK dilakukan oleh Rapizon Kuswara, Pudji Hartuti, Rita Sinthia pada tahun 2018 dengan judul “EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK MODELLING DALAM MEMBENTUK KETERAMPILAN KEPEMIMPINAN SISWA” dengan lokasi penelitian di SMKS 16 Farmasi Bhakti Nusa Bengkulu. Disertasi ini disusun dengan pendekatan kuantitatif metode eksperimen dengan desain penelitian one group pre-test dan post-test design. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan keterampilan kepemimpinan siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik modelling.²⁰
3. Studi yang dijalankan oleh Studi yang dijalankan oleh N. Hasanah, K. Afni, M. ., and D. Sitepupada tahun 2021, dengan judul penelitian “PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK PADA SELF LEADERSHIP PADA SISWA PADA SISWA KELAS IX DI MA PP DAARUT THALIBIIN DESA KOTA DATAR”. Penelitain memakaimetode penelitian Quasi Eksperimen dengan jenis design one group pretest dan posttest, penelitian ini menyimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan dari pengaruh bimbingan kelompok pada *self leadership* pada siswa pada siswa kelas IX di MA PP Daarut Thalibiin Desa Kota Datar Kecamatan Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang Tahun ajaran 2019-2020.²¹

Berlandaskan tabulasi pada hasil penelitian terdahulu yang sudah dikemukakan diatas, bisa diketahui bahwa penelitian-penelitian itu membahas aspek-aspek yang berhubungan dengan kenaikan *self leadership* siswa tingkat SMA.

- a. Penelitian terdahulu yang pertama membahas perihal kenaikan karakter *self leadership* melalui layanan bimbingan klaiskal dengan pendekatan experiential learning.
- b. Penelitian terdahulu yang kedua membahas efektivitas layanan konseling kelompok teknik modelling dalam membentuk keterampilan kepemimpinan siswa.

²⁰ Rapizon Kuswara, Pudji Hartuti, dan Rita Sinthia, “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Modelling Dalam Membentuk Keterampilan Kepemimpinan Siswa,” *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling* 1, no. 2 (2018): 39–48, <https://doi.org/10.33369/consilia.1.2.39-48>.

²¹ Nurul Hasanah dkk., “Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Self Leadership Pada Siswa Pada Siswa Kelas Ix Di Ma Pp Daarut Thalibiin Desa Kota Datar Kecamatan Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang,” *Jurnal Education And Development* 9, no. 4 (1 November 2021): 492–97

- c. Penelitian terdahulu yang kedua membahas pengaruh bimbingan kelompok pada self leadership pada siswa kelas IX.

Dalam ketiga penelitian ini ada kesamaan yaitu sama-sama membahas tingkat kepemimpinan diri siswa.

Di lain sisi perbedaan dari ketiga penelitian ini yaitu pendekatan/teknik yang dilakukan oleh peneliti berbeda, peneliti memakai teknik self talk dalam pendekatan yang dipakai untuk memberikan perlakuan, sehingga peserta didik bisa meningkatkan *self leadership* pada diri mereka.

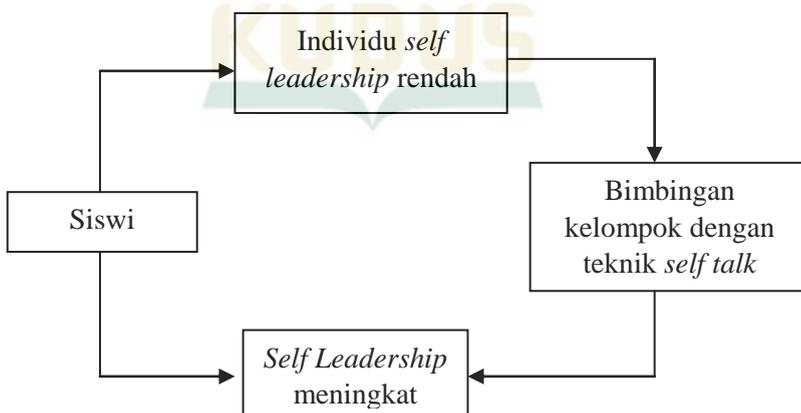
Bisa ditarik suatu simpulan bahwa variabel atau tema penelitian yang akan diteliti oleh peneliti belum pernah diteliti oleh peneliti sebelumnya berdasarkan temuan penelitian-penelitian terdahulu yang sudah disebutkan di atas dan sehubungan dengan rencana penelitian yang akan peneliti ikuti.

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir atau kerangka pemikiran adalah dasar pemikiran dari studi yang memuat teori, fakta, observasi, dan kajian kepustakaan.²²

Ada masalah pada *self leadership*/kepemimpinan diri siswa kelas XI MA Mu'allimat NU Kudus. Masalah itu akan ditindaklanjuti dengan diberikan bantuan memakai Bimbingan Kelompok dengan teknik *self talk*. Kerangka itu bisa digambarkan, yakni:

Gambar 2.1. Kerangka Berfikir



²² Dominikus Dolet Unaradjan, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Penerbit Unika Atma Jaya Jakarta, 2019), 92.

D. Hipotesis

Apabila suatu rumusan masalah penelitian dinyatakan dalam bentuk kalimat tanya, maka hipotesis merupakan tanggapan sementara pada rumusan masalah itu. Peneliti bisa meningkatkan organisasi dan fokus proses penelitian mereka dengan memakai solusi sementara ini.²³

Dua jenis variabel yang diidentifikasi dalam studi ini: variabel yang mendapat pengaruh dari *self leadership* siswa dan variabel yang mendapat pengaruh dari bimbingan kelompok dengan memakai teknik self-talk. Peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok yang bermaksud untuk meningkatkan keterampilan Self leadership siswa.

Berlandaskan teori yang dikemukakan dalam studi ini, maka permasalahan yang akan dipecahkan adalah hipotesis penelitian yang dikemukakan peneliti, yakni.:

Ha: Ada pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* terhadap *self leadership* peserta didik.

Ho: Tidak ada pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* pada *self leadership* peserta didik.

²³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, 2 ed. (Bandung: Alfabeta, 2022), 63.