

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses pendidikan merupakan suatu kegiatan yang didalamnya membentuk sosok individu utuh yang mampu mengembangkan diri baik dalam bidang akademik maupun utuh kepribadiannya dan kematangan intelektual yang seimbang. Pendidikan berperan penting untuk membangun Sumber Daya Manusia yang berkualitas (Setiawan, 2015). Siswa merupakan salah satu unsur yang terlibat langsung dalam proses belajar di sekolah dan menjadi subjek serta objek pencapaian tujuan belajar (Hardianto et al., 2014). Tujuan belajar dapat tercapai dengan hasil belajar yang maksimal jika siswa mengikuti kegiatan pembelajaran dengan baik.

Siswa yang menempuh pendidikan tentunya dituntut untuk senantiasa memenuhi tanggung jawab dan tuntutan-tuntutan akademik yang diselenggarakan dalam proses pembelajaran. Proses pembelajaran tersebut tidak akan pernah terlepas dari aktivitas belajar dan keharusan mengerjakan tugas-tugas akademik. Berbagai permasalahan bisa saja timbul dalam diri seorang siswa saat melaksanakan proses pembelajaran (Sagita et al., 2017). Maka dari itu, sangat diperlukan keyakinan siswa terhadap kemampuannya untuk memenuhi aktivitas akademik dalam pembelajaran terutama yang berkaitan dengan tuntutan akademik. Keyakinan siswa terhadap kemampuannya sendiri dalam melakukan kegiatan akademik inilah yang disebut dengan *self-efficacy* akademik.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di UPT SMPN 15 Gresik ditemukan bahwa terjadi probematik pada mata pelajaran bahasa inggris. Masalah ini ditandai dengan siswa yang merasa ragu dan tidak yakin atas

kemampuan akademik yang dimiliki, hal tersebut dapat dilihat ketika proses pembelajaran berlangsung. Selain itu, pada hasil wawancara bersama guru BK di UPT SMPN 15 Gresik terdapat keluhan dari guru dan siswa kelas IX yang merasa tidak mampu dalam mata pelajaran bahasa Inggris dikarenakan kurang yakin dengan kemampuan yang dimiliki.

Banyak ditemukan saat proses pembelajaran bahasa Inggris siswa kurang aktif dalam pengumpulan tugas-tugas khususnya tugas yang menantang. Beberapa siswa merasa tugas yang didapat sebagai tekanan bukan tantangan, sehingga saat guru memberikan tugas yang dirasa cukup banyak tidak jarang siswa mengeluh kepada guru. Selama proses pembelajaran berlangsung siswa merasa ragu menjawab pertanyaan dari guru. Siswa terkadang merasa tidak mampu sehingga menolak mengikuti pembelajaran bahasa Inggris dikarenakan kesehariannya menggunakan bahasa daerah dan bahasa Indonesia, hal itu membuat siswa tidak percaya diri akan kemampuan dirinya. Siswa cenderung menghindari pembelajaran bahasa Inggris karena merasa sulit memahami mata pelajaran tersebut tanpa adanya usaha untuk memperbaiki diri, dengan demikian dapat disimpulkan oleh peneliti dengan gejala-gejala tersebut dalam ranah Bimbingan dan Konseling disebut dengan istilah *self-efficacy* akademik.

Selain itu, pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling di UPT SMPN 15 Gresik belum terlaksana dengan maksimal terutama mengenai permasalahan *self-efficacy* akademik. Selama ini dalam upaya untuk meningkatkan *self-efficacy* akademik, guru BK hanya memberikan layanan konseling individu yang tidak berfokus pada pembentukan efikasi diri, dimana yang seharusnya diberikan beberapa proses *treatment*. Jika problematik ini tidak segera diatasi dan dibiarkan maka dikhawatirkan akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa.

Konsep *Self-efficacy* atau efikasi diri didasarkan pada teori kognitif sosial oleh Bandura. *Self-efficacy* mengacu pada keyakinan tentang kemampuan seseorang untuk belajar atau melakukan perilaku pada tingkat yang ditentukan (Bandura, 1986). Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang untuk mengendalikan kemampuan dirinya sendiri yang diwujudkan dengan serangkaian tindakan dalam memenuhi tuntutan-tuntutan dalam hidupnya (Ningsih & Hayati, 2020). *Self-efficacy* pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan atau harapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Putra et al., 2013). *Self-efficacy* dapat mempengaruhi aktivitas, usaha, dan ketekunan individu (Schunk, 1991).

Self-efficacy akademik terdiri dari tiga aspek, yaitu *magnitude (level)* yang berhubungan dengan tingkat tugas yang dihadapi, *strength* berhubungan dengan kekuatan individu terhadap keyakinan yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas, dan *generality* yang berhubungan dengan penguasaan individu terhadap bidang, tugas atau pekerjaannya (Bandura, 1997). Individu yang memiliki *self-efficacy* rendah cenderung akan menghindari tugas yang dianggapnya sulit dan tidak mampu diselesaikan, sedangkan individu dengan *self-efficacy* yang tinggi yakin akan mampu untuk berpartisipasi lebih mudah dalam menyelesaikan tugas tersebut (Schunk, 1991). Siswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi diasumsikan percaya dengan kemampuan yang dimiliki ketika menghadapi kesulitan daripada siswa dengan *self-efficacy* rendah yang cenderung mudah menyerah dan meragukan kemampuannya.

Self-efficacy merupakan faktor kunci keberhasilan peserta didik, karena dapat mempengaruhi pilihan siswa dalam berbuat dan bertindak sesuai yang mereka kejar (Malkoç & Mutlu, 2018). *Self-efficacy* juga sering digambarkan dalam istilah *academic self-efficacy* (Honicke & Broadbent, 2016). *Self-efficacy* akademik berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengatasi masalah dalam proses pembelajaran dan keyakinan serta kemampuan dalam menyelesaikan tugas pembelajaran (Sari, 2020). *Self-efficacy* akademik dapat didefinisikan sebagai refleksi dari keyakinan pribadi siswa dalam kapasitasnya sendiri untuk mencapai tugas pendidikan pada tingkat yang diharapkan (Pajares, 2002). *Self-efficacy* akademik merupakan adaptasi dari teori efikasi diri Bandura yang mengarah pada keyakinan diri yang siswa miliki dalam mencapai tingkat yang ditentukan pada tugas akademik atau mencapai tujuan akademik tertentu (Malkoç & Mutlu, 2018).

Self-efficacy akademik didunia pendidikan khususnya dalam masyarakat sosial dipandang sebagai suatu problematik yang serius dan perlu diatasi. Dampak bila *self-efficacy* akademik rendah yang tidak segera ditangani dapat mempengaruhi hasil belajar siswa. Teori kognitif sosial menyoroti efek *self-efficacy* akademik dapat berpengaruh pada pembelajaran siswa dan pencapaian tujuan akademiknya (Ahmad & Safaria, 2013).

Keterkaitan antara efikasi diri akademik dengan hasil belajar siswa dikemukakan oleh Bandura, yaitu siswa dengan efikasi diri yang tinggi akan percaya bahwa mereka mampu menyelesaikan segala tugas yang ada meskipun mendapatkan tugas yang sulit (Ningsih & Hayati, 2020). Sebaliknya, siswa dengan efikasi diri yang rendah cenderung akan mudah menyerah terhadap kemampuannya. Permasalahan yang timbul ketika siswa tidak memiliki *self-efficacy* akademik adalah siswa tidak akan mampu untuk melakukan aktivitas belajar

dengan baik, tepat, dan terarah sehingga hasil belajar yang diharapkan tidak akan mampu diraih atau dicapai secara optimal (Hardianto et al., 2014).

Self-Efficacy akademik yang di lakukan oleh siswa di pengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan faktor-faktor yang muncul dari dalam diri individu, sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang muncul dari luar diri individu. Faktor internal dan faktor eksternal perlu diperhatikan untuk meningkatkan *self-efficacy* akademik pada individu.

Faktor internal yang dapat mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu minat, kesabaran, resiliensi, karakter, motivasi belajar. Tidak hanya berasal dari faktor internal individu untuk dapat meningkatkan *self-efficacy* akademik, namun faktor eksternal pun dapat berkontribusi dalam meningkatkan efikasi diri akademik individu, adapun faktor eksternal yang mempengaruhi efikasi diri akademik, yaitu gaya kelekatan, rasa hangat, *goal orientasi*, *enactive mastery experiences*, dan persuasi verbal (Mukti & Tentama, 2019). Faktor eksternal lainnya yang mempengaruhi *self-efficacy* akademik siswa, yaitu terdiri dari dukungan kekerabatan, dukungan guru atau pengajar, dan dukungan teman sebaya (Nauvalia, 2021).

Individu dengan efikasi diri yang tinggi memiliki keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai situasi dan menghasilkan hasil lebih positif, lebih efektif, dan umumnya lebih sukses daripada mereka dengan harapan efikasi diri yang rendah. *Self-efficacy* akademik dapat ditumbuhkan, diperoleh, atau dilemahkan melalui empat sumber informasi utama, yaitu pengalaman performansi, pengalaman vikarius, persuasi verbal, dan kondisi fisik dan keadaan emosional (Bandura, 1997), yang meliputi: (1) Pengalaman performansi, prestasi/kegagalan yang pernah dicapai; (2) Pengalaman Vikarius, hasil dari mengamati model sosial atau simbolik; (3) Persuasi verbal/

social, pengaruh atau sugesti lingkungan sosial individu dalam mengatasi permasalahan; (4) Keadaan fisiologis/emosional, penilaian individu terhadap kemampuan yang dimiliki dapat mempengaruhi efikasi dirinya. Empat sumber utama ini akan mempengaruhi kondisi *self-efficacy* akademik individu. *Self-efficacy* akademik bersifat fragmental, dimana setiap individu mempunyai efikasi diri yang berbeda pada situasi yang berbeda tergantung empat sumber tersebut (Alwisol, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Sopian (2015) yang berjudul “*The Effectiveness of Cinematherapy Technique to Improve Student Academic Efficacy (Study of Quasi Experiments on class VIII (eight) 12 Ciseureuh Kahuripan Pajajaran Purwakarta Junior High School)*”. Strategi pendekatan kuantitatif menggunakan metode *quasi eksperimen pre-test and post-test control group design*. Tahapan dari penelitian kuasi eksperimen ini meliputi tahap *pre-test*, perlakuan, dan tahap *post test*. Teknik analisis data menggunakan teknik statistik non parametrik, dengan uji *Mann Whitney test* untuk menguji keefektifan teknik. Berdasarkan perhitungan statistik yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa teknik *cinematherapy* secara signifikan efektif untuk meningkatkan efikasi akademik peserta didik pada nilai probabilitas *asympt sig (2-tailed)* sebesar 0.007, sehingga teknik *cinematherapy* dapat dipertimbangkan sebagai teknik dalam program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan efikasi diri akademik.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020) dengan judul “*Cinematherapy untuk meningkatkan Academic Self-efficacy siswa kelas XI-IPS SMA Negeri 4 Bojonegoro*”. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *prte-test, post-test one group*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI-7 SMA Negeri 4 Bojonegoro yang mengalami *academic self-efficacy* rendah yang berjumlah 7 siswa. Analisis penelitian data pada penelitian ini menggunakan statistik *non-parametric*, yaitu uji *paired*

sample t test. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa menunjukkan hasil 0,000, tHitung 6,796 maka tTabelnya adalah -2,446 (jika hasil tHitung negative, maka otomatis tTabel menjadi negative). Berdasarkan uji *paired sample t test* terhadap hasil F-hitung diperoleh kesimpulan bahwa $-6,796 > -2,446$. Artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat dikatakan bahwa pemanfaatan *cinematherapy* bersetting konseling kelompok dapat meningkatkan *academic self-efficacy* siswa kelas XI IPS SMAN Negeri 4 Bojonegoro.

Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Purwanti (2018) dengan judul “Keefektifan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kemampuan *Self-Efficacy* Akademik Siswa”. Jenis penelitian ini ialah penelitian eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test post-test design*. Uji hipotesis menggunakan uji *wilcoxon match pairs test* dengan membandingkan jenjang terkecil dari hasil *pre-test* dan *post-test*. Hasil uji *wilcoxon* diketahui bahwa Z_{hitung} sebesar -2,36, karena nilai ini adalah nilai mutlak sehingga tanda negatif tidak diperhitungkan. Sehingga, nilai Z_{hitung} menjadi 2,36, selanjutnya nilai Z_{hitung} dibandingkan dengan nilai Z_{tabel} dengan taraf signifikansi 5%, harga $Z_{tabel} = 2$. Maka $Z_{hitung} = 2,36 > Z_{tabel} = 2$, yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak, sehingga disimpulkan bahwa konseling kelompok efektif meningkatkan kemampuan *self-efficacy* akademik pada siswa di kelas XI IPS 3 di SMA Negeri 14 Semarang 2016/2017.

Penelitian yang dilakukan oleh Aginza & Lathifah (2021) dengan judul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Media *Cinematherapy* untuk meningkatkan *Self-Efficacy* Siswa”. Jenis penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *One Group Pre-test Post-test Design*. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat peningkatan rata-rata skor *self-efficacy* siswa di Desa Kepuh Kiriman dari nilai rata-rata *pre-test* 36,2 dalam kategori rendah dan skor rata-rata setelah siswa diberikan

treatment, rata-rata hasil *post-test* 66 dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil analisis uji *wilcoxon* diketahui Asymp. Sig (2-tailed) bernilai 0,042, karena nilai 0,042 lebih kecil dari $<0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima artinya ada perbedaan antara *self-efficacy* siswa untuk *pre-test* dan *posttest*, sehingga dapat disimpulkan bahwa efektif dengan penggunaan media *cinematherapy* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa SMK.

Penelitian yang dilakukan oleh Anwariyadi (2017) dengan judul “Efektivitas *Cinema Therapy* untuk mengembangkan *Self-efficacy* pada peserta didik kelas X SMKN 1 kota Kediri tahun pelajaran 2016/2017”. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif, menggunakan teknik eksperimen dengan desain *One-Group Pretest-Posstest Design*. Populasi penelitian ini adalah pada peserta didik kelas X SMKN 1 Kota Kediri sebanyak 697. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 46 siswa, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan uji *t-paired sample test*. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh thitung $-34,434$ dengan ttabel derajat kebebasan $df = 45$ dalam taraf signifikansi 5% sebesar $=2,014$. Sehingga thitung $>$ ttabel ($-34,434 > 2,014$), hipotesis H_a diterima, yang berbunyi *cinematherapy* efektif untuk mengembangkan *Self- efficacy* pada peserta didik kelas X SMKN 1 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017 diterima.

Penelitian yang dilakukan oleh Putra et al. (2013) yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam meningkatkan *Self-efficacy* siswa”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode yang digunakan adalah *quasi-experimental research design* dengan *non-equivalent kontrol group design*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner efikasi diri. Sampel penelitian adalah siswa SMA Yasmida Ambarawa yang memiliki *self-efficacy*

rendah dengan teknik *purposive sampling*. Data tersebut dianalisis dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *Kolmogorov-Smirnov Two Sample*. Hasilnya terdapat perbedaan yang signifikan pada *self-efficacy* antara siswa kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dengan siswa kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan”. Hal ini berdasarkan pada *Asymp.Sig. (2-tailed)* untuk uji dua sisi adalah 0.000, probabilitas di bawah 0.05 ($0.00024 \leq 0.05$), atau $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$ ($1.00 \leq 0.5334$). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa efikasi diri dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok.

Penelitian yang dilakukan oleh Jayati (2018) dengan judul “*The Utilization of Cinema Therapy i Group Guidance to Improve Self- efficacy Career in 11th Grade Student of SMA Negeri 1 Baureno Bojonegoro*”. Penelitian ini dilakukan di SMA N 1 Baureno Bojonegoro pada kelas XI IPS 1 dengan tingkat *Self- efficacy* karir yang rendah. Berdasarkan hasil *pre-test* diperoleh 10 siswa yang dipilih sebagai subyek penelitian, 10 siswa sebagai subyek penelitian ini diberikan perlakuan sebanyak 6 kali berupa pemberian film yang berkaitan dengan indikator *Self- efficacy* karir. Berdasarkan dari hasil uji tanda yaitu diketahui ketentuan $N = 10$ dan $x = 0$ (z), maka diperoleh ρ (kemungkinan harga di bawah H_0) = 0,0010. Bila dalam ketetapan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga $0,0010 < 0,05$, berdasarkan hasil ini maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Selanjutnya, dari hasil perhitungan diketahui rata-rata *pre-test* 122,3 dan *post-test* 136,9 dapat dikatakan bahwa pemanfaatan *cinematherapy* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan *Self- efficacy* karir siswa kelas XI SMAN 1 Baureno Bojonegoro.

Penelitian yang dilakukan oleh Mazidah & Winingsi (2022) yang berjudul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik *Cinematherapy* untuk meningkatkan Efikasi Diri Karir Siswa”.

Rancangan penelitian eksperimen yang digunakan adalah *Quasi Experimental Design* dengan jenis *Nonequivalent Control Group Design*. Instrumen yang digunakan berdasarkan 3 aspek efikasi diri, sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon (signed ranks test)* untuk uji jenjang bertanda. Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan taraf kesalahan 5% (0,05). Pada kelompok eksperimen nilai Asymp. Sig (2- tailed) sebesar $0,018 < 0,05$ berarti hipotesis diterima, bimbingan kelompok teknik *cinematherapy* efektif untuk meningkatkan efikasi diri karir siswa. Terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan *treatment* menggunakan *cinematherapy*, hipotesis H_a diterima bahwa bimbingan kelompok teknik *cinematherapy* efektif meningkatkan efikasi diri karir siswa. Pada kelompok kontrol nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar $0,068 > 0,05$. Bahwa pada hasil *pre-test* dan *post-test* kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan yang signifikan, sehingga dapat disimpulkan bimbingan kelompok teknik *cinema therapy* dapat meningkatkan efikasi diri karir siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Prasetiyowati & Setiawati (2022) dengan judul “Peningkatan *Self-efficacy* Akademik siswa SMP melalui Bimbingan Kelompok dengan *Cinematherapy*”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis penelitian eksperimen dengan desain *one group pre-test post-test design*. Populasi penelitian ini merupakan siswa kelas IX di SMPN 4 Sidoarjo dengan sampel sebanyak 8 siswa dengan menggunakan teknik *purpose sampling*. Teknik Analisis data yang digunakan adalah *non-parametric* analisis Uji *Wilcoxon*. Analisis penelitian menunjukkan nilai Asymp. Signifikansi (2-tailed) = 0,012 jika disesuaikan dengan ketetapan α (taraf kesalahan) sebesar 5% yaitu 0,05 maka $0,012 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, serta dari hasil perhitungan rata rata

pre-test dan *post test* diperoleh hasil 97,874 dan 101,75 dengan begitu dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *cinema therapy* dapat meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa kelas IX di SMPN 1 Sidoarjo.

Berdasarkan urgensi dari permasalahan *self-efficacy* akademik yang terdapat di UPT SMPN 15 Gresik peneliti menggunakan teknik *cinematherapy* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa, karena layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa dalam bentuk kelompok. Sesuai yang dikatakan (Wolz, 2011) *cinematherapy* akan cocok digunakan dalam setting kelompok.

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dengan adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, memberikan saran, dan sebagainya, dimana pemimpin menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal (Jayanti, 2018). Pelaksanaan bimbingan kelompok menggunakan beberapa teknik, yaitu: teknik pemberian informasi (*expository techniques*), teknik diskusi kelompok, teknik pemecahan masalah (*problem-solving techniques*), teknik permainan peran (*roleplaying*), teknik permainan simulasi (*simulation games*), teknik karyawisata (*field trip*), dan teknik penciptaan suasana kekeluargaan (*homeroom*) (Romlah, 2020).

Cinematherapy termasuk dalam bimbingan kelompok pada teknik pemberian informasi (*expository techniques*), dikarenakan sebenarnya teknik pemberian informasi tidak hanya diberikan lisan saja, tetapi juga dapat dilakukan secara tertulis. Pemberian informasi secara tertulis dapat dilakukan dengan berbagai media, misalnya papan bimbingan, majalah sekolah, rekaman (*tape recorder*), selebaran, video, dan film (Romlah, 2020). Pada penelitian ini *cinematherapy* akan

dikemas kedalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik pemberian informasi (*expository techniques*). *Cinematherapy* dalam bimbingan kelompok untuk membantu siswa untuk menambah pengetahuan dan membantu masalah yang dialami oleh siswa (Aginza & Lathifah, 2021). *Cinematherapy* efektif digunakan sebagai media terapi untuk membuka hambatan emosional pada individu disajikan dalam bentuk kelompok atau *group cinematherapy* (Jayati & Nuryono, 2018).

Cinematherapy merupakan sebuah proses terapi yang menggunakan film untuk tujuan terapeutik. *Cinematherapy* diciptakan dan dipopulerkan oleh Dr. Gary Solomon, yang pertama kali menulis mengenai menggunakan film sebagai terapi (Suwanto & Tamyizatun Nisa, 2017). *Cinematherapy* merupakan teknik yang menggunakan film sebagai media multisensory karena film menyajikan persuasi verbal dan pengalaman vikarius yang dapat meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa (Sari, 2020). *Cinematherapy* digunakan oleh peneliti karena salah satu strategi pengubahan sumber efikasi diri, yaitu pengalaman vikarius dengan cara mengamati model simbolik, film, dan sebagainya yang bisa dijadikan model mengenai pengalaman hidup individu. *Self-efficacy* akademik akan meningkat ketika individu mengamati keberhasilan orang lain dan sebaliknya *self-efficacy* akademik akan menurun jika mengamati orang yang kemampuannya sama dengan dirinya ternyata gagal (Alwisol, 2009). Penampilan model tersebut disalurkan melalui karakter tokoh dalam film yang ditonton oleh individu (Mazidah & Winingsi, 2022).

Secara teknis proses *cinematherapy* adalah praktik konselor yang menginstruksikan konseli untuk menonton film yang relevan dengan masalah tekanan dan disfungsi pribadi, sehingga bertujuan untuk membantu konseli mengatasi berbagai masalah yang dapat berdampak negatif pada kehidupan mereka (Danny, 2014). Penggunaan *cinematherapy*

ini memberikan efek kepada konseli melalui penyajian film yang dapat memperoleh respon yang belum pernah dilakukan sebelumnya dan dari yang ditampilkan untuk memperkuat atau melemahkan respon yang telah ditimbulkan (Sari, 2020). *Cinematherapy* dapat menjadi intervensi yang kuat untuk penyembuhan dan pengembangan bagi siapa saja yang terbuka untuk belajar bagaimana film mempengaruhi individu (Wolz, 2005). *Cinematherapy* dilakukan dengan merefleksi dan berdiskusi tentang karakter, gaya bahasa, atau arketipe dalam film atau video (Gregerson, 2010).

Berdasarkan permasalahan yang sudah diteliti, maka peneliti tertarik untuk mengangkat judul “Efektivitas *Cinematherapy* Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Akademik siswa”.

B. Ruang Lingkup dan Batasan Masalah

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah di UPT SMPN 15 Gresik dengan menggunakan objek penelitian berupa siswa-siswi kelas IX UPT SMPN 15 Gresik. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah *Self-efficacy* akademik pada siswa kelas IX UPT SMPN 15 Gresik.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang penulis uraikan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini, sebagai berikut. Apakah *Cinematherapy* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan *Self-efficacy* akademik siswa?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka tujuan penelitian ini dirumuskan, sebagai berikut. Untuk mengetahui Efektivitas *Cinematherapy* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan *Self-efficacy* akademik siswa.

E. Variabel Penelitian

1. Variabel Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel bebas (x) dan variabel terikat (y). Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi terhadap variabel terikat, sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas, sebagai berikut.

a. Variabel Bebas (x)

Penelitian ini variabel bebasnya adalah *Cinematherapy* dalam Bimbingan Kelompok.

b. Variabel Terikat (y)

Penelitian ini variabel terikatnya adalah *Self-efficacy* Akademik.

2. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam memahami variabel penelitian, maka peneliti mendefinisikan secara operasional variabel dalam penelitian ini, antara lain:

a. *Cinematherapy* dalam Bimbingan Kelompok

Cinematherapy dalam bimbingan kelompok merupakan layanan dalam bentuk kelompok yang akan membantu siswa untuk mengatasi permasalahan dalam dinamika kelompok, dengan menggunakan media film yang relevan sebagai alat untuk menambah pengetahuan dan tujuan terapeutik lewat adegan film/karakter tokoh tertentu. Dampak film dalam proses psikologis sangat sesuai dengan efek terapeutik dalam dinamika kelompok, sehingga setelah meninggalkan kegiatan kelompok anggota kelompok dapat menggunakan apa yang telah dipelajari tentang apa yang ditemukan saat menonton film. Film yang digunakan sebagai *cinematherapy* dalam bimbingan kelompok adalah film dengan tema peningkatan *self-efficacy* akademik meliputi Negeri 5

Menara, Laskar Pelangi, Garis Akhir, dan Denias Senandung diatas Awan.

b. *Self-efficacy* Akademik

Self-efficacy akademik merupakan keyakinan individu tentang kemampuan atau kompetensi dirinya sendiri bahwa mereka dapat berhasil mencapai tingkat yang dituju pada tugas akademik/mencapai tujuan akademik tertentu. Siswa dituntut untuk memiliki *self-efficacy* akademik agar tujuan akademik yang diinginkan akan tercapai. *Self-efficacy* akademik terdiri dari tiga aspek, yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strength*.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmu pengetahuan dibidang Pendidikan khususnya sebagai referensi terhadap pengembangan kajian teori keilmuan BK tentang *self-efficacy* akademik. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat bermanfaat untuk meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa dengan menggunakan *cinematherapy*

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan wawasan untuk lebih mengetahui penggunaan teknik *cinematherapy* dalam bimbingan kelompok untuk menangani siswa yang memiliki *self-efficacy* akademik yang rendah, sehingga dapat memberikan manfaat bagi guru BK dalam upaya peningkatan layanan BK kepada para siswa serta pengembangan program BK di sekolah.

b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu meningkatkan hasil belajar siswa di sekolah dan memberikan informasi bagi pihak sekolah untuk meningkatkan mutu pendidikan sehubungan dengan hasil belajar siswa yang dipengaruhi *self-efficacy* akademik.

c. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dijadikan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya untuk melengkapi hasil penelitian berkenaan dengan pengembangan layanan dan program BK dalam meningkatkan *self-efficacy* akademik siswa.