KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SINEMA EDUKASI UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI SISWA DI SMP NEGERI 3 KABUPATEN SINTANG

SKRIPSI

OLEH

SAJNA ILMANA

F1142221005

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2026

KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SINEMA EDUKASI UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI SISWA DI SMP NEGERI 3 KABUPATEN SINTANG

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Jurusan Ilmu Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling

OLEH

SAJNA ILMANA

F1142221005

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA

KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SINEMA EDUKASI UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI SISWA DI SMP NEGERI 3 KABUPATEN SINTANG

SAJNA ILMANA
NIM F1142221005

Disetujui Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
Dra, Yuline M.Pd	**Amallia Putri, M.Pd**
NIP. 196103291986112001	**NIP. 199403292019032023**

Disahkan
Dekan FKIP Universitas Tanjungpura

Prof. Dr. Ahmad Yani T, M.Pd
NIP. 196604011991021001

Lulus Tanggal: 06 Maret 2026

KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SINEMA EDUKASI UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI SISWA DI SMP NEGERI 3 KABUPATEN SINTANG

Tanggung Jawab Yuridis

SAJNA ILMANA
NIM F1142221005

Disetujui Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
Dra, Yuline M.Pd	Amalia Putri, M.Pd
NIP. 196103291986112001	NIP. 199403292019032023
Penguji I	**Penguji II**
Dr. Halida, M.Pd	Marwah Rusydiana, M.A.
NIP. 197405222006042001	NIP. 199307162024062001

Mengetahui:

Ketua Program Studi Bimbingan Dan Konseling
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tanjungpura

Amalia Putri, M.Pd
NIP. 199403292019032023

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Sajna Ilmana

NIM : F1142221005

Jurusan/Prodi : Ilmu Pendidikan/Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan dan pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pontianak, 6 Maret 2026

Saya membuat pernyataan,



Sajna Ilmana

F1142221005

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi dalam meningkatkan efikasi diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang. Permasalahan penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya efikasi diri siswa yang ditunjukkan melalui kurangnya kepercayaan diri, keraguan dalam menyelesaikan tugas akademik, serta kecenderungan pasif dalam proses pembelajaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dan desain *One Group Pretest-Posttest*. Subjek penelitian berjumlah 10 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa angket efikasi diri yang disusun berdasarkan aspek level, strength, dan generality. Teknik analisis data menggunakan uji *Paired Sample T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada efikasi diri siswa, dengan rata-rata skor pretest sebesar 55,1 (kategori rendah) meningkat menjadi 83,5 (kategori tinggi) pada posttest. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis alternatif diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa melalui pengalaman belajar yang bermakna, refleksi diri, serta penguatan motivasi dan keyakinan diri siswa.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Sinema Edukasi, Efikasi Diri

MOTTO

"Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan."

(Qs. Al-Insyirah: 5-6)

"Kesuksesan bukan milik orang pintar, tetapi milik mereka yang senantiasa berusaha."

-B.J. Habibie

"Tak ada yang tahu kapan kau mencapai tuju, dan percayalah bukan urusanmu untuk menjawab itu, bersender pada waktu."

-Besok Mungkin Kita Sampai (Hindia)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan karunia-Nya, skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, pengorbanan, dukungan, serta kepercayaan dalam setiap langkah perjalanan hidup saya. Terima kasih telah menjadi alasan terbesar saya untuk terus berjuang dan tidak pernah menyerah.

Skripsi ini juga saya persembahkan kepada saudara-saudara saya yang selalu memberikan semangat, perhatian, doa, dan dukungan selama proses penyelesaian skripsi ini. Kehadiran kalian menjadi kekuatan yang selalu mengiringi setiap proses hingga akhirnya karya ini dapat terselesaikan.

Semoga karya sederhana ini menjadi wujud rasa syukur, bakti, dan terima kasih atas segala cinta, pengorbanan, serta doa yang telah diberikan, sekaligus menjadi awal dari langkah-langkah terbaik yang akan saya tempuh di masa depan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul: "Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik Sinema Edukasi untuk Meningkatkan Efikasi Diri di SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang."

Penulisan skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak menerima bimbingan, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dra. Yuline, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan, kritik, dan saran secara sabar dan penuh perhatian dalam proses penyusunan skripsi ini.
2. Ibu Amallia Putri, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing II sekaligus Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah mendukung dan membimbing penulis dengan penuh semangat dan keikhlasan.
3. Ibu Marwah Rusydiana, S.Sos., M.A, selaku Dosen Pembimbing Akademik saya yang senantiasa memberikan dukungan serta motivasi selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Ahmad Yani T, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tanjungpura yang telah memberikan fasilitas dan izin selama perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Bimbingan dan konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak yang telah banyak memberikan ilmu selama masa perkuliahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi penelitian ini dengan baik.

6. Seluruh Staf Akademik Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak yang telah membantu selama proses pemberkasan penulis
7. Kepala Sekolah, guru kelas, guru BK dan seluruh warga SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan prariset hingga riset.
8. Bagi siswa-siswi SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang karena telah membantu dalam proses penelitian selama peneliti berada di SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang.
9. Ayahanda tercinta, Ir. H. Iskandar Yusuf, dan Ibunda tersayang, Hj. Rusyanti, S.Pd.I, cinta dan pintu surga saya. Terima kasih atas doa yang tak pernah putus, kasih sayang yang tulus, serta pengorbanan yang tak terhitung dalam setiap langkah pendidikan saya. Nasihat, kesabaran, dan kerja keras Ayah menjadi teladan hidup, sementara doa dan pelukan Ibu selalu menjadi kekuatan dan tempat ternyaman untuk kembali. Terima kasih karena selalu menunggu dengan penuh cinta tanpa banyak menuntut. Semoga karya kecil ini menjadi wujud hormat, bakti, dan cinta saya yang tak ternilai untuk Ayah dan Ibu.
10. Kedua saudara saya tercinta, Abang Fahmi Andarus, S.Fram., APT., Kakak dr. Syafa Istiqomah, serta Kakak Ipar Putri Jannu Riana, S.Fram., APT., terima kasih atas kasih sayang, perhatian, dan dukungan tanpa henti. Kehadiran kalian selalu jadi penyemangat, tempat berbagi cerita, dan sumber tawa yang meringankan langkah ini. Terima kasih khususnya karena selalu menjadi donatur kecil penuh cinta, yang memberi saya kesempatan merayakan diri dengan sederhana sebagai bentuk self reward. Kebaikan hati kalian adalah anugerah indah yang membuat saya tak pernah merasa sendiri.
11. Sahabat kampus sekaligus sahabat hidup saya, Dwi Putri Aulia dan Siti Aufa Rafiqi, terima kasih karena telah menjadi bagian dari perjalanan sejak langkah pertama saya menapaki dunia perkuliahan, menemani dari awal masuk kuliah, saat berjuang mengajukan judul, hingga kini menyusun karya ini. Kalian adalah saksi dari setiap lelah, tawa, air mata, sekaligus semangat

yang terus menguatkan. Semoga kebersamaan ini berbuah manis dengan kelulusan yang kita raih bersama, sehingga setiap perjuangan yang kita jalani dapat menjadi kenangan indah yang tak pernah pudar.

12. Teman-teman Badan Pengurus Harian Abirama Baswara dan Solid Dua Periode, terima kasih yang sebesar-besarnya atas kebersamaan, kerja sama, dan kekeluargaan yang begitu hangat. Dari setiap rapat, kegiatan, hingga canda tawa yang kita lalui, semua telah menjadi bagian penting dalam perjalanan hidup saya. Kalian bukan hanya rekan seperjuangan dalam organisasi, tetapi juga sahabat yang selalu memberi semangat dan warna dalam setiap langkah. Semoga ikatan persaudaraan ini tidak berhenti disini, melainkan terus terjaga sebagai kenangan berharga dan kekuatan yang akan selalu saya bawa ke mana pun melangkah.
13. Teman-teman Seangkatan dan Seperjuangan, terima kasih atas setiap cerita, tawa, dan perjuangan yang kita lalui bersama. Kalian bukan hanya teman sekelas, tetapi juga keluarga kedua yang selalu ada dalam suka maupun duka. Semoga kebersamaan ini menjadi kenangan indah yang tak lekang oleh waktu, dan semoga kita bisa meraih kelulusan bersama sebagai hadiah atas perjuangan yang telah kita jalani.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebagai referensi ilmiah maupun praktis, khususnya dalam pengembangan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri siswa.

Pontianak, 6 Maret 2026



Sajna Ilmana

F1142221005

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ..... **Error! Bookmark not defined.**
ABSTRAK v
MOTTO vi
KATA PENGANTAR vii
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR GAMBAR xiii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 5
C. Tujuan Penelitian 5
D. Manfaat Penelitian 6
1. Manfaat Teoritis 6
2. Manfaat Praktis 6
E. Ruang Lingkup Penelitian 7
1. Variabel Penelitian 7
2. Definisi Operasional 8
BAB II KAJIAN PUSTAKA 9
A. Kajian teori 9
1. Efikasi Diri 9
2. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sinema Edukasi 20
3. Peranan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sinema Edukasi untuk Meningkatkan Efikasi Diri 27
B. Hipotesis Penelitian 29
BAB III METODE PENELITIAN 31
A. Desain Penelitian 31
1. Metode Penelitian 31
2. Bentuk Penelitian 31
3. Rancangan Penelitian 32
4. Prosedur Penelitian 34
B. Populasi dan Sampel 42

1. Populasi Penelitian 42
2. Sampel Penelitian 43
C. Teknik Pengumpulan Data 44
D. Intrument Penelitian 45
1. Uji Validitas 46
2. Uji Reliabilitas 47
E. Teknik Analisis Data 47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 50
A. Hasil Penelitian 50
1. Persiapan Penelitian 50
2. Pelaksanaan Penelitian 52
3. Analisis Data 54
B. Pengujian Hipotesis 60
1. Uji Normalitas 60
2. Uji Homogenitas 61
3. Hasil Pengujian Hipotesis 62
C. Pembahasan 64
1. Tingkat Efikasi Diri pada Siswa SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang Sebelum diberikan Bimbingan kelompok dengan Teknik Sinema Edukasi 64
2. Tingkat Efikasi Diri pada Siswa SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang Sesudah diberikan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sinema Edukasi 67
3. Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sinema Edukasi untuk Meningkatkan Efikasi Diri pada Siswa SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang 72
BAB V PENUTUP 75
A. Kesimpulan 75
B. Saran 75
DAFTAR PUSTAKA 77

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rancangan Penelitian…….. 33

Tabel 3.2 Jumlah Populasi Penelitian……. 43

Tabel 3.3 Pemberian Kriteria dan Skor Jawaban Skala Efikasi Diri……..…… 45

Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas……51

Tabel 4.2 Cronbach Alpha……...52

Tabel 4.3 Kategori Tingkat Efikasi Diri Siswa……..……..53

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi……..54

Tabel 4.5 Hasil Pre-test Kuesioner Efikasi Diri Siswa Kelas VIII SMPN 3 Sintang…….55

Tabel 4.6 Tingkat Efikasi Diri Siswa SMPN 3 Sintang Sebelum Diberikan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sinema Edukasi……..……...55

Tabel 4.7 Tingkat Efikasi Diri Siswa SMPN 3 Sintang Setelah Diberikan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sinema Edukasi…….....56

Tabel 4.8 Perbedaan Hasil Pre-test dan Post-test Efikasi Diri Siswa……..57

Tabel 4.9 Peningkatan Aspek-aspek Efikasi Diri Siswa……..59

Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas……...60

Tabel 4.11 Hasil Uji Homogenitas……...61

Tabel 4.12 Hasil Uji Paired Sampel T-test……...62

Tabel 4.13 Kategorisasi Effect Size Menurut Cohen's d…….63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Perbedaan Hasil Pre-test dan Post-test Tingkat Efikasi Diri Siswa SMP Negeri 3 Sintang……...58

Gambar 4.2 Peningkatan Aspek-aspek Efikasi Diri Siswa SMP Negeri 3 Sintang……..59

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dalam membentuk generasi muda agar mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan di masa depan secara adaptif dan berkelanjutan. Dalam konteks pendidikan abad ke-21, keberhasilan proses pendidikan tidak lagi semata-mata diukur dari capaian akademik, tetapi juga dari kemampuan peserta didik dalam mengelola emosi, membangun kepercayaan diri, mengembangkan karakter positif, serta memiliki ketahanan pribadi yang kuat. Oleh karena itu, lembaga pendidikan dituntut untuk mengembangkan potensi peserta didik secara menyeluruh melalui penguatan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik secara seimbang. Sejalan dengan hal tersebut, isu-isu yang berkaitan dengan kesehatan mental, kepercayaan diri, dan ketahanan individu menjadi perhatian penting dalam dunia pendidikan modern, baik secara global maupun nasional.

Di Indonesia, perhatian terhadap pengembangan karakter dan kesehatan psikologis peserta didik tercermin dalam berbagai kebijakan pendidikan nasional, antara lain Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional serta Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling. Kebijakan tersebut menegaskan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam membantu peserta didik mencapai perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karier secara optimal. Dengan demikian, layanan bimbingan dan konseling tidak hanya berfungsi sebagai layanan remedial, tetapi juga sebagai layanan preventif dan pengembangan, khususnya dalam membangun kepercayaan diri dan kesiapan psikologis siswa dalam menghadapi tuntutan akademik maupun sosial.

Dalam dunia pendidikan, keberhasilan belajar siswa tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan intelektual, tetapi juga dipengaruhi oleh

faktor psikologis yang ada dalam diri individu. Salah satu faktor psikologis yang dianggap sangat penting adalah efikasi diri. Bandura (1997) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu. Efikasi diri memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, memotivasi diri, serta bertindak dalam menghadapi berbagai situasi. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih kuat, berani menghadapi tantangan, menetapkan target yang realistis, serta tidak mudah menyerah ketika menghadapi kegagalan.

Penelitian Usher dan Pajares (2019) menegaskan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap partisipasi belajar, ketekunan, serta prestasi akademik siswa. Siswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi menunjukkan keterlibatan aktif dalam pembelajaran, memiliki keyakinan untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik, serta mampu mengelola tekanan belajar dengan lebih baik. Sebaliknya, rendahnya efikasi diri berkaitan erat dengan menurunnya motivasi belajar, meningkatnya kecemasan akademik, serta rendahnya keberanian siswa untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran (Wang et al., 2020).

Kondisi tersebut juga ditemukan dalam konteks pendidikan nasional, khususnya pada jenjang sekolah menengah pertama yang merupakan fase perkembangan remaja awal. Pada masa ini, siswa berada pada tahap perkembangan psikologis yang sangat menentukan dalam pembentukan keyakinan terhadap kemampuan diri. Zimmerman dan Schunk (2016) menyatakan bahwa remaja awal mulai membangun penilaian terhadap kompetensi diri berdasarkan pengalaman akademik, interaksi sosial, serta umpan balik dari lingkungan. Oleh karena itu, rendahnya efikasi diri pada fase ini berpotensi menimbulkan dampak jangka panjang terhadap perkembangan akademik, psikologis, dan sosial siswa.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang, ditemukan bahwa sebagian besar siswa kelas VIII menunjukkan

tingkat efikasi diri yang tergolong rendah. Kondisi ini tercermin dari berbagai perilaku siswa di lingkungan sekolah, seperti keraguan terhadap kemampuan diri sendiri, rendahnya keberanian untuk bertanya ketika mengalami kesulitan memahami materi pelajaran, kurangnya kepercayaan diri untuk berbicara atau tampil di depan umum, serta munculnya kecemasan berlebihan menjelang ujian. Jika kondisi ini dibiarkan tanpa intervensi yang tepat, maka tidak hanya berdampak pada penurunan prestasi akademik, tetapi juga berpotensi menghambat perkembangan psikologis dan sosial siswa dalam jangka panjang.

Hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling serta wali kelas VIII memperkuat temuan tersebut. Guru BK mengungkapkan bahwa banyak siswa merasa kurang percaya diri dalam mengerjakan tugas secara mandiri, mudah cemas ketika menghadapi evaluasi akademik, serta cenderung pasif dalam proses pembelajaran. Kondisi ini diduga dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain minimnya pengalaman keberhasilan dalam belajar, rendahnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar, serta terbatasnya penggunaan media pembelajaran dan layanan bimbingan yang mampu menyentuh aspek emosional siswa secara mendalam.

Pendekatan pembelajaran dan layanan bimbingan yang masih bersifat konvensional dan normatif cenderung hanya menekankan aspek kognitif, sehingga kurang mampu menggugah motivasi internal dan keyakinan diri siswa. Oleh karena itu, diperlukan inovasi dalam layanan bimbingan dan konseling yang lebih kontekstual, partisipatif, dan menarik bagi siswa. Salah satu alternatif layanan yang dinilai relevan adalah bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi.

Bimbingan kelompok merupakan layanan yang memungkinkan siswa belajar melalui interaksi sosial, berbagi pengalaman, dan refleksi bersama antaranggota kelompok (Sukardi, 2003; Achmad, 2005). Melalui dinamika kelompok, siswa dapat memperoleh pengalaman vikarius, yaitu belajar dari keberhasilan orang lain, yang pada akhirnya dapat memperkuat keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Ramli (2016) menegaskan bahwa proses

pembelajaran sosial dalam kelompok memiliki peran penting dalam pembentukan sikap, kepercayaan diri, dan motivasi belajar siswa.

Teknik sinema edukasi dalam bimbingan kelompok memanfaatkan film atau video bermuatan nilai-nilai positif dan motivasional sebagai media reflektif. Melalui kegiatan menonton dan diskusi, siswa diajak untuk mengidentifikasi tokoh, alur cerita, serta pesan moral dalam film, kemudian mengaitkannya dengan pengalaman pribadi. Hidayat (2018) menjelaskan bahwa film edukatif mampu menyentuh aspek afektif siswa, membangkitkan empati, serta memperkuat proses identifikasi diri, sehingga efektif dalam menanamkan nilai-nilai positif dan meningkatkan kepercayaan diri.

Efikasi diri merupakan keyakinan yang bersifat situasional dan spesifik terhadap tugas tertentu (Sherer & Maddux, 1982) serta bersifat dinamis sesuai dengan konteks tugas dan pengalaman individu (Stajkovic & Luthans, 1998). Sejalan dengan temuan penelitian terdahulu yang menunjukkan efektivitas media film dalam layanan bimbingan kelompok Ningtias dan Setiawan (2022), pengalaman belajar yang bermakna dan inspiratif melalui sinema edukasi diyakini mampu meningkatkan efikasi diri siswa secara lebih efektif.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas pentingnya efikasi diri dan manfaat layanan bimbingan kelompok, kajian empiris yang secara khusus meneliti keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi dalam meningkatkan efikasi diri siswa SMP, khususnya di Kabupaten Sintang, masih relatif terbatas. Kondisi ini menunjukkan adanya celah penelitian yang perlu diisi melalui kajian yang lebih kontekstual dan berbasis kebutuhan nyata di lapangan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi dalam meningkatkan efikasi diri siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang dipandang penting dan relevan untuk dilaksanakan. Penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan ilmu bimbingan

dan konseling, tetapi juga memberikan manfaat praktis bagi guru BK dan pihak sekolah dalam merancang layanan yang lebih inovatif, inspiratif, dan berorientasi pada penguatan kepercayaan diri siswa sebagai bekal menghadapi tantangan akademik dan kehidupan di masa depan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, masalah umum penelitian yaitu "Apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi efektif untuk meningkatkan efikasi diri siswa? Sehubungan dengan itu, rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat efikasi diri siswa SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi?
2. Bagaimana tingkat efikasi diri siswa SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi?
3. Apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran secara empiris mengenai keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi dalam meningkatkan efikasi diri siswa. Adapun secara khusus, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat efikasi diri siswa SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi.
2. Untuk mengetahui tingkat efikasi diri siswa SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan di bidang bimbingan dan konseling, khususnya dalam hal penerapan teknik sinema edukasi sebagai salah satu metode yang efektif dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri peserta didik. Selain itu, temuan penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai referensi dan dasar pertimbangan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan intervensi konseling berbasis media visual dan budaya populer yang relevan dengan dunia siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru Bimbingan Konseling

Penelitian ini dapat memberikan alternatif pendekatan yang menyenangkan, komunikatif, dan inspiratif melalui teknik sinema edukasi dalam layanan bimbingan kelompok, yang pada akhirnya dapat meningkatkan efikasi diri siswa dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik dan sosial. Dengan hasil ini, guru BK diharapkan dapat mengembangkan strategi layanan yang lebih kontekstual, menarik, serta sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan perkembangan siswa SMP.

b. Bagi Siswa

Melalui layanan bimbingan kelompok berbasis sinema edukasi, siswa akan mendapatkan pengalaman emosional dan kognitif yang bermakna melalui tayangan-tayangan edukatif yang relevan dengan kehidupan mereka, sehingga diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri, rasa mampu, dan keyakinan atas potensi diri sendiri dalam menyelesaikan tugas-tugas belajar maupun persoalan pribadi yang dihadapi sehari-hari.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran awal dan inspirasi metodologis maupun substantif bagi peneliti lain yang tertarik untuk mengkaji teknik sinema edukasi dalam konteks layanan bimbingan lainnya atau dengan variabel yang berbeda, sehingga memperluas cakupan kajian intervensi berbasis media dalam ranah pendidikan dan psikologi perkembangan.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019, h.68).

a. Variabel Bebas

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2019, h.69). Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok dengan teknik sinema edukasi. Adapun tahapan pelaksanaan sinema edukasi menurut Saputra, Indreswari, & Rahman (2023) adalah sebagai berikut:

1. *Assesment* (pengumpulan Informasi)
2. *Preparation* (persiapan)
3. *Implementation* (pelaksanaan)
4. *Processing the experience* (kegiatan)

b. Variabel Terikat

Menurut Sugiyono (2019), variabel terikat merupakan variabel yang mengalami perubahan atau dipengaruhi sebagai akibat dari adanya variabel bebas. Dalam konteks penelitian ini, variabel terikat yang dikaji adalah efikasi diri. Menurut Bandura (1997), efikasi diri

pada setiap individu akan berbeda antara satu dengan lainnya berdasarkan tiga aspek. Hal ini diungkap dengan skala efikasi diri yang didasarkan pada aspek-aspek efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura yaitu:

1. Dimensi tingkat *(level)*
2. Dimensi kekuatan *(strength)*
3. Dimensi keluasan *(generality)*

2. Definisi Operasional

a. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah layanan bantuan yang diberikan kepada sejumlah peserta didik dalam suatu kelompok melalui kegiatan terstruktur untuk membantu mereka mengembangkan pemahaman diri, keterampilan sosial, dan kemampuan mengatasi permasalahan secara bersama.

b. Teknik Sinema Edukasi

Teknik sinema edukasi adalah strategi dalam layanan bimbingan kelompok yang menggunakan film bertema pendidikan sebagai stimulus untuk memunculkan diskusi, refleksi, dan pemaknaan nilai yang relevan dengan pengalaman belajar peserta didik.

c. Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan peserta didik SMP Negeri 3 Kabupaten Sintang terhadap kemampuan dirinya dalam merencanakan, mengatur, dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk menghadapi tuntutan proses pembelajaran.