



**KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
MENGUNAKAN TEKNIK MODELING UNTUK
MENINGKATKAN EMPATI DAN *SELF EFFICACY* PADA
MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING
FIP UNNES ANGKATAN 2016-2017**

TESIS

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Magister Pendidikan**

OLEH

**ERNI JOHAN
0105515048**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
TAHUN 2017**

PENGESAHAN UJIAN TESIS

Tesis dengan judul “Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Modeling* Untuk Meningkatkan Empati dan *Self Efficacy* Mahasiswa FIP Bimbingan dan Konseling UNNES” karya,

nama : Erni Johan

NIM : 0105515048

Program Studi : Bimbingan dan Konseling, S2

telah dipertahankan dalam Sidang Panitia Ujian Tesis Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang pada hari sabtu, tanggal 23 september 2017

Semarang, September 2017

Ketua,

Sekretaris,

Prof. Dr. rer.nat. Wahyu Hardyanto, M.Si
NIP. 196011241984031002

Prof. Dr Tri Joko Raharjo, M.Pd
NIP. 195903011985111001

Penguji I,

Penguji II,

Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si, Kons
NIP. 195211201977031002

Dr. Awalya, M.Pd, Kons
NIP. 196011011987102001

Penguji III

Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons.
NIP. 195211201977031002

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam tesis ini benar-benar karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam tesis ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Semarang, September 2017
Yang membuat pernyataan,

Erni Johan
0105515048

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Pengalaman untuk belajar merasakan perasaan orang lain dan memiliki keyakinan atas kemampuan diri sebagai pembelajaran dalam kognisi dan perilaku untuk menjadi pribadi yang lebih baik”

(Erni Johan, 2017)

PERSEMBAHAN

Almamaterku Tercinta Universitas Negeri Semarang

PRAKATA

Bismillahirrahmaanirrahim

Segala puji bagi Allah SWT atas karunia-Nya yang tak terhingga, sehingga penulis berhasil menyelesaikan proposal tesis ini. Proposal tesis ini mengungkap tentang Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Modeling* Untuk Meningkatkan Empati dan *Self Efficacy* Mahasiswa FIP Bimbingan dan Konseling UNNES.

Tesis ini dapat terselesaikan berkat bantuan dan sumbangan saran dari berbagai pihak, oleh karenanya dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan banyak terima kasih yang tak terhingga kepada kedua orang tua, dan ucapan terima kasih sampaikan penulis juga kepada para pembimbing: Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd.,Kons., (pembimbing I) dan Dr. Awalya, M.Pd., Kons., (pembimbing II), yang selalu bersedia meluangkan waktu di tengah-tengah kesibukannya, untuk tetap memberikan bimbingan dan motivasi bagi penulis.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang setinggi-tingginya kepada :

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang, beserta seluruh staf yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh studi di Universitas Negeri Semarang.
2. Prof. Dr. H. Achmad Slamet, M.Si, Direktur Pasca Sarjana UNNES yang telah memberikan kesempatan serta arahan selama pendidikan.
3. Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd, Kons., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling S2 dan S3, sekaligus Dosen Pembimbing I dalam penulisan tesis ini, yang senantiasa memberikan bimbingan, dukungan, kemudahan serta kelancaran dalam penyelesaian tesis ini.
4. Dr. Awalya, M.Pd, Kons., Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling S2 dan S3 Program Pascasarjana Unnes sekaligus Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan bimbingan, dukungan dan kemudahan sampai terselesaikannya penulisan tesis ini.

5. Ketua penguji Prof. Dr. rer.nat. Wahyu Hardyanto, M.Si dan sekretaris penguji Prof. Dr Tri Joko Raharjo, M.Pd atas kesediaan dan memberikan banyak masukan serta dukungan dalam proses sidang tesis.
6. Para Dosen Pascasarjana Universitas Negeri Semarang yang telah banyak memberikan ilmu dan pengalaman sehingga peneliti memperoleh banyak hal baru yang bermanfaat dalam ilmu pengetahuan.
7. Kedua orang tuaku Jaenab dan H. Zainuddin yang kusayangi lahir dan batinnya, yang telah memberikan doa dan usaha terbaik untuk peneliti, jazakumullahu khoiran katsiran.
8. Saudara-saudaraku yang telah memberikan dukungan baik berupa moril maupun materil
9. Rekan-rekan angkatan 2015 Pascasarjana UNNES, yang telah men-*support* dan bekerja sama serta saling membantu selama studi sampai pada selesainya penulisan tesis ini.
10. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada pihak-pihak yang turut membantu dalam penulisan tesis ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, mudah-mudahan semua amal kebajikannya dibalas oleh Allah SWT.

Penulis menyadari akan segala keterbatasan dan kekurangan dari isi maupun tulisan Proposal tesis ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak masih dapat diterima dengan senang hati.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang, September 2017
Penulis

Erni Johan

ABSTRAK

Johan, Erni. 2017. “Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Empati dan *Self-Efficacy* Mahasiswa”. *Tesis*. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Pascasarjana. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd.,Kons., Pembimbing II. Dr. Awalya, M.Pd, Kons.

Kata Kunci: bimbingan kelompok, teknik *modeling*, empati, *self-efficacy*.

Memiliki kemampuan empati menjadikan mahasiswa lebih dapat melihat dirinya sendiri, lebih menyadari dan memperhatikan peran dan sudut pandang orang lain mengenai suatu masalah. Terbentuknya hubungan sosial berkualitas yang tercipta dari kemampuan mengambil perspektif, memungkinkan individu untuk berkreasi dan mengembangkan pengakuan eksistensi dan pemahaman diri secara sehat. Keyakinan diri yang tinggi menjadikan mahasiswa memiliki kepercayaan diri terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan suatu tindakan dalam rangka mencapai suatu tujuan yang diharapkan, sehingga dapat menyelesaikan tugas-tugas dan tuntutan sesuai harapan.

Tujuan penelitian ini adalah: (1) mengetahui kondisi empati dan *self-efficacy* mahasiswa bimbingan dan konseling FIP UNNES; (2) mengetahui bimbingan kelompok dengan teknik modeling efektif untuk meningkatkan empati dan *self-efficacy* mahasiswa bimbingan dan konseling FIP UNNES; (3) Seberapa besar tingkat perbedaan keefektifan bimbingan kelompok dengan menggunakan tehnik *modeling* dalam meningkatkan empati dan *self-efficacy* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP UNNES.

Metode penelitian adalah *single group repeated measures design* yang dilaksanakan dengan 3 kali observasi, yakni *pretest*, *posttest1* dan *posttest2*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 76 mahasiswa pada rombel 1-2 dan subyek penelitian terpilih 14 orang mahasiswa yang memiliki empati dan *self-efficacy* yang rendah dijadikan kelompok eksperimen dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Hasil uji menunjukkan bahwa (1) rata-rata kondisi empati dan *self-efficacy* mahasiswa angkatan 2016/2017 berada pada tingkat sedang, (2) berdasarkan hasil uji *Repeated Measures ANOVA* diketahui bahwa terdapat peningkatan empati dan *self-efficacy* secara signifikan aspek empati ($F(2,12) = 118.272, p < 0.01$) dan *self-efficacy* ($F(2,12) = 57.132, p < 0.01$). Penelitian yang dilakukan menegaskan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* efektif untuk meningkatkan empati dan *self-efficacy* mahasiswa. Dari penelitian ini, konselor pada program studi bimbingan dan konseling diharapkan dapat mengkaji lebih lanjut berbagai studi mengenai empati dan *self-efficacy* dalam bimbingan kelompok teknik modeling sehingga makin menambah khasanah keilmuan teoritis maupun praktis dibidang bimbingan dan konseling.

ABSTRACT

Johan, Erni. 2017. *“The Effectiveness of Group guidance by Using Modeling Technique to Improve Students’ Empathy and Self- Efficacy”*. Thesis. Guidance and Counseling Program. Post Graduate. Semarang State University. Supervisor Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd.,Kons., Examiner. Dr. Awalya, M.Pd, Kons.

Keywords: group guidance, modeling technique, empathy, self-efficacy.

Having ability to empathize makes students able to look at themselves better, more aware and pay more attention to other person’s role and point of view on a problem. The establishment of a good quality social relationship which is created from the ability to take a perspective, enables an individual to create and develop existential recognition and self-understanding healthily. High self-assurance makes students to have confidence in their ability to organize and conduct an action in order to achieve the expected goal.

The objectives of this study are (1) to find out the condition of Semarang State University faculty of education guidance and counseling department students’ empathy and self-efficacy (2) to find out the effectiveness of group counseling with modeling technique to improve Semarang State University faculty of education guidance and counseling department students’ empathy and self-efficacy; (3) to know the differences in the effectiveness of group guidance with modeling technique in increasing empathy and self-efficacy of the students.

The method of this study was single group repeated measures design which has been implemented by doing 3 observations i.e. pretest, posttest1 and posttest2. The population of this study was 76 students from study group 1-2 and the subject was 14 students with low empathy and self-efficacy who were selected for experiment group by using purposive sampling technique.

The results of study showed that (1) the average condition of 2016/2017 students’ empathy and self-efficacy were at medium level (2) based on the result of Repeated Measures ANOVA test, it was found out that there was significant increase in empathy and self-efficacy with empathy aspect ($F(2,12) = 118.272$, $p < 0.01$) and self-efficacy ($F(2,12) = 57.132$, $p < 0.01$). The study that has been conducted confirmed that group counseling with modeling technique is effective to improve students’ empathy and self-efficacy. The suggestion of Counselor in guidance and counseling program is expected to further study various studies about empathy and self-efficacy and group counseling with modeling technique in order to improve theoretical and practical knowledge in guidance and counseling.

DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	ii
ABSTRAK	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR GRAFIK	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	10
1.3 Cakupan Masalah.....	11
1.4 Rumusan Masalah.....	11
1.5 Tujuan Penelitian.....	12
1.6 Manfaat Penelitian.....	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA TEORETIS, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
2.1 Kajian Pustaka.....	15
2.2 Kajian Teoritis.....	22
2.2.1 Empati	
2.2.1.1 Pengertian Empati.....	22
2.2.1.2 Perkembangan Empati.....	24
2.2.1.3 Komponen-komponen Empati.....	31
2.2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi Empati.....	42
2.2.1.5 Teknik-teknik dalam Mengasah Empati.....	46
2.2.1.6 Kegunaan dan Dampak Empati.....	49
2.2.2 <i>Self-Efficacy</i>	
2.2.2.1 Pengertian <i>Self-Efficacy</i>	52
2.2.2.2 Dimensi <i>Self-Efficacy</i>	52
2.2.2.3 Proses Pembentukan <i>Self-Efficacy</i>	54
2.2.2.4 <i>Self-Efficacy</i> Rendah.....	56
2.2.2.5 Faktor-faktor <i>Self-Efficacy</i> Rendah.....	57
2.2.2.6 Fungsi <i>Self-Efficacy</i>	61
2.2.2.7 <i>Self-Efficacy</i> Rendah dalam tingkah laku.....	63

2.2.2.8 Upaya Meningkatkan <i>Self-Efficacy</i> Rendah.....	64
2.2.3 Bimbingan kelompok	
2.2.3.1 Pengertian Bimbingan kelompok.....	65
2.2.3.2 Tujuan Bimbingan kelompok.....	67
2.2.3.3 Manfaat Bimbingan kelompok.....	70
2.2.3.4 Pemimpin dalam Bimbingan kelompok.....	71
2.2.3.5 Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan kelompok.....	75
2.2.3.6 Evaluasi Bimbingan Kelompok.....	80
2.2.4 Teknik <i>Modeling</i>	
2.2.4.1 Pengertian <i>Modeling</i>	81
2.2.4.2 Tujuan Teknik <i>Modeling</i>	84
2.2.4.3 Tahap-tahap Teknik <i>Modeling</i>	85
2.2.4.4 Proses Perkembangan Teknik <i>Modeling</i>	87
2.2.4.5 Efektifitas Teknik <i>Modeling</i>	94
2.2.4.6 Jenis-jenis Teknik <i>Modeling</i>	96
2.3 Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Empati dan <i>Self-Efficacy</i>	98
2.4 Kerangka Berpikir.....	102
2.5 Hipotesis Penelitian.....	104

BAB III METODE PENELITIAN

3.1. Jenis dan Desain Penelitian.....	105
3.2. Lokasi Penelitian.....	109
3.3. Populasi dan Sampel.....	109
3.4. Definisi Operasional variabel penelitian	111
3.5. Teknik dan Instrumen Pengumpul Data.....	112
3.6. Teknik Analisis Data.....	117

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil penelitian.....	120
4.1.1 Deskripsi data.....	120
4.1.2 Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Modeling</i> Untuk Meningkatkan Empati dan <i>Self Efficacy</i> ...	140
4.2 Pembahasan.....	146
4.2.1 Kondisi Awal Empati Mahasiswa.....	147
4.2.2 Kondisi Awal <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa.....	148
4.2.3 Keefektifan Teknik <i>Modeling</i> Melalui Bimbingan Kelompok Efektif dalam Meningkatkan Empati Mahasiswa.....	150

4.2.4	Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Modeling</i> Dalam Meningkatkan <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa.....	141
4.2.5	Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik <i>Modeling</i> Untuk Meningkatkan Empati dan <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa.....	152
4.3	Keterbatasan penelitian	155
 BAB V PENUTUP		
5.1	Simpulan.....	156
5.2	Saran.....	158
 DAFTAR PUSTAKA		160

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Pretest and multiple posttest</i>	106
Tabel 3.2 Rincian Bimbingan Kelompok.....	107
Tabel 3.3 Populasi Jumlah Mahasiswa FIP BK UNNES Angkatan 2016-2017.....	110
Tabel 3.4 Kategorisasi Data.....	111
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Skala Empati.....	114
Tabel 3.6 Kisi-Kisi Skala <i>Self-Efficacy</i>	115
Tabel 3.7 Interval Skor Skala Empati dan <i>Self-Efficacy</i>	115
Tabel 4.1 Kategori Empati Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP UNNES Angkatan 2016-2017.....	121
Tabel 4.2 Kategori <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP UNNES Angkatan 2016-2017.....	122
Tabel 4.3 Hasil Penyebaran Skala Empati dan <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP UNNES Angkatan 2016-2017.....	133
Tabel 4.4 Hasil <i>Pretest</i> , <i>Postes1</i> dan <i>Postest2</i> Mahasiswa Tiap Indikator Empati.....	127
Tabel 4.5 Hasil <i>Pretest</i> , <i>Postes1</i> dan <i>Postest2</i> Mahasiswa Tiap Indikator <i>Self-Efficacy</i>	131
Tabel 4.6 Normalitas Data Empati dan <i>Self-Efficacy</i>	140
Tabel 4.7 Hasil uji Mauchly's <i>Test of Sphericity</i> Empati dan <i>Self-</i> <i>Efficacy</i>	141
Tabel 4.8 hasil uji hipotesis Rata-rata, SD dan Hasil Uji <i>Repeated</i> <i>Measures</i> ANOVA Empati.....	142
Tabel 4.9 <i>Pairwise Comparisons</i> Empati dan <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa BK FIP UNNES angkatan 2016-2017.....	143

Tabel 4.10 Hasil Uji Hipotesis Perbandingan Keefektifan Bimbingan Kelompok.....	144
Tabel 4.11 : <i>Pairwise Comparisons</i> Perbandingan empati dan <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa.....	144

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Empat proses yang mempengaruhi belajar Observasional.....	93
Gambar 2.2 Bagan Kerangka Berfikir.....	104
Gambar 4.1 Visualisasi <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> dan <i>posttest2</i> Empati subjek penelitian.....	134
Gambar 4.2 Grafik Peningkatan Empati Mahasiswa.....	134
Gambar 4.3 Visualisasi <i>pretest</i> , <i>posttest1</i> dan <i>posttest2</i> <i>Self Efficacy</i> subjek penelitian.....	138
Gambar 4.4 Grafik Peningkatan <i>Self Efficacy</i> Mahasiswa.....	138
Gambar 4.5 Visualisasi <i>Repeated Measures</i> Empati dan <i>Self-Efficacy</i>	145

DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1	Instrumen dan <i>blue print</i> empati dan <i>Self-Efficacy</i>	166
Lampiran 2	Panduan Pelaksanaan bimbingan kelompok	175
Lampiran 3	Uji Validitas	231
Lampiran 4	Uji Reliabilitas	234
Lampiran 6	Uji <i>Mauchly's Test of Sphericity and Repeated Measures ANOVA</i>	243

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan tinggi dapat menjadi masa penemuan intelektual dan pertumbuhan kepribadian. Mahasiswa berubah saat merespon terhadap wawasan dan cara berpikir baru seperti: terhadap mahasiswa lain yang berbeda dalam soal pandangan dan nilai, terhadap kultur mahasiswa yang berbeda dengan kultur pada umumnya, dan terhadap sesama mahasiswa yang memberikan model baru. Masa ini sangat penting untuk memahami dan peka terhadap diri dan orang lain yang berbeda sehingga dapat membiasakan diri memperlihatkan kemampuan bersosialisasi dalam tingkat kematangan yang sesuai dengan norma sosial, terutama memiliki emosional dan kualitas hubungan yang baik terhadap orang lain.

Mahasiswa harus mampu mengenali dirinya sendiri dan secara bersamaan mengakomodasi sudut pandang dan kepentingan orang lain. Kemampuan empati merupakan salah satu alternatif pemecahan yang harus dikembangkan oleh mahasiswa. Menurut Watson dkk (1984: 290) kemampuan empati adalah kemampuan seseorang untuk mengenal dan memahami emosi, pikiran, serta sifat orang lain. Rogers (Gladding, 2012: 168) menjabarkan sebagai kemampuan individu untuk masuk kedalam dunia fenomenal orang lain dan merasakan sebagaimana yang dirasakan dan dialami oleh orang lain tanpa kehilangan identitasnya sendiri. Kemampuan tersebut berupa respon emosional yang sangat menyerupai respon emosional orang lain (Eisenberg dkk, 1994: 776).

Empati merupakan salah satu hal penting yang perlu ditingkatkan sebagai kemampuan untuk merasakan atau membayangkan perasaan emosi orang lain. Adanya empati akan berdampak pada sikap individu terhadap orang lain dan hubungannya pada lingkungan yang lebih luas. Dengan adanya empati dapat mendorong orang untuk bertindak memberi bantuan, menjadikan seseorang lebih altruism dan bermoral, serta dapat merasakan kesengsaraan orang lain dan kemampuan untuk meringankannya.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ishak dkk (2013) mengungkapkan bahwa semua dimensi keterampilan sosial berkorelasi positif dengan empati sehubungan dengan pemberian konseling untuk individu yang berbakat. Perilaku sosial dimana kehadiran empati tidak diragukan lagi sebagai indikator saling membantu. *Pertama*, individu-individu yang baik dalam mengambil perspektif, melihat dan mengakui perasaan dari sudut pandang orang lain akan membantu menjauhkan dari konflik sosial. Ataupun tidak terjadi konflik mereka mampu mengelolanya. *Kedua*, empati cenderung menghasilkan komunikasi yang baik, lebih akurat dan lebih konstruktif. *Ketiga*, empati membuat orang lebih baik budi, perhatian dan cenderung bijaksana. Dan terakhir *keempat*, para empatisan yang baik cenderung mengvaluasi hubungan-hubungan mereka secara positif (Davis, 1994; Howe 2015).

Empati yang dilakukan dengan baik dan akurat dalam proses bimbingan dan konseling dapat memberikan pemahaman dasar apa yang dirasakan klien dan pengalaman yang melandasi perasaan mereka serta dapat membangun hubungan konseling. Mahasiswa yang memiliki empati dalam kategori tinggi dapat

memahami masalah yang dihadapi mahasiswa lain secara lebih baik, dengan adanya empati yang memadai, maka mahasiswa memiliki kemampuan mendengarkan pembicaraan orang lain dengan baik, menerima sudut pandang orang lain, dan peka terhadap perasaan orang lain. Jika mahasiswa memiliki kesadaran diri, semakin terbuka kepada emosi diri, maka semakin mampu membaca perasaan orang lain dan jika empatinya rendah maka mahasiswa tersebut akan memiliki perilaku cuek, mementingkan diri sendiri (egois), serta tidak khawatir pada kondisi krisis pada orang lain.

Salam (2013) mengatakan bahwa berbagai bentuk kekerasan dan konflik yang terjadi belakangan ini merupakan akibat minimnya empati di masyarakat Indonesia. Kebanyakan orang tidak lagi mau mencoba untuk memahami perasaan dan memposisikan diri diposisi orang lain. Rendahnya empati dapat diamati melalui sikap perilaku yang ditampilkan oleh mahasiswa dalam berinteraksi dengan orang lain dilingkungannya sosial, baik lingkungan rumah (masyarakat), maupun lingkungan kampus. Seperti kasus yang terjadi pada sekolah tinggi di Gading Serpong, Kabupaten Tangerang, tiga mahasiswa pada di kampus tersebut mengamuk dan menganiaya dua dosen hanya karena tidak diluluskan mata kuliah oleh dosen yang bersangkutan, (Pos Kota, 2016).

Lemahnya empati yang dimiliki oleh seseorang dapat berakibat memicu hal-hal yang kurang baik, diantaranya: (1) Dapat memicu adanya tindak kejahatan atau kriminal; (2) Ketidakmampuan untuk merasakan penderitaan korban memungkinkan akan terjadinya kebohongan-kebohongan kepada diri mereka

sendiri sebagai pembenaran atas kejahatannya; (3) Memunculkan perasaan yang tidak nyaman seperti marah, depresi, dan kesepian.

Disamping memiliki empati, mahasiswa dituntut memiliki *self-efficacy*. *Self-efficacy* yang dimaksud adalah mahasiswa mampu melaksanakan tugas yang menjadi tanggung jawabnya. Setyawan (2011) yang mengatakan terdapat hubungan positif yang signifikan antara kemampuan empati dengan *self-efficacy* pada mahasiswa peserta KKN PPM POSDAYA. Pendapat yang hampir sama dalam penelitian Ikiz (2009) melakukan penelitian pada 128 konselor dari tempat kerja yang berbeda di Izmir, Turki. Empati dapat membangun hubungannya dengan *self-efficacy* konselor; dengan karakteristik kegiatan pencegahan sekolah yang aman. Artinya, semakin tinggi kemampuan empati individu, semakin tinggi pula keyakinan dirinya. *Self-efficacy*, sangat penting bagi mahasiswa dalam menghadapi individu yang memiliki budaya berbeda, *vested interest* yang beragam dan persepsi berbeda terhadap kurikulum kampus.

Bandura (Feist & Feist, 2010) mendefinisikan *self-efficacy* adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Maka hal yang ditekankan dalam *self-efficacy* sebagai keyakinan seseorang dan kemampuan melakukan serangkaian tindakan dalam situasi tertentu. Keyakinan seseorang dalam *self-efficacy* tidak terkait seberapa banyak kemampuan yang dimiliki individu, namun terkait keyakinan apa yang dapat dilakukan dengan kemampuan yang dimiliki dalam berbagai kondisi.

Hasil studi yang dilakukan oleh Kula, dkk (2015), tentang hubungan *self-efficacy* mahasiswa untuk menentukan pengetahuan mahasiswa dalam konsep dan *derivative* menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki keyakinan/*self-efficacy* maka akan berdampak pada peningkatan hasil prestasi akademik dan motivasi mahasiswa. Lebih lanjut penelitian Louise, dkk (2015) tentang *self-efficacy* kelompok mahasiswa keperawatan dalam kompetensi menulis, bahwa mahasiswa dengan *self-efficacy* tinggi akan menjadi pemimpin dilingkungan klinisnya. Dari penelitian ini *self-efficacy* adalah hal yang sangat penting dan memiliki efek pada perilaku mahasiswa dalam menentukan prestasi dan keberhasilan yang akan diraih.

Axford (2007) menyatakan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* pada individu, maka semakin mampu individu tersebut untuk beradaptasi terhadap tantangan dan tekanan hidup. Artinya ketika mahasiswa mengalami situasi-situasi yang tidak menyenangkan dalam dirinya seperti sulit mengerjakan tugas, maka dengan adanya *self-efficacy* mahasiswa tersebut mampu bertingkah laku dan bereaksi positif untuk mengatasi situasi-situasi tersebut. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi cenderung memiliki usaha yang gigih, rajin, ulet dan tekun. Mereka memiliki target untuk mendapatkan nilai yang tinggi, mempunyai rasa ingin tahu lebih besar terhadap pelajaran, aktif bertanya di kelas, suka membaca dan mereview literatur, ketika menghadapi tugas-tugas yang sulit tidak mudah putus asa, dan menganggap kegagalan sebagai motivasi untuk lebih baik. Sedangkan, mahasiswa yang mempunyai *self-efficacy* rendah cenderung merasa pemalu, dan ragu-ragu terhadap kemampuan yang dimilikinya,

menganggap persoalan yang rumit sebagai suatu ancaman, berdiam diri, dan tidak berusaha dengan sungguh-sungguh dan menyerah begitu saja ketika berhadapan dengan kesulitan, mudah terkena stres dan depresi.

Hasil angket dengan mahasiswa bimbingan dan konseling FIP UNNES, peneliti menemukan bahwa 13% mahasiswa cenderung memiliki sikap empati yang rendah seperti: masih tidak peduli dan cuek dengan kondisi temannya sendiri, tidak khawatir dengan kondisi teman orang lain yang terkena musibah, bila ada kondisi darurat hanya diam dan melihat. Disamping itu mahasiswa juga masih memiliki *self-efficacy* yang rendah sebesar 12% masih menunda tugas akademiknya, belum dapat mengontrol keyakinan diri untuk mencapai tujuan, serta masih bingung melakukan seleksi tingkah laku ketika menghadapi masalah dan situasi sulit.

Berdasarkan hasil temuan penelitian dan pendapat para ahli di atas, maka dalam hal ini calon konselor/Mahasiswa dituntut untuk dapat mengkomunikasikan dan mengeksplorasi empati dan memiliki *self-efficacy* yang dapat menunjang kinerja yang optimal. Memiliki kompetensi dan kepribadian yang mendukung dalam memberikan pelayanan kepada siswanya. Sebagai calon konselor, disamping melaksanakan tugas-tugas kuliah di kampus, mahasiswa bimbingan dan konseling juga dituntut untuk dapat (1) memahami secara mendalam konseli yang dilayani, (2) menguasai landasan dan kerangka teoretik bimbingan dan konseling, (3) dapat menyelenggarakan pelayanan bimbingan dan konseling yang memandirikan, dan (4) mengembangkan pribadi dan profesionalitas konselor secara berkelanjutan (ABKIN: 2009). Tugas-tugas yang harus dipenuhi oleh

mahasiswa tersebut baik tugas yang bersifat akademik maupun non akademik ini juga menuntut mahasiswa memiliki empati dan *self-efficacy* agar mahasiswa memiliki kemampuan dalam memahami perasaan orang lain dan keyakinan akan kemampuan yang dimilikinya serta dapat menjadi pribadi konselor yang professional. Salah satu intervensi yang bisa digunakan untuk meningkatkan empati dan *self-efficacy* pada mahasiswa adalah dengan teknik *modeling*.

Teknik *modeling* merupakan salah satu teknik dalam membantu individu untuk mempelajari perilaku tertentu. *Modeling* ialah belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif. Dalam kehidupan sehari-hari banyak perilaku individu terbentuk sebagai hasil dari peniruan dari model/contoh. Hasil penelitian R.S. & Thomas, M.H. (2006). Menemukan bahwa orang-orang termasuk anak yang telah memandang model (orang lain) yang murah hati akan menjadi orang yang murah hati dibandingkan dengan orang-orang yang tidak memandang model prososial. *Modeling* adalah belajar dengan mengamati, menirukan, dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati. *Modeling* dilakukan oleh perilaku seseorang individu atau kelompok (model) sebagai stimulus terjadinya pikiran, sikap, dan perilaku yang serupa di pihak pengamat. Teknik *modeling* dapat dilakukan melalui bimbingan kelompok maupun klasikal, maka dari itu dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan bimbingan kelompok.

Menurut Prayitno (1995: 178) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan

memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain sebagainya; apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya. Layanan bimbingan kelompok merupakan media pengembangan diri untuk dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi menerima pendapat orang lain, membina sikap dan perilaku yang normatif serta aspek-aspek positif lainnya yang pada gilirannya individu dapat mengembangkan potensi diri serta dapat meningkatkan perilaku komunikasi antarpribadi yang dimiliki. Sedangkan menurut Wibowo (2005) menyatakan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok di mana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.

Dalam rangka meningkatkan empati dan *self-efficacy* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP UNNES maka perlu diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *modeling*, baik itu melalui video dan autobiografi individu yang memiliki kapasitas dalam bidang bimbingan dan konseling sehingga mahasiswa menjadikan *modeling* sebagai teladan dalam kehidupan kesehariannya. Bandura (Corey, 2009) menegaskan peranan pemodelan dalam pengembangan dan modifikasi banyak bersumber dari perilaku manusia. Terdapat beberapa tipe model dalam *modeling* yang dapat digunakan untuk belajar tingkah laku yaitu *live model* yang terdiri dari *mastery model* dan *coping model*, *symbolic model*, dan *multiple model*.

Hasil penelitian yang relevan dilakukan oleh Siyez & Savi (2010) bahwa empati dan *self-efficacy* mahasiswa psikologi lebih tinggi dari mahasiswa lain yang ditentukan dengan menggunakan modeling *peer fasilitator*, pendapat senada juga dikemukakan oleh IKIZ (2009), dalam penelitiannya menyimpulkan empati efektif untuk para mahasiswa selama dalam proses di training yang diawasi dan didukung oleh akademisi untuk menjaga *self-efficacy* mereka. Empati calon konselor membutuhkan kemampuan dan usaha untuk menempatkan dirinya secara simbolis ke posisi klien dan Calon konselor/Mahasiswa juga harus memiliki motivasi sebagai penggerak (*self-efficacy*) untuk mencoba metode-metode bimbingan, mencari metode alternatif, dan melakukan percobaan dengan materi bimbingan dan konseling yang efisien dan inovatif.

Penelitian yang menolak hipotesis dikemukakan oleh Ohrt (2010) terdapat hasil yang berbeda dari pendapat di atas. Ia mengatakan bahwa tidak ada perbedaan antara kelompok-kelompok *post-test* pada empati kognitif, empati afektif, atau pemimpin kelompok *self-efficacy* penelitian ini membandingkan dua kelompok mahasiswa. Penelitian Yigitera & Kurub (2014) mengatakan bahwa tingkat keterampilan empati tidak berbeda antara perenang dan non-perenang baik sebelum diberikan *pre-test* maupun setelah diberikan *post-test* pada kelompok intervensi. Serta penelitian yang dilakukan oleh Guo dkk (2017) *self-efficacy* antara status profesional dan pada mahasiswa keperawatan di Cina tidak signifikan dengan intervensi hasil penelitian menunjukkan bahwa dokumenter medis tidak mempengaruhi profesional *self-efficacy* dan yang mengejutkan, berpengaruh negatif terhadap identitas profesional.

Berdasarkan kajian dan kesenjangan riset di atas maka peneliti tertarik untuk melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* dalam meningkatkan empati dan *self-efficacy* pada mahasiswa bimbingan dan konseling FIP UNNES, adapun tipe teknik *modeling* yang digunakan adalah *live model* dan *symbolic modeling*.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan berikut ini:

- 1.2.1 Masih banyak mahasiswa yang menunjukkan empati rendah seperti: mahasiswa cenderung apatis, mementingkan diri sendiri (*egois*), serta tidak khawatir pada kondisi krisis pada orang lain.
- 1.2.2 Masih banyak mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* rendah seperti mahasiswa cenderung ragu akan kemampuannya, menjauhi tugas-tugas yang sulit, mencobapun tidak bisa, tidak peduli betapa baiknya kemampuan mereka yang sesungguhnya.
- 1.2.3 Sebagai calon konselor profesional mahasiswa belum memiliki kompetensi profesional dan personal yang dapat membangun hubungan terapeutik, Empati dan *self-efficacy* pada praktik.
- 1.2.4 Intervensi yang tersedia belum efektif, baik alat dan *modeling* yang dapat mengembangkan rasa empati dan *self-efficacy* mahasiswa dengan memanfaatkan media bimbingan, baik secara pribadi maupun kelompok (bisa berupa alat, orang maupun kegiatan) dalam rangka menumbuhkan

rasa empati dan *self-efficacy* terutama untuk mahasiswa angkatan pertama Bimbingan dan Konseling.

- 1.2.5 Bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* yang efektif, dibutuhkan oleh mahasiswa guna meningkatkan empati dan *self-efficacy* mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP UNNES.

1.3 Cakupan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut di atas, agar pembahasan tidak meluas atau lebih fokus maka perlu cakupan masalah dalam penelitian ini, yaitu bimbingan kelompok, teknik *modeling*, empati, dan *self-efficacy* pada mahasiswa bimbingan dan konseling FIP Universitas Negeri Semarang.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang, dapat dirumuskan permasalahan utama penelitian ini adalah “seberapa besar tingkat efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling untuk meningkatkan empati dan *self-efficacy* mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP UNNES”? Berdasarkan rumusan masalah utama dalam penelitian ini, selanjutnya dijabarkan dalam pertanyaan yang lebih spesifik:

- 1.4.1 Sejauh mana tingkat empati mahasiswa bimbingan dan konseling FIP Universitas Negeri Semarang Angkatan 2016-2017?
- 1.4.2 Sejauh mana tingkat *self-efficacy* mahasiswa bimbingan dan konseling FIP Universitas Negeri Semarang Angkatan 2016-2017?

- 1.4.3 Sejauh mana bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modeling* efektif untuk meningkatkan empati mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP Universitas Negeri Semarang Angkatan 2016-2017?
- 1.4.4 Sejauh mana bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modeling* melalui efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang Angkatan 2016-2017?
- 1.4.5 Sejauh mana tingkat perbedaan keefektifan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modeling* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP Universitas Negeri Semarang dalam meningkatkan empati dan *self-efficacy*?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas, maka tujuan penelitian eksperimen ini adalah “untuk mengetahui tingkat efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling untuk meningkatkan empati dan *self-efficacy* pada mahasiswa bimbingan dan konseling FIP Universitas Negeri Semarang”. Berdasarkan rumusan masalah, penelitian ini secara rinci bertujuan untuk memperoleh data empiris tentang:

- 1.5.1 Tingkat empati mahasiswa bimbingan dan konseling FIP Universitas Negeri Semarang Angkatan 2016-2017.
- 1.5.2 Tingkat *self-efficacy* mahasiswa bimbingan dan konseling FIP Universitas Negeri Semarang Angkatan 2016-2017.

- 1.5.3 Keefektifan bimbingan Kelompok dengan menggunakan teknik *modeling* untuk meningkatkan empati pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP Universitas Negeri Semarang Angkatan 2016-2017.
- 1.5.4 Keefektifan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modeling* untuk meningkatkan *self-efficacy* pada mahasiswa Bimbingan dan konseling FIP Universitas Negeri Semarang Angkatan 2016-2017.
- 1.5.5 Seberapa besar tingkat perbedaan keefektifan bimbingan kelompok dengan menggunakan tehnik *modeling* dalam meningkatkan empati dan *self-efficacy* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP Universitas Negeri Semarang Angkatan 2016-2017.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

- 1.6.1.1 Studi ini memberikan sumbangan bagi pengembangan teori tentang dasar-dasar konseptual bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modeling*.
- 1.6.1.2 Membuka wawasan bagaimana penetapan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *modeling* untuk meningkatkan empati dan *self-efficacy* pada mahasiswa.

1.6.2 Manfaat Praktis

- 1.6.2.1 Bagi Program Studi Bimbingan Dan Konseling UNNES

Dengan penelitian ini diharapkan dapat membantu memecahkan masalah mahasiswa pada Universitas Negeri Semarang khususnya pada mahasiswa FIP Bimbingan dan Konseling dalam

menyediakan sarana dan prasarana pendukung untuk meningkatkan empati dan *self-efficacy* pada mahasiswa prodi bimbingan dan konseling sehingga *output* sesuai dengan yang diharapkan oleh berbagai pihak.

1.6.2.2 Bagi Konselor Pada Unit Bimbingan dan Konseling di UNNES

Dapat memberikan layanan bimbingan kelompok pada mahasiswa sehingga mengembangkan membentuk respon kognitif maupun afektif dengan ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain dan membangun keyakinan/ *self-efficacy* agar melaksanakan konseling yang lebih baik serta strategi dalam memberikan pemahaman kepada klien dalam bentuk demonstrasi sikap yang dapat diteladani melalui bimbingan kelompok dengan teknik *modeling*.

1.6.2.3 Bagi peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai pertimbangan dan landasan untuk mengadakan penelitian lanjutan tentang bimbingan kelompok, teknik modeling, empati dan *self-efficacy* tidak hanya pada tataran keefektifannya saja tetapi sampai pada tahap internalisasi dan pengembangannya.