

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I ini terkait pendahuluan penelitian yang telah dilakukan. Pendahuluan ini memiliki beberapa struktur yang menjelaskan tentang latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis.

1.1. Latar Belakang Penelitian

Efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang dalam kapasitasnya untuk merencanakan, dan melaksanakan perilaku tertentu yang akan menghasilkan pencapaian di masa depan (Bandura et al., 1997; Gosselin & Maddux, 2003). Konsep efikasi diri merupakan salah satu struktur kepribadian sistem diri (*self system*) dari bagian teori kognitif sosial Albert Bandura (Alwisol, 2014). Ahli teori pembelajaran sosial mendefinisikan efikasi diri yang dirasakan sebagai rasa percaya diri mengenai kinerja tugas-tugas tertentu (Jinks & Morgan, 1999). Sehingga seseorang dengan efikasi diri yang kuat, mereka akan mengerahkan lebih banyak upaya untuk mencapai tujuan mereka. Di sisi lain, mereka yang memiliki efikasi diri yang buruk akan lebih meminimalkan usaha mereka, sehingga berpotensi besar mereka akan menyerah dengan tugas yang dihadapinya.

Upaya membantu meningkatkan efikasi diri sangat dibutuhkan bagi siswa. Hal ini juga tercantum dalam tujuan bimbingan dan konseling yaitu upaya untuk memahami diri sendiri serta memahami orang lain (Myrick, 2011). Pemahaman diri yang dimaksud adalah upaya individu dalam memahami lebih lanjut terkait dengan kemampuan dan kekuatan dirinya agar dapat ditingkatkan. Pengenalan diri akan kemampuan diri secara tidak langsung akan meningkatkan efikasi diri pada diri. Hal ini akan tampak pada cara berperilaku individu dalam kehidupan sehari-harinya. Seseorang akan dianggap memiliki efikasi diri yang tinggi jika mereka dapat mengungkapkan dan juga mengeksperikan dirinya tanpa merasa sungkan atau malu. Mereka juga yakin bahwa dirinya mampu untuk melakukan berbagai macam tugas. Efikasi diri diperoleh dari empat sumber yaitu; pengalaman penguasaan, pengalaman perwakilan, keyakinan atau dukungan sosial, dan

keadaan psikologis (Bandura et al., 1997). Dari pengalaman tersebut akan menentukan efikasi diri seseorang. Efikasi diri merupakan suatu kajian yang penting dalam pembelajaran yang harus dibahas guna meningkatkan pencapaian remaja (Firmiana & Rahmawati, 2020). Hal ini disebabkan karena transisi pada masa kanak-kanak menuju masa kedewasaan sedang dialami oleh para remaja pada masa itu. Hal tersebut dikarenakan remaja adalah seorang individu yang dimana mereka sedang mengalami masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa (Hurlock, 1991; Kathryn & David, 2010; Yusuf, 2016). Periode ini juga merupakan suatu segmen kehidupan yang penting bagi remaja karena pada periode ini remaja diharapkan dapat mempersiapkan diri dan merencanakan masa depan mereka (Yusuf, 2016). Pada tahap ini, remaja didorong untuk menggunakan potensinya agar dapat mencapai suatu keberhasilan. Dengan segala potensi yang dimiliki oleh remaja, mereka akan lebih mudah untuk menggapai sesuatu yang mereka cita-citakan karena seorang remaja mempunyai daya juang atau semangat yang tinggi.

Dalam dunia pendidikan, efikasi diri memiliki peranan penting dalam pencapaian remaja terutama dalam belajarnya. Sepanjang hayat, pendidikan adalah hal yang sangat penting dan persyaratan kebutuhan yang mutlak yang harus dipenuhi, terutama pada era Revolusi Industri. 4.0 (Dharmayana & Pratami, 2019). Pendidikan dapat membantu orang menjadi lebih sadar lingkungan mereka dengan memajukan pengetahuan mereka tentang ilmu pengetahuan dan teknologi. Proses pembelajaran di kelas akan sangat mempengaruhi kualitas pendidikan (Hasmatang, 2019). Belajar merupakan kegiatan yang sentral dalam pendidikan sepanjang keseluruhan proses pendidikan. Menurut teori psikologi, belajar adalah proses perubahan tingkah laku (kognitif, emosional, dan psikomotorik) sebagai hasil dari pengalaman dan instruksi agar dapat berinteraksi secara efektif dan juga efisien dengan lingkungan (Yusuf & Nurihsan, 2007). Prediktor signifikan dari hasil dan pencapaian belajar atau akademik adalah efikasi diri akademik (Caprara et al., 2008; Honicke & Broadbent, 2016).

Efikasi diri akademik adalah satu dari tiga dimensi efikasi diri yaitu efikasi diri sosial, efikasi pengaturan diri, dan efikasi diri akademik (Wirawan et al., 2014). Keyakinan seseorang terhadap kapasitasnya atau kompetensinya untuk

memotivasi diri sendiri, menggunakan otaknya, dan mengambil aktivitas yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas, mencapai suatu tujuan, dan menangani masalah akademik dikenal sebagai efikasi diri akademik (Dwitantyanov et al., 2010). Dengan kata lain, efikasi diri akademik adalah perasaan seseorang akan kapasitasnya untuk mengerjakan suatu tugas tertentu. Efikasi diri akademik akan menentukan tingkat usaha, ketahanan, dan reaksi emosional siswa pada saat menghadapi tantangan akademik. Hal ini mengacu pada persepsi seseorang tentang kapasitasnya sendiri untuk mengerjakan pekerjaan akademik. Tugas-tugas yang berhubungan pada mata pelajaran yang harus ditempuh selama masa sekolah. Skill atau keterampilan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan dan rintangan yang berasal dari tantangan akademik. Sehingga, siswa dapat mencapai tujuan dalam belajarnya.

Dalam lingkungan belajar yang sulit diprediksi dan semakin kompetitif, maka siswa akan mengalami kesulitan dan kompleksitas. Kemampuan untuk menyelesaikan tugas, beradaptasi dengan berbagai macam ajaran, memiliki pandangan yang terfokus pada masa depan, berprestasi dengan baik, dan mampu berkomitmen untuk mempersiapkan kesuksesan di masa depan terutama di bidang studi mereka, semuanya merupakan tantangan bagi siswa. Setelah mengkaji berbagai sumber referensi yang membahas mengenai efikasi diri akademik remaja, banyak temuan penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri akademik berkorelasi dengan prestasi akademik (Huang, 2016), prestasi atau nilai (Bandura et al., 1997; Brown et al., 2016; Pajares, 1996; Schunk, 1995), regulasi diri dan pencapaian akademik (Pintrich & De Groot, 1990), motivasi yang tinggi (Schunk, 1991), serta memiliki semangat dan ketekunan dalam menyelesaikan tugas (Lunenburg, 2011).

Efikasi diri akademik sangat penting ditingkatkan pada diri siswa. Jika tidak ditingkatkan, besar kemungkinan akan menghadirkan hambatan yang signifikan dalam kehidupan pribadi seseorang baik secara pribadi, sosial, akademik, dan profesional seseorang jika tidak diselesaikan (Nur'aini et al., 2018). Hambatan tersebut akan sangat mempengaruhi performa siswa terutama dalam belajarnya. Ketika mereka memiliki efikasi diri akademik yang rendah, mereka cenderung akan menghindari atau bahkan menyerah dengan berbagai tugas atau tantangan

yang diberikan. Bahkan besar kemungkinan mereka akan mengalami stress, kecemasan, kejenuhan dan bahkan mengakibatkan mereka putus sekolah yang diakibatkan oleh efikasi diri yang rendah tersebut (Razavi et al., 2017; Roick & Ringeisen, 2017; Yu et al., 2016).

Menurut penelitian yang telah dilakukan dalam beberapa dekade ini, dapat diketahui bahwa efikasi diri akademik merupakan hal yang sangat signifikan dalam kehidupan, khususnya bagi para peserta didik. Individu yang memiliki efikasi diri akademik mayoritas mereka tidak takut akan tantangan. Melainkan mereka menggunakan semangat yang ada pada diri mereka untuk menyelesaikan tantangan tersebut dengan penuh keyakinan diri. Namun, kondisi di lapangan membuktikan bahwa tidak sedikit siswa yang mengalami krisis efikasi diri akademik. Hasil penelitian Puri & Astuti (2018) terhadap 282 siswa di kelas VIII MAN Wonokromo Bantul menunjukkan sebanyak 35 siswa (24,65%) berada pada kategori efikasi diri yang rendah (Puri & Astuti, 2018). Selain itu, pada penelitian Warda (2020) terhadap 199 siswa di kelas X SMK AS-Saabiq Singaparna, menunjukkan menunjukkan kecenderungan sebanyak 134 siswa (67%) berada pada kategori sedang. Selain itu, terdapat fenomena yang terjadi terkait dengan pesimisme dan cepat menyerah, sehingga perlu dorongan dan penguatan untuk menjadi optimis dan percaya diri pada kemampuan diri peserta didik (Warda et al., 2020).

Selanjutnya, hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMAN 14 Kota Tangerang dengan menggunakan instrumen efikasi diri akademik yang diberikan kepada siswa diketahui bahwa mayoritas siswa di SMAN 14 Kota Tangerang memiliki skor rata-rata sebesar 150 (38.3%) dan berada pada kategori sedang. Berdasarkan kategori frekuensi ditemukan 21 siswa (5.29%) berada pada kategori tinggi, 191 siswa (48.11%) berada pada kategori sedang, dan 185 siswa (46.60%) berada pada kategori rendah. Temuan penyebaran instrument mengungkapkan bahwa kondisi siswa saat ini perlu membutuhkan bantuan layanan agar mereka memiliki efikasi diri akademik yang optimal. Hal tersebut dikarenakan masih banyak siswa yang belum memiliki efikasi diri akademik yang optimal.

Selanjutnya, dilakukan wawancara tidak terstruktur kepada guru BK di SMAN 14 Kota Tangerang. Berdasarkan wawancara tersebut, guru bimbingan

dan konseling memaparkan bahwa banyak sekali siswa yang seringkali telat dalam mengumpulkan tugas bahkan tidak mengumpulkannya sama sekali. Selain itu, prestasi dan hasil belajar siswa yang sangat memprihatinkan. Selanjutnya, siswa di SMAN 14 Kota Tangerang mengalami rendahnya hasil belajar sehingga banyak sekali siswa yang melakukan remedial. Serta, kurangnya motivasi pada diri siswa sehingga siswa tidak memiliki semangat dalam belajar dan merasa malas untuk belajar.

Berdasarkan peristiwa yang telah dipaparkan, diperlukannya intervensi yang akan diberikan kepada siswa agar mereka senantiasa dapat meningkatkan keyakinan yang ada pada dirinya. Sehingga efikasi diri akademik mereka meningkat. Salah satu cara untuk memastikan perkembangan terbaik dan optimal dari komponen pribadi, sosial, akademik, dan profesional seseorang adalah melalui bimbingan kelompok (Gibson & Mitchell, 1981). Bimbingan kelompok, diyakini sebagai dasar langkah awal dalam penentuan peserta didik yang dirasa perlu untuk melaksanakan konseling. Bimbingan kelompok memiliki keuntungan tambahan, terutama bagi siswa yang dapat berbagi pengalaman, belajar lebih menghargai perspektif orang lain, dan mengembangkan keberanian untuk mengkomunikasikan pemikiran mereka dengan cara yang benar-benar bertanggung jawab yang akan mempengaruhi perubahan perilaku mereka (Natawidjaja, 1987; Puluhulawa et al., 2017).

Selaras dengan pernyataan dari Kartadinata (Yusuf & Nurihsan, 2010) mengatakan bahwa secara konseptual, bimbingan memiliki peran yang penting dalam upaya mendukung perkembangan individu dengan optimal. Pemberian layanan BK pada individu memiliki tujuan yaitu agar siswa dapat memahami diri dan lingkungannya (Yusuf & Nurihsan, 2010). Menurut Rusmana (2019) bimbingan kelompok adalah proses menawarkan dukungan kepada orang-orang dalam suasana kelompok di mana setiap orang dapat berpartisipasi secara aktif serta berbagi pengalaman dalam upaya mengembangkan pengetahuan, sikap, dan/atau keterampilan yang diperlukan untuk mencegah timbulnya masalah atau untuk memajukan pengembangan pribadi seseorang (Rusmana, 2019). Siswa diharapkan dapat menggunakan dan mengembangkan semua keterampilan mereka

secara maksimal melalui penggunaan bimbingan kelompok. Selain itu, siswa diharapkan dapat mengembangkan perspektif yang fokus, luas, dan dinamis.

1.2. Identifikasi dan Rumusan Masalah penelitian

Berkaitan dengan pemberian layanan di sekolah, bimbingan dan konseling mengadopsi sudut pandang perkembangan yang mengakui kemampuan peserta didik memiliki potensi untuk berkembang. Terlebih dimasa remaja dimana mereka didorong untuk menggunakan potensinya agar dapat mencapai suatu keberhasilan. Salah satu unsur keberhasilan akademik siswa dalam mencapai suatu keberhasilan adalah efikasi diri akademik.

Efikasi diri akademik yang berangkat dari efikasi diri didefinisikan sebagai keyakinan terhadap diri sendiri akan kemampuannya dalam mengerjakan tugas akademik yang akan menimbulkan semangat untuk mencapai tujuan yang optimal. Konsep ini juga dapat digunakan untuk menentukan apakah seseorang dapat melakukan perilaku baik atau buruk, benar atau salah, atau apakah mereka dapat atau tidak dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang berkaitan dengan akademik. Dari pemaparan diatas, definisi-definisi yang terkait merujuk pada define dari teori Bandura. Kajian dari Bandura pada tahun 1997 menjadi *pioneer* yang sering kali dipakai para peneliti yang lain.

Efikasi diri siswa dalam menyelesaikan kegiatan dengan berbagai tuntutan akademik yang harus diselesaikan termasuk dalam efikasi diri akademik. Efikasi diri akademik merupakan hal yang penting yang harus di tingkatkan dalam diri siswa. Namun, fenomena krisis efikasi diri akademik yang terjadi di lapangan terutama yang menimpa siswa pada Sekolah Menengah Atas (SMA) membuat peneliti tertarik untuk meneliti mengenai efikasi diri akademik. Maka dari itu, sangat penting untuk menawarkan suatu layanan kepada siswa dari guru BK untuk meningkatkan efikasi diri akademik. Memberikan para siswa kesempatan untuk mengikuti dalam layanan BK di kelas dapat meningkatkan keyakinan diri mereka dan menginspirasi mereka untuk bekerja keras dan termotivasi untuk melakukan aktivitas yang baik untuk mencapai tujuan mereka. Pemberian layanan kepada siswa untuk meningkatkan efikasi diri akademik mereka tentunya memerlukan teknik atau metode yang cocok. Maka dari itu, penelusuran beberapa intervensi

melalui kajian literatur yang diyakini dapat meningkatkan efikasi diri akademik siswa dilakukan oleh penulis.

Berbagai intervensi ditemukan dari beberapa penelitian untuk mengembangkan dan meningkatkan efikasi diri akademik. Beberapa penelitian tersebut terdapat di dalam maupun luar negeri. Di antaranya dalam penelitian Hussain (2021) yang dimana menggunakan metodologi tinjauan sistematis terkait intervensi penggunaan *Mobile Educational Apps in virtual learning* guna meningkatkan efikasi diri akademik siswa dengan temuan artikel relevan dari rentang tahun 2005-2019 (Hussain et al., 2021). Selain itu, *strategi kognitif yang digunakan oleh Chemers (2001)* untuk meningkatkan efikasi diri agar siswa dapat mencapai tujuan hidup mereka (Chemers et al., 2001). Dalam penelitian Menges & Kaltabiano (2019) menguji keefektifan pendekatan *mindfulness* terhadap efikasi diri akademik (Menges & Kaltabiano, 2019). Dalam penelitian lainnya juga dijelaskan bahwa *deep processing strategies* dan *metacognitive strategies* dinilai juga dapat digunakan sebagai intervensi untuk efikasi diri (Shen, 2018; Tavakoli, 2016). Selain itu, intervensi spiritual atau yang disebut *self-transcendence* untuk meningkatkan efikasi diri remaja juga dibuktikan mampu meningkatkan efikasi diri akademik remaja (M. J. Kim & Park, 2020).

Selanjutnya, intervensi yang digunakan oleh (Anggita et al., 2021; Wirawan et al., 2014) yang juga menguji teknik *self-instruction* dan *cognitive restructuring* akan keefektifannya untuk meningkatkan *self-efficacy* siswa. Namun, pertimbangan dari kedua intervensi tersebut memerlukan waktu yang relatif panjang dan dibutuhkan seorang konselor yang *eligible*. Setelah dikaji lebih lagi, dominan penelitian menggunakan teknik *symbolic modeling* dan *role play* untuk diuji pada siswa. Salah satu penelitian tersebut pada penelitian (Herdian & Yendi, 2019; Ragil et al., 2019; Safitri et al., 2022; Wijaya et al., 2020). Selain itu, teknik *role-play* juga digunakan untuk meningkatkan efikasi diri akademik (Nur'aini et al., 2018; Sina et al., 2021; Wardani et al., 2022). Namun, fokus pelaksanaan penelitian tersebut berfokus pada konseling yang bersifat kuratif. Namun, sifat preventif merupakan hal utama dari tujuan pemberian layanan BK disekolah yang memiliki fungsi untuk mencegah berkembangnya masalah pada siswa (Yusuf, 2017).

Salah satu teknik yang diyakini efektif dalam meningkatkan efikasi diri akademik siswa adalah *self talk*. *Self talk* merupakan *self-fulfillment* atau pemenuhan diri yang merupakan hal yang sangat penting bagi individu untuk memahami cara menyangkal keyakinan yang irasional yang mereka miliki. Dengan menggunakan teknik *self-talk*, seseorang dapat membantah keyakinan irasional yang dimilikinya dan menumbuhkan pola berpikir yang lebih sehat, yang akan menghasilkan *self-talk* yang lebih positif (Erford, 2015). Teknik *self-talk* ini akan membantu para siswa untuk dapat mengarahkan pembicaraan yang positif, mendorong diri mereka pada hal-hal yang baik serta berorientasi pada tujuan yang hendak dicapai (Dewi & Umam, 2022). Melalui teknik *self talk* ini diharapkan dapat menjaga pikiran positifnya melalui positif *self talk* sehingga efikasi diri akademik dalam diri siswa dalam menghadapi berbagai tantangan tugas akademik meningkat. Sehingga, individu diharapkan dapat menjaga pikiran positifnya serta keyakinan dirinya dalam mengerjakan suatu tugas serta aktif dalam mengikuti pembelajaran.

Selanjutnya, Bandura (1997) menegaskan bahwa upaya dalam memberikan layanan untuk meningkatkan efikasi diri akademik pada peserta didik akan efektif jika dilakukan dengan berpedoman pada salah satu sumber dari efikasi diri akademik yaitu *mastery experience* (pengalaman penguasaan), *vicarious experience* (pengalaman perwakilan), *verbal persuasion* (persuasi verbal), dan *psychological affective state* (keadaan psikologis dan afektif). Sehingga intervensi untuk meningkatkan efikasi diri akademik dapat merujuk pada salah satu sumber atau mengkombinasikan semua sumber. Terdapat salah satu sumber efikasi diri akademik yang dinilai berkorelasi positif dengan *self-talk* yakni *verbal persuasion* atau persuasi verbal. Bandura percaya bahwa *verbal persuasion* yang lebih positif atau *self-talk* akan sangat berpengaruh terhadap efikasi diri terutama jika di aplikasikan pada kondisi-kondisi yang menantang. Persuasi verbal biasanya berupa pernyataan secara lisan dari guru, orang tua, seseorang yang menjadi panutan bahkan dari diri sendiri. Oleh karena itu, penggunaan teknik *self-talk* untuk meningkatkan efikasi diri akademik dinilai tepat untuk diimplementasikan pada penelitian ini. Hal tersebut dikarenakan

teknik *self-talk* merupakan salah satu teknik yang berkaitan dengan salah satu sumber efikasi diri akademik yaitu *verbal persuasion*.

Penelitian terdahulu yang yang didapatkan berkaitan dengan *self talk* untuk meningkatkan efikasi diri yang dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya dan terbukti efektif dalam meningkatkan efikasi diri seseorang (Hatzigeorgiadis et al., 2008; Permatasari et al., 2013; Zetou et al., 2012; Zourbanos, 2013). Namun, pada penelitian-penelitian ini dan mayoritas penelitian lainnya, *self-talk* digunakan sebagai intervensi di bidang olahraga. Secara khusus, digunakan untuk meningkatkan efikasi diri para atlet dalam performanya. Setelah dikaji lebih lagi, terdapat satu penelitian dari Putri (2021) terkait dengan penggunaan *self talk* dalam meningkatkan efikasi diri akademik dengan menggunakan metode meta-analisis. Pada penelitian tersebut, tercantum bahwa penggunaan teknik *self-talk* terbukti efektif dalam efikasi diri akademik (Putri, 2021). Namun, belum terdapat pengujian terkait teknik *self-talk* dalam bentuk pemberian layanan berupa strategi bimbingan kelompok untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa.

Berdasarkan penjabaran pada identifikasi masalah yang telah dijabarkan diatas, secara umum rumusan masalah pada penelitian ini diantaranya adalah sebagai berikut.

- a. Bagaimana profil efikasi diri akademik siswa di SMAN 14 Kota Tangerang?
- b. Bagaimana rumusan program strategi bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa di SMAN 14 Kota Tangerang?
- c. Apakah strategi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-talk* efektif untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa di SMAN 14 Kota Tangerang?

1.3. Tujuan Penelitian

Secara umum, tujuan penelitian adalah untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-talk* untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa. Secara khusus, tujuan penelitian ini adalah untuk

- a. Mendeskripsikan data mengenai profil efikasi diri akademik siswa di SMAN 14 Kota Tangerang
- b. Menyusun rumusan program strategi bimbingan kelompok dengan teknik *self talk* untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa di SMAN 14 Kota Tangerang
- c. Menguji keefektifan strategi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-talk* yang untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa di SMAN 14 Kota Tangerang.

1.4. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoretis maupun praktis;

1. Manfaat Teoretis

Manfaat teoretis yang didapatkan dari pengujian intervensi ini diharapkan dapat memajukan dan memberikan kontribusi aktif pada ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam kaitannya dengan intervensi yang meningkatkan efikasi diri akademik remaja.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi guru bimbingan dan konseling

penelitian ini dapat menjadi informasi dan membekali kemampuan guru bimbingan dan konseling dalam memberikan intervensi terhadap siswa yang terindikasi memiliki efikasi diri akademik yang belum optimal

2. Bagi peneliti selanjutnya, temuan studi ini diharapkan dapat memberikan konsep pemikiran untuk melakukan studi yang sebanding pada topik yang lebih besar tentang efikasi diri akademik.

1.5. Struktur Organisasi Tesis

Struktur organisasi tesis ini memiliki lima struktur. Struktur tesis ini diuraikan sebagai gambaran umum di setiap bab

BAB I yaitu pendahuluan. Pada bab ini membahas; 1) Latar belakang penelitian; 2) Identifikasi dan rumusan masalah; 3) Tujuan Penelitian; 4) Manfaat penelitian; dan 5) Struktur Organisasi Tesis

BAB II yaitu kajian teoretik. Pada bab ini membahas mengenai; 1) Konsep efikasi diri akademik (Perkembangan pemikiran, Definisi Efikasi Diri Akademik, Dimensi Efikasi Diri Akademik, Faktor yang Memengaruhi Efikasi Diri, Strategi Meningkatkan Efikasi Diri); 2) Konsep Bimbingan Kelompok (Definisi Bimbingan kelompok, Tujuan Bimbingan Kelompok, dan Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok); 3) Konsep *Self-talk* (Pengertian *Self-talk*, Jenis-Jenis *Self-talk*, Kelebihan dan Kekurangan *Self-talk*, dan Strategi bimbingan kelompok dengan Teknik *self-talk* untuk meningkatkan efikasi diri akademik); dan 4) Posisi Teoretis (Kerangka Penelitian, Asumsi Penelitian, dan Hipotesis).

BAB III yaitu metodologi penelitian. Pada bab ini membahas mengenai; 1) Pendekatan Penelitian; 2) Metode dan Desain Penelitian; 3) Partisipan Penelitian; 4) Instrumen; 5) Prosedur Penelitian; dan 6) Analisis Data

Bab IV Temuan dan Pembahasan. Temuan dan pembahasan pada bab tersebut adalah hasil dari temuan penelitian yang ada di lapangan serta dijabarkan juga pembahasan dalam penelitian ini. Pada bab ini menjabarkan hasil dari temuan penelitian yang mendukung hipotesis yang dikaitkan dengan tinjauan literatur dan temuan dari penelitian sebelumnya yang berisikan 1) profil efikasi diri akademik siswa pada kelas XI SMAN 14 Kota Tangerang, 2) program strategi bimbingan kelompok dengan teknik *self-talk* untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa pada kelas XI SMAN 14 Kota Tangerang, 3) Efektivitas program strategi bimbingan kelompok dengan teknik *self-talk* untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa pada kelas XI SMAN 14 Kota Tangerang, dan 4) keterbatasan Penelitian

Bab V Simpulan dan Rekomendasi menjabarkan beberapa hal mengenai simpulan, implikasi, dan rekomendasi dari hasil temuan penelitian. Simpulan adalah ringkasan dari hasil tinjauan literatur dan hasil temuan empiris. Implikasi adalah hasil kajian yang telah digunakan, baik secara praktis dan secara ilmiah. Rekomendasi hasil temuan penelitian menekankan kepada usaha dalam berbagi hasil temuan penelitian dan pengembangan layanan lebih lanjut yang dapat digunakan untuk mengatasi sejumlah latar belakang masalah dan subjek yang lebih beragam.