

Efektivitas Cinema Therapy dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Self-Efficacy Karir Siswa Kelas 12 SMK Teuku Umar Semarang.

Khusnul Khotimah M¹, Sri Redjeki²✉, Tri Leksono Prihandoko³

Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Ivet¹

Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Ivet²

Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Ivet³

Info Articles

Sejarah Artikel:

Disubmit : 24 Juli 2022

Direvisi : 31 Juli 2022

Disetujui : 11 Agust 2022

Dipublikasi: 12 Agust 2022

Keywords:

cinema therapy, group guidance, career self-efficacy

Abstrak

Tugas guru BK atau konselor sekolah yaitu membantu siswa untuk mempunyai keyakinan individu akan kemampuannya melakukan tugas-tugasnya dalam pemilihan dan perencanaan karir. Berdasarkan hasil AKPD yang didapatkan oleh guru BK SMK Teuku Umar masih terdapat beberapa siswa yang kesulitan dalam merencanakan karir. Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan efektivitas cinema therapy dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan self-efficacy karir siswa kelas 12 SMK Teuku Umar Semarang. Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif eksperimen. Yaitu dengan menggunakan *Pretest-Posttest Control Group Design*. Hasil penelitian ini adalah (1) *Cinema therapy* dalam bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan *self efficacy* kakrir siswa SMK Teuku Umar, terbukti pada pair 1 nilai mean pada *post-test* kelas eksperimen yaitu 87,00 lebih besar dari nilai nilai *pre-test* kelas eksperimen yaitu 60,80. Sedangkan pada pair 2 nilai mean pada *post-test* kelas kontrol yaitu 82,80 lebih besar dari nilai *pre-test* kelas kontrol yaitu 60,50. (2). *Cinema therapy* dalam bimbingan kelompok efektif dibanding bimbingan kelompok tanpa *cinema therapay*, terbukti pada pengujian *t-test* jumlah mean *post-test* kelas eksperimen (87,00) lebih besar dari *post-test* kelas kontrol (82,80).

Abstract

The task of the BK teacher or school counselor is to help students to have individual confidence in their abilities to carry out their duties in career selection and planning. Based on the results of the AKPD obtained by the BK teacher at SMK Teuku Umar, there are still some students who have difficulty in planning a career. The purpose of this study was to describe the effectiveness of cinema therapy in group guidance to improve the career self-efficacy of 12th graders at SMK Teuku Umar Semarang. This research method used experimental quantitative. That is by using the Pretest-Posttest Control Group Design. The results of this study are (1) Cinema therapy in group guidance is effective in increasing the career self-efficacy of Teuku Umar Vocational School students, it is proven in pair 1 the mean value of the post-test experimental class which is 87.00 greater than the value of the pre-test experimental class, namely 60.80. While in pair 2, the mean value in the post-test control class is 82.80, which is greater than the pre-test value for the control class, which is 60.50. (2). Cinema therapy in group guidance is effective compared to group guidance without cinema therapy, as evidenced by the t-test the mean number of post-test experimental class (87.00) is greater than post-test control class (82.80).

(2022) Univirsitas Ivet Semarang

e-ISSN 2656-9655

✉ Alamat Korespondensi

E-mail: redjeki06@gmail.com

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk yang mempunyai tujuan hidup masing-masing, sehingga dituntut untuk menemukannya kemampuan yang dimilikinya guna untuk membantu dalam mencapai karir yang diinginkannya, sebagian individu masih sulit untuk menentukan karir yang sesuai dengan apa yang diinginkan, namun juga ada beberapa individu yang mampu menata strategi untuk mencapai karirnya dengan baik. Menurut (Sari 2020) *Cinema Therapy* merupakan alat atau teknik dalam terapi, konseling, dan pembinaan untuk membantu individu atau sekelompok orang agar menjadi sadar dan dapat mengatasi masalah kehidupan nyata, *Cinema Therapy* dilakukan dengan merefleksi dan berdiskusi tentang karakter, gaya bahasa, atau *arketipe* (pola perilaku) dalam film atau video. Penelitian yang dilakukan oleh (Normanita, Kurniawan, and Nusantoro 2018) menyimpulkan bahwa pemanfaatan *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan *Self Efficacy* siswa. *Cinema Therapy* dilakukan dengan merefleksi dan berdiskusi tentang karakter, gaya bahasa, atau *arketipe* (pola perilaku) dalam film atau video.

Layanan Bimbingan Kelompok adalah bantuan kepada kelompok-kelompok kecil yang terdiri atas 2-10 peserta didik/konseli agar mereka mampu melakukan pencegahan masalah (DAK Handayani 2018), pemeliharaan nilai-nilai,

dan pengembangan keterampilan-keterampilan hidup yang dibutuhkan (Erlangga 2017), (Imam M, Banun S 2019). Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan Efektivitas *Cinema Therapy* dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Karir Siswa Kelas 12 SMK Teuku Umar Semarang. Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas *Cinema Therapy* dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Karir Siswa Kelas 12 SMK Tengku Umar Semarang”.

(Capron Puozzo and Audrin 2021) menyatakan *Self Efficacy* adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. *Self-efficacy* adalah *belief* atau keyakinan seseorang bahwa ia dapat menguasai situasi dan menghasilkan hasil yang positif (Peura et al. 2021). *Self-efficacy* adalah bagaimana orang bertingkah laku dalam situasi tertentu, tergantung pada respirokal antara lingkungan dengan kondisi kognitif, khususnya faktor yang berhubungan dengan keyakinannya bahwa dia mampu atau tidak mampu melakukan tindakan yang memuaskan. *Self-efficacy* karir merupakan rasa yakin akan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk dapat mengorganisasikan dan melaksanakan serangkaian tindakan karir sehingga mencapai hasil sesuai dengan yang diharapkan. *Self-efficacy* lebih mengarahkan

pada penilaian individu akan digunakan untuk meningkatkan *self-efficacy* kemampuannya. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok efektif

karir siswa kelas XII SMK Teuku Umar Semarang.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen (Hayati 2019). Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian murni (*true experimental*) dengan jenis *Pretest-Posttest Control Grup Design* (Deepublish 2021), ada suatu perlakuan yang diterapkan oleh peneliti berupa layanan bimbingan kelompok dengan metode *cinema therapy* kepada subyek penelitian. *Pretest* diberikan untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaaan antara kelompok eksperimen dan kelompok control (Sulistiyorini 2017). Kemudian kelompok eksperimen diberi perlakuan khusus, sedangkan kelompok kontrol diberi perlakuan biasa, setelah itu kedua kelompok diberi *posttest*.

Populasi penelitian adalah siswa TKRO kelas 12 SMK Teuku Umar Semarang berjumlah 58. Jumlah subyek dalam penelitian ini adalah 20 siswa, terdiri atas 10 kelompok eksperimen dan 10 kelompok control. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* (Sugiyono 2019), karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti.

Dalam penelitian terdapat dua variabel, yaitu satu variabel bebas dan satu variabel terikat, sebagai variabel bebas (X) adalah efektivitas *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok, *cinema therapy* merupakan salah satu jenis terapi yang menggunakan film sebagai alat terapi, film dapat memberikan efek positif bagi klien yang dapat membantu memecahkan masalah yang dihadapi klien. Adapun variabel terikatnya (Y) adalah *self-efficacy* karir, merupakan rasa yakin akan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk dapat mengorganisasikan dan melaksanakan serangkaian tindakan karir sehingga mencapai hasil sesuai dengan yang diharapkan.

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian adalah angket (Kuesioner) (Sugiono 2014), yang terdiri dari tiga indikator dan dijabarkan menjadi 24 butir pertanyaan. Angket terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data untuk menguji hipotesis yang diajukan dilakukan dengan menggunakan uji t-tes yang menggunakan program SPSS Versi 21 *for windows*.

HASIL :

Tabel 1. Uji analisis deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest_Ekperimen	10	56	68	60.80	3.490
Posttest_Eksperimen	10	83	90	87.00	2.539
Pretest_Kontrol	10	55	64	60.50	2.635
Posttest_Kontrol	10	81	86	82.80	1.814
Valid N (listwise)	10				

Tabel 2. Hasil Statistik Deskriptif Independent Sampel T-Test

Group Statistics					
	Kelas_01	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil_penelitian	Posttest Eksperimen	10	87.00	2.539	.803
	Posttest Kontrol	10	82.80	1.814	.573

Didapatkan hasil pre-test siswa rata-rata untuk kelompok eksperimen yaitu 60,80 dan kelompok kontrol yaitu 60,50. Didapatkan hasil post-test siswa rata-rata pada kelompok eksperimen yaitu 87 dan 82,80 untuk kelompok kontrol. Dari hasil uji analisis data peneliti menemukan bahwa kelompok kontrol terdapat peningkatan dari hasil pre-test ke post-test (60,50 ke 82,80), yang nilainya hampir sama dengan

hasil pre-test ke post-test kelompok eksperimen (60,80 ke 87,00). Berdasarkan hasil temuan ini, peneliti berkesimpulan bahwa Bimbingan Kelompok dengan Teknik Cinema Therapy terbukti efektif meningkatkan self efficacy karir, namun hasilnya belum maksimal. Perlu ada penelitian lanjut untuk meneliti efektivitas Teknik Cinema Therapy.

PEMBAHASAN

Uji *pre-test* pada kelompok dalam pemberian layanan bimbingan eksperimen didapatkan hasil rata-rata kelompok pada materi *self efficacy* karir sebesar 60,80 dan pada kelompok kontrol sebesar 60,50. Hasil *pre-test* tersebut menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tersebut memiliki tingkat *self efficacy* karir yang relatif sama.

Setelah diberikan perlakuan kelompok untuk kelompok eksperimen dan sebanyak tiga kali layanan dilakukan *post-test* dengan angket *self efficacy* karir. Didapatkan hasil rata-rata sebesar 87,00 pada kelompok eksperimen, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 82,80. Hasil *post-test* tersebut menunjukkan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terdapat perbedaan *self efficacy* karir pada siswa. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok menggunakan *cinema therapy* yang dikembangkan praktis dan efektif digunakan

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tersebut memiliki tingkat *self efficacy* karir yang relatif sama. Setelah diberikan teknik *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok untuk kelompok eksperimen dan bimbingan kelompok tanpa menggunakan teknik *cinema therapy* untuk kelompok kontrol kemudian diberikan *post-test*. Hasil *post-test* menunjukkan bahwa *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok secara umum terbukti efektif untuk meningkatkan *self efficacy* karir siswa, dan pada *pre-test-postest* kelas kontrol juga terdapat peningkatan *self efficacy* karir siswa yang berarti bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *cinema therapy* efektif untuk meningkatkan *self efficacy* karir siswa.

SIMPULAN

Penggunaan teknik *cinema therapy* bimbingan kelompok memiliki pengaruh mampu meningkatkan *self efficacy* karir siswa untuk meningkatkan *self efficacy* karir. Jadi kelas 12 SMK Teuku Umar Semarang secara signifikan. Hal ini berarti terdapat kesimpulan yang dapat diambil bahwa perbedaan yang signifikan untuk kelas bimbingan kelompok menggunakan *cinema therapy* lebih efektif untuk meningkatkan *self efficacy* karir eksperimen dengan menggunakan teknik *self efficacy* karir dibanding bimbingan kelompok *cinema therapy*. *Cinema therapy* dalam tanpa menggunakan *cinema therapy*.

DAFTAR PUSTAKA

- Capron Puozzo, Isabelle and Catherine Audrin. 2021. "Improving Self-Efficacy and Creative Self-Efficacy to Foster Creativity and Learning in Schools." *Thinking Skills and Creativity* 42.
- DAK Handayani. 2018. "Improving The Satisfaction of Guidance and Counseling Services through Quality of Service, Service Requests, and Service Value." *Journal of Educational Development* 6.3:356–68.
- Deepublish. 2021. "Teknik Pengambilan Sampel Dalam Penelitian." *Penerbitbukudeepublish*. Erlangga, Erwin. 2017. "Bimbingan Kelompok Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa." *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Hayati, Rina. 2019. "Pengertian Penelitian Kuantitatif, Macam, Ciri, Dan Cara Menuliskannya." *21 Mei 2019*.
- Imam M, Banun S, Elfi R). 2019. "Peningkatan Motivasi Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Multikultur." *Emphaty Cons* 1.
- Normanita, Ricka Wenys, Kusnarto Kurniawan, and Eko Nusantoro. 2018. "Meningkatkan Interaksi Sosial Dengan Teman Sebaya Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Cinematherapy." *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 7(3).
- Peura, Pilvi, Tuija Aro, Eija Räikkönen, Helena Viholainen, Tuire Koponen, Ellen L. Usher, and Mikko Aro. 2021. "Trajectories of Change in Reading Self-Efficacy: A Longitudinal Analysis of Self-Efficacy and Its Sources." *Contemporary Educational Psychology* 64.
- Sari, Dewi Rintan. 2020. "Cinema Therapy Untuk Meningkatkan Academic Self-Efficacy Siswa Kelas XI-IPS SMA Negeri 4 Bojonegoro." *Jurnak BK UNESA* 11(1).
- Sugiono, P. D. 2014. "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif.Pdf." *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*.
- Sugiyono, P. Dr. 2019. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D (Cetakan Ke 26)*.
- Sulistiyorini, Utami Tri. 2017. "Metode Penelitian Analisis Kausal-Regresi." *Politeknik Negeri Semarang*.