

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Sejarah Singkat Lokasi Penelitian

MAN 3 Banjarmasin terletak di jalan Batu Benawa Raya No. 32, Teluk dalam Kec. Banjarmasin Tengah, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan 70115. MAN 3 Banjarmasin merupakan sekolah yang ramah, bersih, dan asri. Lokasi MAN 3 Banjarmasin terletak berdampingan dengan sekolah lain yang letaknya strategis karena tidak berada dipinggir jalan raya sehingga memudahkan pelajar juga orang tua ketika berangkat dan pulang.

Cikal bakal Madrasah Aliyah Negeri 3 Banjarmasin bersal dari Madrasah Aliyah Swasta yang merupakan gabungan dari Madrasah Aliyah Mulawarman (MAM) dan Madrasah Aliyah Al Abadiyah. MAM pada waktu itu kegiatan belajarnya digedung PGAN Banjarmasin yang berlokasi dikomplek Mulawarman.

PGAN (Pendidikan Guru Agama Negeri) Banjarmasin pada tahun 1979 berpindah ke jalan Pramuka Km 6 Banjarmasin, sehingga gedung PGAN Mulawarman kosong. Dengan kosongnya PGAN tersebut timbul prakarsa dari beberapa orang dewan guru dari PGAN untuk mendirikan MAM diantaranya: Drs. M. Roi Syakur, Drs. Bactiar Suriani, Drs. Syamsuni Eddy dan Drs. Usman Djafri. Berdasarkan musyawarah mereka yang diasrama PGAN Mulawarman diputuskan membentuk Madrasah Swasta dengan lokasi mulawarman yaitu MAM dengan kepala madrasahnya adalah Drs. M. Roi Syakur. (1979-1983), kedua

Drs.M. Zaini (1983-1988), ketiga Drs. H. Baderi (1988) kemudian digantikan oleh H. Asmuri Ch (1988). Sedangkan pada tahun 1987 didirikan pula Madrasah Swasta yang bernama MAS AI Abadiyah yang berlokasi di Km 6 PGAN Banjarmasin, dengan kepalaanya Drs. Hermawan Suyono.

Perkembangan selanjutnya pada tanggal 18 Agustus 1990 terjadilah penggabungan antara MAM dan MAS AI Abadiyah yang dikelola oleh Yayasan AI Abadiyah. Setelah berjalan kurang lebih 3 (tiga) penggabungan tersebut, tepatnya pada tanggal 25 Oktober 1993 MAM dinegerikan menjadi Madrasah Aliyah Negeri 3 Banjarmasin sesuai Surat Keputusan Menteri Agama RI No.244 tanggal 22Oktober 1993, dengan Kepala Madrasah pertamanya adalah H.Asmuri Ch (tahun 1993-1998).

Pada awal mulanya,proses KBM berlangsung di gedung ex PGAN 6 tahun diatas tanah milik yayasan Milono dengan luas tanah 3.623 M2,Searah dengan perkembangan dan pertumbuhan MAN yang terus melaju, terbersit keinginan untuk memiliki gedung permanen. Alhamdulillah keinginan itu terwujud pada tahun 1996-1997 hingga sekarang dengan bertambahnya gedung sarana belajar.

2. Identitas Madrasah

Berdasarkan data yang diperoleh dari pihak sekolah, maka informasi tersebut diambil sebagai data pendukung dalam penelitian ini tentang identitas MAN 3 Banjarmasin.

a. Nama Sekolah : MAN 3 Banjarmasin

- b. NPSN : 30315578
- c. NSM : 131163710003
- d. Kode Satker : 554642
- e. SK pendirian : Menteri Agama RI. No. 242 Tgl. 25 Oktober 1993
- f. SK penganti : Kepala Kanwil Prov. Kalsel No. 409 Tahun 2016
Tanggal, 22 Agustus 2016
- g. Akreiditasi : A Nilai 94
- h. Alamat : Jl. Batu Benawa I RT. 41 No. 61 RW. 04 Telp.
05114365828 Kelurahan Teluk Dalam Kecamatan
Banjarmasin Tengah Provinsi Kalimantan Selatan
Kode Pos 70117

3. Visi dan Misi MAN 3 Banjarmasin

a. Visi

Perkembangan dan tantangan masa depan seperti: perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, globalisasi yang sangat cepat, era informasi, dan berubahnya kesadaran masyarakat dan orang tua terhadap pendidikan memicu madrasah untuk merespon tantangan sekaligus peluang itu. MAN 3 Banjarmasin memiliki citra moral yang menggambarkan profil madrasah yang diinginkan di masa datang diwujudkan dalam visi madrasah sebagai berikut:

“Terwujudnya lembaga pendidikan yang melahirkan siswa agamis, pancasilais, kreatif, berprestasi, dan berbudaya.”

b. Misi

- 1) Melaksanakan program pembelajaran dan kegiatan madrasah yang mendorong siswa dapat mengamalkan ajaran Islam yang *rahmatan lil'alamin*.
- 2) Melaksanakan pembelajaran dan kegiatan yang menjadikan peserta didik berkarakter sesuai dengan profil pelajar Pancasila.
- 3) Melaksanakan berbagai kegiatan yang dapat menghasilkan prestasi, lulusan yang berkualitas, dan peduli terhadap lingkungan.
- 4) Melaksanakan proses pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif, efektif, dan menyenangkan (PAIKEM) dengan memanfaatkan IT dan lingkungan sebagai media pembelajaran.
- 5) Menyiapkan lulusan yang unggul, kompetitif, dan komparatif pada bidang IPTEK berdasarkan minat, bakat, dan potensi peserta didik.
- 6) Membina kemandirian peserta didik melalui kegiatan pembiasaan, kewirausahaan, dan pengembangan diri yang terencana dan berkesinambungan.
- 7) Meningkatkan sarana dan prasarana yang mendukung perkembangan IPTEK, budaya lingkungan, dan ramah anak.
- 8) Meningkatkan Sumber Daya Manusia yang profesional sebagai pelestari dan penyelamat lingkungan hidup.
- 9) Menyediakan wahana komunikasi dan koordinasi antara sekolah, orang tua, siswa, masyarakat dan instansi terkait untuk mendukung

Peningkatan mutu Pendidikan dan lingkungan hidup di MAN 3 Banjarmasin.

4. Sarana dan Prasarana MAN 3 Banjarmasin

a. Sarana Fisik Berupa Halaman dan Ruang

Terdiri dari, tanah lapang / halaman, ruang kepala madrasah, ruang tata usaha, ruang dewan guru, ruang ptsp, ruang bimbingan konseling (terdapat satu sekat untuk proses konseling, bersebelahan dengan ruang guru bk), ruang kelas, ruang perpustakaan, ruang laboratorium ipa, ruang laboratorium komputer, ruang ibadah, ruang uks / pmr, ruang osis, ruang multimedia, wc dewan guru dan karyawan, wc siswa putra dan putri, koperasi siswa, ruang satpam, lahan parkir dalam dan luar madrasah, kantin, ruang pramuka, gudang.

b. Sarana Fisik Penunjang Pendidikan

Terdiri dari, komputer kantor, printer kantor, komputer praktik, printer praktik, pesawat telepon dan fax, pesawat televisi, lcd proyektor, ac, kursi dan meja siswa, lemari kelas, kursi dan meja pegawai, kipas angin, speaker / sound system, keyboard yamaha, musik panting, laptop praktik, motor tosa untuk sampah, bak dan bank sampah, lemari kaca, laptop kantor.

5. Keadaan Guru di MAN 3 Banjarmasin

Tenaga pendidik dan kependidikan MAN 3 Banjarmasin berjumlah 75 orang, yang terbagi atas guru maupun pegawai tetap dan tidak tetap. Pegawai tetap terdiri atas guru PNS sebanyak 41 orang, guru PPPK sebanyak 10 orang,

dan pegawai PNS terdiri dari 4 orang. Untuk pegawai tidak tetap GTT dan PTT sebanyak 19 orang.

Tabel 4. 1 Tenaga Pendidik dan Kependidikan

No.	Jabatan	Status Kepegawaian		Jumlah
		Tetap	Tidak Tetap	
1.	Kepala Madrasah	1	0	1
2.	Guru PNS	41	0	41
3.	Guru PPPK	10	0	10
4.	Pegawai PNS	4	0	4
5.	GTT	0	9	9
6.	PTT	0	10	10
Jumlah				75

6. Keadaan Siswa di MAN 3 Banjarmasin

Jumlah peserta didik di MAN 3 Banjarmasin total keseluruhan baik kelas X, XI, atau XII yaitu sebanyak 754 peserta didik, yang terbagi atas kelas X sebanyak 237 peserta didik, kelas XI berjumlah 271, dan kelas XII berjumlah sebanyak 246 peserta didik.⁶⁶

Tabel 4. 2 Data Jumlah Siswa MAN 3 Banjarmasin

No	Kelas	Lk	Pr	Jumlah
1	X A	14	19	33
2	X B	16	18	34
3	X C	13	22	35
4	X D	14	20	34
5	X E	14	20	34
6	X F	14	20	34
7	X G	13	20	33
Jumlah Total X		99	138	236

⁶⁶ Data Rekapitulasi dari Tata Usaha MAN 3 Banjarmasin 2024

1	X1 A	10	22	32
2	X1 B	9	24	33
3	X1 C	9	26	35
4	X1 D	10	26	36
5	X1 E	13	21	34
6	X1 F	12	24	36
7	X1 G	20	14	34
8	XI H	22	9	31
Jumlah Total XI		105	166	271
1	XII IPA 1	12	22	34
2	XII IPA 2	8	26	34
3	XII IPA 3	9	25	34
4	XII IPS 1	17	19	36
5	XII IPS 2	16	20	36
6	XII AGAMA 1	16	20	36
7	XII AGAMA 2	18	18	36
Jumlah Total XII		96	150	246
Jumlah Total, X, XI Dan XII		300	454	754

B. Penyajian data

1. Deskripsi hasil penelitian

Pada tanggal 29 April 2024 peneliti memberikan surat penelitian kesekolah, lalu tanggal 02 Mei 2024 peneliti diarahkan untuk memberikan surat izin ke kemenag, lalu tanggal 08 Mei 2024 peneliti diberikan surat izin dari kemenag dan menunggu konfirmasi dari sekolah, pada tanggal 13 Mei 2024 diarahkan dari pihak sekolah untuk datang kesekolah dan diarahkan kepada guru BK yang bersangkutan untuk diberitahukan waktu penelitian di MAN 3 Banjarmasin.

Pada tanggal 15 Mei 2024 peneliti memulai penelitian dengan menyebarkan kuesioner untuk uji coba kepada peserta didik kelas XF dan XG dengan jumlah 40 responden.

Pada tanggal 16 Mei 2024 peneliti melakukan observasi dan wawancara kepada guru BK. Hal ini mendukung dari hasil survey kuesioner yang dilakukan peneliti. Berikut hasil pengamatan dari observasi dan wawancara:

- a. Masalah *insecure* adalah masalah yang banyak dialami oleh peserta didik dan memang banyak ditemui pada perempuan, hal ini dapat mengganggu keefektifan dalam proses belajar mengajar dikelas, maka dalam mengangkat tema mengatasi rasa *insecure* untuk layanan konseling kelompok adalah salah satu solusi untuk meningkatkan keefektifan dalam proses belajar mengajar dan dapat mengoptimalkan rasa percaya diri peserta didik.
- b. Masalah *insecure* yang dialami peserta didik disini yaitu seperti tidak berani ketika diminta maju kedepan, takut salah kalau menyatakan pendapat, tidak berani bertanya tentang materi yang kurang dipahami, minder dengan teman-temannya, dan tidak percaya dengan kemampuan diri sendiri yang biasanya dikarenakan faktor lingkungan juga misalnya keluarganya berasal dari golongan ekonomi yang menengah kebawah yang dapat membuat peserta didik tersebut merasa kurang percaya diri dan membuatnya memilih-milih teman sehingga menimbulkan kurangnya

pergaulan dengan teman sebaya dan membuat kemampuan sosialnya berkurang.

- c. Data peserta didik yang banyak mengalami *insecure* dapat diperoleh dari hasil observasi maupun biodata peserta didik sendiri, dan dapat diperoleh informasi dari guru mata pelajaran dan wali kelasnya.
- d. Teknik modeling pernah dilakukan dalam pelaksanaan konseling kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik, maka dengan melaksanakan layanan konseling kelompok untuk mengatasi *insecure* pada peserta didik remaja perempuan dapat meningkatkan keefektifan proses belajar mengajar dan meningkatkan prestasi peserta didik itu sendiri.⁶⁷

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara diatas maka dapat disimpulkan permasalahan tentang *insecure* banyak dialami oleh peserta didik remaja perempuan. Dengan demikian layanan konseling kelompok dengan teknik modeling dapat membantu mengatasi rasa *insecure* dan meningkatkan keefektifan dalam proses belajar mengajar.

2. Deskripsi Data *Pretest*

Pada tanggal 17 Mei 2024 peneliti kembali melakukan penyebaran kuesioner *insecure* untuk peserta didik remaja perempuan dikelas X E dengan tujuan memperoleh data *pretest* sebelum diberikan treatment. Hasil *pretest*

⁶⁷ SR, Hasil wawancara guru Bimbingan dan Konseling MAN 3 Banjarmasin. 16 Mei 2024

insecure pada pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 3 Tabel Hasil Pretest Kuesioner (Angket) *Insecure*

No.	Interval	Kategori	Frekuensi
5.	$120,26 \leq 148$	Sangat Sesuai	0
6.	$92,6 \leq 120,25$	Sesuai	5
7.	$64,76 \leq 92,5$	Tidak sesuai	11
8.	$37 \leq 64,75$	Sangat tidak sesuai	4
Jumlah			20

Dari hasil kuesioner *insecure* remaja perempuan kelas X E, diperoleh hasil penyebaran kuesioner dengan total 20 peserta didik. Dari 20 orang tersebut 5 peserta didik dikategori sesuai, 11 peserta didik dikategori tidak sesuai, dan 4 peserta didik yang sangat tidak sesuai.

Untuk mengetahui keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling, maka dipilih 5 peserta didik remaja perempuan dikategori sesuai sebagai sampel, dan bersedia untuk berpartisipasi untuk mengikuti layanan.

Tabel 4. 4 Hasil Pretest Kuesioner (Angket) *Insecure*

No	Nama	Skor	%	Kategori
1.	S.N.A	104	70,27%	Sesuai
2.	N	113	76,35%	Sesuai
3.	F.S	100	67,56%	Sesuai
4.	M.N.S	103	69,59%	Sesuai
5.	A.A	117	79,05%	Sesuai
X		107,4	73%	Sesuai

Berdasarkan hasil *pretest* diperoleh data S.N.A mendapatkan skor 104 dengan persentase 70,27% berada dalam kategori sesuai, N mendapatkan skor

113 dengan persentase 76,35% berada dalam kategori sesuai, F.S mendapatkan skor 100 dengan persentase 67,56% berada dalam kategori sesuai, M.N.S mendapatkan skor 103 dengan persentase 69,59% berada dalam kategori sesuai, dan A.A mendapatkan skor 117 dengan persentase 79,05% berada dalam kategori sesuai. Nilai rata-rata skor (\bar{X}) dari kelima peserta didik remaja perempuan tersebut adalah 107,4, dan rata-rata persentase adalah 73%. Berdasarkan hasil pretest menunjukkan bahwa peserta didik remaja perempuan tersebut mengalami *insecure*.

Hasil analisis *pretest insecure* pada remaja perempuan berdasarkan indikator *insecure* ditunjukkan pada tabel berikut ini:

Tabel 4. 5 Persentase Pretest Berdasarkan Insecure

No.	Indikator	N	%
1.	Gejala fisik	5	83%
2.	Sensasi yang tidak menyenangkan	5	73%
3.	Respon tubuh	5	88%
4.	Perilaku menghindar	5	74%
5.	Perilaku bergantung terhadap orang lain	5	85%
6.	Perilaku gelisah	5	58%
7.	Pikiran negatif	5	41%
8.	Perasaan tidak aman	5	57%
9.	Kesulitan berkonsentrasi atau memfokuskan pemikirannya	5	70%
X%			70%

Berdasarkan tabel persentase *pretest* diperoleh data indikator gejala fisik sebesar 83%, sensasi yang tidak menyenangkan sebesar 73%, respon tubuh sebesar 88%, perilaku menghindar sebesar 74%, perilaku bergantung terhadap orang lain sebesar 85%, perilaku gelisah sebesar 58%, pikiran negatif sebesar

41%, perasaan tidak aman sebesar 57%, dan kesulitan berkonsentrasi atau memfokuskan pemikirannya sebesar 70%. Rata-rata persentase keseluruhan indikator adalah 70%.

Selain itu, peneliti sudah mulai menentukan jadwal pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling yang akan dilakukan pada 20 Mei 2024 – 27 Mei 2024

3. Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin

Menurut Prayitno Konseling kelompok merupakan upaya bantuan untuk memecahkan masalah peserta didik dengan memanfaatkan dinamika kelompok, seperti dijelaskan prayitno bahwa konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.⁶⁸ Menurut Gazda yang dikutip oleh A.A. Ngurah Adhiputra konseling Kelompok merupakan suatu sistem layanan bantuan yang amat baik untuk membantu pengembangan kemampuan pribadi, pencegahan, dan menangani konflik-konflik antar pribadi atau pemecahan masalah.⁶⁹ Layanan konseling kelompok dilakukan dengan menggunakan

⁶⁸ Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. 105

⁶⁹ Adhiputra, *Konseling Kelompok Perspektif Teori Dan Aplikasi*. 16

dinamika kelompok untuk memecahkan berbagai masalah individu (peserta didik) yang menjadi anggota kelompok.

Perry dan Furukawa dalam Abimanyu dan Manrihu yang dikutip oleh Namora Lumangga Lubis mendefinisikan modeling sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seorang individu atau kelompok, sebagai model, berperan sebagai rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku sebagai bagian dari individu yang lain yang mengobservasi model yang ditampilkan. Teknik modeling ini adalah suatu komponen dari suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan. Model dapat berupa model sesungguhnya (langsung) dan dapat pula secara simbolis.⁷⁰ Teknik modeling merupakan salah satu teknik yang dapat membantu peserta didik memecahkan permasalahan dalam dirinya melalui observasi tingkah laku orang lain. Maka untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan, konselor perlu membantu konselinya dengan menggunakan teknik modeling.

Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling dilakukan oleh peneliti sendiri yang didampingi dan diawasi langsung oleh profesional yaitu guru BK yang memegang kelas X E dalam setiap pertemuan dengan rentang 3 minggu yang dirancang 5 kali pertemuan dengan menyesuaikan waktu dan kondisi peserta didik, masing-masing pertemuan

⁷⁰ Namora Lumangga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, edisi pert. (Jakarta: Kencana). 167

terdiri dari 4 tahapan yaitu tahap pembukaan, tahap peralihan, tahap kegiatan/inti, dan tahap akhir. Jadwal pelaksanaan kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 6 Jadwal Pelaksanaan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modeling

No.	Pertemuan	Materi	Hari/ Tanggal	Waktu	Tempat
1)	<i>Pretest</i>	Membagi kuesioner <i>insecure</i>	Jum'at, 17 Mei 2024	45 menit	Ruang Kelas X E
2)	Pertemuan I	Menjelaskan konsep konseling kelompok dengan teknik modeling dan wawancara mengidentifikasi faktor-faktor <i>insecure</i>	Senin, 20 Mei 2024	45 menit	Ruang Konseling Kelompok
3)	Pertemuan II	Meningkatkan kepercayaan diri	Selasa, 21 Mei 2024	45 menit	Ruang Konseling Kelompok
4)	Pertemuan III	Mengelola pikiran negatif dalam diri	Senin, 27 Mei 2024	45 menit	Ruang Konseling Kelompok
5)	Pertemuan IV	Membangun hubungan sosial yang sehat	Selasa, 28 Mei 2024	45 menit	Ruang Konseling Kelompok
6)	<i>Posttest</i>	Membagi kuesioner <i>insecure</i>	Selasa, 28 Mei 2024	45 menit	Ruang Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok dengan teknik modeling dilaksanakan diruang aula dengan rincian pelaksanaan kegiatan layanan dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Pertemuan I

Tabel 4. 7 Pertemuan Pertama

No.	Tahapan-tahapan	Pelaksanaan
1.	Tahap pembukaan	Konselor menciptakan suasana saling mengenal, hangat, dan rileks, Pada tahapan ini pemimpin kelompok harus menjelaskan pengertian layanan konseling kelompok secara singkat dan jelas, tujuan, tata cara, waktu, serta asas-asas dalam bimbingan kelompok. Selain itu, dalam tahap ini juga melibatkan perkenalan antar sesama anggota kelompok maupun pengenalan anggota kelompok dengan pemimpin kelompok.
2.	Tahap transisi (peralihan)	<i>ice breaking</i> , Konselor menjelaskan kembali kepada anggota kelompok dibentuk dengan tujuan untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok.
3.	Tahap kegiatan (inti)	Konselor menjelaskan secara umum mengenai layanan konseling kelompok dengan teknik modeling dan mengeksplorasi permasalahan konseli mengenai insecure, anggota kelompok saling mengemukakan masalah yang dihadapinya.
4.	Tahap akhir (penutup)	Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri, membahas dan mengatur waktu kegiatan lanjutan, berdoa, dan evaluasi.

Pertemuan pertama dilaksanakan pada Senin, 20 Mei 2024. Pada pertemuan ini konselor mempertemukan peserta didik remaja perempuan yang mengalami *insecure* untuk mendorong hubungan yang baik antara konselor dan setiap anggota kelompok. Selain itu pada pertemuan ini, konselor menjelaskan secara umum konseling kelompok dengan teknik modeling dan berdiskusi

untuk mengeksplorasi permasalahan konseli mengenai insecure yang dialaminya untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Konselor menjelaskan asas-asas yang digunakan dalam layanan konseling kelompok dengan teknik modeling ini untuk menciptakan rasa percaya antara konselor dan anggota kelompok. Selanjutnya konseli agar lebih terbuka terhadap permasalahan yang ada untuk mendapatkan solusi atas permasalahan tersebut. Pada pertemuan ini konselor juga melakukan wawancara untuk memfokuskan menggali informasi mengenai permasalahan yang dihadapi konseli terkait dengan insecure yang akan menjadi topik pembahasan. Sebelum pada tahap ini, konselor memberikan *ice breaking* kepada anggota kelompok agar lebih santai dan kedekatan konselor dengan anggota kelompok terjalin dengan baik. Setelah dirasa konseli mulai santai tidak tegang, konseli atau anggota kelompok pun ditanya sudah siap atau belum untuk memasuki tahap selanjutnya yaitu tahap inti, barulah dilanjutkan.

Secara keseluruhan, tujuan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling pertemuan pertama adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor *insecure* yang terjadi pada diri konseli atau anggota kelompok. Selain itu, konselor menjelaskan tentang konsep dan tahapan-tahapan teknik modeling pada konseling kelompok ini yaitu tahap *attentional*, tahap *retention*, tahap *production*, dan tahap *motivational*. Masing-masing anggota kelompok diminta untuk menyampaikan permasalahannya lebih detail dan jelas terkait

masalah yang dialaminya. Konseli mengatakan bahwa belum bisa memiliki rasa percaya diri. Seperti halnya yang dikatakan oleh:

- S.N.A : *“Inggih ka, ulun rancak merasa insecure bila ulun maju ke depan, ulun takutan salah terus diketawakan kawanan lawan jua ulun merasa kada sepintar kawanan yang lain”*
(iya kak, saya sering merasa insecure ketika maju kedepan, saya takut salah lalu diketawakan teman-teman dan saya merasa saya tidak sepintar teman-teman yang lain)
- N : *“Inggih rancak ka, ulun paling tekutan jua bila maju kedepan kelas tu, ulun rancak bepikiran kalo ulun salah bepandir gugup ditawakan kekawanan lawan jua ulun merasa khawatir orang lain memandang ulun orang yang bodoh”*
(iya sering kak, saya paling takut bila maju kedepan kelas, saya sering berpikiran bila salah ngomong gugup diketawakan teman-teman dan saya khawatir orang lain memandang saya bodoh)
- F.S : *“Inggih ka, ulun rancak minder misalnya bekawanan karena ulun merasa penampilan diri ulun selalu kd baik tekutan urang kda ketuju lawan ulun”*
(iya kak, saya sering ,minder ketika berteman karena saya merasa penampilan diri saya selalu tidak baik takut orang lain gak suka sama saya)
- M.N.S : *“Inggih pernah, ulun merasa insecure tu bila maju presntasi jua karna ulun biasanya dirumah rancak dibanding-bandingkan lawan saudara yang lain sampai ulun merasa diri ulun kada baik dimata orang lain”*
(iya pernah, saya merasa insecure saat maju presentasi juga, karna biasa dirumah sering dibanding-bandingkan sama saudara yang lain sampai ulun merasa tidak baik dimata orang lain)
- A.A : *“Inggih ka ulun rancak jua merasa insecure, apalagi misalkan ada orang yang mengkritik ulun. Karena ulun selalu merasa kada baik dan ulun sulit menerima komentar orang lain, lawan jua karena ulun minder dengan ekonomi keluarga, ulun kadada beisi barang-barang yang bagus kaya urang lain”*
(iya kak saya sering merasa insecure, apalagi ketika ada orang yang mengkritik saya. Karena saya selalu merasa tidak baik dan saya sulit menerima komentar orang lain, karena saya minder dengan ekonomi keluarga, saya gak

punya barang-barang yang bagus seperti orang lain)

Permasalahan tersebut menjadi bahan untuk pada pertemuan pertama. Konselor dan anggota kelompok berupaya untuk mencari solusi dengan saling bertukar pendapat agar tujuan pada pertemuan pertama tercapai. Konseli bersikap tenang dan mendengarkan dengan baik dan percakapan berlanjut ketika konseling kelompok dilakukan untuk menunjukkan antusiasme dan minat terhadap topik yang dibahas. Konselor meminta setiap anggota kelompok bagaimana sebelumnya mereka mencoba mengatasi insecure yang dialaminya. Seperti halnya yang dikatakan oleh:

- S.N.A : *“ulun mencoba pura-pura kada tekutan bila maju kedepan kelas tu padahal aslinya tekutan jua ai”*
(saya mencoba pura-pura tidak takut kalau maju kedepan kelas padahal sebenarnya memang takut)
- N : *“ulun lebih memilih menghindar kalo disuruh maju kedepan kelas tu pura-pura sibuk mencatat pelajaran”*
(saya lebih memilih untuk menghindar bila saya disuruh maju kedepan kelas saya berpura-pura sibuk mencatat pelajaran)
- F.S : *“kalo ulun rancak kaya betakun lawan kawan misal nya bagus atau kadanya ulun memakai sesuatu, mun masalah pelajaran ulun rancak betakun bujurlah jawaban ini atau salah kaitu”*
(kalau saya sering bertanya sama teman-teman misal nya bagus atau tidaknya ketika memakai sesuatu, kalau masalah pelajaran biasanya bertanya benar gak jawaban saya ini atau salah)
- M.N.S : *“ulun rancak tu bediam aja pang ka ai lawan memilih menyendiri”*
(saya biasanya cuma diam aja kak, dan memilih menyendiri)
- A.A : *“ulun memilih menyendiri jua ka, pura-pura cuek lawan urang padahal ulun supan rancak tu”*
(saya memilih menyendiri juga ka, pura-pura cuek sama orang lain sebenarnya saya malu)

Setelah itu , konselor memperkenalkan teknik modeling sebagai salah satu pendekatan yang akan digunakan dalam pertemuan selanjutnya. Sebelum mengakhiri pertemuan ini konselor meminta kepada konseli untuk menyimpulkan hal-hal yang dapat dipahami oleh anggota kelompok, konselor juga merangkum diskusi yang telah ditemukan pada pertemuan ini.

Berdasarkan hasil observasi maka didapatkan evaluasi pada pertemuan pertama, yaitu kondisi fisik remaja perempuan cukup baik dan tidak menunjukkan tanda-tanda gangguan kesehatan yang serius. Penampilan anggota kelompok umumnya rapi dan sesuai dengan peraturan sekolah yang ada hanya saja mungkin terlihat lebih sederhana.

Sebagian besar anggota kelompok memiliki pemahaman dasar tentang *insecure* dan mereka mampu mengidentifikasi perasaan yang membuat mereka merasa *insecure* namun masih ada beberapa anggota kelompok yang masih ragu-ragu dan kurang mampu mengungkapkan *insecure* yang dialaminya secara terbuka. Hal ini mungkin disebabkan oleh kurangnya pengalaman berbagi cerita dan takut akan penilaian orang lain.

Dalam sesi diskusi, anggota kelompok masih kebingungan dalam mencari solusi tentang *insecure* yang dialaminya. Anggota kelompok hanya menyampaikan bagaimana cara menyikapi situasi saat *insecure* sebelum melakukan kegiatan konseling kelompok ini.

Ketika konselor menjelaskan tentang teknik modeling yang akan dilakukan nanti, anggota kelompok merespon dengan sangat antusias untuk mencoba teknik tersebut.

Pada pertemuan ini konselor dapat merencanakan pertemuan berikutnya dengan lebih fokus menggunakan teknik modeling dalam konseling kelompok ini, serta mendukung remaja perempuan dalam mengembangkan pemahaman untuk mengatasi *insecure* yang dialaminya.

b. Pertemuan II

Tabel 4. 8 Pertemuan Kedua

No.	Tahapan-tahapan	Pelaksanaan
1.	Tahap pembukaan	Konselor menciptakan suasana saling mengenal, hangat, dan rileks. Anggota kelompok melakukan doa bersama sebelum memulai kegiatan yang dipimpin oleh konselor. Konselor bersama anggota kelompok mengevaluasi hasil dari pertemuan pertama.
2.	Tahap transisi (peralihan)	Anggota kelompok melakukan kegiatan selingan berupa <i>ice breaking</i> . Konselor memastikan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap inti
3.	Tahap kegiatan (inti)	Melakukan teknik modeling untuk mengatasi <i>insecure</i> pada remaja perempuan. Konselor mengarahkan anggota kelompok untuk persiapan proses teknik modeling. Konselor menampilkan model dalam bentuk film/video tentang meningkatkan kepercayaan diri dan menerapkan tahapan-tahapan teknik modeling. Konselor mengarahkan anggota kelompok untuk mengamati setiap perilaku pada model yang ditampilkan. Pada saat anggota kelompok

		memperhatikan film/video, konselor memberikan penguatan.
4.	Tahap akhir (penutup)	Konselor meminta anggota kelompok menyimpulkan dari topik yang dibahas, Konselor merangkum proses kegiatan, Konselor mengungkapkan kegiatan lanjutan yang penting bagi anggota kelompok, Konselor menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir, Konselor menutup kegiatan dengan doa dan salam.

Pertemuan kedua dilaksanakan pada Selasa, 21 Mei 2024. Pada pertemuan ini di tahap pembukaan konselor menyambut hangat anggota kelompok dengan suasana yang positif lalu membahas evaluasi pada pertemuan pertama dan menjelaskan kembali secara singkat alur teknik modeling simbolik. Pada tahap peralihan konselor memberikan *ice breaking* kepada anggota kelompok dan menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap kegiatan. Pada tahap kegiatan sebelum menonton video, konselor memberikan penjelasan singkat tentang pentingnya memperhatikan materi yang ada dalam video tersebut untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri (Tahap *Attention*/Perhatian). Lalu konselor mulai menampilkan video tentang meningkatkan kepercayaan diri yaitu video “5 Tips Nge-Boost *Confident*” dari Sherly Annavita Rahmi. Setelah menonton video tersebut konselor mengajak anggota kelompok untuk mendiskusikan kembali poin-poin penting yang telah diperhatikan bersama (Tahap *Retention*/Penyimpanan). Konselor meminta setiap anggota kelompok untuk

mempraktekkan tips atau langkah langkah yang mereka pelajari dari video tersebut dikehidupan sehari-hari (Tahap *Production*/Produksi). Konselor juga memberikan semangat kepada anggota kelompok untuk mulai mencoba mengatasi *insecure* yang dialaminya (Tahap *Motivational*/Motivasi). Selanjutnya pada tahap penutup konselor meminta anggota untuk menyimpulkan kegiatan pada pertemuan ini, konselor merangkum kegiatan, memberitahukan pertemuan selanjutnya, dan menutup pertemuan ini.

Berdasarkan hasil observasi maka didapatkan evaluasi pada pertemuan kedua, yaitu kondisi fisik anggota kelompok tetap baik dan tidak ada perubahan, penampilan anggota kelompok tetap rapi dan menggunakan seragam sekolah sesuai dengan peraturan sekolah.

Setelah menonton video, anggota kelompok mampu mengaitkan konsep-konsep dalam video dengan pengalaman pribadinya. Anggota kelompok juga lebih terbuka ketika berdiskusi tentang *insecure* yang dialaminya dan mampu mengungkapkan perasaannya.

Beberapa anggota kelompok ada yang berinisiatif untuk bertanya tentang pengalaman pribadinya yang terkait dengan video yang ditampilkan dan mulai merencanakan untuk menerapkan tips-tips tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Konsistensi dalam mengambil keputusan mulai terbentuk, anggota kelompok antusias dan terbuka dalam mengungkapkan perasaan yang

menunjukkan komitmen pada keputusan mereka untuk menerapkan teknik modeling.

Pada pertemuan ini, anggota menunjukkan perkembangan yang baik, dan membuat konselor yakin dapat membantu anggota kelompok remaja perempuan mengatasi *insecure* yang dialaminya dengan menggunakan teknik modeling.

c. Pertemuan III

Tabel 4. 9 Pertemuan Ketiga

No.	Tahapan-tahapan	Pelaksanaan
1.	Tahap pembukaan	Konselor menciptakan suasana saling mengenal, hangat, dan rileks. Anggota kelompok melakukan doa bersama sebelum memulai kegiatan yang dipimpin oleh konselor. Konselor bersama anggota kelompok mengevaluasi hasil dari pertemuan kedua
2.	Tahap transisi (peralihan)	Anggota kelompok melakukan kegiatan selingan berupa <i>ice breaking</i> . Konselor memastikan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap inti
3.	Tahap kegiatan (inti)	Konselor dan anggota kelompok berdiskusi tentang mengelola pikiran negatif dalam diri. Konselor menampilkan model dalam bentuk film/video tentang mengelola pikiran negatif dalam diri dan menerapkan tahapan-tahapan teknik modeling. Konselor mengarahkan anggota kelompok untuk mengamati setiap perilaku pada model yang ditampilkan. Pada saat anggota kelompok memperhatikan film/video, konselor memberikan penguatan.
4.	Tahap akhir (penutup)	Konselor meminta anggota kelompok menyimpulkan dari topik yang dibahas, Konselor merangkum proses kegiatan, Konselor mengungkapkan kegiatan lanjutan

		yang penting bagi anggota kelompok, Konselor menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir, Konselor menutup kegiatan dengan doa dan salam.
--	--	--

Pertemuan ketiga dilaksanakan pada Senin, 27 Mei 2024. Pada pertemuan ini di tahap pembukaan konselor menyambut hangat anggota kelompok dengan suasana yang positif lalu membahas evaluasi pada pertemuan pertama dan menjelaskan kembali secara singkat alur teknik modeling simbolik. Pada tahap peralihan konselor memberikan *ice breaking* kepada anggota kelompok dan menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap kegiatan. Pada tahap kegiatan sebelum menonton video, konselor memberikan penjelasan singkat tentang pentingnya memperhatikan materi yang ada dalam video tersebut untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri (Tahap *Attention*/Perhatian). Lalu konselor mulai menampilkan video tentang meningkatkan kepercayaan diri yaitu video “Tips Mengubah Pikiran Negatif Menjadi Positif” dari Satu Persen Indonesia Life School. Setelah menonton video tersebut konselor mengajak anggota kelompok untuk mendiskusikan kembali poin-poin penting yang telah diperhatikan bersama (Tahap *Retention*/Penyimpanan). Konselor meminta setiap anggota kelompok untuk mempraktekkan tips atau langkah langkah yang mereka pelajari dari video tersebut dikehidupan sehari-hari (Tahap *Production*/Produksi).

Konselor juga memberikan semangat kepada anggota kelompok untuk mulai mencoba mengatasi *insecure* yang dialaminya (Tahap *Motivational*/Motivasi). Selanjutnya pada tahap penutup konselor meminta anggota untuk menyimpulkan kegiatan pada pertemuan ini, konselor merangkum kegiatan, memberitahukan pertemuan selanjutnya, dan menutup pertemuan ini.

Berdasarkan hasil observasi maka didapatkan evaluasi pada pertemuan ketiga, tidak ada tanda-tanda penurunan kondisi fisik yang mempengaruhi partisipasi anggota kelompok, penampilan tetap konsisten, bahkan lebih rapi dan pada pertemuan ini terlihat antusias yang mencerminkan percaya diri.

Pemahaman remaja perempuan tentang *insecure* semakin meningkat. Selama menonton video, anggota kelompok lebih fokus dan aktif, menunjukkan bahwa anggota kelompok mampu mengaitkan materi yang disampaikan dengan kehidupan sehari-hari. Anggota kelompok terlihat lebih percaya diri dalam mengungkapkan bagaimana pikiran negatif mempengaruhi kehidupan sehari-hari dan bagaimana mengelola pikiran negatif untuk meningkatkan kualitas hidup.

Pengambilan keputusan untuk mengatasi *insecure* semakin terlihat. Anggota kelompok mulai menerapkan teknik dan strategi yang dibahas dalam video dan diskusi. Anggota kelompok sudah menemukan solusi dan menunjukkan strategi yang berhasil mereka terapkan.

Antusiasme yang tetap tinggi menunjukkan bahwa anggota kelompok berkomitmen terhadap proses konseling dan terus menerapkan strategi yang telah mereka pelajari dari teknik modeling.

Pada pertemuan ini terlihat perubahan yang signifikan yang menunjukkan teknik modeling dapat membantu mengatasi *insecure* dengan baik. Konselor dapat terus mendukung perkembangan untuk mencapai tujuan pada konseling kelompok ini.

d. Pertemuan IV

Tabel 4. 10 Pertemuan Keempat

No.	Tahapan-tahapan	Pelaksanaan
1.	Tahap pembukaan	Konselor menciptakan suasana saling mengenal, hangat, dan rileks. Anggota kelompok melakukan doa bersama sebelum memulai kegiatan yang dipimpin oleh konselor.
2.	Tahap transisi (peralihan)	Anggota kelompok melakukan kegiatan selingan berupa <i>ice breaking</i> . Konselor memastikan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap inti.
3.	Tahap kegiatan (inti)	Konselor dan anggota kelompok berdiskusi tentang membangun hubungan sosial yang sehat. Konselor menampilkan model dalam bentuk film/video tentang membangun hubungan sosial yang sehat dan menerapkan tahapan-tahapan teknik modeling. Konselor mengarahkan anggota kelompok untuk mengamati setiap perilaku pada model yang ditampilkan. Pada saat anggota kelompok memperhatikan film/video, konselor memberikan penguatan. Pengakhiran

		<p>Konselor bersaa anggota kelompok membahas kembali dan menyimpulkan perkembangan kegiatan yang telah dilakukan.</p> <p>Konselor bersama anggota kelompok mengevaluasi secara keseluruhan kegiatan yang dilakukan mulai pertemuan awal hingga pertemuan akhir.</p>
4.	Tahap akhir (penutup)	<p>Konselor meminta anggota kelompok mengisi angket insecure untuk dilihat apakah ada perubahan (<i>post test</i>),</p> <p>Konselor memberikan penguatan untuk terus berusaha mengatasi rasa <i>insecure</i> kepada remaja perempuan yang menjadi anggota kelompok ini.</p> <p>Konselor memberikan <i>rewards</i> (hadiah) untuk keberhasilan anggota kelompok.</p> <p>Konselor menutup kegiatan dengan doa dan salam.</p>

Pertemuan terakhir dilaksanakan pada Selasa, 28 Mei 2024. Pada pertemuan ini di tahap pembukaan konselor menyambut hangat anggota kelompok dengan suasana yang positif lalu membahas evaluasi pada pertemuan pertama dan menjelaskan kembali secara singkat alur teknik modeling simbolik. Pada tahap peralihan konselor memberikan *ice breaking* kepada anggota kelompok dan menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap kegiatan. Pada tahap kegiatan sebelum menonton video, konselor memberikan penjelasan singkat tentang pentingnya memperhatikan materi yang ada dalam video tersebut untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri (Tahap *Attention*/Perhatian). Lalu konselor mulai menampilkan video tentang meningkatkan kepercayaan diri yaitu video “Tips Gaul dan Banyak

Teman” dari Maudy Ayunda. Setelah menonton video tersebut konselor mengajak anggota kelompok untuk mendiskusikan kembali poin-poin penting yang telah diperhatikan bersama (Tahap *Retention*/Penyimpanan). Konselor meminta setiap anggota kelompok untuk mempraktekkan tips atau langkah langkah yang mereka pelajari dari video tersebut dihidupkan sehari-hari (Tahap *Production*/Produksi). Konselor juga memberikan semangat kepada anggota kelompok untuk mulai mencoba mengatasi *insecure* yang dialaminya (Tahap *Motivational*/Motivasi). Selanjutnya pada tahap penutup konselor meminta anggota untuk mengisi angket *posttest* untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok dengan teknik modeling untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan, dan konselor mengumpulkan data angket setelah diisi. Lalu konselor memberikan motivasi terakhir, dan mengucapkan terima kasih kepada anggota kelompok atas keberanian mereka atas partisipasi aktif dan kerjasama mereka selama sesi konseling.

Selain dari angket *posttest*, untuk mengetahui keberhasilan konseling kelompok dengan menggunakan teknik modeling juga didukung dengan observasi dan wawancara setelah diberikan *treatment* tersebut. Seperti halnya yang dikatakan oleh:

S.N.A : *“ulun banyak belajar dari tips-tips dalam video yang kaka tampilkan, ulun memberanikan diri untuk maju kedepan kelas dan memberanikan diri untuk bertanya supaya ulun kada insecure lagi”*
(saya banyak belajar dari tips-tips yang dalam video yang kaka tampilkan, saya memberanikan diri untuk maju kedepan kelas dan memberanikan diri untuk bertanya agar

- N : *saya tidak insecure lagi)*
 : “ulun mulai merasa lebih tenang, ulun mulai mencoba kada tekutan lagi bila maju presentasi”
(saya mulai merasa lebih tenang, saya mulai mencoba untuk tidak takut lagi saat melakukan presentasi)
- F.S : “kalo ulun, ulun terapkan beberapa tips dari video yang kita tonton tu, ulun merasa nyaman beinteraksi lawan kekawanan, ulun lebih percaya diri, mencoba kada insecure lagi”
(kalau saya, saya menerapkan beberapa tips dari video yang kita tonton, saya merasa nyaman ketika berinteraksi sama teman-teman, saya lebih percaya diri, dan mencoba tidak insecure lagi)
- M.N.S : “pas ulun menerapkan tips-tips itu ulun fokus memperbaiki diri ulun, ulun memberanikan diri bila presentasi kada memperdulikan lagi padangan orang lain ke ulun dan ulun merasa jauh lebih baik”
(saat saya menerapkan tips-tips itu saya lebih fokus memperbaiki diri saya, saya memberanikan diri bila presentasi tidak memperdulikan lagi pandangan orang lain ke saya dan saya merasa jauh lebih baik)
- A.A : “ulun merasa tips-tips yang ada divideo tu sangat membantu ulun lawan kekawanan disini karna setelah mengikuti konseling kelompok ini ulun merasa sangat memotivasi ulun lebih percaya diri kada insecure lagi”
(saya merasa tips-tips yang ada divideo tersebut sangat membantu saya dan teman-teman disini karena setelah mengikuti konseling kelompok ini saya merasa sangat termotivasi, saya lebih percaya diri tidak insecure lagi)

Pada pertemuan terakhir ini, kondisi fisik dan penampilan anggota kelompok sangat baik. Mereka tampak lebih rapi, percaya diri, dan penuh energi positif. Diskusi menunjukkan bahwa mereka memahami faktor-faktor penyebab *insecure* dan cara-cara efektif untuk mengatasinya.

Kesadaran ini membantu mereka mengurangi dampak pikiran negatif dalam kehidupan sehari-hari. Anggota kelompok menunjukkan kemampuan yang

baik dalam mengambil keputusan untuk mengatasi *insecure*. Mereka telah menerapkan berbagai teknik dan strategi yang dipelajari selama sesi konseling. Mereka bisa berinteraksi lebih aktif, berbicara di depan umum, dan tidak membandingkan diri dengan orang lain menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dan ketahanan emosional. Anggota kelompok telah menunjukkan bahwa mereka dapat terus menerapkan teknik dan strategi yang dipelajari secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Pada pertemuan ini, semua tujuan konseling telah tercapai dan berhasil, untuk membantu anggota kelompok dalam mengatasi *insecure* yang dialaminya, perubahan anggota kelompok menunjukkan perkembangan yang memungkinkan mereka siap untuk melanjutkan perkembangan mereka secara mandiri. Maka dari itu teknik modeling yang diterapkan berhasil membantu peserta didik remaja perempuan mengatasi *insecure*.

4. Deskripsi Data *Posttest*

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara setelah mendapatkan *treatment* berupa layanan konseling kelompok dengan teknik modeling untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan, peneliti membagikan kuisioner *insecure* kepada 5 orang peserta didik remaja perempuan yang mengikuti konseling kelompok sebagai sampel penelitian ini untuk mengetahui hasil *posttest*. Data yang dianalisis dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 11 Hasil Analisis Data *Posttest*

No	Nama	Skor	%	Kategori
1.	S.N.A	87	58,78%	Sangat Tidak Sesuai
2.	N	79	53,37%	Sangat Tidak Sesuai
3.	F.S	85	57,64%	Sangat Tidak Sesuai
4.	M.N.S	86	58,10%	Sangat Tidak Sesuai
5.	A.A	78	52,70%	Sangat Tidak Sesuai
	X	83	55,12%	Sangat Tidak Sesuai

Berdasarkan hasil *posttest* diperoleh data S.N.A mendapatkan skor 87 dengan persentase 58,78% berada dalam kategori sangat tidak sesuai, N mendapatkan skor 79 dengan persentase 53,37% berada dalam kategori sangat tidak sesuai, F.S mendapatkan skor 85 dengan persentase 57,64% berada dalam kategori sangat tidak sesuai, M.N.S mendapatkan skor 86 dengan persentase 58,10% berada dalam kategori sangat tidak sesuai, dan A.A mendapatkan skor 78 dengan persentase 52,70% berada dalam kategori sangat tidak sesuai. Nilai rata-rata skor (X) dari kelima peserta didik remaja perempuan tersebut adalah 83, dan rata-rata persentase adalah 55,12%. Berdasarkan hasil *pretest* menunjukkan bahwa peserta didik remaja perempuan tersebut mengalami perubahan *insecure*.

Hasil analisis data *posttest insecure* pada remaja perempuan berdasarkan indikator *insecure* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 12 Persentase *Posttest* Berdasarkan Indikator *Insecure*

No.	Indikator	N	%
1.	Gejala fisik	5	48%
2.	Sensasi yang tidak menyenangkan	5	59%
3.	Respon tubuh	5	45%
4.	Perilaku mengindar	5	55%
5.	Perilaku bergantung terhadap orang lain	5	75%

6.	Perilaku gelisah	5	67%
7.	Pikiran negatif	5	51%
8.	Perasaan tidak aman	5	52%
9.	Kesulitan berkonsentrasi atau memfokuskan pemikirannya	5	70%
X%			53%

Berdasarkan tabel persentase *posttest* diperoleh data indikator gejala fisik sebesar 48%, sensasi yang tidak menyenangkan sebesar 59%, respon tubuh sebesar 45%, perilaku menghindar sebesar 55%, perilaku bergantung terhadap orang lain sebesar 75%, perilaku gelisah sebesar 67%, pikiran negatif sebesar 51%, perasaan tidak aman sebesar 52%, dan kesulitan berkonsentrasi atau memfokuskan pemikirannya sebesar 70%. Rata-rata persentase keseluruhan indikator adalah 53%.

Perbandingan antara nilai *pretest*, *posttest*, dan skor perolehan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

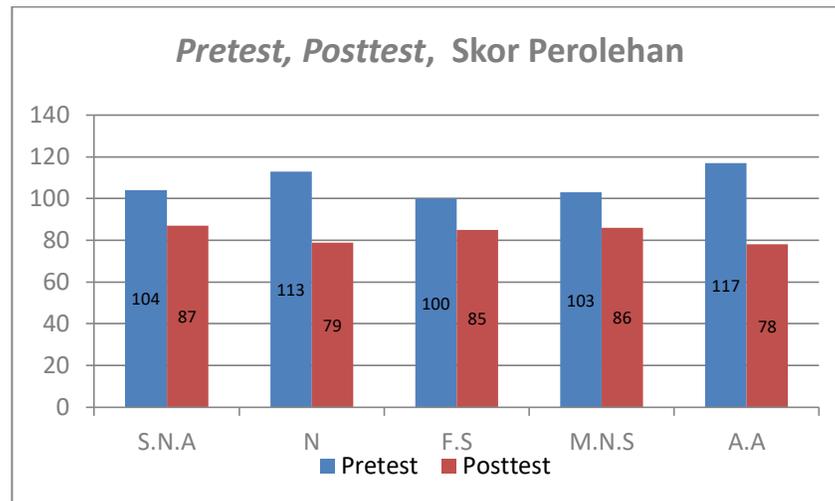
Tabel 4. 13 Data *Pretest*, *Posttest*, dan Skor Perolehan

No	Nama	<i>Pretest</i>	Kategori	<i>Posttest</i>	Kategori	Skor Perolehan
1.	S.N.A	104	Sesuai	87	Sangat Tidak Sesuai	17
2.	N	113	Sesuai	79	Sangat Tidak Sesuai	40
3.	F.S	100	Sesuai	85	Sangat Tidak Sesuai	15
4.	M.N.S	103	Sesuai	86	Sangat Tidak Sesuai	17
5.	A.A	117	Sesuai	78	Sangat Tidak Sesuai	39
X		107	Sesuai	83	Sangat Tidak Sesuai	26

Berdasarkan pada tabel diatas terdapat skor *pretest*, *posttest*, dan skor perolehan setelah *treatment* layanan konseling kelompok dengan teknik modeling. Skor perolehan adalah selisih nilai sebelum dan sesudah *treatment*. Maka diperoleh data, S.N.A skor *pretest* 104 dengan kategori sesuai, berkurang menjadi 87 pada *posttest* dengan kategori sangat tidak sesuai, menunjukkan penurunan skor sebesar 17. N skor *pretest* 113 dengan kategori sesuai, berkurang menjadi 79 pada *posttest* dengan kategori sangat tidak sesuai, menunjukkan penurunan skor sebesar 40. F.S skor *pretest* 100 dengan kategori sesuai, berkurang menjadi 85 pada *posttest* dengan kategori sangat tidak sesuai, menunjukkan penurunan skor sebesar 15. M.N.S skor *pretest* 103 dengan kategori sesuai, berkurang menjadi 86 pada *posttest* dengan kategori sangat tidak sesuai, menunjukkan penurunan skor sebesar 17. A.A skor *pretest* 117 dengan kategori sesuai, berkurang menjadi 78 pada *posttest* dengan kategori sangat tidak sesuai, menunjukkan penurunan skor sebesar 39.

Rata-rata skor (\bar{X}) *pretest* 107 dengan kategori sesuai, berkurang menjadi 83 pada *posttest* dengan kategori sangat tidak sesuai, menunjukkan penurunan rata-rata skor sebesar 26.

Pada tabel diatas menunjukkan penurunan *insecure* pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin, seperti yang ditunjukkan pada grafik dibawah ini:



Gambar 3. II Grafik *Pretest, Posttest*, dan skor perolehan

Berdasarkan pada grafik diatas terdapat penurunan *insecure* pada remaja perempuan antara sebelum dan sesudah *treatment* dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling. Dari persentase *pretest* diperoleh nilai rata-rata 73%. Setelah *treatment* nilai rata-rata menjadi 55,12% kemudian terjadi penurunan sebesar 17,88% setelah diberikan *treatment*.

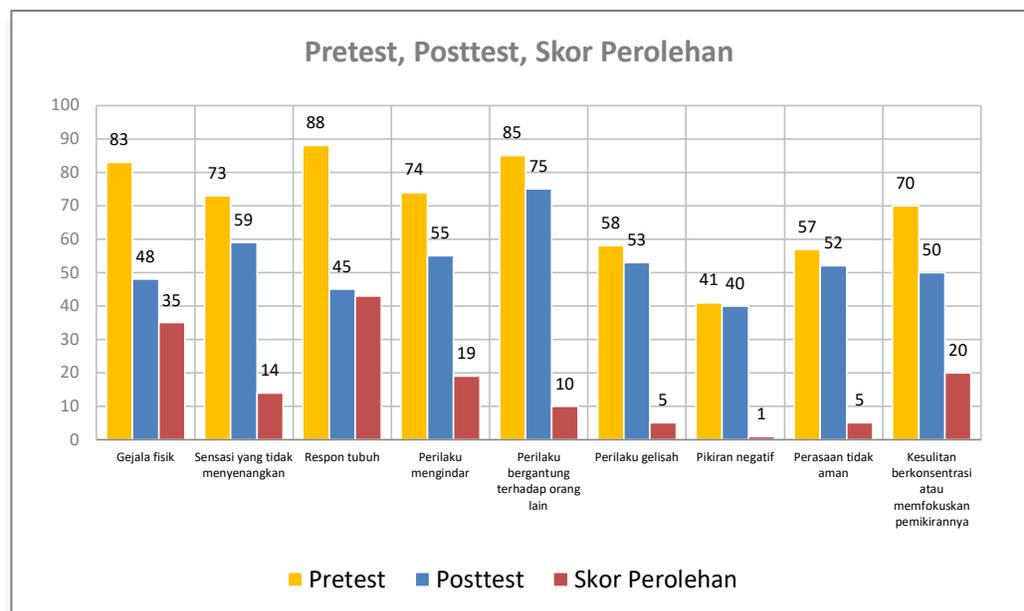
Persentase untuk indikator *insecure* juga mengalami penurunan, hal ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 14 Persentase Perbandingan *Pretest, Posttest*, dan Skor Perolehan Berdasarkan Indikator *Insecure*

No.	Indikator	<i>Pretest%</i>	<i>Posttest%</i>	Skor Perolehan%
1.	Gejala fisik	83%	48%	35%
2.	Sensasi yang tidak menyenangkan	73%	59%	14%
3.	Respon tubuh	88%	45%	43%
4.	Perilaku mengindar	74%	55%	19%
5.	Perilaku bergantung terhadap orang lain	85%	75%	10%

6.	Perilaku gelisah	58%	53%	5%
7.	Pikiran negatif	41%	40%	1%
8.	Perasaan tidak aman	57%	52%	5%
9.	Kesulitan berkonsentrasi atau memfokuskan pemikirannya	70%	50%	20%
X%		70%	53%	17%

Pada tabel diatas diketahui indikator *insecure* juga mengalami penurunan, hal ini dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Gambar 3. III Persentase Perbandingan *Pretest*, *Posttest*, dan Skor Perolehan Berdasarkan Indikator *Insecure*

Berdasarkan tabel dan grafik diatas diketahui indikator *insecure* mengalami penurunan antara sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Penurunan indikator Gejala fisik sebesar 35%, Sensasi yang tidak menyenangkan sebesar 14%, Respon tubuh sebesar 45%, Perilaku mengendar sebesar 19%, Perilaku bergantung terhadap orang lain sebesar 10%, Perilaku

gelisah sebesar 5%, Pikiran negatif sebesar 1%, Perasaan tidak aman sebesar 5%, dan Kesulitan berkonsentrasi atau memfokuskan pemikirannya sebesar 20%. Sehingga terjadi penurunan rata-rata sebesar 17% setelah *treatment* diberikan.

5. Teknik Analisis Data

a. Uji Normalitas

Hasil uji normalitas data pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 15 Hasil Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>		
		Unstandardized Residual
N		5
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	1,58415916
Most Extreme Differences	Absolute	,142
	Positive	,142
	Negative	-,135
Test Statistic		,142
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Dasar pengambilan keputusan adalah jika $\text{sig} > 0,05$ maka data berkontribusi normal. Berdasarkan tabel diatas diperoleh $0,20 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa data *pretest* dan *posttest* dapat dikatakan berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Hasil uji homogenitas data pada penelitian ini ditunjukkan pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 16 Hasil Uji Homogenitas

<i>Test of Homogeneity of Variances</i>				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Based on Mean	4,160	1	8	,076
Based on Median	,605	1	8	,459
Based on Median and with adjusted df	,605	1	6,323	,465
Based on trimmed mean	3,858	1	8	,085

Dari tabel diatas terlihat bahwa output uji homogenitas adalah sig 0,085 > 0,05 sehingga dapat disimpulkan homogenitas dapat diterima

c. Uji Hipotesis

Efektivitas konseling kelompok dengan teknik modeling untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin, hal ini dapat dilihat dari score sebelum dan sesudah mendapat *treatment*. Selanjutnya, dilakukan *uji paired sample T-test* dengan menggunakan bantuan program spftware IBM SPSS Statistics Versi 25 untuk mengetahui keefektivitasan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin.

Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_a : Layanan konseling kelompok dengan teknik modeling efektif untuk mengurangi *insecure* pada remaja perempuan kelas XE di MAN 3 Banjarmasin.

H_o : Layanan konseling kelompok dengan teknik modeling tidak efektif untuk mengurangi *insecure* pada remaja perempuan kelas XE di MAN 3 Banjarmasin.

Dasar pengambilan keputusan adalah jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_a ditolak, dan jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_a diterima. Pemaparan hasil uji paired sample T-test dan efektivitas Efektivitas konseling kelompok dengan teknik modeling untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 17 Uji Paired Sample T-Test

<i>Paired Samples Test</i>									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest - Posttest	24,40000	11,21606	5,01597	10,47342	38,32658	4,864	4	,008

Berdasarkan tabel diatas dapat terlihat bahwa nilai sig 0,008 < 0,05 sehingga H_a diterima. Rata-rata perbedaan skor antara *pretest* dan *posttest*

adalah 24,40000. Nilai t (4,864) menunjukkan perbedaan yang kuat antara kondisi *pretest* dan *posttest*. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan antara nilai *pretest* dan *posttest* dan dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik modeling efektif untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin.

C. Pembahasan

Pembahasan hasil penelitian yang meliputi hasil temuan pada saat pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik modeling untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin.

1. Gambaran *Insecure* Pada Remaja Perempuan Kelas X E di MAN 3 Banjarmasin Sebelum (*Pretest*) Diberikan *Treatment* Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modeling.

Sebelum diberikan *treatment* layanan konseling kelompok dengan teknik modeling, dilakukan *pretest* untuk mengetahui tingkat *insecure* yang dialami oleh remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin. Hasil dari *pretest* ini memberikan gambaran awal tentang kondisi psikologis peserta didik terkait *insecure* yangalaminya. Berdasarkan hasil kuesioner *pretest* yang dibagikan kepada peserta didik remaja perempuan didapatkan 5 orang yang masuk pada kategori sesuai yaitu S.N.A sebesar 104, N sebesar 113, F.S sebesar 100, M.N.S sebesar 103, dan A.A sebesar 117. Selain itu berdasarkan indikator *insecure*, salah

satu indikator insecure tertinggi adalah respon tubuh yaitu memperoleh hasil 88%.

American Psychology mendefinisikan *insecure* sebagai perasaan yang tidak baik, seperti kurangnya percaya diri dan ketidakmampuan untuk menghadapi suatu masalah. Kurangnya percaya diri dapat berdampak pada produktivitas.⁷¹ Menurut Melanie Greenberg dalam *Psychology Today*, terdapat tiga bentuk *insecurity* yang paling sering terjadi. Yang pertama adalah *insecurity based on recent failure or rejection* atau *insecure* yang disebabkan oleh kegagalan yang baru saja terjadi atau penolakan. Menurutnya, peristiwa yang baru saja terjadi berpengaruh besar terhadap diri sendiri. Penelitian menunjukkan bahwa 40% dari *happiness quotient* (HQ) seseorang dipengaruhi oleh peristiwa yang baru saja terjadi dalam hidupnya. Yang kedua adalah *lack of confidence because of social anxiety* atau kurang percaya diri karena kecemasan sosial. Banyak orang merasa kurang percaya diri dalam beberapa situasi sosial atau bahkan dalam dalam media sosial mereka sendiri. Rasa takut dievaluasi oleh orang lain dan dianggap kurang dapat menyebabkan kecemasan (*anxiety*). Akibatnya banyak orang menarik diri dan mengisolasi diri sendiri untuk mengantisipasi ketidaknyamanan dan kecemasan tersebut. Kebanyakan dari tipe ini lebih menghargai atribut yang dangkal daripada karakter dan integritas. Yang terakhir adalah *insecurity driven by perfectionism* atau *insecurity* yang didorong oleh

⁷¹ Pangestu et al., "Penggunaan Aplikasi Tiktok Untuk Mempublikasikan Karya Mencintai Ketidaksempurnaan Diri Melalui Kampanye Love Imperfections."

perfeksionisme. Beberapa orang memiliki standar yang sangat tinggi untuk semua yang dilakukannya. Sayangnya hidup diinginkan, ada beberapa bagian yang berjalan diluar kendali diri. Jika ketidaksempurnaan terus menimbulkan kekecewaan dan menyalahkan diri sendiri maka hal tersebut akan memunculkan perasaan *insecure* dan tidak berharga.⁷²

Dengan pertimbangan hasil wawancara dengan guru bk dan hasil pretest yang diberikan maka peneliti memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling, teknik ini dipilih karena memungkinkan peserta didik untuk belajar melalui observasi terhadap model yang ditampilkan dan diharapkan peserta didik remaja perempuan yang mengikuti layanan ini dapat mengatasi permasalahan yang dialaminya terkait dengan *insecure* sehingga dapat lebih percaya diri, mampu berinteraksi dengan lebih baik, dan mencapai potensi maksimal mereka dalam proses belajar mengajar.

2. Gambaran *Insecure* Pada Remaja Perempuan Kelas X E di MAN 3 Banjarmasin Setelah (*Posttest*) Diberikan *Treatment* Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modeling.

Setelah peneliti memberikan treatment layanan konseling kelompok dengan teknik modeling pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3

⁷² Greenberg, "The 3 Most Common Causes of Insecurity and How to Beat Them."

Banjarmasin untuk mengatasi *insecure* sebanyak 4 kali pertemuan konseling dengan tema berbeda pada setiap pertemuan. Dilihat dari hasil *posttest* terdapat penurunan *insecure* setelah diberikan *treatment*, yaitu S.N.A menjadi 87, N menjadi 79, F.S menjadi 85, M.N.S menjadi 86, dan A.A menjadi 78. Hasil *uji paired sample T-test* juga menunjukkan perubahan ketika diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling. Perubahan ini juga ditemukan pada sikap remaja perempuan setelah mengikuti proses dalam layanan konseling kelompok.

Secara umum hasil *posttest* layanan konseling kelompok dengan teknik modeling mengalami perubahan yang signifikan terlihat dari hasil *pretest* yang semula tinggi menjadi rendah. Perubahan *insecure* pada remaja perempuan sebelum diberikan *treatment* memperoleh hasil 73% dibandingkan dengan setelah diberikan *treatment* menjadi 55,12%. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan *insecure* pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin sebelum dan sesudah diberikan *treatment* mengalami penurunan. Selain itu berdasarkan indikator *insecure*, salah satu indikator *insecure* tertinggi adalah respon tubuh yaitu memperoleh hasil 88% telah menurun setelah dilakukan *treatment* menjadi 45% sehingga memperoleh selisih sebanyak 43%.

Hasil penelitian ini mendukung teori yang dibahas pada bab II bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik modeling, yaitu konseling kelompok untuk membantu konseli dengan bentuk dinamika kelompok serta menggunakan

teknik modeling untuk mengatasi perilaku negatif melalui pengamatan atau observasi pada model. Sebagai bagian dari penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling yang dapat membantu mengatasi permasalahan terkait *insecure*. Peneliti telah menyusun pedoman layanan konseling kelompok dengan teknik modeling untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin.

Menurut Corey tujuan dari kegiatan pelayanan konseling kelompok yaitu untuk membantu individu belajar untuk mengembangkan kesadaran dan pengetahuan diri, mengembangkan kepekaan terhadap orang lain, mengetahui kebutuhan komunitas kelompok dan persoalan serta sebuah pengertian yang univesal, memperluas motivasi diri, percaya diri, menghargai diri dalam perintah untuk mencapai pandangan yang baru dalam dirinya, untuk menemukan jalan pilihan dalam suatu hubungan dengan persoalan perkembangan yang normal dan tentunya memecahkan permasalahan, untuk memperluas wawasan diri, otonomi dan bertanggung jawab terhadap dirinya dan orang lain, untuk menjadi sadar akan suatu pilihan dan untuk memilih pilihan yang bijaksana, untuk membuat rencana khusus terhadap beberapa perubahan tingkah laku, untuk belajar lebih efektif keahlian sosial, untuk menjadi lebih sensitif terhadap kebutuhan dan perasaan yang lain, belajar menghadapi orang lain, menghindari pembicaraan sendiri, untuk belajar dari harapan yang dimiliki, untuk menjelaskan suatu nilai dan

memutuskan bagaimana mengubah mereka.⁷³ Dalam konseling kelompok terdapat berbagai teknik salah satunya teknik modeling. Perry dan Furukawa dalam Abimanyu dan Manrihu yang dikutip oleh Namora Lumangga Lubis mendefinisikan modeling sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seorang individu atau kelompok, sebagai model, berperan sebagai rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku sebagai bagian dari individu yang lain yang mengobservasi model yang ditampilkan. Teknik modeling ini adalah suatu komponen dari suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan. Model dapat berupa model sesungguhnya (langsung) dan dapat pula secara simbolis.⁷⁴

Tujuan yang ingin dicapai setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik modeling adalah dapat membantu konseli dalam mengatasi *insecure* yang dialaminya. Menurut masalah yang dialami remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin yaitu memiliki *insecure*, maka dari itu setelah diberikannya layanan konseling kelompok dengan teknik modeling ini dapat mengatasi *insecure* yang dialaminya menjadi jauh lebih percaya diri, dan lebih berani berinteraksi kepada teman-temannya.

⁷³ Susanti, "Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Cerdas Istimewa Di SMA Kota Yogyakarta."

⁷⁴ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, edisi pert. (Jakarta: Kencana). 167

3. Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Modeling Untuk Mengatasi Insecure Pada Remaja Perempuan Kelas X E di MAN 3 Banjarmasin

Berdasarkan hasil penyajian data yang sudah disajikan diatas, maka selanjutnya data dianalisis sesuai dengan permasalahan penelitian yang menjadi penekanan pembahasan dalam menjawab rumusan masalah yang sudah ditetapkan dalam penelitian ini yaitu apakah layanan konseling kelompok dengan teknik modeling efektif untuk mengatasi insecure pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin.

Analisis ini diharapkan dapat menemukan kesimpulan dari permasalahan yang dikembangkan dalam penelitian ini, selanjutnya analisis data dapat dikembangkan yaitu:

Dilihat dari rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* yaitu saat sebelum (*pretest*) diberikan *treatment* memperoleh rata-rata hasil 73% dan setelah (*Posttest*) diberikan *treatment* memperoleh rata-rata 55,12%. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perubahan *insecure* setelah menerima *treatment* melalui layanan konseling kelompok dengan teknik modeling. Selisih nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* ini sebesar 17,88% menunjukkan adanya perubahan *insecure*.

Untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak maka dilakukan uji normalitas yang menyatakan bahwa data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal, jika nilai $\text{sig} > 0,05$ berdistribusi normal. Pada data *pretest*

dan posttest konseli mendapat $\text{sig} > 0,20$ berarti berdistribusi normal. Setelah data berdistribusi normal maka akan di uji dengan *uji paired sample T-test*.

Jika nilai $\text{sig} > 0,05$ maka H_a ditolak. Nilai sig yang diperoleh dari uji T pada penelitian ini adalah $\text{sig} 0,008 < 0,05$ sehingga H_a diterima yang berarti layanan konseling kelompok dengan teknik modeling efektif untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan kelas X E di MAN 3 Banjarmasin karena signifikasi $0,008 < 0,05$.

D. Keterbatasan penelitian

Meskipun tujuan penelitian ini telah tercapai sebaik mungkin namun penelitian ini juga memiliki keterbatasan yaitu:

1. Layanan konseling kelompok dengan teknik modeling untuk mengatasi *insecure* pada remaja perempuan memang menunjukkan adanya perubahan yang signifikan. Meskipun demikian dalam 4 kali pertemuan konseling kelompok dengan teknik modeling belum dapat dilakukan secara maksimal, karena sulitnya mengatur waktu dalam pemberian layanan disamping saat melakukan penelitian kebetulan saat itu sekolah sedang melaksanakan persiapan perpisahan dan ulangan semester. Sehingga sulit untuk mengumpulkan peserta didik remaja perempuan yang mengikuti layanan.
2. Keterbatasan pengukuran perubahan *insecure* hanya dilakukan melalui angket, wawancara, dan observasi. Meskipun memberikan gambaran, tetapi

sikap konseli selama diluar layanan konseling kelompok tidak dapat teramati secara menyeluruh.

3. Teknik modeling yang digunakan dalam penelitian ini berbasis pada simbolik modeling melalui video. Meskipun efektif, mungkin ada metode modeling lain yang lebih sesuai atau efektif untuk beberapa peserta didik.
4. Evaluasi dan tindak lanjut setelah dilakukannya layanan konseling kelompok dengan teknik
5. modeling ini tidak sempat dilakukan karena keterbatasan waktu penelitian, hal itu perlu dilakukan agar mengetahui layanan yang diberikan dapat menunjukkan efektivitas secara menyeluruh.