



PERBEDAAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *SYMBOLIC MODEL* DENGAN BIMBINGAN KELOMPOK KONVENSIONAL DALAM PENINGKATAN EFIKASI DIRI SANTRIWATI

**Nahdlatien Habibatil Mubarakah^{1*}, Rury Muslifar², Wahyu Widyatmoko³,
Muhaimin Abdillah⁴, Yasintha Sari Pratiwi⁵, & Dwi Sona⁶**

^{1,2,3,4,5,&6}Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mulawarman, Jalan Muara Pahu, Samarinda, Kalimantan Timur 75119, Indonesia

*Email: nahdlatienhm@gmail.com

Submit: 22-04-2026; Revised: 29-04-2026; Accepted: 02-05-2026; Published: 09-07-2026

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* dan layanan bimbingan kelompok konvensional dalam peningkatan efikasi diri santriwati Pondok Pesantren Ibnu Hasan Samarinda. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi experiment* dengan *non-equivalent control group design*. Subjek penelitian berjumlah 8 santriwati yang termasuk dalam kategori efikasi diri rendah berdasarkan skala efikasi diri. Mereka dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yang masing-masing terdiri atas 4 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan skala efikasi diri, observasi, dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan signifikan tingkat efikasi diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan berdasarkan hasil uji *independent samples t-test*, dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Rata-rata skor *posttest* kelompok eksperimen sebesar 99,8 lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar 81,0. Maka dapat disimpulkan dalam penelitian ini bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara bimbingan kelompok teknik *symbolic model* dengan bimbingan kelompok konvensional dalam peningkatan efikasi diri santriwati, dan dapat menjadi salah satu alternatif layanan bagi guru bimbingan dan konseling di sekolah dalam mengatasi rendahnya efikasi diri santriwati.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Efikasi Diri, Teknik *Symbolic Model*.

ABSTRACT: This study aims to determine the differences between group guidance services with *symbolic model* techniques and conventional group guidance services in improving the self-efficacy of female students at Ibnu Hasan Islamic Boarding School in Samarinda. This study uses a quantitative approach with a quasi-experimental method with a non-equivalent control group design. The research subjects were 8 female students who were included in the low self-efficacy category based on the self-efficacy scale. They were divided into two groups, namely the experimental group and the control group, each consisting of 4 people. Data collection techniques used a self-efficacy scale, observation, and interviews. The results of the study showed that there was a significant difference in the level of self-efficacy between the experimental group and the control group after being given treatment based on the results of the independent samples *t-test*, with a sig. (2-tailed) value of 0.001 ($p < 0.05$). The average posttest score of the experimental group was 99.8, higher than the control group of 81.0. Therefore, this study concludes that there is a significant difference between group guidance using the *symbolic model* and conventional group guidance in improving the self-efficacy of female students. This approach can be an alternative service for guidance and counseling teachers in schools to address low self-efficacy in female students.

Keywords: Group Guidance, Self-Efficacy, *Symbolic Model* Technique.

How to Cite: Mubarakah, N. H., Muslifar, R., Widyatmoko, W., Abdillah, M., Pratiwi, Y. S., & Sona, D. (2026). Perbedaan Bimbingan Kelompok Teknik *Symbolic Model* dengan Bimbingan Kelompok Konvensional dalam Peningkatan Efikasi Diri Santriwati. *Panthera : Jurnal Ilmiah Pendidikan Sains dan Terapan*, 6(3), 1611-1621. <https://doi.org/10.36312/panthera.v6i3.1345>

Uniform Resource Locator: <https://e-journal.lp3kamandanu.com/index.php/panthera>



PENDAHULUAN

Pendidikan tidak hanya berfokus pada kecerdasan intelektual, tetapi juga pada perkembangan individu secara menyeluruh, termasuk aspek psikologis dan sosial yang mendukung keberhasilan belajar serta penyesuaian diri peserta didik (Saefurridjal *et al.*, 2023). Salah satu aspek penting yang memengaruhi keberhasilan tersebut yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Halimah & Laily, 2020). Efikasi diri memengaruhi cara individu berpikir, bersikap, serta bertindak dalam menghadapi berbagai tantangan.

Secara umum, permasalahan efikasi diri masih banyak ditemukan pada peserta didik di berbagai jenjang pendidikan. Tidak sedikit peserta didik yang menunjukkan keraguan terhadap kemampuan dirinya, takut gagal, kurang berani mengemukakan pendapat, serta cenderung menghindari tantangan. Kondisi ini menunjukkan bahwa efikasi diri merupakan aspek psikologis yang perlu mendapatkan perhatian dalam layanan pendidikan, khususnya melalui bimbingan dan konseling. Menurut Putri *et al.* (2024), individu dengan efikasi diri rendah cenderung menunjukkan perilaku menghindar, kurang percaya diri, serta memiliki ketergantungan yang tinggi terhadap orang lain dalam menyelesaikan tugas.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dalam praktik bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk mengembangkan efikasi diri karena memungkinkan terjadinya interaksi sosial, saling berbagi pengalaman, serta dukungan antar anggota. Namun, pelaksanaannya masih sering bersifat konvensional melalui ceramah, diskusi, dan tanya jawab, sehingga dinilai kurang memberikan pengalaman belajar yang konkret serta kurang menstimulasi proses pengamatan dan peniruan perilaku. Sebagai alternatif, teknik *symbolic model* dapat diterapkan dalam bimbingan kelompok. Teknik ini berlandaskan teori pembelajaran sosial yang menekankan bahwa individu dapat belajar melalui pengamatan terhadap model. Melalui media seperti video, film, atau audio, peserta didik memperoleh pengalaman *vikarius* yang dapat membantu membentuk keyakinan terhadap kemampuan diri.

Sistem pendidikan di lingkungan pesantren yang sangat terstruktur dengan penekanan pada nilai-nilai religius, kedisiplinan, dan kepatuhan terhadap guru memiliki dampak positif terhadap pembentukan moral dan spiritual. Namun, kondisi tersebut juga dapat memunculkan kecenderungan sikap hati-hati berlebihan, rasa takut untuk tampil, serta kekhawatiran melakukan kesalahan di hadapan orang lain, yang pada akhirnya dapat menghambat berkembangnya rasa percaya terhadap kemampuan diri atau efikasi diri (Fadillah *et al.*, 2025).

Fenomena rendahnya efikasi diri ditemukan pada santriwati di Pondok Pesantren Ibnu Hasan Samarinda jenjang Madrasah Tsanawiyah. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Maret tahun 2025 menunjukkan bahwa efikasi diri menjadi salah satu permasalahan dominan pada peserta didik. Hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling mengungkapkan bahwa



permasalahan ini lebih banyak dialami oleh santriwati dibandingkan santriwan, yang didukung oleh hasil pengukuran awal dengan rata-rata skor efikasi diri santriwan sebesar 104 dan santriwati sebesar 92,56. Santriwati juga cenderung menunjukkan perilaku ragu-ragu saat tampil di depan kelas, berbicara dengan suara pelan saat berdiskusi, kurang aktif dalam kegiatan pondok, serta enggan mengikuti perlombaan karena merasa tidak mampu.

Kondisi ini menunjukkan perlunya upaya pengembangan efikasi diri melalui layanan yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Dalam praktik di lapangan, layanan bimbingan kelompok dilaksanakan secara konvensional, yaitu melalui penyampaian materi, diskusi, dan tanya jawab tanpa penggunaan media *modeling* simbolik. Di sisi lain, bimbingan kelompok juga dapat dikombinasikan dengan teknik *symbolic model* sebagai variasi pendekatan dalam layanan. Perbedaan karakteristik antara kedua pendekatan tersebut memungkinkan munculnya perbedaan pengalaman belajar yang diterima peserta didik selama mengikuti layanan.

Penelitian oleh Amir (2023) menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *symbolic model* efektif meningkatkan efikasi diri siswa SMP 2 Pangsid. Sa'adah *et al.* (2020) juga membuktikan bahwa bimbingan kelompok mampu mengembangkan konsep diri positif. Sedangkan Wijaya *et al.* (2020) menemukan bahwa bimbingan kelompok teknik *modeling* simbolis berpengaruh signifikan terhadap peningkatan efikasi diri siswa SMPN 3 Baubau.

Namun demikian, seluruh penelitian tersebut dilakukan di sekolah formal dengan desain *one group pretest-posttest*, tanpa adanya kelompok pembanding dan belum mengkaji penerapannya di lingkungan pesantren yang memiliki kultur dan sistem nilai berbeda. Kesenjangan inilah yang menjadi dasar penelitian ini, yaitu untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* dalam meningkatkan efikasi diri santriwati pesantren, dengan desain *non-equivalent control group design* agar diperoleh pembanding yang lebih kuat.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan kajian untuk mengetahui perbedaan antara bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* dan bimbingan kelompok konvensional dalam peningkatan efikasi diri santriwati. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* dan layanan bimbingan kelompok konvensional dalam peningkatan efikasi diri santriwati Pondok Pesantren Ibnu Hasan Samarinda.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*quasi-experiment*) dengan desain penelitian yang diterapkan adalah *non-equivalent control group design*, yaitu desain yang melibatkan dua kelompok, terdiri atas kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Desain ini digunakan untuk mengetahui kondisi dua kelompok sebelum dan sesudah pemberian perlakuan, dengan melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada desain ini, kedua kelompok diberikan *pretest* dan *posttest*, namun pemilihan subjek tidak dilakukan secara acak (*random assignment*) (Campbell &



Stanley, 1963). *Non-equivalent control group design* termasuk dalam bentuk *quasi experimental design* yang digunakan ketika peneliti tidak dapat melakukan pengacakan subjek secara penuh tetapi tetap menggunakan kelompok kontrol sebagai pembanding (Sugiyono, 2023).

Kelompok eksperimen diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model*, sedangkan kelompok kontrol berfungsi sebagai kelompok pembanding tanpa perlakuan tersebut. Kedua kelompok diberikan *pretest* dan *posttest* untuk mengukur perubahan tingkat efikasi diri sebelum dan setelah intervensi. Desain penelitian *non-equivalent control group* tertera pada Tabel 1.

Tabel 1. Desain Penelitian *Non-Equivalent Control Group*.

Kelompok	Pretest	Treatment	Posttest
Kelompok Eksperimen	O ₁	X	O ₂
Kelompok Kontrol	O ₃	-	O ₄

Keterangan:

O₁ dan O₃ = Pengukuran awal efikasi diri santriwati kelompok eksperimen sebelum diberi *treatment* khusus dan kelompok kontrol yang tidak diberi *treatment* khusus;

X = Pemberian *treatment* bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* kelompok eksperimen; dan

O₂ dan O₄ = Pengukuran efikasi diri santriwati pada kelompok eksperimen setelah diberi *treatment* khusus dan kelompok kontrol yang tidak diberi *treatment* khusus.

Sumber: Sugiyono (2023).

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember tahun 2025. Adapun tempat pelaksanaan penelitian di Pondok Pesantren Ibnu Hasan Samarinda, yang beralamat di Jalan Kemakmuran Gang 1 Blok C Nomor 13 RT. 15, Kelurahan Sungai Pinang Dalam, Kecamatan Sungai Pinang, Kota Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santriwati Pondok Pesantren Ibnu Hasan Samarinda jenjang Madrasah Tsanawiyah yang memiliki tingkat efikasi diri rendah, yang berjumlah 8 orang. Penentuan populasi tersebut didasarkan pada hasil pengukuran awal menggunakan skala efikasi diri. Sampel penelitian berjumlah 8 santriwati yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang ditetapkan peneliti sesuai dengan tujuan penelitian (Etikan *et al.*, 2016). Kriteria yang digunakan dalam penelitian ini adalah santriwati yang memiliki tingkat efikasi diri rendah berdasarkan hasil pengukuran awal, karena efikasi diri mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai hasil tertentu (Williams & Rhodes, 2016). Oleh karena itu, seluruh santriwati yang memenuhi kriteria tersebut dijadikan sebagai sampel penelitian.

Selanjutnya, sampel dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 4 santriwati sebagai kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model*, dan 4 santriwati sebagai kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik konvensional. Dalam penelitian ini, variabel *independen* (X) adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model*, sedangkan variabel *dependen* (Y) adalah efikasi diri.



Teknik pengumpulan data menggunakan skala psikologis efikasi diri berbentuk skala *Likert* yang dimodifikasi dari penelitian Dluha (2019). Modifikasi dilakukan pada level butir pernyataan dengan menyesuaikan konteks lingkungan pesantren tanpa mengubah aspek teoretis, seperti penyesuaian item terkait ujian dan keberanian bertanya ke dalam situasi pengajian atau halaqah. Pengumpulan data dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* untuk mengukur tingkat efikasi diri sebelum dan sesudah perlakuan. Skala terdiri atas pernyataan positif dan negatif dengan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kurang Setuju (KS), dan Tidak Setuju (TS). Skor diperoleh dari penjumlahan jawaban responden, di mana semakin tinggi skor menunjukkan semakin tinggi tingkat efikasi diri santriwati. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah tingkat efikasi diri.

Teknik analisis data dalam penelitian ini meliputi uji validitas dan reliabilitas instrumen, uji prasyarat analisis, serta uji hipotesis dengan bantuan SPSS 26 for Windows. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui ketepatan instrumen dalam mengukur variabel penelitian, sedangkan uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* untuk memastikan konsistensi instrumen. Uji prasyarat terdiri dari uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* dan uji homogenitas menggunakan uji *Levene* melalui program SPSS versi 26. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *independent samples t-test* untuk mengetahui perbedaan tingkat efikasi diri santriwati antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Analisis *gain score* juga digunakan untuk melihat peningkatan skor *pretest* dan *posttest* pada masing-masing kelompok. Hasil analisis tersebut digunakan untuk menjawab rumusan masalah dan menentukan perbedaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* untuk meningkatkan efikasi diri santriwati.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini telah melalui tahap uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam proses pengumpulan data. Hasil uji instrumen menunjukkan bahwa 37 item pernyataan yang diuji kepada 25 responden dinyatakan valid dan reliabel. Uji validitas dilakukan dengan membandingkan nilai r_{hitung} dengan r_{tabel} sebesar 0,413 serta nilai signifikansi $< 0,05$. Berdasarkan hasil analisis menggunakan SPSS 26, seluruh item memiliki nilai korelasi di atas r_{tabel} , sehingga memenuhi kriteria validitas. Nilai validitas item berada pada rentang 0,433-0,887. Selanjutnya, hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,967, yang berada di atas batas minimum 0,60, sehingga instrumen dinyatakan memiliki tingkat konsistensi yang sangat tinggi dan layak digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian.

Instrumen yang telah memenuhi syarat validitas dan reliabilitas tersebut kemudian digunakan untuk mengukur tingkat efikasi diri santriwati pada tahap *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini melibatkan 8 santriwati Pondok Pesantren Ibnu Hasan Samarinda jenjang Madrasah Tsanawiyah yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing berjumlah 4 santriwati. Kelompok eksperimen diberikan layanan bimbingan



kelompok dengan teknik *symbolic model*, sedangkan kelompok kontrol diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa teknik khusus. Penelitian diawali dengan pemberian *pretest* untuk mengetahui kondisi awal efikasi diri santriwati. Selanjutnya, kedua kelompok diberikan *treatment* sebanyak lima kali pertemuan secara tatap muka. Setelah seluruh rangkaian layanan selesai, kedua kelompok diberikan *posttest* untuk mengukur perubahan tingkat efikasi diri santriwati.

Pretest dan Posttest

Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan skor efikasi diri pada kedua kelompok setelah diberikan perlakuan. Namun, peningkatan pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Rata-rata nilai *posttest* kelompok eksperimen mencapai 99,8 dengan standar deviasi 10,72, sedangkan kelompok kontrol memperoleh rata-rata 81,0 dengan standar deviasi 8,58 sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Rata-rata *Posttest* Efikasi Diri.

Kelompok	Rata-rata Nilai	Standar Deviasi
Eksperimen	99.8	7.97
Kontrol	81.0	4.69

Hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa seluruh data pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol berdistribusi normal. Nilai signifikansi pada *pretest* kelompok eksperimen sebesar 0,224, dan *posttest* kelompok eksperimen sebesar 0,943, *pretest* kelompok kontrol sebesar 0,972, *posttest* kelompok kontrol sebesar 0,925, yang seluruhnya lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, data penelitian telah memenuhi asumsi normalitas. Selanjutnya, hasil uji homogenitas menggunakan *Levene's test* memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,198 > 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa *varians* data antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol bersifat homogen. Hal ini menunjukkan bahwa kedua kelompok memiliki kondisi awal yang sebanding dan memenuhi syarat untuk dilakukan analisis statistik lanjutan.

Berdasarkan terpenuhinya asumsi normalitas dan homogenitas, analisis dilanjutkan dengan uji *independent sample t-test*. Hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi (sig. 2-tailed) sebesar 0,001 < 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor efikasi diri santriwati pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* terbukti terdapat perbedaan dalam meningkatkan efikasi diri santriwati Pondok Pesantren Ibnu Hasan Samarinda jenjang Madrasah Tsanawiyah.

Berdasarkan hasil *treatment* bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan *treatment* yang hanya menggunakan bimbingan kelompok saja tanpa adanya teknik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terjadinya peningkatan skor efikasi diri untuk kelompok eksperimen dari kondisi awal yang rendah menjadi sedang setelah diberikannya bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model*. Penelitian ini melibatkan 8 orang santriwati yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yang terdiri dari masing-masing 4 orang yang diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* dan 4 orang bimbingan



kelompok tanpa menggunakan teknik khusus, yang kemudian dibandingkan hasil efikasi dirinya.

Tabel 2. Perbandingan Skor Efikasi Diri untuk Kelompok Eksperimen.

Nama Inisial	Pretest	Posttest	Peningkatan
HGO	74	97	+23
KPN	68	101	+33
NF	70	110	+40
S	74	91	+17

Tabel 3. Perbandingan Skor Efikasi Diri untuk Kelompok Kontrol.

Nama Inisial	Pretest	Posttest	Peningkatan
D	71	79	+8
AAS	70	76	+6
ANS	69	87	+18
AGR	72	82	+10

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* mampu meningkatkan efikasi diri santriwati Pondok Pesantren Ibnu Hasan Samarinda. Hal ini terlihat dari adanya peningkatan skor efikasi diri pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya memperoleh layanan bimbingan kelompok secara konvensional. Rata-rata skor *pretest* kelompok eksperimen sebesar 71,5 dan kelompok kontrol sebesar 70,5. Setelah perlakuan, skor *posttest* meningkat menjadi 99,8 pada kelompok eksperimen dan 81,0 pada kelompok kontrol. Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan nilai sig. (2-tailed) = 0,001 < 0,05, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok.

Temuan ini sejalan dengan teori efikasi diri yang dikemukakan oleh Albert Bandura dalam teori kognitif sosial, yang menyatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai tujuan. Salah satu sumber utama pembentukan efikasi diri adalah *vicarious experience*, yaitu pengalaman tidak langsung melalui pengamatan terhadap keberhasilan orang lain sebagai model. Dalam penelitian ini, teknik *symbolic model* memberikan kesempatan kepada santriwati untuk mengamati figur atau tokoh yang ditampilkan melalui media seperti video, cerita inspiratif, gambar, maupun kisah tokoh teladan. Melalui proses tersebut, santriwati dapat meniru pola pikir, sikap, dan perilaku positif yang ditampilkan oleh model, sehingga keyakinan terhadap kemampuan diri meningkat.

Peningkatan efikasi diri juga dapat dijelaskan melalui tahapan proses belajar dalam teori pembelajaran sosial, yaitu *attention*, *retention*, *reproduction*, dan *motivation* (Schunk & DiBenedetto, 2020). Pada tahap perhatian, santriwati fokus menyimak model yang disajikan; pada tahap penyimpanan, mereka memahami dan mengingat nilai-nilai positif yang terkandung dalam model; pada tahap reproduksi, mereka mulai menerapkan perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari; sedangkan pada tahap motivasi, mereka terdorong untuk



mempertahankan perilaku positif karena menyadari manfaatnya bagi diri sendiri. Dengan demikian, proses pembelajaran melalui model simbolik berkontribusi terhadap peningkatan efikasi diri santriwati.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan peningkatan pada beberapa aspek efikasi diri, seperti keyakinan terhadap kemampuan diri, sikap optimis, kemampuan bersikap objektif, tanggung jawab, serta kemampuan berpikir rasional dan realistis. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan teknik *symbolic model* tidak hanya memberikan pemahaman secara kognitif, tetapi juga mampu memengaruhi sikap dan cara pandang santriwati terhadap potensi dirinya dalam menghadapi berbagai situasi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu. Indawasih *et al.* (2019) menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *modelling* simbolis efektif meningkatkan efikasi diri siswa. Hasil serupa juga ditemukan oleh Wijaya *et al.* (2020) yang menyatakan bahwa teknik *modelling* simbolis efektif dalam meningkatkan efikasi diri peserta didik. Khasanah & Kurniawan (2023) juga menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan konsep diri positif siswa. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat temuan sebelumnya sekaligus memperluas penerapan teknik *symbolic model* pada konteks pendidikan berbasis pesantren.

Penelitian ini memiliki beberapa kelebihan, antara lain penggunaan desain *non-equivalent control group design* yang melibatkan kelompok eksperimen dan kontrol sehingga hasil penelitian memiliki pembandingan yang lebih kuat. Penelitian juga dilakukan di lingkungan pesantren yang memiliki karakteristik budaya dan sistem nilai yang berbeda dari sekolah formal, sehingga memberikan kontribusi baru dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling. Penggunaan media video dan media cetak sebagai model simbolis juga menjadi nilai tambah karena mampu mengakomodasi gaya belajar visual dan auditori santriwati.

Meskipun penelitian ini menunjukkan bahwa teknik *self-management* berpotensi meningkatkan efikasi diri santriwati, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, jumlah subjek penelitian relatif kecil, yaitu hanya 8 santriwati, sehingga generalisasi hasil penelitian masih terbatas. Kedua, durasi intervensi yang dilaksanakan dalam beberapa kali pertemuan menyebabkan efektivitas yang diperoleh lebih menggambarkan dampak jangka pendek. Keterbatasan serupa juga ditemukan pada beberapa penelitian terdahulu yang menggunakan intervensi *self-management* dengan sampel terbatas dan periode pelaksanaan yang relatif singkat, sehingga diperlukan kehati-hatian dalam menginterpretasikan keberlanjutan hasil intervensi (Leong *et al.*, 2020). Penelitian ini belum melakukan pengukuran tindak lanjut (*follow-up*) untuk mengetahui apakah peningkatan efikasi diri dapat bertahan dalam jangka waktu yang lebih panjang. Padahal, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa evaluasi tindak lanjut penting untuk menilai stabilitas perubahan perilaku dan efikasi diri setelah intervensi diberikan (Tang *et al.*, 2019).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat efikasi diri antara kelompok yang diberikan



layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* dan kelompok yang diberikan layanan bimbingan kelompok konvensional. Perbedaan tersebut ditunjukkan oleh nilai rata-rata efikasi diri pada kedua kelompok, dimana kelompok yang diberikan teknik *symbolic model* memiliki nilai yang lebih tinggi dibandingkan kelompok konvensional. Terjadi juga perubahan tingkat efikasi diri pada kelompok eksperimen setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model*, dengan aspek optimis sebagai aspek yang paling menonjol mengalami perubahan. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* dapat dipertimbangkan sebagai salah satu alternatif pendekatan dalam bimbingan dan konseling untuk membantu mengembangkan efikasi diri, khususnya pada remaja di lingkungan pesantren.

SARAN

Saran pada penelitian ini, sekolah diharapkan dapat mendukung penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *symbolic model* karena terbukti lebih efektif dalam meningkatkan efikasi diri santriwati, khususnya pada aspek optimis. Bagi santriwati, disarankan untuk mempertahankan dan mengembangkan kemampuan diri, berani menghadapi tantangan, serta mengaplikasikan nilai-nilai positif yang diperoleh selama kegiatan bimbingan kelompok dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam kegiatan belajar maupun aktivitas sosial. Bagi guru bimbingan dan konseling, teknik *symbolic model* dapat digunakan sebagai alternatif layanan dengan memanfaatkan media yang variatif dan sesuai perkembangan zaman. Sedangkan peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan *follow-up test* guna mengetahui keberlanjutan peningkatan efikasi diri setelah intervensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih disampaikan kepada pihak Pondok Pesantren Ibnu Hasan Samarinda, khususnya pimpinan pondok, guru bimbingan dan konseling, serta seluruh santriwati yang telah bersedia menjadi subjek penelitian. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada dosen pembimbing dan pihak-pihak lain yang telah memberikan arahan, masukan, serta dukungan selama proses penelitian ini, sehingga penelitian dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Amir, N. (2023). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Modeling* Simbolik untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa di SMP 2 Pangsid. *Skripsi*. Universitas Negeri Makassar.
- Campbell, D. T., & Stanley, J. C. (1963). *Experimental and Quasi-Experimental Designs for Research*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Dluha, M. S. (2019). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.



- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1-4. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Fadillah, S. N., Hamid, A. I. R., & Halim, A. (2025). The Influence of Fear of Making Mistakes on Students' Self-Confidence and Engagement in English Classroom Presentations at MTs Muhammadiyah 1 Samarinda. *Journal of English Language Learning*, 9(1), 825-829. <https://doi.org/10.31949/jell.v9i1.13972>
- Halimah, S., & Laily, N. (2020). Pengaruh Efikasi Diri, Motivasi dan Kemandirian terhadap Keberhasilan Usaha Wanita. *Jurnal Ilmu dan Riset Manajemen*, 7(3), 1-16.
- Indawasih, N., Retnaningdyastuti, M. T. S. R., & Setiawan, A. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Modeling* Simbolik terhadap Efikasi Diri Siswa. *Janacitta : Journal of Primary and Children's Education*, 2(1), 51-59. <https://doi.org/10.35473/jnctt.v2i1.222>
- Khasanah, T. N., & Kurniawan, D. E. (2023). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 7(2), 255-262. <https://doi.org/10.30653/001.202372.278>
- Leong, S. M., Lei, W. I., & Chan, U. W. (2020). The Six-Month and One-Year Outcome of a Chronic Disease Self-Management Program among Older Adults in Macao: A Quasi-Experimental Study. *SAGE Open Nursing*, 6. <https://doi.org/10.1177/2377960820958231>
- Putri, T. H., Assegaf, S. N. Y. R. S., Ramaita, R., Fatriona, E., & Priyono, D. (2024). Faktor yang Berhubungan dalam Perkembangan Efikasi Diri pada Remaja di Indonesia: Kajian Literatur. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 12(3), 513-523. <http://dx.doi.org/10.26714/jkj.12.3.2024.513-524>
- Sa'adah, M., Irawan, E., & Fitria, N. (2020). Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Rasional Emotif *Behavior*. *Jurnal Fokus Konseling*, 6(2), 108-114. <https://doi.org/10.52657/jfk.v6i2.1262>
- Saefurridjal, A., Fatkhullah, F. K., Gunawan, U., & Margono, M. (2023). Pendidikan Berbasis Agama, Filsafat, Psikologis, dan Sosiologis. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(1), 664-679. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.11009>
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and Social Cognitive Theory. *Contemporary Educational Psychology*, 60, 101832. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>
- Sugiyono, S. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Tang, M. Y., Smith, D. M., Mc Sharry, J., Hann, M., & French, D. P. (2019). Behavior Change Techniques Associated with Changes in Postintervention and Maintained Changes in Self-Efficacy for Physical Activity: A Systematic Review with Meta-Analysis. *Annals of Behavioral Medicine*, 53(9), 801-815. <https://doi.org/10.1093/abm/kay090>



Panthera : Jurnal Ilmiah Pendidikan Sains dan Terapan

E-ISSN 2808-246X; P-ISSN 2808-3636

Volume 6, Issue 3, July 2026; Page, 1611-1621

Email: pantherajurnal@gmail.com

- Wijaya, R. S., Kurniawan, U. T., & Irmayana, R. (2020). Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik *Modelling* Simbolis untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa IX SMP Negeri 3 Baubau. *Psychocentrum Review*, 2(1), 22-36. <https://doi.org/10.26539/pcr.2195>
- Williams, D. M., & Rhodes, R. E. (2016). The Confounded Self-Efficacy Construct: Conceptual Analysis and Recommendations for Future Research. *Health Psychol Rev.*, 10(2), 113-128. <https://doi.org/10.1080/17437199.2014.941998>