

BAB II

LANDASAN TEORETIS

A. Deskripsi Teori

1. Bimbingan Konseling Islam Guru BK

Secara epistemologi kata bimbingan merupakan terjemahan dari kata “*guidance*” yang berasal dari kata kerja “*to guide*” yang mempunyai arti menunjukkan, membimbing, menuntun ataupun bantu. Sesuai dengan istilahnya maka secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai suatu bantuan atau tuntunan.¹ Bimbingan tersebut bertujuan untuk membantu serta mengajak individu ke arah yang lebih baik.

Bimbingan adalah suatu proses terus menerus dalam membantu perkembangan individu untuk mencapai kemampuannya secara maksimal dalam mengarahkan manfaat yang sebesar-besarnya bagi dirinya maupun masyarakat.² Menurut Bimo Walgito, bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.³ Bimbingan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain dalam hal membuat pilihan-pilihan menyesuaikan diri dan pemecahan problem-problem.

Chiskolm mengartikan bimbingan adalah membantu individu untuk lebih mengenali berbagai informasi tentang dirinya sendiri. Pengertian ini menitikberatkan pada pemahaman terhadap potensi diri yang dimiliki.⁴ Senada dengan pendapat WS. Wingkel bahwa bimbingan yaitu :

¹ Hallen A, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, Ciputat Press, Jakarta Selatan, 2002, hlm. 3

² Djumhur, *Bimbingan Konseling Islam Di Sekolah*, Ilmu, Bandung, 1988, hlm. 25

³ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Andi Offset, Yogyakarta, 1995, hlm. 5

⁴ Anas Salahudin, *Bimbingan Dan Konseling*, Pustaka Setia, Bandung, 2010, hlm. 14

- a. Memberikan informasi, yaitu memberikan petunjuk, bahkan memberikan nasihat kepada seseorang atau kelompok maka atas dasar pengetahuan tersebut orang dapat menentukan pilihan dan mengambil keputusan.
- b. Menentukan atau mengarahkan kepada suatu tujuan yang akan dituju yang mungkin tempat tersebut hanya diketahui oleh yang menuntun saja.⁵

Manusia diharapkan saling memberi bimbingan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya. Sebagaimana firman Allah:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya: “Demi masa, Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.” (QS. Al-‘Asr: 1-3)⁶

Dari ayat tersebut, dapat dipahami bahwa ada jiwa yang menjadi fasik dan ada pula jiwa yang menjadi takwa, bergantung, kepada manusia yang memilikinya. Ayat ini menunjukkan agar manusia selalu mendidik diri sendiri maupun orang lain, dengan kata lain membimbing seseorang untuk menjadi baik atau buruk. Proses pendidikan dan pengajaran agama dapat dikatakan sebagai bimbingan dalam bahasa psikologi. Nabi Muhammad SAW. menyuruh umat muslim untuk menyebarkan atau menyampaikan ajaran agama Islam yang diketahuinya walaupun satu ayat saja. Meniti hal tersebut, dapat dikatakan bahwa nasihat agama itu ibarat bimbingan (*guidance*) dalam pandangan psikologi.

⁵ WS. Wingkel.FKIP.IKIP. Senata Darma, *Bimbingan dan Penyuluhan Di Sekolah*, PT. Gramedia, Jakarta, 1997, hlm. 18

⁶ Departemen Agama RI, *al-Qur'an dan Terjemahannya*, Menara Kudus, Kudus, 2006. hlm. 601

Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh beberapa ahli, dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud bimbingan adalah sebagai proses pemberi bantuan yang dilakukan oleh orang ahli kepada seseorang atau beberapa individu, baik anak-anak, remaja maupun dewasa, orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Secara etimologis, konseling berasal dari bahasa latin, yaitu *consilium* yang berarti dengan atau bersama yang dirangkai menerima atau memahami. Adapun dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari *sellen*, yang berarti menyerahkan atau menyampaikan.⁷

Menurut Sukardi, konseling didefinisikan sebagai bantuan secara tatap muka antara konselor dan klien dengan usaha yang unik dan manusiawi yang dilakukan dalam suasana keahlian dan didasarkan norma-norma yang berlaku agar klien memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri.⁸ Sedangkan Anwar Sutoyo merumuskan bimbingan konseling Islami adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT sesuai tuntunan Allah SWT.⁹

Beberapa rumusan di atas tampak, bahwa konseling Islami adalah aktivitas yang bersifat “membantu”, dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai tuntunan Allah agar mereka selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat dengan menyadari eksistensinya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengikuti ketentuan dan

⁷ Prayitno dan Erman Anti, *Op.Cit.*, hlm. 99

⁸ Zulfan Saam, *Psikologi Konseling*, RajaGrafindo Persada, Jakarta, 2013, hlm. 2

⁹ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2014, hlm. 22

petunjuk Allah agar menjadi insan kamil, sebagai sarana mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

a. Unsur Dakwah dalam Bimbingan Konseling Islam

Unsur dakwah yang terdapat dalam proses bimbingan adalah seperti yang ada dalam metode dakwah yakni: metode dakwah *bil-hikmah*, *mauidzoh hasanah*, dan *mujadalah*. Karena dalam memberikan bimbingan kepada siswa, terjadi proses komunikasi antara konselor/Guru BK dengan siswa. Proses bimbingan berupa arahan-arahan, mendidik, pemberian nasihat, diskusi, ataupun alternatif solusi serta saran-saran atas permasalahan yang dihadapi oleh siswa.

Sebagaimana hal tersebut, dijelaskan oleh M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky dalam bukunya *Konseling dan Psikoterapi Islam* mengungkapkan beberapa teori dalam konseling Islam yang sejalan dengan metode yang dipakai dalam berdakwah. Teori konseling Islam tersebut antara lain:¹⁰

1) Teori *al-hikmah*

Teori *al-hikmah* adalah sebuah pedoman, penuntun dan pembimbing untuk memberi bantuan kepada individu yang sangat membutuhkan pertolongan dalam mendidik dan mengembangkan eksistensi dirinya hingga ia dapat menentukan jati diri dan citra dirinya serta dapat mengatasi beberapa ujian hidup secara mandiri. Ciri khas dari teori *al-hikmah* adalah adanya keteladanan dari kesalehan konselor, bijaksana dalam memutuskan permasalahan klien, serta alat terapi yang digunakan adalah berupa nasehat-nasehat.

2) Teori *al-mauidzoh hasanah*

Teori *al-mauidzoh hasanah* adalah bimbingan atau konseling dengan cara mengambil pelajaran-pelajaran dari

¹⁰ Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Fajar Pustaka Baru, 2002, hlm. 191-202

kehidupan Nabi, Rasul dan para Auliya-Allah. Mempelajari bagaimana mereka menanggulangi problem atau masalah, *al-mauidzoh hasanah* adalah pelajaran yang baik dalam pandangan Allah dan rasul-Nya yang mana pelajaran itu dapat membantu klien untuk menyelesaikan atau menanggulangi problem yang sedang dihadapinya dengan cara lisan maupun perilaku. Materi mauidzoh hasanah dapat diambil dari sumber-sumber pokok ajaran Islam maupun dari para ahli selama tidak bertentangan dengan norma agama Islam.

3) Teori *al-mujadalah*

Teori *mujadalah* ialah teori konseling yang terjadi dimana seorang klien sedang dalam kebingungan dan kebimbangan. Teori ini biasa digunakan ketika klien ingin mencari sebuah keputusan dari dua hal atau lebih dengan cara berdiskusi dengan guru BK. Konselor juga sebagai patner untuk memberikan alternatif solusi. Prinsip dasar teori ini adalah harus adanya kesabaran yang tinggi dari konselor, saling menghormati dan menghargai antara konselor dan klien, bukan bertujuan untuk menjatuhkan atau mengalahkan klien, menggunakan dalil-dalil al-Qur'an dan as-Sunnah dengan tepat dan jelas.

Bimbingan dan konseling Islam yang dilakukan oleh guru BK harus memiliki beberapa prinsip yaitu harus adanya kesabaran yang tinggi dari konselor, Konselor harus menguasai akar permasalahan dan terapi yang tepat bagi klien, Saling menghormati dan menghargai antara konselor dan klien, Bukan bertujuan menjatuhkan atau mengalahkan klien, tetapi membimbing klien dalam mencari kebenaran, Tutur kata dan bahasa mudah difahami dan halus, Mengemukakan dalil-dalil Al-Qur'an dan As-Sunnah dengan tepat dan jelas. Dari uraian tersebut dapat dipahami bahwa

dalam proses bimbingan terdapat unsur dakwah yang di dalamnya dipakai untuk menangani permasalahan klien/siswa di sekolah.

b. Tujuan dan Fungsi Bimbingan Konseling Islam di Sekolah

Manusia di dalam kehidupannya tidak terlepas dari permasalahan atau hambatan-hambatan dalam mewujudkan keinginannya, sehingga diperlukan bimbingan untuk membantu individu agar mampu menghadapi atau mengatasi masalah dalam hidupnya. Bimbingan dan konseling pendidikan Islam bertujuan dalam rangka:

- a. Membantu individu mencegah timbulnya problem-problem yang berkaitan dengan kegiatan belajar/pendidikannya, antara lain:
 - 1) Membantu individu memahami hakekat belajar dan tujuan pendidikan menurut Islam.
 - 2) Membantu individu memahami faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan belajar/pendidikan.
 - 3) Membantu individu menyiasati kegiatan belajar sesuai dengan ketentuan syariat Islam.
- b. Membantu individu memecahkan masalah-masalah yang berkaitan dengan belajar/pendidikan, antara lain dengan jalan:
 - 1) Membantu individu agar mampu memahami problem dalam hidupnya.
 - 2) Membantu individu memahami kondisi dirinya dan lingkungannya.
 - 3) Membantu individu memahami dan menghayati cara-cara mengatasi masalah belajar menurut atau sesuai dengan ajaran Islam.
 - 4) Membantu individu menetapkan pilihan upaya pemecahan masalah yang dihadapi.
- c. Membantu individu memelihara situasi dan kondisi kegiatan belajar/pendidikannya agar tetap baik dan mengembangkannya agar jauh lebih baik, yakni antara lain dengan cara:
 - 1) Memelihara situasi dan kondisi belajar yang semula pernah terkena problem dan telah teratasi agar tidak menjadi permasalahan kembali.
 - 2) Mengembangkan situasi dan kondisi belajar/pendidikan menjadi lebih baik.¹¹

Tujuan bimbingan konseling Islam tersebut dapat dijalankan oleh guru BK dalam membantu individu untuk

¹¹ Faqih Aunur Rahim, *Op.Cit.*, hlm. 106

memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.

Fungsi bimbingan konseling Islam menurut Aunur Rahim Faqih, yaitu:

- 1) Fungsi preventif, yaitu memebantu individu menjaga atau mencegah timbulnya suatu masalah pada dirinya.
- 2) Fungsi kuratif, yaitu membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi.
- 3) Fungsi preseratif, yaitu membantun individu agar situasi yang semula tidak baik menjadi baik dan kebaikan itu dapat bertahan lama.
- 4) Fungsi development atau pengembangan, yaitu membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah.¹²

Berdasarkan dengan fungsi bimbingan konseling Islam yang telah disebutkan di atas, secara umum al-Qur'an diturunkan oleh Allah SWT. berfungsi membimbing manusia ke arah jalan yang benar. Fungsi itu ditegaskan dalam al-Qur'an surat al-Baqarah ayat 2 yang berbunyi:

ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ﴿٢﴾

Artinya: “Kitab (Al Quran) ini tidak ada keraguan padanya; petunjuk bagi mereka yang bertakwa”¹³

Melalui fungsi tersebut, al-Qur'an sebagai petunjuk (*hudan*), akan membimbing manusia kearah jalan yang diridhai Allah SWT. sehingga apabila isi kandungan al-Qur'an diamalkan akan bersifat preventif mencegah manusia dari berbuat salah.

¹² Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, RajaGrafindo Persada, Jakarta, 2007, hlm. 36-37

¹³ Departemen Agama RI, *al-Qur'an dan Terjemahannya*, Menara Kudus, Kudus, 2006, hlm.2

c. Metode Bimbingan Konseling Pendidikan Islam di Sekolah

Metode bimbingan konseling Islam yang dilakukan oleh guru BK kepada siswa kelas XII di Madrasah Aliyah Al-Hikmah Kajen Margoyoso Pati adalah sebagai berikut:

a. Metode bimbingan individual

Metode ini upaya pemberian bantuan diberikan secara individual dan percakapan pribadi yakni pembimbing melakukan dialog langsung bertatap muka dengan pihak yang dibimbing (siswa).

b. Metode bimbingan kelompok (*group guidance*)

Metode ini dilakukan untuk membantu siswa memecahkan masalah melalui kegiatan kelompok. Masalah yang dipecahkan bisa bersifat kelompok, yaitu yang dirasakan bersama oleh kelompok.

Beberapa jenis metode bimbingan kelompok yang bisa diterapkan dalam pelayanan adalah sebagai berikut:¹⁴

- 1) Diskusi kelompok, yakni pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi dengan kelompok klien yang mempunyai masalah yang sama.
- 2) Karyawisata, yakni bimbingan kelompok yang dilakukan secara langsung mempergunakan ajang karyawisata sebagai forum.
- 3) Sosiodrama, yakni bimbingan yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah.
- 4) Psikodrama, yakni bimbingan yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah.
- 5) *Group teaching*, yakni pemberian bimbingan dengan memberikan materi bimbingan tertentu atau ceramah kepada kelompok yang telah disiapkan.

Dari beberapa metode di atas, maka dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam, guru BK harus memiliki akhlak yang baik sebagai berikut:

¹⁴ Tohirin, *Op.Cit.*, hlm. 289

- a. Komunikasi secara baik
Komunikasi adalah cara seseorang untuk mengungkapkan ide, keinginan, informasi, harapan, perasaan kepada orang lain dengan harapan adanya respon dan timbal balik sehingga tujuannya tercapai.
- b. Kasih sayang
Kasih sayang (*rahmah*) merupakan sifat dasar yang harus dimiliki seorang konselor untuk menciptakan suasana tenang dan nyaman pada klien, karena rasa kasih sayang itu adalah pantulan dari perasaan ketulusan seorang konselor
- c. Tawadhu'
Sifat *tawadhu'* akan menambahkan keakraban antara guru BK/konselor dan klien.
- d. Toleransi
Sikap toleransi sangat diperlukan untuk memberikan perasaan tenang pada diri klien yang bermasalah untuk kemudian dijelaskan apa dampak baik dan buruknya dari tindakan klien yang membuatnya terkena masalah.
- e. Demokratis dan terbuka
Sikap demokratis dan keterbukaan dalam menjelaskan persoalan akan membantu klien memiliki kemauan untuk berpikir dan menentukan sendiri apa yang terbaik baginya.
- f. Jujur
Pengertian jujur di sini adalah bahwa konselor itu bersikap transparan (terbuka), autentik, dan asli (*genuine*).
- g. Dapat dipercaya
Kualitas ini berarti bahwa konselor itu tidak menjadi ancaman atau penyebab kecemasan bagi klien.
- h. Adil
Seorang konselor harus bersikap adil dalam melakukan proses konseling kepada kliennya. Prinsip keadilan ini sangat penting memahami masalah yang dihadapi klien lalu memperlakukannya sesuai dengan prinsip keadilan itu sendiri.¹⁵
Pelaksanaan bimbingan konseling Islam yang dilakukan guru BK kepada para siswa diharapkan memberikan perubahan baik dalam sikap, perilaku, dan cara berfikir klien. Oleh karenanya guru BK harus mampu berkomunikasi secara efektif dan efisien agar pesan yang ingin disampaikan dapat diterima dengan baik oleh siswa, selain itu bimbingan konseling Islam guru BK dapat

¹⁵ Yuliatun, Peranan Bimbingan dan Konseling Islam di Sekolah, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2013, Vol. 4, No. 2

menciptakan hubungan akrab dengan siswa agar klien percaya bahwa bahwa guru BK mempunyai motivasi untuk membantunya.

2. Pengertian Efikasi Diri Siswa

a. Efikasi Diri

Efikasi diri (*self efficacy*) diperkenalkan oleh Albert Bandura diartikan sebagai keyakinan seseorang mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu.¹⁶ Baron dan Byrne mendefinisikan efikasi diri sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan atau mengatasi hambatan.¹⁷ Efikasi diri tidak berkaitan dengan kemampuan seseorang serta bukan faktor bawaan dan keturunan terhadap sesuatu yang dapat dilakukannya ataupun ketrampilan dan keahlian yang dimiliki individu, karena individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan menunjukkan antusiasme dan kepercayaan diri yang kuat.

Keberhasilan atau kegagalan individu dalam mencapai tujuan atau melaksanakan tugas dipengaruhi oleh efikasi diri. Menurut Gist dan Mitchell, efikasi diri dapat membawa pada perilaku yang berbeda di antara individu dengan kemampuan yang sama karena efikasi diri mempengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah, dan kegigihan dalam berusaha.¹⁸

Seseorang akan melakukan suatu perilaku tertentu atau tidak, berusaha untuk melakukan tugas tertentu atau tidak, tergantung pada keyakinannya bahwa ia akan berhasil dalam tindakannya. Sebagaimana firman Allah SWT:

¹⁶ M. Nur Ghufron & Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, Ar-Ruzz Media, Jogyakarta, 2010, hlm. 74

¹⁷ *Ibid.*, hlm. 75

¹⁸ *Ibid.*, hlm. 76

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”(QS.Ali-Imron: 139)¹⁹

Berdasarkan ayat tersebut terlihat bahwa Islam telah menanamkan akar kepada orang-orang yang beriman dengan mengisi keyakinan ke dalam hati mereka. Cara seperti itu, agama kita membimbing para pengikutnya kepada ketentraman dan kestabilan. Surat ali-Imron ayat 139 mengajarkan bahwa manusia yang percaya dan yakin akan dirinya tidak akan mudah putus asa, tidak merasa takut dan kehilangan harapan akan sesuatu selain Allah.

Beberapa pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan penentu seberapa keras usaha yang dilakukan untuk mengatasi persoalan atau menyeleksi tugas dan seberapa lama dia akan mampu berhadapan dengan hambatan yang tidak diinginkan.

b. Sumber Efikasi Diri

Efikasi diri dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat sumber informasi utama. Berikut ini adalah empat sumber informasi tersebut:²⁰

1) Pengalaman keberhasilan (*mastery experience*)

Sumber informasi ini memberikan pengaruh besar pada efikasi diri individu karena didasarkan pada pengalaman. Pengalaman keberhasilan akan menaikkan efikasi diri individu secara nyata yang berupa keberhasilan dan kegagalan.

¹⁹ Departemen Agama RI, *al-Qur'an dan Terjemahannya*, Op. Cit., 2006, hlm. 67

²⁰M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita, *Op.Cit.*, hlm. 78

Pengalaman keberhasilan akan menaikkan efikasi diri individu, sedangkan pengalaman kegagalan akan menurunkannya.

2) Pengalaman orang lain (*vicarious experience*)

Pengamatan terhadap keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang sebanding dalam mengerjakan suatu tugas akan meningkatkan efikasi diri individu dalam mengerjakan tugas yang sama.

3) Persuasi verbal (*verbal persuasion*)

Pada persuasi verbal, individu diarahkan dengan saran, nasihat, dan bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan-kemampuan yang dimiliki dapat membantu mencapai tujuan yang diinginkan.

4) Kondisi fisiologis (*physiological state*)

Individu akan mendasarkan informasi mengenai kondisi fisiologis mereka untuk menilai kemampuannya. Ketegangan fisik dalam situasi yang menekankan dipandang individu sebagai suatu tanda ketidakmampuan karena hal itu dapat melemahkan performasi kerja individu.

Efikasi diri dapat berkembang melalui serangkaian keberhasilan, dan dampak negatif dari kegagalan-kegagalan yang akan berkurang dengan usaha-usaha seseorang untuk memperkuat motivasi diri bahwa setiap hambatan tersulit apapun dapat di atasi melalui usaha yang terus menerus. Begitu sebaliknya pengamatan terhadap kegagalan orang lain akan menurunkan penilaian individu mengenai kemampuannya dan individu mengurangi usaha yang dilakukan. Mengenai hal tersebut individu memerlukan arahan secara verbal agar berusaha lebih maksimal untuk mencapai keberhasilan.

c. Aspek-Aspek Efikasi Diri

Menurut Bandura, efikasi diri pada tiap individu akan berbeda diantara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga tingkat. Berikut ini adalah tiga tingkat tersebut:

1) Dimensi tingkat (*level*)

Dimensi ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya.

2) Dimensi generalisasi (*generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya.

3) Dimensi kekuatan (*strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya.²¹

Tingkat efikasi diri seseorang dapat dilihat apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka tingkat efikasi diri akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, dan individu terbatas pada suatu aktivitas tertentu pada serangkaian aktivitas yang bervariasi. Namun apabila individu yakin atas kemampuannya akan mendorong individu untuk tetap bertahan dalam usahanya, meskipun semakin tinggi taraf kesulitan tugas tersebut.

Pendapat lain tentang aspek-aspek efikasi diri diungkapkan oleh Corsini. Corsini berpendapat bahwa aspek-aspek efikasi diri adalah sebagai berikut:

1) Kognitif

Kognitif merupakan kemampuan seseorang untuk memikirkan cara-cara yang digunakan dan merancang tindakan yang akan dilakukan untuk dapat mencapai tujuan yang diharapkan.

2) Motivasi

Motivasi merupakan kemampuan seseorang untuk memotivasi diri melalui pikirannya agar dapat melakukan suatu tindakan dan keputusan dalam rangka mencapai tujuan yang diharapkan.

²¹ M. Nur Ghufron & Rini Risnawita, *Op.Cit.*, hlm. 79

3) Afektif

Efikasi diri dapat mempengaruhi sifat dan intensitas pengalaman emosional, sehingga terdapat aspek afektif.

4) Seleksi

Seleksi merupakan kemampuan untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat demi tercapainya tujuan yang diharapkan.²²

Keyakinan seseorang atas kemampuan dirinya membuat semakin kuat efikasi diri yang dimiliki individu, sehingga akan merancang aktivitas atau tujuan yang akan ditetapkan, dalam hal ini individu membutuhkan motivasi dalam dirinya untuk melakukan suatu tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan.

3. *Self Confidence* Siswa

Menurut Willis, kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain.²³ Lauster mendefinisikan kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran dan bertanggung jawab.²⁴

Self confidence adalah suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai harapan dan keinginannya.²⁵ Anthony berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala

²² Diakses dari : <http://mynewblognothing.blogspot.co.id/2015/12/efikasi-diri.html>, pada tanggal 22 Oktober 2016 pukul 13.15

²³ M. Nur Ghufon & Rini Risnawita, *Op.Cit.*, hlm. 34

²⁴ *Ibid.*, hlm. 35

²⁵ Bimo Walgito, dkk, *Peran Psikologi Di Indonesia*, YPFUGM, Yogyakarta, 1995, hlm.73

sesuatu yang diinginkan.²⁶ Hal ini senada dengan pendapat Afianti dan Andayanti yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan, dan keterampilan yang dimilikinya.²⁷

Kepercayaan diri merupakan sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya sehingga orang tersebut mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya untuk dapat melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.

a. Aspek-Aspek *Self Confidence*

Kepercayaan diri yang sangat berlebihan, bukanlah sifat yang positif, karena akan menjadikan orang tersebut kurang berhati-hati dan akan berbuat seenaknya sendiri. Hal ini menjadi sebuah tingkah laku yang menyebabkan konflik dengan orang lain. Orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersikap positif, dan tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya. Individu yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat.

Menurut Lauster, orang yang memiliki kepercayaan diri positif adalah yang disebutkan di bawah ini:²⁸

²⁶ M. Nur Ghufon & Rini Risnawita, *Op.Cit.*, hlm. 35

²⁷ *Ibid.*, hlm. 35

²⁸ M. Nur Ghufon & Rini Risnawita, *Op.Cit.*, hlm. 35

1) Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.

2) Optimis

Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.

3) Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

4) Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

5) Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kepercayaan diri adalah sifat yang dimiliki seseorang yang memiliki aspek-aspek keyakinan diri optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.

b. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Self Confidence*

Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, berikut ini adalah faktor-faktor tersebut.²⁹

1) Konsep diri

Menurut Anthony terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dari suatu kelompok.

2) Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri.

²⁹ M. Nur Ghufon & Rini Risnawita S, *Op. Cit.*, hlm. 37

3) Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang.

4) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

c. Tanda-Tanda *Self Confidence*

Menurut Murdoko, tanda-tanda orang yang mempunyai kepercayaan diri ada 6 yaitu:

1) Memiliki visi pribadi

Visi pribadi pada dasarnya merupakan cita-cita ideal

2) Bertindak konkret

Orang yang percaya diri tidak akan pernah merasa puas jika yang diinginkan hanya sebatas kata-kata.

3) Berpikir realitas

Seorang percaya diri akan selalu menggunakan pemikiran yang realistis dan rasional dalam menghadapi persoalan

4) Menjalin hubungan sosial

Kehidupan sosial pada dasarnya dapat dijadikan sebagai salah satu cara mengukur ataupun menilai, sejauhmana seseorang mampu menjadikan orang disekitar patner didalam menjalani hidup.

5) Berpikir proaktif

Artinya seorang harus berani melakukan antisipasi sebelum persoalan muncul, sehingga dituntut memiliki analisa yang tinggi.

6) Berani melakukan *trial* dan *error*

Adanya percaya diri, kegagalan yang terjadi akan dipahami sebagai hal yang wajar, bahkan tertantang dan menganggap sebagai pemicu untuk kembali bangkit.³⁰

Individu mempunyai rasa percaya diri adalah dapat mengatur dirinya sendiri, mengarahkan, mengambil inisiatif, dan memahami hal-hal untuk dirinya sendiri. Berikut ini merupakan pengelompokan ciri-ciri orang percaya diri sebagai berikut:³¹

- 1) Bertanggung jawab terhadap keputusan yang telah diambil
- 2) Mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan
- 3) Pegangan hidup cukup kuat, mampu mengembangkan motivasi
- 4) Menghargai diri secara positif
- 5) Optimis, tenang dan tidak mudah cemas.

Melihat uraian di atas tentang ciri-ciri kepercayaan diri individu dapat disimpulkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri yang baik akan menampakkan ciri-ciri yang berbeda dengan orang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, orang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi tidak terlalu cemas dengan tindakan yang dilakukan, dapat bertanggung jawab atas perbuatan yang dilakukan, serta mempunyai dorongan untuk berprestasi serta dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan.

4. Ujian Nasional

Ujian Nasional biasa disingkat UN/UNAS adalah sistem evaluasi standar pendidikan dasar dan menengah secara nasional dan persamaan mutu tingkat pendidikan antar daerah yang dilakukan oleh pusat penilaian pendidikan. Depdiknas di Indonesia berdasarkan undang-undang Republik Indonesia nomor 20 tahun 2003 menyatakan bahwa dalam rangka pengendalian mutu pendidikan secara nasional dilakukan evaluasi sebagai bentuk akuntabilitas penyelenggaraan

³⁰ Farida, *Optimisme Masadepan Autisme*, Idea Press, Yogyakarta, 2010, hlm. 35-36

³¹ Derry Iswidhrmanjaya & Jubilee Enterprise, *Satu Menjadi Lebih Percaya Diri*, PT. Elex Media Komputindo, Jakarta, 2013, hlm. 48-49

pendidikan kepada pihak-pihak yang berkepentingan.³² Evaluasi dilakukan oleh lembaga yang mandiri secara berkala, menyeluruh, transparan, dan sistematis untuk menilai pencapaian standar nasional pendidikan dan proses pemantauan evaluasi tersebut harus dilakukan secara berkesinambungan.

Ada tiga tujuan pokok penyelenggaraan UN, yaitu:³³

- 1) Untuk mengukur pencapaian hasil belajar peserta didik
- 2) Untuk mengukur tingkat pendidikan pada tingkat nasional, provinsi, kabupaten/kota, dan sekolah
- 3) Untuk mempertanggungjawabkan penyelenggaraan pendidikan di tingkat nasional, provinsi, kabupaten/kota dan sekolah kepada masyarakat.

Mendiknas mengeluarkan SK.No.047/U/2002 pada pasal 3 dikemukakan mengenai fungsi UN sebagai berikut: ³⁴

- 1) Alat pengendali mutu pendidikan secara nasional. Melalui penyelenggara UN diharapkan mutu pendidikan nasional dapat dikendalikan. UN tidak dapat digunakan untuk pengelompokan sekolah bermutu dan sekolah yang kurang bermutu, karena akan semakin memperlebar jurang pemisah mutu sekolah yang secara nasional memang rentang variasi mutu sekolah ini sudah sangat panjang.
- 2) Mendorong peningkatan mutu pendidikan. Penyelenggaraan UN diharapkan dapat memotivasi sekolah untuk meningkatkan mutu pembelajaran dan berusaha mencapai hasil UN secara optimal.
- 3) Bahan pertimbangan untuk menentukan tamat belajar dan predikat prestasi peserta didik, UN dijadikan bahan

³² UU Sistem pendidikan Nasional nomor 20 tahun 2003

³³ Diakses dari : <http://id.m.wikipedia.org/wiki/UjianNasioanal>, pada tanggal 22 Oktober 2016 pukul 15.30 WIB

³⁴ Zainal Arifin, *Evaluasi Pembelajaran*, PT. Remaja Rosdakarya, Bandung, 2012, hlm. 61-62

pertimbangan penentuan kelulusan dan penentu predikat prestasi peserta didik. UN menjadi kriteria yang akurat dan berlaku nasional untuk menentukan predikat dan prestasi peserta didik.

- 4) Pertimbangan dalam seleksi penerimaan siswa baru pada jenjang pendidikan lebih tinggi. Butir-butir soal UN sudah disusun untuk mampu membedakan antara peserta didik yang telah memenuhi standar kompetensi dengan peserta didik yang belum menguasai standar kompetensi, sehubungan dengan hal tersebut, akan sangat tepat jika digunakan juga untuk mengetahui potensi calon peserta didik untuk mengikuti pembelajaran di sekolah yang dipilihnya.

B. Hasil Penelitian Terdahulu

Guna mengetahui posisi serta bakat peneliti terdahulu, untuk menambah pengetahuan dan pertimbangan mengenai penelitian tentang “Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Guru BK Terhadap Efikasi Diri dan *Self Confidence* Siswa kelas XII dalam Menghadapi Ujian Nasional di Madrasah Aliyah Al-Hikmah Kajen Margoyoso Pati”.

Penelitian terdahulu yang mendukung penelitian ini antara lain:

1. Jurnal penelitian yang dilakukan oleh Hara Permana, Farida Harahap, dan Budi Astuti yang berjudul “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX Di MTs. Al Hikmah Brebes”.³⁵ Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui tingkat efikasi diri dan tingkat kecemasan siswa kelas IX MTs. Al Hikmah, serta hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian siswa kelas IX MTs. Al Hikmah Brebes. Penelitian tersebut menunjukkan tingkat efikasi diri siswa kelas IX Mts. Al Hikmah Brebes

³⁵ Hara Permana, et.al. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemaan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX Di MTs Al-Hikmah Brebes, *Jurnal Hisbah*, 2016, Vol. 13, No. 1

51,6% pada kategori sedang, tingkat tingkat kecemasan siswa kelas IX MTs. Al Hikmah Brebes 69,4 % pada kategori tinggi, dan ada hubungan negativ signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian siswa kelas IX MTs. Al Hikmah Brebes dengan nilai koefisien korelasi $-0,575$. Hasil koefisien determinasi menunjukkan bahwa variabel efikasi diri memberikan sumbangan terhadap variabel kecemasan dalam menghadapi ujian sebesar 33,0% dan selebihnya sebesar 67,0% oleh variabel lain.

Relevansi dari jurnal penelitian di atas dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang bagaimana siswa dalam menghadapi ujian. Perbedaan penelitian tersebut adalah menggunakan efikasi diri sebagai variabel bebas, sedangkan penulis meneliti efikasi diri siswa dalam variabel terikat .

2. Penelitian dilakukan oleh Hamdun, yang berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Konseling Islam Terhadap Kepercayaan Diri Siswa dalam Menghadapi Tes di MA Khoiriyatul Ulum Pati Tahun 2014/2015”.³⁶ Jenis penelitian dipakai dalam skripsi ini adalah penelitian lapangan dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling Islam pengaruhnya sebesar 84,95 termasuk dalam interval 83-89 berkategori baik. Ini terlihat dari 46,2% siswa mempunyai skor antara 83-89. Hal tersebut disebabkan bahwa guru BK telah aktif melakukan bimbingan konseling Islam terhadap siswa-siswanya. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa rata-rata dari kepercayaan diri siswa adalah sebesar 78,34 yang termasuk dalam interval 77-84. Hal tersebut disebabkan bahwa siswa sudah mempersiapkan diri dalam menghadapi tes, disamping bimbingan dan konseling Islam yang dilakukan oleh guru BK mampu meningkatkan kepercayaan diri. Sehubungan dengan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh antara bimbingan konseling Islam terhadap

³⁶ Hamdun, Pengaruh Layanan Bimbingan Konseling Islam Terhadap Kepercayaan Diri Siswa dalam Menghadapi Tes di MA Khoiriyatul Ulum Pati Tahun 2014/2015, *Skripsi*, Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Jurusan Dakwah, STAIN, 2014, hlm. 94

kepercayaan diri siswa dalam menghadapi tes di MA Khoiriyatul Ulum Pati terbukti signifikan kebenarannya.

Persamaan penelitian Hamdun dengan peneliti adalah sama-sama meneliti kepercayaan diri siswa sebagai variabel terikat. Perbedaan penelitian tersebut adalah bagaimana layanan bimbingan dan konseling Islam sedangkan peneliti memfokuskan pengaruh guru BK pendidikan Islam sebagai variabel bebas. Perbedaan penelitian Hamdun juga terletak pada kepercayaan diri dalam menghadapi Tes dan penulis meneliti efikasi diri dan *self confidence* siswa dalam menghadapi ujian nasional.

3. Penelitian dilakukan oleh Bibin Tri Wardani, yang berjudul “Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Terhadap Kecerdasan Spiritual Peserta Didik Kalas XI Di MAN 01 Pati Tahun 2014”³⁷ Jenis penelitian dipakai dalam skripsi ini adalah penelitian lapangan dengan pendekatan kuantitatif. Berdasarkan hasil interval dapat diperoleh nilai interval sebesar 3,75 maka untuk mengategorikan bimbingan konseling Islam di MAN 01 Pati maka nilai mean dari bimbingan konseling Islam yang telah didapat yaitu sebesar 48,72 termasuk dalam interval baik (B) dengan nilai standar deviasi 3,182. Nilai standar deviasi yang lebih kecil dibandingkan nilai rata-ratanya mengandung arti bahwa pernyataan responden atas bimbingan konseling Islam tidak berbeda jauh antara satu peserta didik dengan peserta yang lain.

Hasil interval di atas dapat diperoleh nilai interval sebesar 4 maka untuk mengategorikan kecerdasan spiritual nilai mean dari bimbingan konseling Islam yang telah didapat yaitu sebesar 48,54 termasuk dalam interval baik (B) dengan standar deviasi sebesar 3,587. Sehubungan dengan hasil penelitian menunjukkan uji hipotesa didapatkan bahwa bimbingan konseling Islam berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan spiritual. Hal ini dilihat dari nilai F hitung sebesar 31,961 dengan

³⁷ Bibin Tri Wardani, Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Terhadap Kecerdasan Spiritual Peserta Didik Kalas XI Di MAN 01 Pati Tahun 2014, *Skripsi*, Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Jurusan Dakwah, STAIN, 2014, hlm. 89

probabilitas signifikan 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 sehingga bimbingan konseling Islam berpengaruh terhadap kecerdasan spiritual dengan besaran pengaruh 40%.

Relevansi penelitian tersebut adalah sama-sama meneliti lingkup bimbingan dan konseling Islam di sekolah sebagai variabel bebas sebagai penelitiannya. Perbedaan terlihat pada variabel terikat, penelitian oleh Bibin Tri Wardani kecerdasan spiritual sedangkan penelitian penulis menggunakan efikasi diri dan *self confidence*.

C. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting.³⁸

Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.³⁹ Guru BK menyelenggarakan bimbingan dan konseling Islam kepada siswa, baik secara preventif maupun kuratif, hal ini dilakukan untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah kurangnya efikasi diri dan *self confidence* siswa.

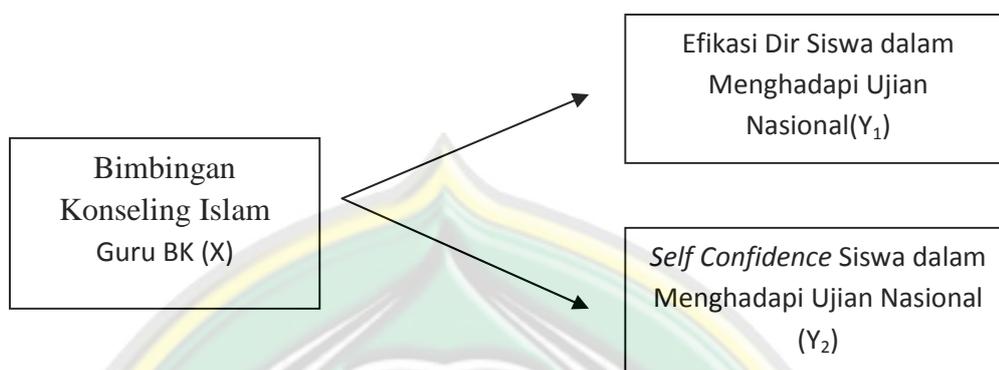
Berdasarkan penelitian di atas, maka penulis akan menguji penelitian tersebut dengan variabel sebagai berikut:

³⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif R&D*, Alfabeta, Bandung, 2012, hlm. 91

³⁹ Samsul Munir Amin, *Bimbingan & Konseling Islam*, Amzah, Jakarta, 2010 hlm. 306

Gambar 2.1

Bagan Kerangka Berpikir Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Guru BK Pendidikan Islam Terhadap Efikasi Diri dan *Self Confidence* Siswa



Bagan di atas dapat dijelaskan bahwa ada satu variabel pengaruh yaitu bimbingan konseling Islam Guru BK (variabel X), dan ada dua variabel terpengaruh yaitu efikasi diri (variabel Y_1) dan *self confidence* (variabel Y_2) siswa sebagai tolok ukur keberhasilan dalam penelitian di Madrasah Aliyah Al-Hikmah Kajen Margoyoso Pati.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesa adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta yang empiris yang diperoleh dari pengumpulan data. Hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik dengan data.⁴⁰ Penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis pada dasarnya adalah suatu jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang ada pada penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Adapun hipotesis yang penulis ajukan adalah sebagai berikut:

⁴⁰ Sugiyono, *Op.Cit.*, hlm. 96

1. Hipotesis Alternatif (H_a)

Yakni hipotesis yang bersifat positif terhadap masalah yang diteliti. Adanya pengaruh signifikan antara bimbingan konseling Islam guru BK terhadap efikasi diri dan *self confidence* siswa dalam menghadapi ujian nasional di Madrasah Aliyah Al-Hikmah Kajen Margoyoso Pati.

2. Hipotesis Nihil/nol (H_0)

Yakni hipotesis yang bersifat negatif terhadap masalah yang diteliti. Sehingga dalam penelitian ini, hipotesis nihil berbunyi: tidak ada pengaruh signifikan antara bimbingan konseling Islam guru BK terhadap efikasi diri dan *self confidence* siswa dalam menghadapi ujian nasional di Madrasah Aliyah Al-Hikmah Kajen Margoyoso Pati

