

## BAB II

### LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING UNTUK MENGURANGI *INFERIORITY*

#### A. *Inferiority*

Perasaan rendah diri atau *Inferiority* merupakan salah satu perasaan yang bisa mengganggu perkembangan individu dan dapat berpengaruh pada aspek fisik, psikologis dan sosialnya. Maka perasaan rendah diri seseorang dapat ditangani dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling.

##### 1. Pengertian *Inferiority*

Kunci dari proses sosial yang nyatanya adalah individu selalu berusaha untuk menemukan jati diri dimana mereka dapat unggul. Oleh karena itu, individu yang memiliki perasaan rendah diri atau penilaian terhadap dirinya terlalu rendah dibandingkan dengan orang lain. Adler (Suryabrata, 2005:187) menjelaskan bahwa rasa rendah diri mencakup perasaan kurang berharga yang muncul akibat ketidakmampuan psikologis atau sosial yang dirasakan secara subjektif, maupun karena kekurangan dalam kondisi fisik. Rendah diri merupakan perasaan seorang siswa lebih rendah dibandingkan siswa lain dalam satu atau hal lain hal. Perasaan demikian dapat muncul sebagai akibat sesuatu yang nyata atau hasil imajinasinya saja (Ali, 2004: 156).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *Inferiority* atau rendah diri adalah perasaan yang timbul pada individu karena ketidakmampuan psikologis atau sosial yang didasari kekurangan fisik ataupun perasaan jasmani yang kurang sempurna serta penilaian diri yang rendah dibandingkan dengan orang lain.

##### 2. Faktor yang Mempengaruhi *Inferiority*

*Inferiority* jika dibiarkan terus menerus akan berdampak buruk bagi remaja baik dalam prestasi disekolah, melakukan tindakan yang beresiko, dan pada lingkungan sosial nya. Di dalam proses tersebut ada beberapa faktor yang mempengaruhi *Inferiority* (Darsono 2014: 34) yaitu:

- a. Faktor Eksternal
    1. Lingkungan sekitar
    2. Ekonomi yang lemah
    3. Perceraian orang tua
    4. Lingkungan keluarga yang tidak harmonis
  - b. Faktor Internal
    1. Kelemahan dalam bidang akademik
    2. Adanya cacat tubuh
    3. Sulit berkomunikasi
3. Ciri-Ciri *Inferiority*

*Inferiority* menurut Adler (2014: 42) adalah bahwa individu akan terus mengingat keterbatasan yang dimilikinya sebagai hasil dari tindakan orang tua yang terlalu mengatur atau tekanan dari teman sebaya. Tingkah laku siswa yang merasa *Inferiority* mencakup hal-hal seperti:

- a. Selalu menyendiri dan menarik diri dari pergaulan. Siswa cenderung sering berada sendirian dan menghindari interaksi sosial dengan orang lain. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti rasa tidak nyaman dalam situasi sosial atau masalah kesehatan mental. Beberapa faktor tersebut meliputi:
  - 1) Rasa tidak nyaman dalam situasi sosial, beberapa orang mungkin merasa cemas atau tidak nyaman dalam situasi sosial yang memerlukan interaksi dengan orang lain. Hal ini bisa terjadi karena kurangnya keterampilan sosial atau pengalaman, atau mungkin karena pernah mengalami pengalaman sosial yang buruk di masa lalu.
  - 2) Masalah Kesehatan mental, beberapa kondisi kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, atau gangguan sosial dapat membuat seseorang sulit untuk berinteraksi dengan orang lain. Orang dengan masalah kesehatan mental sering kali mengalami perasaan rendah diri atau merasa tidak

dihargai, sehingga mereka cenderung menghindari situasi sosial yang dapat memperburuk kondisi mereka.

- 3) Trauma masa lalu, beberapa orang mungkin mengalami trauma masa lalu yang membuat mereka sulit untuk percaya pada orang lain.

Selalu menarik diri dari pergaulan dapat memiliki dampak negatif pada Kesehatan mental dan kesejahteraan seseorang. Orang yang mengalami isolasi sosial cenderung mengalami kesepian, kecemasan, dan depresi.

- b. Selalu ragu dalam bertindak. Siswa cenderung merasa tidak yakin atau ragu-ragu dalam mengambil tindakan atau keputusan. Kondisi ini dapat mempengaruhi kemampuan siswa untuk mencapai tujuan mereka dan dapat mengurangi kepercayaan diri. Selain itu, kecenderungan untuk merasa ragu-ragu juga dapat mengurangi kepercayaan diri siswa, yang dapat mempengaruhi cara mereka berinteraksi dengan orang lain dan mempengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan siswa merasa ragu-ragu dalam mengambil tindakan atau keputusan yaitu:

- 1) Kurangnya keyakinan diri, siswa yang kurang percaya diri cenderung merasa tidak yakin dalam mengambil keputusan atau Tindakan.
- 2) Ketakutan akan kegagalan, siswa yang merasa takut gagal cenderung merasa ragu-ragu dalam setiap tindakan dan keputusan yang diambil karena mereka takut akan melakukan hal yang salah.
- 3) Tekanan dari orang lain, siswa yang merasa tertekan oleh harapan atau opini orang lain mungkin merasa tidak yakin dalam mengambil keputusan atau tindakan karena mereka khawatir tidak bisa memenuhi ekspektasi orang lain.

- c. Cenderung menyalahkan pihak lain sebagai penyebab masalahnya dan kurang bertanggung jawab. Seseorang yang memiliki

kecenderungan untuk mengalihkan tanggung jawab atas masalah yang dihadapinya kepada orang lain dan kurang menerima tanggung jawab atas tindakan atau keputusan yang diambil. Hal ini dapat menghambat pertumbuhan pribadi dan professional, serta menghambat kemampuan seseorang untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Beberapa faktor yang menyebabkan seseorang cenderung menyalahkan orang lain atau kurang bertanggung jawab:

- 1) Kurangnya kesadaran diri, seseorang yang kurang introspeksi terhadap dirinya sendiri.
- 2) Kurangnya keterampilan sosial seperti, kemampuan untuk memahami orang lain dan mengekspresikan diri dengan baik.
- 3) Kurangnya kontrol diri, seseorang yang kurang memiliki control diri yang baik cenderung menyalahkan orang lain atas masalah yang terjadi.

d. Merasa tidak diterima oleh kelompoknya atau orang lain. Seseorang yang merasa tidak diterima atau dihargai oleh orang lain atau kelompok di lingkungannya. Kondisi ini dapat mempengaruhi kesejahteraan mental dan emosional seseorang, mengurangi kepercayaan diri dan rasa harga diri, serta menghambat kemampuan untuk terlibat dalam hubungan interpersonal yang sehat. Beberapa faktor yang menyebabkan seseorang merasa tidak diterima oleh orang lain atau kelompoknya yaitu:

- 1) Perbedaan baik dalam hal kepercayaan, nilai atau perilaku.
- 2) Persaingan dalam kelompok dapat membuat seseorang merasa tidak dihargai atau diabaikan.
- 3) Pengalaman masa lalu seperti pengasingan atau penolakan.

Dampak dari merasa tidak diterima atau dihargai oleh kelompoknya adalah kesehatan mental yang buruk, kehilangan kepercayaan diri, dan keterbatasan dalam hubungan interpersonal.

e. Tidak percaya terhadap dirinya dan mudah gugup. Seseorang yang kurang percaya diri dan sering merasa cemas atau gugup dalam

situasi sosial atau tuntutan tertentu. Dampak dari kurangnya kepercayaan diri dan rasa gugup meliputi:

- 1) Keterbatasan dalam berprestasi, kurangnya kepercayaan diri dapat menghambat kemampuan seseorang untuk mencapai prestasi atau tujuan tertentu.
  - 2) Keterbatasan dalam hubungan interpersonal. Kurangnya kepercayaan diri dapat menghambat kemampuan seseorang untuk terlibat dalam hubungan interpersonal.
  - 3) Kesehatan mental yang buruk, kurangnya kepercayaan diri dan rasa gugup dapat menyebabkan stress, kecemasan, dan depresi.
- f. Merasa kurang bisa diandalkan, kurang percaya pada kemampuan yang dimiliki dalam situasi yang melibatkan orang lain. Seseorang yang tidak percaya pada dirinya sendiri dan meragukan kemampuan untuk berinteraksi dan bekerja sama dengan orang lain dalam situasi tertentu. Orang yang kurang bisa diandalkan dan meragukan kemampuan dirinya seringkali mengalami kecemasan atau rasa takut yang berlebihan ketika berada di lingkungan sosial atau berada dalam situasi yang melibatkan orang lain.

Kurangnya kepercayaan diri ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor, seperti pengalaman masa lalu yang buruk, tekanan sosial, kurangnya pengakuan dari orang lain, atau kurangnya pengalaman dalam situasi tertentu. Hal ini dapat menghambat kemampuan seseorang untuk berinteraksi dengan orang lain, bekerja sama dengan tim, dan mengambil keputusan yang tepat dalam situasi-situasi sosial atau profesional.

- g. Perasaan kurang percaya diri atau merasa tidak memiliki kemampuan yang cukup dalam hal kualitas, kekuatan, kompetensi, keahlian, keterampilan, atau kapasitas untuk menyelesaikan tugas akademik. Seseorang yang merasa tidak percaya pada kemampuan akademiknya dan merasa tidak mampu menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan. Hal ini diakibatkan oleh

berbagai faktor, seperti kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar, pengalaman masa lalu yang buruk, tekanan akademik yang tinggi.

Seseorang yang merasa tidak percaya pada kemampuan akademiknya seringkali mengalami rasa takut yang berlebihan, kecemasan dan rasa tidak sanggup untuk mengerjakan tugas-tugas yang diberikan.

- h. Kurangnya penghargaan pada diri sendiri atau kurangnya perhatian dan pertimbangan terhadap kepentingan serta minat pribadi. Individu yang tidak menghargai atau tidak memperhatikan kepentingan dan minat pribadinya sendiri. Kondisi ini dapat menyebabkan ketidakpuasan, kebingungan, atau kehilangan arah dalam hidup. Seseorang yang tidak menghargai dirinya cenderung merasa tidak berharga dan tidak berarti, sehingga mereka merasa tidak memiliki hak untuk mengejar kepentingan dan minat pribadi mereka.

Hal ini dapat mengakibatkan kehilangan arah dalam hidup karena tidak memiliki tujuan yang jelas atau tidak tahu apa yang mereka inginkan. (Dilla Dwi Yoga, 2012:18)

#### 4. Aspek-Aspek *Inferiority*

Menurut teori Adler yang dikembangkan oleh Alwisol (2015) dapat dikategorikan menjadi 3 aspek yaitu:

- a. Aspek fisik, merupakan bagian fisik dan organ *Inferiority* seperti: bertubuh pendek, pincang, cacat, ketidak mampuan dalam berbicara maupun penglihatan dan lain sebagainya.
- b. Aspek psikologis, yang dimaksud aspek psikologis seperti perasaan kurang berharga, merasa tidak puas terhadap dirinya, mengasihani diri sendiri, mudah menyerah, agresif, egosentris, selalu di cap sebagai orang yang bodoh, nakal, lemah, dilecehkan, berpikir negatif, pesimis, takut membuat kesalahan.
- c. Aspek sosial, siswa yang memiliki perasaan *Inferiority* dari aspek sosial seperti: kecenderungan menolak bergaul dengan teman

sebaya, diintimidasi oleh teman, malu, penakut, merasa tidak aman, ragu-ragu, tertindas, diabaikan, menarik diri dari kehidupan sosial, sangat sensitif, bersikap kasar.

## **B. Layanan Bimbingan Kelompok**

### **1. Makna layanan bimbingan kelompok**

Bimbingan kelompok adalah sebuah layanan bantuan yang diberikan oleh seorang guru pembimbing atau konselor dalam situasi kelompok. Tohirin (2015: 164), menyatakan bimbingan kelompok dapat diartikan sebagai metode untuk memberikan bantuan kepada individu, dalam hal ini siswa, melalui kegiatan yang dilakukan bersama-sama dalam kelompok. Dalam konteks bimbingan kelompok, interaksi antar anggota kelompok dijadikan sebagai sarana untuk membahas berbagai topik yang dapat berguna dalam mengembangkan dan memecahkan masalah yang dihadapi oleh individu, yaitu siswa yang menjadi peserta dalam layanan tersebut.

Selanjutnya Lahmuddin (2012: 45) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah bentuk layanan bimbingan yang memungkinkan sekelompok peserta didik untuk belajar bersama dengan bantuan guru pembimbing atau konselor melalui dinamika kelompok. Dalam bimbingan kelompok, peserta didik dapat membahas bersama-sama topik tertentu yang dapat berguna untuk meningkatkan pemahaman dan kehidupan sehari-hari, atau untuk mengembangkan diri baik sebagai individu maupun sebagai pelajar dalam mengambil keputusan atau tindakan tertentu. Bimbingan kelompok memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk memperoleh berbagai bahan baru dari guru pembimbing atau konselor dan berinteraksi dengan anggota kelompok lainnya, sehingga dapat meningkatkan keterampilan sosial dan kerja sama dalam kelompok.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu proses pemberian informasi dan bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli, yaitu guru pembimbing atau konselor,

kepada sekelompok individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan tertentu.

Dalam kegiatan bimbingan kelompok, anggota kelompok saling berinteraksi, berdiskusi, memberikan pendapat, tanggapan, saran, dan lain sebagainya sehingga dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal, baik dari segi pribadi maupun akademis. Dengan demikian, bimbingan kelompok adalah suatu cara yang efektif untuk memberikan bantuan dan pembelajaran kepada individu dalam situasi kelompok.

## 2. Tujuan layanan bimbingan kelompok

Menurut Prayitno (2012: 150), tujuan dari bimbingan kelompok dapat dibagi menjadi dua, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum dari bimbingan kelompok adalah untuk meningkatkan sosialisasi siswa, terutama dalam kemampuan komunikasi antar anggota kelompok, serta membantu dalam mengoreksi perasaan, pikiran, tanggapan, wawasan, dan sikap yang tidak objektif, tidak luas, dan tidak efektif.

Tujuan khusus dari bimbingan kelompok dapat beragam, tergantung pada kebutuhan peserta dan konteksnya. Beberapa tujuan khusus yang dapat dicapai melalui bimbingan kelompok antara lain: meningkatkan kemampuan sosial dan keterampilan interpersonal, membantu dalam memecahkan masalah pribadi atau akademis, mengembangkan keterampilan pengambilan keputusan, meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri, dan membantu dalam mengatasi masalah-masalah emosional dan psikologis. Dalam bimbingan kelompok, setiap peserta didik diberikan kesempatan untuk saling mendukung dan memperoleh dukungan dari anggota kelompok lainnya, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan emosional dan psikologis secara keseluruhan. Sementara Willis (2012: 176) mengatakan bimbingan kelompok memiliki tujuan untuk memberi kesempatan klien untuk berprestasi dalam memberi pendapat atau diskusi dengan berbagai kalangan.



Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah agar siswa mampu mengembangkan dirinya dalam suasana kelompok dan membekali diri dalam persiapan ke arah yang lebih baik dalam mengambil keputusan.

### 3. Tahapan layanan bimbingan kelompok

Prayitno (2012:172) ada empat tahapan yang perlu dilaksanakan dalam bimbingan kelompok yaitu:

#### a. Tahap pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap perlibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini anggota kelompok saling berkenalan satu sama lain dan mengutarakan tujuan atau harapan yang ingin dicapai baik bagi sebagian anggota maupun seluruh anggota.

#### b. Tahap peralihan

Pada tahap ini kondisi kelompok mulai terbentuk dan dinamika kelompok mulai tumbuh. Pada tahap ini anggota kelompok mulai memikirkan dan mengungkapkan apa yang dipikirkannya dan belajar mengekspresikan diri sehingga anggota lain mendengarkannya.

#### c. Tahap kegiatan

Pada tahap ketiga, kelompok akan mulai melakukan kegiatan yang telah direncanakan sebelumnya. Pada tahap ini, interaksi antar anggota kelompok akan semakin meningkat dan kegiatan akan menjadi lebih intensif. Pimpinan kelompok masih berperan penting dalam mengarahkan jalannya kegiatan, namun anggota kelompok juga sudah mulai aktif berpartisipasi dan mengambil inisiatif.

Apabila tahap sebelumnya telah berhasil, maka pada tahap ini kelompok akan lebih terorganisir, komunikasi antar anggota kelompok akan semakin baik, dan tujuan kelompok akan tercapai dengan lebih efektif. Namun, apabila tahap sebelumnya tidak berhasil, maka kelompok akan kesulitan untuk memperoleh tujuan

yang diinginkan. Oleh sebab itu, penting bagi pimpinan kelompok untuk memastikan bahwa tahap sebelumnya berhasil dengan baik agar tahap ketiga dapat berjalan lancar.

d. Tahap pengakhiran

Pada tahap pengakhiran, terjadi penutupan atau pengakhiran dari kegiatan kelompok yang dilakukan. Pada tahap ini, anggota kelompok memberikan kesan dan tanggapan terhadap pelaksanaan kegiatan secara mendalam dan tuntas. Selain itu, terumuskan rencana kegiatan kelompok lebih lanjut, sehingga kegiatan kelompok dapat berlanjut di masa yang akan datang. Tahap ini merupakan tahapan dimana saat hubungan dan rasa kebersamaan antara anggota kelompok masih dirasakan, meskipun kegiatan kelompok sudah diakhiri.

### C. Teknik Modeling

#### 1. Pengertian Teknik Modeling

Teknik Modeling merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif. Komalasari, dkk (2016:176) menyatakan, Teknik modeling adalah penokohan (*modeling*), peniruan (*imitation*), dan belajar melalui pengamatan (*observational learning*) terhadap orang lain dan perubahan yang terjadi melalui peniruan. Peniruan (*imitation*) mengacu pada tindakan meniru orang lain yang diamati. Dengan melewati pengamatan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku orang lain.

Dari penjelasan diatas disimpulkan bahwa modeling merupakan suatu teknik belajar dengan pengamatan dan meniru perilaku orang lain yang dianggap sebagai teladan atau contoh. Dalam proses ini, seseorang dapat mempelajari perilaku baru atau meningkatkan perilaku yang ada melalui proses pengamatan, imitasi, dan penguatan. Teknik modeling sering digunakan dalam berbagai bidang, seperti pendidikan, psikologi,

dan bidang-bidang lain yang berkaitan dengan pembelajaran dan perubahan perilaku.

## 2. Prinsip-Prinsip Modeling

Prinsip-prinsip modeling menurut Komalasari, dkk (2016: 178). Prinsip-prinsip tersebut juga menekankan bahwa kecakapan sosial dan pengendalian diri bisa dipelajari melalui pengamatan terhadap model, dan bahwa status kehormatan model sangat berarti dalam proses pembelajaran. Modeling juga dapat dilakukan dengan menggunakan model simbol seperti film dan alat visual lain, dan pada konseling kelompok terjadi model ganda karena peserta bebas meniru perilaku pemimpin kelompok atau peserta lain. Terakhir, prosedur modeling dapat menggunakan berbagai teknik dasar modifikasi perilaku.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa prinsip-prinsip modeling adalah belajar untuk memperoleh pengalaman baik secara langsung maupun tidak langsung dengan mengamati dan mencontohkan model yang telah ditampilkan.

## 3. Macam-macam modeling

Adapun indikator teknik modeling menurut Gantina Komalasari dan Eka Wahyumi (2011:179) dengan aspek-aspek sebagai berikut:

### a. Penokohan nyata

Penokohan nyata atau tingkah laku baru yang dilakukan melalui pengamatan terhadap model tingkah laku untuk memperoleh tingkah laku baru seperti terapis, guru, anggota keluarga, atau penokohan yang dikagumi dijadikan model oleh siswa.

### b. Penokohan simbolik

Penokohan simbolik seperti tokoh yang dilihat melalui film, video atau media lain yang berpotensi sebagai sumber model tingkah laku.

### c. Penokohan ganda

Penokohan ganda seperti terjadi dalam kelompok, seseorang anggota mengubah sikap dan mempelajari sikap baru setelah mengamati anggota lain bersikap.

#### 4. Langkah-Langkah Modeling

Konselor dalam melakukan teknik modeling diharapkan mampu mengetahui langkah-langkah modeling, menurut Komalasari, dkk (2016: 179-180) dijelaskan sebagai berikut:

- a. Menetapkan bentuk penokohan (*live model, symbolic model, multiple model*).
- b. Pada *live model*, pilih model yang bersahabat atau teman sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti usia, status ekonomi dan penampilan fisik. Hal itu penting terutama bagi anak-anak.
- c. Bila mungkin gunakan lebih dari satu model.
- d. Perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli.
- e. Kombinasikan modeling dengan aturan, instruksi, dan penguatan.
- f. Saat konseli memperhatikan penampilan tokoh atau model berikan penguatan alamiah.
- g. Bila perilaku bersifat kompleks, maka episode modeling dilakukan mulai dari yang paling mudah ke yang paling sukar.
- h. Skenario modeling harus dibuat realistis.
- i. Melakukan pemodelan di mana tokoh menunjukkan perilaku yang menimbulkan rasa takut bagi konseli (dengan sikap manis, perhatian, bahasa yang lembut dan perilaku yang menyenangkan konseli).

#### 5. Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Mengurangi *Inferiority* Siswa

Agar dapat mengurangi *Inferiority* siswa dalam Bimbingan dan Konseling menggunakan layanan bimbingan kelompok. Didalam bimbingan kelompok terdapat 4 tahapan sebagai berikut:

##### a. Tahap pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap perlibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini anggota kelompok saling berkenalan satu sama lain dan mengungkapkan tujuan atau harapan yang ingin dicapai baik bagi sebagian anggota maupun seluruh anggota.

b. Tahap peralihan

Pada tahap ini suasana kelompok mulai terbentuk dan dinamika kelompok mulai tumbuh. Pada tahap ini anggota kelompok mulai mengungkapkan tentang apa yang dipikirkannya dan belajar mengekspresikan diri sehingga anggota lain mendengarkannya.

c. Tahap kegiatan

Dalam tahap ketiga, kelompok akan mulai melakukan kegiatan yang telah direncanakan sebelumnya. Pada tahap ini, Pimpinan kelompok masih berperan penting dalam mengarahkan jalannya kegiatan, namun anggota kelompok juga sudah mulai aktif berpartisipasi dan mengambil inisiatif.

d. Tahap pengakhiran

Pada tahap pengakhiran, terjadi penutupan atau pengakhiran dari kegiatan kelompok yang dilakukan. Pada tahap ini, anggota kelompok memberikan kesan dan tanggapan terhadap pelaksanaan kegiatan secara mendalam dan tuntas. Selain itu, terumuskan rencana kegiatan kelompok ke pertemuan selanjutnya, sehingga kegiatan kelompok dapat berlanjut di masa yang akan datang.

Selain menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi *Inferiority* siswa juga digunakan teknik. Dalam penelitian ini menggunakan teknik modeling dalam layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi *Inferiority* siswa SMP Negeri 1 Ketapang. Dengan aspek-aspek sebagai berikut:

1) Penokohan nyata

Penokohan nyata atau tingkah laku baru yang dilakukan melalui pengamatan terhadap model tingkah laku untuk memperoleh tingkah laku baru seperti terapis, guru, anggota keluarga, atau penokohan yang dikagumi dijadikan model oleh siswa.

2) Penokohan simbolik

Penokohan simbolik seperti tokoh yang dilihat melalui film, video atau media lain yang berpotensi sebagai sumber model tingkah laku.

### 3) Penokohan ganda

Penokohan ganda seperti terjadi di dalam kelompok, seseorang anggota mengubah sikap dan mempelajari sikap baru setelah mengamati anggota lain bersikap.

## D. Kajian yang Relevan

Beberapa penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling yang relevan dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Jurnal Pendidikan Tri Mega Ralasari, Eli Trisnowati dengan penelitian berjudul “Bimbingan Kelompok Role Playing Untuk Mengembangkan Rasa Hormat Mahasiswa Kepada Dosen”. Hasil penelitian terbukti bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik role playing efektif mengembangkan rasa hormat mahasiswa terhadap dosen. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini sama-sama menggunakan layanan bimbingan kelompok. Sedangkan perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini, yaitu pada variabel masalah.
2. Jurnal Pendidikan Dina Yulistika, Riki Maulana dengan penelitian yang berjudul “Meningkatkan Kecakapan Personal Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Pada Siswa Kelas X DPIB SMK Negeri 4 Pontianak”. Hasil penelitian pelaksanaan bimbingan kelompok dengan Teknik modeling untuk meningkatkan kecakapan personal pada siswa kelas X DPIB SMK Negeri 4 Pontianak mendapat persentase 70% dengan kategori baik. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling. Sedangkan perbedaan dari penelitian yang terdahulu dengan penelitian ini, yaitu pada variabel masalah.
3. Jurnal Pendidikan Dhagna Nur Aini Agustina dengan penelitian berjudul “Penerapan Konseling Kelompok Teknik Sociodrama untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri pada Korban *Bullying* di Kelas VII-C SMPN 33 Surabaya”. Hasil penelitian menunjukkan rasa rendah diri pada korban *bullying* dapat diturunkan dengan penerapan konseling kelompok teknik sociodrama. Persamaan dari penelitian terdahulu

dengan penelitian ini sama-sama menurunkan rendah diri atau *Inferiority* siswa. Sedangkan perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini, yaitu pada variabel tindakan.

4. Jurnal Pendidikan Raja Rahima, dengan penelitian berjudul “*Feeling Of Inferiority* Siswa Obesitas di Smpi Khaira Ummah Padang”. Hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran rasa rendah diri siswa obesitas dan menemukan sebab terjadinya *Inferiority Complex* pada siswa obesitas.
5. Jurnal Pendidikan Ida Agustina, Retno Lukitaningsih, Kons. Dengan penelitian berjudul “Penerapan Strategi Reframing Untuk Mengurangi Perasaan Rendah Diri Siswa Kelas VII-H SMP Negeri 1 Jogorogo Ngawi”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling strategi reframing dapat menurunkan rendah diri pada siswa. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah sama-sama menurunkan rasa rendah diri atau *Inferiority*. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah dari variabel tindakan.

#### **E. Hipotesis Tindakan**

Hipotesis tindakan pada penelitian ini adalah tindakan bimbingan dan konseling bukanlah hipotesis perbedaan atau hubungan antar variabel, rumusan hipotesis tindakan memuat tindakan yang akan diusulkan untuk menghasilkan perbaikan yang diinginkan. Sugiyono (2015:96) menjelaskan bahwa hipotesis adalah jawaban awal pada rumusan masalah penelitian yang dirumuskan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Jawaban ini bersifat sementara karena didasarkan pada teori yang relevan dan belum diuji secara empiris melalui pengumpulan data. Penelitian yang merumuskan hipotesis adalah penelitian menggunakan pendekatan kualitatif.

Hipotesis menurut Suharsimi (2014:67) adalah “suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul”. Dalam penelitian ini, hipotesis yang dirumuskan adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk mengurangi *Inferiority* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Ketapang.