UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS X SMK N 1 JAMBU

SKRIPSI

disusun sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

oleh

NIDAWATI WAHYU PINASTI
1301406026

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2011

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Jambu telah dipertahankan di dalam sidang Panitia Ujian Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, pada :

Hari : Selasa
Tanggal : 8 November 2011

Panitia Ujian

Ketua

Drs. Hardjono, M.Pd.
NIP. 19510801 197903 1 007

Sekretaris

Drs. Eko Nusantoro, M.Pd.
NIP. 19600205 199802 1 001

Penguji Utama

Drs. Suharso, M.Pd., Kons
NIP 19620220 198710 1 001

Penguji/Pembimbing I

Prof. Dr. Sugiyo., M.Si
NIP. 19520411 197802 1 001

Penguji/Pembimbing II

Dra. Sinta Saraswati., M.Pd, Kons
NIP. 19600605 199903 2 001

PERPUSTAKAAN UNNES

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa isi skripsi ini dengan judul Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Jambu tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya yang diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam skripsi ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, September 2011

Nidawati Wahyu Pinasti
NIM. 1301406026

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Dalam kehidupan selalu butuh kesabaran dalam belajar, butuh kesabaran dalam kejujuran, butuh kesabaran dalam setiap kebaikan agar kita mendapat kemenangan.

(Mario Teguh)

Hiduplah seperti air yang mengalir; ia pantang menyerah seterjal apapun perjalanan yang ditempyh; konsisten pada tujuannya, yaitu muara.

(Ari Ginanjar A)

PERSEMBAHAN

- ♥ Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat dan kasih sayangNya
- ♥ Bapak dan ibu yang selalu memberikan cinta dan kasih sayang, doa dan dukungan yang tiada hentinya mengiringi hidupku.
- ♥ Suamiku yang selalu mendoakan dan memberi semangat setiap saat.
- ♥ Almameterku tercinta

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul "Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Jambu".

Penelitian ini menelaah Kepercayaan Diri siswa karena dewasa ini remaja dan anak-anak mempunyai tingkat kepercayaan diri yang cenderung rendah dalam interaksi lingkungan. Hal ini juga terjadi pada siswa di SMK N 1 Jambu. Oleh karena itu penulis tertarik untuk menelitinya dalam skripsi ini.

Penyusunan skripsi berdasarkan atas penelitian eksperimen yang dilakukan dalam suatu prosedur terstruktur dan terencana. Berkat rahmat Allah SWT dan usaha, skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Sudijono Sastroatmodjo, M.Si., Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh studi di Fakultas Ilmu Pendidikan.
2. Drs. Hardjono, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin penelitian, untuk penyelesaian skripsi ini.

PERPUSTAKAAN UNNES

3. Drs. Suharso, M.Pd., Kons, Ketua Jurusan BK FIP Universitas Negeri Semarang yang banyak memberikan arahan selama menjadi mahasiswa.
4. Prof. Dr. Sugiyo, M.Si., Dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan demi kesempurnaan skripsi ini. Terima kasih atas bimbingan dan arahan yang diberikan selama ini.
5. Dra. Sinta Saraswati, M.Pd, Kons, Dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan demi kesempurnaan skripsi ini. Terima kasih atas bimbingan dan arahan yang diberikan selama ini.
6. Tim Penguji Skripsi yang telah memberikan banyak masukan demi kesempurnaan skripsi ini.
7. Keluarga besar BK FIP UNNES, terutama BK angkatan 2006 atas semua pengalaman, nasehat dan canda tawa yang kalian ciptakan.
8. Bp. Setiyono, S.P., Kepala Sekolah SMK Negeri 1 Jambu atas ijin yang diberikan pada peneliti.
9. Ibu Yuli Anatawati, S.Pd selaku guru pembimbing SMK N 1 Jambu atas bantuan dan ijin yang diberikan kepada peneliti.
10. Keluargaku, Bapak Sunardi, Ibu Sri Sudarwati dan Suamiku Muharwan atas do'a dan kasih sayang setulus hati.

Penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu diharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Penulis

ABSTRAK

Pinasti, Nidawati Wahyu. 2011. *Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas X SMK NEGERI 1 Jambu*. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I Prof.Dr. Sugiyo, M.Si. dan Pembimbing II Dra. Sinta Saraswati , M.Pd, Kons.
Kata kunci: kepercayaan diri, bimbingan kelompok

Siswa yang masih duduk di bangku SMA / SMK adalah siswa pada usia remaja, antara usia 15 – 17 tahun. Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak – kanak yang penuh ketergantungan menuju masa pembentukan bertanggung jawab. Perubahan yang terjadi di masa remaja akan mempengaruhi perilaku individu. Pada masa remaja inilah siswa harus memiliki kepercayaan diri yang cukup untuk melangkah karena aspek kepercayaan diri ini merupakan aspek yang sangat berpengaruh dalam membentuk kepribadian siswa. Kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh setiap siswa, karena aspek kepercayaan diri ini mempengaruhi dalam setiap proses belajarnya, baik dalam belajar di kelas, di rumah atau di manapun. Adapun tujuan dalam penelitian ini : (1) Untuk mengetahui gambaran kondisi kepercayaan diri siswa SMK N 1 Jambu sebelum siswa mendapat layanan bimbingan kelompok; (2) Untuk mengetahui gambaran kondisi kepercayaan diri siswa SMK N 1 Jambu setelah siswa mendapatkan layanan bimbingan kelompok; (3) Untuk mengetahui apakah kepercayaan diri meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah semua siswa kelas X SMK N 1 Jambu yang berjumlah 216 siswa. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive random sampling* atau pengambilan sampel acak (berdasarkan tujuan dan secara acak).Teknik pengumpulan data dengan menggunakan skala psikologi dengan alatnya skala kepercayaan diri. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik dengan rumus *wilcoxon.*

Hasil uji *wilcoxon* diperoleh Zhitung = 2, 803 dan Ztabel = 1,96 sehingga Zhitung > Ztabel. Dengan demikian maka Ha diterima dan Ho ditolak. Hasil tersebut menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu meningkat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok. Dari hasil penelitian menunjukkan kepercayaan diri siswa sebelum memperoleh bimbingan kelompok 59.35% tergolong dalam kategori sedang dan setelah memperoleh bimbingan kelompok 63.09%, masuk dalam kategori sedang. Perbedaan tingkat penyesuaian diri kelayan sebelum dan sesudah bimbingan kelompok sebesar 3.65%. Simpulan dari penelitian ini adalah kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu dapat meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Adapun saran yang dapat peneliti sampaikan adalah agar pihak sekolah memberikan jam masuk kelas kepada guru pembimbing agar dapat memberikan layanan bimbingan kelompok.

PERPUSTAKAAN

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL i
LEMBAR PENGESAHAN ii
LEMBAR PERNYATAAN iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN iv
KATA PENGANTAR v
ABSTRAK vii
DAFTAR ISI viii
DAFTAR TABEL x
DAFTAR LAMPIRAN xi

BAB 1 PENDAHULUAN
1.1 Latar Belakang Masalah 1
1.2 Rumusan Masalah 9
1.3 Tujuan penelitian 9
1.4 Manfaat Penelitian 10

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA
2.1 Penelitian Terdahulu 11
2.2 Kepercayaan diri 14
2.2.1 Pengertian Kepercayaan diri 14
2.2.2 Jenis - jenis Kepercayaan diri 16
2.2.3 Kondisi Anak yang Tidak Percaya diri 22
2.2.4 Penyebab Timbulnya Rasa Kurang Percaya diri 23
2.3 Bimbingan Kelompok 24
2.3.1 Pengertian Bimbingan Kelompok 24
2.3.2 Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok 27
2.3.3 Fungsi Bimbingan Kelompok 29
2.3.4 Peran Pemimpin Kelompok 30
2.3.5 Asas-asas Bimbingan Kelompok 32
2.3.6 Tahap-tahap Bimbingan Kelompok 33
2.3.7 Evaluasi Layanan Bimbingan Kelompok 34
2.4 Evektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan diri 35
2.5 Hipotesis 38

BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN
3.1 Jenis dan Desain Penelitian 39
3.2 Desain Penelitian 40

3.3 Variabel Penelitian 45
3.3.1 Identifikasi Variabel 45
3.3.2 Hubungan Antarvariabel 46
3.3.3 Definisi Operasional Variabel 47
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian 48
3.4.1 Populasi 48
3.4.2 Sampel dan Teknik Sampling 48
3.5 Metode dan Alat Pengumpulan Data 49
3.5.1 Metode Pengumpulan Data 49
3.5.1 Alat Pengumpul Data 49
3.6 Penyusunan Instrumen 52
3.7 Validitas Reliabilitas dan Hasil Uji Cona Instrumen.....
55
3.7.1 Validitas 55
3.7.2 Reliabilitas 57
3.7.3 Hasil Uji Coba Instrumen 58
3.8 Teknik Analisis Data 58

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
4.1 Pelaksanaan Penelitian 61
4.2 Hasil Penelitian 64
4.2.1 Tingkat Kepercayaan diri Siswa Sebelum Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok 64
4.2.2 Tingkat Kepercayaan diri Siswa Setelah Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok 67
4.2.3 Perbandingan tingkat Kepercayaan Diri Siswa Sebelum dan Setelah Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok 69
4.2.4 Hasil Uji Wilcoxon 74
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian 102

BAB 5 PENUTUP
5.1 Simpulan 116
5.2 Saran 117

DAFTAR PUSTAKA 118
LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

3.1 Desain Penelitian *One Group Pre-test and Post-test Design* 41

3.2 Rancangan Materi Bimbingan Kelompok..... 42

3.3 Langkah-langkah Bimbingan Kelompok 43

3.4 Format Skala Kepercayaan Diri 50

3.5 Penskoran Item..... 50

3.6 Kategori Timgkatan Skala Kepercayaan Diri 51

3.7 Kisi-kisi Instrumen Skala Kepercayaan diri 53

4.0 Jadwal pelaksanaan bimbingan kelompok 62

4.1 Hasil *Pre-test* Seluruh Kelas X 63

4.2 Kepercayaan diri Siswa Sebelum Mendapatkan Treatment..... 65

4.3 Hasil Perhitungan *Pre-test* dari Tiap Indikator 66

4.4 Hasil *Post-test* Anggota Kelompok Setelah Mendapatkan Treatment..... 68

4.5 Hasil *Post-test* Anggota Kelompok dari Tiap Indikator 69

4.6 Perbedaan Tingkat Kepercayaan diri Sebelum dan Sesudah Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok..... 70

4.7 Perbandingan *Pre-test* dan *Post-test* dari Tiap Indikator 73

4.8 Hasil Uji Wilcoxon 75

4.9 Deskripsi peningkatan kepercayaan diri siswa 77

DATAR GAMBAR

Gambar		Halaman
3.1	Hubungan Antar Variabel	46
3.2	Langkah-langkah Penyusunan Instrumen	52
4.1	Grafik Perbandingan Antara *Pre-test* dan *Post-test*	71
4.2	Grafik Perbandingan Antara *Pre-test* dan *Post-test* tiap Indikator.....	73

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Daftar Anggota Bimbingan Kelompok 119
2. Kisi-Kisi Instrumen *Try Out* 120
3. Instrumen *Try Out* 123
4. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian 128
5. Instrumen Penelitian 131
6. Program Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok 134
7. Satuan Layanan Bimbingan Kelompok 135
8. Materi layanan bimbingan kelompok 159
9. Jadwal Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok 179
10. Laporan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok 180
11. Resume Kegiatan Bimbingan Kelompok 196
12. Laporan Pelaksanaan Program Bimbingan Kelompok 225
13. Daftar Hadir Layanan Bimbingan Kelompok 229
14. Tabel Perhitungan Validitas dan Reliabilitas Skala Kepercayaan diri 236
15. Hasil *Pre-test* dan *Post-test* 250
16. Perhitungan Uji *Wilcoxon* 271
17. Hasil Pengamatan Perkembangan Layanan..... 273
18. Foto Pelaksanaan Penelitian 277
19. Surat Keterangan Penelitian 279

PERPUSTAKAAN UNNES

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Pada hakikatnya manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa ingin berinteraksi dengan manusia lainnya. Ketika seorang anak masuk dalam lingkungan sekolah, maka anak berperan sebagai siswa. Siswa yang memiliki kepercayaan diri yang baik akan mudah bersosialisasi dengan baik dan lancar dalam memperoleh pemahaman tentang ilmu pengetahuan yang diberikan dalam sekolah. "Pendidikan adalah proses pembudayaan dan pemberdayaan manusia yang sedang berkembang menuju kepribadian mandiri untuk dapat membangun dirinya sendiri dan masyarakat. Konsekuensinya pendidikan harus mampu menyentuh dan mengendalikan berbagai aspek perkembangan manusiaan" (Wibowo, 2002: 6-7).

Menurut Munib dkk (2004 : 21) Dalam UU RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidkan Nasional pasal 3 menjelaskan bahwa :

> Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk manusia Indonesia yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia beriman dan bertaqwa kepada Tuhan YME, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dapat dijelaskan bahwa dalam rangka mewujudkan manusia Indonesia yang cakap serta berilmu dapat dikembangkan melalui kegiatan sekolah yaitu kegiatan kokulikuler, intrakulikuler, dan ekstrakulikuler, disamping itu bimbingan

konseling juga ikut andil di dalamnya, yakni membimbing siswa meraih pengembangan diri yang optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan tuntutan lingkungan yang positif.

Siswa yang masih duduk di bangku SMA / SMK adalah siswa pada usia remaja, antara usia 15 – 17 tahun. Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak–kanak yang penuh ketergantungan menuju masa pembentukan bertanggung jawab. Perubahan yang terjadi di masa remaja akan mempengaruhi perilaku individu. Pada masa remaja inilah siswa harus memiliki kepercayaan diri yang cukup untuk melangkah karena aspek kepercayaan diri ini merupakan aspek yang sangat berpengaruh dalam membentuk kepribadian siswa. Kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh setiap siswa, karena aspek kepercayaan diri ini mempengaruhi dalam setiap proses belajarnya, baik dalam belajar di kelas, di rumah atau di manapun.

Seperti yang dikatakan oleh Angelis (2005 : 20) "rendah diri, rasa malu, rasa takut melakukan sesuatu, frustrasi, perasaan cemas atau bahkan sikap agresif merupakan indikator dari kurang atau tidak adanya kepercayaan diri". Gejala tidak percaya diri ini umumnya dianggap sebagai gangguan ringan karena tidak menimbulkan masalah besar. Disadari atau tidak, sebagian besar orang ternyata mengalami gejala tidak percaya diri seperti ini. Sikap seseorang yang menunjukkan dirinya tidak percaya diri, antara lain di dalam berbuat sesuatu, terutama dalam melakukan sesuatu yang penting dan penuh tantangan, selalu dihinggapi keraguan-raguan, mudah cemas, tidak yakin, cenderung menghindar, tidak punya inisiatif, mudah patah semangat, tidak berani tampil di depan orang

banyak, dan gejala kejiwaan lainnya yang menghambatnya untuk melakukan sesuatu.

Ketidakpercayaan diri dapat dipengaruhi beberapa faktor yaitu faktor dari dalam diri individu itu sendiri dan faktor dari lingkungan individu. Faktor dari dalam diri individu adalah rasa benci, rasa takut, kecemasan, tidak dapat menerima kenyataan hidup dan tidak dapat mengaktualisasikan kemampuan yang ada pada dirinya. Faktor lingkungan yang mempengaruhi kepercayaan diri antara lain faktor keluarga, sekolah, teman sebaya dan masyarakat. Faktor dari dalam diri individu dan faktor dari lingkungan individu merupakan sumber permasalahan bagi individu yang mengalami ketidakpercayaan diri. Meskipun kepercayaan diri diidentikkan dengan kemandirian, orang yang percaya dirinya tinggi umumnya lebih mudah terlibat secara pribadi dengan orang lain dan lebih berhasil dalam hubungan antar personal.

Masalah tersebut merupakan indikator dari kurang atau tidak adanya kepercayaan diri. Hal ini sudah tentu akan menghambat proses belajar para siswa untuk mencapai hasil yang optimal. Apabila siswa yang tidak memiliki rasa percaya diri yang baik maka dapat dimungkinkan siswa tersebut akan mengalami gagal belajar dan hal ini dapat menghambat pencapaian tujuan pendidikan. Kegagalan dalam belajar sangat mempengaruhi kepribadian siswa yang terbentuk karena tidak dapat mencapai apa yang diharapkan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru pembimbing tentang permasalahan yang sering terjadi pada siswa di SMK Negeri 1 Jambu di peroleh informasi bahwa :

a. Kurang adanya saling memahami pada diri siswa. Hal ini mencakup kurang adanya sikap percaya antar siswa, kurang keterbukaan dari siswa terhadap guru dan terkadang juga antar sesama siswa sehingga sering terjadi miskomunikasi antarsiswa yang menjadi salah satu pemicu pertengkaran.

b. Siswa kurang mampu memecahkan konflik yang muncul dalam komunikasi antarpribadi, misalnya ketika terjadi pertengkaran antar siswa, para siswa belum dapat menyelesaikan konflik tersebut dengan baik dan seringkali konflik tersebut berakibat pada rusaknya hubungan persahabatan siswa.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru kelas tentang keefektifan siswa dalam mengikuti pelajaran dari guru kelas di SMK Negeri 1 Jambu diperoleh informasi bahwa :

Siswa belum mampu mengkomunikasikan pikiran dan perasaan secara tepat dan jelas, dan siswa tidak memiliki perasaan percaya diri. Hal ini ditunjukkan salah satunya saat sedang berlangsung proses belajar mengajar di kelas, ataupun ketika ada mata pelajaran secara kelompok yang harus dipresentasikan dengan diskusi, siswa belum ada yang mau bertanya atau menyampaikan pendapatnya sehingga terkadang meresahkan para guru mata pelajaran karena mereka menjadi ragu terhadap pemahaman para siswa terhadap materi pelajaran yang telah disampaikan.

Sedangkan hasil ITP/ATP dari analisis kelompok grafik 8 butir terendah menunjukkan masalah yang paling rendah frekwensinya dan masalah yang paling banyak dialami siswa adalah pemahaman diri dengan jumlah poin dari rata – rata

perbutir 1, etika pergaulan dengan jumlah poin rata – rata perbutir 2, tata tertib dengan jumlah poin dari rata – rata perbutir 3.

Berdasarkan hasil pengamatan di SMK N 1 JAMBU gejala yang diperoleh yaitu (1) siswa tidak berani mengajukan pertanyaan atau pendapatnya kepada guru, (2) tidak bersedia tampil di depan kelas, (3) berbicara gugup, (4) menghindarkan diri ketika akan ditanya oleh guru. Hal ini diperkuat dengan perilaku mereka seperti ; tidak mau maju kedepan kelas, tidak berani tampil bila berhadapan dengan orang banyak, dan tidak mau megajukan pendapatnya di dalam kelompok, siswa mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain baik dalam proses belajar di dalam kelas maupun dalam suasana informal di luar kelas.

Salah satu kemungkinan besar yang menjadi penyebab terjadinya kesulitan komunikasi adalah rasa tidak percaya diri, gangguan fisik pada siswa, keadaan lingkungan sekitar tempat tinggal. Ketidak percayaan diri siswa yang menyebabkan siswa sulit untuk diajak berkomunikasi diantaranya adalah takut menerima tanggapan atau penilaian negatif dari komunikan atau orang yang menerima pesan, dan sulit berkonsentrasi. Fenomena yang tampak adalah ketika siswa masuk dalam suasana diskusi dalam kelas, siswa sulit untuk diajak berkomunikasi karena merasa tidak percaya diri atas gagasan yang dimilikinya karena takut salah dll, sehingga menjadikan diskusi dalam kelas ini membosankan dan tidak ada hasil yang di dapat dalam diskusi ini. Ketika proses belajar mengajar jika seorang Bapak/Ibu guru mengajar semua siswa di dalam kelas pasif, tidak ada yang mau bertannya, dan takut bertanya ketika tidak mengerti. Dari

pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri sangat diperlukan, salah satunya untuk dapat berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungan dan teman sebayanya.

Berdasarkan pemaparan uraian di atas, dalam upaya memberikan bantuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa peneliti akan meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok. Dikaitkan dengan jurnal hasil penelitian sebelumnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Cucu Sutisna (2010) ”Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Strategi Layanan Bimbingan Kelompok Studi Eksperimen di SMAN 16 Bandung”. bahwa tingkat kepercayaan diri siswa SMAN 16 Bandung kelas X yang berada pada kategori rendah dan sedang, dapat meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Berdasarkan hasil uji dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan keompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 16 Bandung kelas X.

Sedangkan hasil penelitian Widyowati (2006) “Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Modelling (Penelitian Pada Siswa Kelas X Smu Negeri 2 Surabaya Tahun Ajaran 2006/2007)”. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan tingkat kepercayaan diri, baik secara batin, lahir dan spiritual. Hasil penelitian dari Sri Weni (2006) ”Korelasi Antara Pemahaman Diri Dan Rasa Percaya Diri Pada Remaja yang Tinggal Di Pondok Pesantren Di Kota Malang “ Hasilnya menunjukkan ada korelasi antara kepercayaan diri dan kompetensi sosial. Semakin tinggi kepercayaan diri maka akan diikuti dengan tingginya kompetensi sosial seorang remaja. Berdasarkan hasil analisis regresi linier tersebut di atas,

bahwa ada hubungan yang positif antara kepercayaan diri dan kematangan emosi dengan kompetensi sosial remaja di Pondok Pesantren.

Beberapa penelitian terdahulu yang tercantum di atas mendukung dan memperkuat penelitian yang akan dilaksanakan. Dari penelitian terdahulu dapat diasumsikan bahwa kepercayaan diri dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri yaitu melalui layanan bimbingan kelompok, karena layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan pemberian informasi dalam suasana kelompok dimana memberikan manfaat atas informasi yang dibahas dan dapat menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa. Melalui layanan bimbingan kelompok, siswa diberikan bahasan mengenai kepercayaan diri yang pada nantinya diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Bimbingan kelompok merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok, ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa. Proses pemberian bantuan ini berupa penyampaian informasi yang tepat mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, komunikasi, pemahaman pribadi, penyesuaian diri, dan masalah hubungan antar pribadi. “Informasi diberikan terutama dengan tujuan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri individu dan pemahaman terhadap orang lain” (Romlah, 2001:3).

Dalam kegiatan bimbingan kelompok, siswa akan mendapatkan informasi mengenai materi yang berkaitan dengan upaya peningkatan kepercayaan diri siswa. Selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung siswa tidak hanya

menjadi anggota yang pasif tetapi diharapkan juga untuk turut aktif dalam membahas topik atau materi yang disampaikan. Penentuan topik ini juga nantinya disesuaikan dengan usia dan tingkat pemahaman siswa sehingga benar-benar tepat sasaran yakni mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Dalam kegiatan bimbingan kelompok terjadi komunikasi antara individu satu dengan yang lainnya sehingga individu dapat mengungkapkan pendapat, sikap, serta tindakan yang diinginkan. Selain itu para anggota bimbingan kelompok akan berinteraksi yang dapat menimbulkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok dibutuhkan untuk menciptakan rasa kepercayaan diri, solidaritas dan juga keterbukaan terutama dalam membahas topik dalam kegiatan bimbingan kelompok. Ketika dinamika kelompok dapat terbentuk sebagai jiwa yang mampu menghidupkan suasana dalam kelompok, maka para anggota dapat lebih meningkatkan pemahaman dirinya dan pemahaman akan topik yang dibahas yakni yang berkaitan dengan upaya peningkatan kepercayaan diri siswa.

Dari uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu melalui layanan bimbingan kelompok dengan judul

"**Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Jambu**".

1.2 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dirumuskan permasalahan utama yaitu "apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa SMK N 1 Jambu ?".

Dari rumusan masalah tersebut dapat dispesifikan sebagai berikut :

(1) Bagaimana gambaran kondisi kepercayaan diri siswa SMK N 1 Jambu sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok?

(2) Bagaimana gambaran kondisi kepercayaan diri siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok?

(3) Apakah terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

1.3 TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan utama penelitian yaitu " apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa SMK N 1 Jambu ?". Dari tujuan penelitian tersebut dapat dispesifikan sebagai berikut :

(1) Untuk mengetahui gambaran kondisi kepercayaan diri siswa SMK N 1 Jambu sebelum siswa mendapat layanan bimbingan kelompok.

(2) Untuk mengetahui gambaran kondisi kepercayaan diri siswa SMK N 1 Jambu setelah siswa mendapatkan layanan bimbingan kelompok.

(3) Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

1.4 MANFAAT

1.4.1 Manfaat Teoritis

(1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah sumbangan pemikiran ilmiah dan menambah pengetahuan baru bagi penulis.

(2) Menjadi dasar bahan kajian untuk penelitian lebih lanjut tentang permasalahan yang terkait

(3) Memperkaya kajian tentang "Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Siswa Kelas X SMK N 1 Jambu" yang nantinya dapat dijadikan pedoman dalam penelitian selanjutnya atau penelitian yang akan datang.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi siswa

Melalui penelitian ini diharapkan siswa dapat mempunyai percaya diri dalam menghadapi segala hal agar dapat berkomunikasi dengan baik yang akan bermanfaat untuk kehidupannya ke depan.

1.4.2.2 Bagi konselor

Dengan penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan konselor dalam usaha membantu siswa menjadi pribadi yang lebih percaya diri dalam berkomunikasi dalam lingkungan dan antar pribadi.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini akan menguraikan tinjauan pustaka yang melandasi penelitian ini, meliputi : (1) penelitian terdahulu; (2) kepercayaan diri; (3) bimbingan kelompok; (4) keefektifan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain. Tujuannya adalah sebagai bahan masukan bagi peneliti dan untuk membandingkan antara penelitian yang satu dengan penelitian yang lainnya yang dijadikan sebagai rujukan untuk melakukan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti diantaranya :

Berdasarkan jurnal penelitian tentang "Efektifitas Pelatihan Pengembangan Kepribadian Dan Kepemimpinan Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Baru Universitas Muhammadiyah Malang Tahun 2005/2006" dalam penelitian tersebut menggunakan model pendekatan pembelajaran orang dewasa melalui kegiatan pelatihan dengan menggunakan metode: *games, role play, case study, focused group discussion*. Aspek penting dalam kepribadian dan kepemimpinan yang dikembangkan adalah kepercayaan diri, karena aspek ini dianggap memiliki peran cukup penting untuk menunjang keberhasilan belajar

seorang mahasiswa di perguruan tinggi. Hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa *games, role play, case study, focused group discussion*. efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa baru Universitas Muhammadiyah Malang yang mengikutinya. Kepercayaan diri mahasiswa peserta pelatihan memberi bukti bahwa pelatihan tersebut efektif dalam mencapai salah satu tujuannya yaitu menumbuhkan rasa percaya diri.

Berdasarkan hasil penelitian Weni (2006) ”Korelasi Antara Pemahaman Diri Dan Rasa Percaya Diri Pada Remaja yang Tinggal Di Pondok Pesantren Di Kota Malang“ Hasil analisis menunjukkan uji Korelasi antara Kepercayaan Diri dan Kompetensi Sosial menunjukkan Koefisien Korelasi sebesar r = 0.673, p = 0.00 0.01, artinya ada korelasi antara kepercayaan diri dan kompetensi sosial. Semakin tinggi kepercayaan diri maka akan diikuti dengan tingginya kompetensi sosial seorang remaja. Berdasarkan hasil analisis regresi linier tersebut diatas, maka terlihat R = 0.732, p = 0.000 < 0.01 yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara kepercayaan diri dan kematangan emosi dengan kompetensi sosial remaja di Pondok Pesantren dengan nilai F = 24,321 dan taraf signifikansi 0.000, yang berarti ada hubungan positif antara kepercayaan diri dan kematangan emosi dengan kompetensi sosial.

Berdasarkan hasil penelitian Widyowati (2006) “Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Modelling (Penelitian Pada Siswa Kelas X SMU Negeri 2 Surabaya Tahun Ajaran 2006/2007”. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan adanya peningkatan tingkat kepercayaan diri, baik secara batin, lahir dan spiritual. Walaupun perbedaan antara *pre test* dan *post test* tidak terlalu

besar, namun hasil yang diperoleh secara keseluruhan signifikan. Hal ini dibuktikan dengan uji *Wilcoxon* yang menyatakan bahwa indeks signifikansi pada Z hitung hasilnya signifikan. Untuk Z hitung = - 2.803, dengan indeks signifikansi 0.00506. Karena 0.00506 < 0.05 maka hasilnya signifikan, yaitu kepercayaan diri siswa kelas X SMU Negeri 2 Surabaya Tahun Ajaran 2006/2007 dapat ditingkatkan setelah mendapatkan modeling., sehingga Ha diterima dan Ho ditolak.

Berdasarkan hasil penelitian Sutisna (2010) ”Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Strategi Layanan Bimbingan Kelompok Studi Eksperimen di SMAN 16 Bandung”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa SMAN 16 Bandung kelas X tahun pelajaran 2009/2010 yang berada pada kategori rendah dan sedang, dapat meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Tingkat kepercayaan diri siswa dapat meningkat 10,20% setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Berdasarkan hasil uji dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMAN 16 Bandung kelas X tahun pelajaran 2009/2010.

Beberapa penelitian terdahulu yang tercantum di atas mengenai kepercayaan diri mendukung dan memperkuat penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti. Dari penelitian terdahulu dapat diasumsikan bahwa kepercayaan diri dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan mengoptimalkan kemampuan komunikasi antar pribadi.

2.2 Kepercayaan Diri

2.2.1 Pengertian Percaya Diri

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berfungsi untuk mendorong individu dalam meraih kesuksesan yang terbentuk melalui proses belajar individu dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam interaksinya, individu mendapat umpan balik yang dapat berupa hadiah dan hukuman. Kepercayaan diri di definisikan sebagai suatu keyakinan individu untuk mampu berprilaku sesuai dengan yang diharapkan. Individu yang mempunyai rasa kepercayaan diri adalah individu yang mampu bekerja secara efektif, dapat melaksanakan tugas dengan baik dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri sering di identikkan dengan kemandirian meski demikian individu yang kepercayaan dirinya tinggi pada umumnya lebih mudah untuk terlibat secara pribadi dengan individu lain yang akan lebih berhasil dalam menjalin hubungan secara interpersonal.

Menurut Lindenfield (1997: 3) “bahwa orang yang percaya diri ialah orang yang merasa puas dengan dirinya”. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri lahir dari kesadaran jika seorang individu memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran seorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang diinginkan tercapai.

Menurut Hakim (2005 : 6) “kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya”. Individu yang percaya diri akan merasa yakin terhadap dirinya sendiri. Individu juga merasa optimis dalam melakukan segala aktivitasnya sehingga dapat mengoptimalkan kelebihan-kelebihannya serta dapat membuat tujuan hidup yang realistik bagi dirinya, artinya individu itu menetapkan tujuan hidup yang tidak terlalu tinggi baginya sehingga ia dapat mencapai tujuan hidup yang ia tentukan. Individu yang dapat mencapai tujuan hidupnya akan merasa mampu untuk melakukan sesuatu dalam dirinya sendiri.

Menurut Mastuti (2008: 13) “kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya”. Individu yang memiliki sikap positif seperti yang dikemukakan oleh mastuti tersebut nantinya akan mempunyai rasa optimis di dalam melakukan segala hal, serta mempunyai harapan yang realistik terhadap diri sendiri. Rasa percaya diri merujuk pada beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa.

Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang untuk meyakini terhadap segala aspek-aspek kelebihan dalam dirinya, merasa mampu untuk melakukan sesuatu, memiliki penilaian positif terhadap dirinya ataupun situasi yang dihadapinya, serta memiliki rasa optimis dalam mencapai tujuan hidupnya. Kepercayaan diri

merupakan salah satu aspek kepribadian individu yang berfungsi mendorong individu dalam meraih kesuksesan melalui hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya untuk berperilaku sesuai dengan yang diharapkan, bekerja secara efektif serta dapat melaksanakan tugas dengan baik dan tanggung jawab.

2.2.2 Jenis - Jenis Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri bersumber dari dalam diri individu dan dari luar/tingkah laku individu. Oleh karena itu kepercayaan diri dapat dibagi menjadi beberapa bagian. Menurut Lindenfield (1997:4) mengemukakan bahwa:

> Hasil analisis tentang percaya diri ada dua percaya diri yang berbeda yaitu percaya diri batin dan percaya diri lahir. Percaya diri batin adalah percaya diri yang memberi pada kita perasaan dan anggapan bahwa kita dalam keadaan baik. Percaya diri lahir adalah percaya diri yang memungkinkan kita untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukan pada dunia luar bahwa kita yakin akan diri kita.

2.2.2.1 Kepercayaan Diri Batin

Kepercayaan diri batin ialah kepercayaan diri yang tumbuh dari dalam diri seseorang dan sebagai acuan pada tindakan yang akan dilakukan dalam berbagai situasi. Menurut Lindenfild (1997: 4-7) “ada empat ciri utama yang khas pada orang yang mempunyai percaya diri batin yang sehat. Keempat ciri itu adalah cinta diri, pemahaman diri, tujuan yang jelas, berfikir positif”.

2.2.2.1.1 Cinta diri

Anak yamg mencintai diri sendiri adalah anak yang percaya pada diri mereka sendiri dan perduli tentang diri sendiri karena perilaku dan gaya hidup

mereka untuk memelihara diri. Manfaat dari anak yang memiliki unsur percaya diri batin adalah anak dapat mempertahankan kecenderungan untuk menghargai segala kebutuhannya baik kebutuhan jasmani maupun rohani yang setara dengan kebutuhan orang lain. Dengan demikian maka anak akan merasa dapat berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya dan tidak akan menyiksa diri sendiri dengan rasa bersalah setiap kali menginginkan sesuatu atau mendapatkan sesuatu. Kepercayaan diri batin ini akan membuat anak merasa senang bila diperhatikan orang lain, menjadi bangga atas sifat-sifat mereka yang baik dan tidak akan membuang waktu dan tenaga untuk memikirkan kekurangan – kekurangan diri sendiri.

2.2.2.1.2 Pemahaman diri

Anak yang memiliki kepercayaan diri batin akan sadar diri, mereka tidak akan terus menerus merenungi diri sendiri, tetapi secara teratur akan memikirkan perasaan, pikiran dan perilaku mereka, dan selalu ingin tahu bagaimana pendapat orang lain tentang diri mereka. Anak yang memiliki pemahaman diri yang baik akan sangat menyadari kekuatan diri mereka untuk mengembangkan kemampuan mereka sepenuhnya. Anak akan mengenal kelemahan dan keterbatasan mereka, sehingga mereka tidak akan mengulangi kesalahan dan membiarkan diri mereka mengalami kegagalan berulang kali. Anak yang memiliki pemahaman diri yang baik akan tumbuh dengan kesadaran yang mantap tentang identitas diri sendiri sehingga mereka lebih mampu dan puas menjadi diri sendiri, mereka punya pengertian yang sehat dan akan selalu terbuka untuk menerima umpan balik dari orang lain dan bersedia mendapat bantuan dan pelajaran dari orang lain.

2.2.2.1.3 Tujuan yang jelas

Anak yang percaya diri adalah anak yang selalu tahu tujuan hidupnya, hal tersebut disebabkan karena mereka mempunyai pemikiran yang jelas dan mereka tahu mengapa mereka melakukan suatu tindakan tertentu dan mereka tahu hasil apa yang mereka harapkan. Unsur-unsur yang dapat memperkuat kepercayaan diri anak dengan tujuan yang jelas yaitu dengan cara anak membiasakan diri menentukan sendiri tujuan yang dapat mereka capai dan tidak harus bergantung pada orang lain, memiliki motivasi yang kuat, dan belajar menilai diri sendiri.

Dengan demikian maka anak akan memiliki kepercayaan diri dengan tujuan yang jelas dalam kehidupannya. Anak akan menjadi tau arah tujuan dan keputusan yang akan diambil untuk mencapai tujuannya.

2.2.2.1.4 Berfikir positif

Orang-orang yang percaya diri biasanya adalah orang-orang yang menyenangkan, karena orang-orang tersebut dapat melihat kehidupan dari sisi lain dengan kekuatan batin. Dengan berfikir positif maka anak akan memandang orang lain dari sisi yang positifnya, anak akan percaya bahwa semua masalah dapat diselesaikan dan tidak akan memandang masa lalu tetapi masa depan, anak mau bekerja dan menghabiskan waktu dan energi untuk belajar karena mereka percaya bahwa diri mereka mampu untuk mencapai tujuan mereka.

PERPUSTAKAAN UNNES

2.2.2.2 Kepercayaan Diri Lahiriah

Kepercayaan diri lahiriah ialah kepercayaan diri seseorang yang akan dilaksanakan dalam berbagai situasi dan didorong dari dalam oleh kepercayaan diri batin. Percaya diri tidak hanya dirasakan oleh individu yang bersangkutan. Namun dipandang perlu oleh seseorang untuk memberikan kesan percaya diri pada dunia luar.

Berkenaan dengan hal tersebut maka individu yang bersangkutan perlu mengembangkan ketrampilan yang meliputi bidang komunikasi, ketegasan, penampilan diri dan pengendalian perasaan. "Adapun manfaat dari ketrampilan tersebut adalah komunikasi, penampilan diri, pengendalian perasaan" (Lindenfield, 1997:7-11).

2.2.2.2.1 Komunikasi

Komunikasi ialah kemampuan mendasar untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan baik disituasi apapun dan dimanapun. Dengan memiliki dasar yang baik dalam bidang ketrampilan berkomunikasi anak akan dapat mendengarkan orang lain dengan tepat, tenang dan penuh perhatian, bisa berbicara dengan segala usia dan dari segala latar belakang, mengerti kapan dan bagaimana berganti pokok pembicaraan dari percakapan biasa ke yang lebih mendalam, menggunakan komunikasi non-verbal secara efektif, membaca dan memanfaatkan bahasa tubuh orang lain, berbicara dengan memakai nalar dan secara fasih dan dapat berbicara didepan umum tanpa rasa takut.

2.2.2.2.2 Penampilan Diri

Penampilan diri yang dimaksudkan adalah pakaian dan gaya hidup yang digunakan oleh seseorang yang sesuai dengan kepribadiannya. Ketrampilan penampilan diri akan mengajarkan pada seseorang betapa pentingnya, tampil sebagai orang yang percaya diri. Hal ini memungkinkan seseorang untuk memilih gaya pakaian dan warna yang cocok untuk berbagai peran dan peristiwa sesuai dengan kepribadian, serta menyadari dampak gaya hidupnya (misalnya mobil dan rumah) terhadap pendapat orang lain mengenai dirinya, tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu ingin menyenangkan orang lain.

2.2.2.2.3 Pengendalian Perasaan

Pengendalian perasaan ialah kemampuan seseorang untuk dapat mengontrol atau mengendalikan emosi atau perasaan dalam situasi apapun. Perasaan yang tidak dikelola dengan baik dapat membentuk suatu kekuatan besar yang tak terduga. Dalam hidup sehari-hari seseorang perlu mengendalikan perasaan agar hati tidak memerintah pikiran. Dengan mengetahui cara mengendalikan diri, seseorang dapat lebih percaya diri, berani menghadapi tantangan dan resiko karena bisa mengatasi rasa takut, khawatir dan frustrasi, dapat menghadapi kesedihan secara wajar, membiarkan diri bertindak secara spontan karena yakin tidak akan lepas kendali, serta mencari pengalaman dan hubungan yang memberi kesenangan, cinta, dan kebahagiaan, karena individu tidak mudah terbenam dalam hawa nafsu amarahnya.

Kepercayaan diri lahiriah merupakan tindakan atau tingkah laku wujud kepercayaan diri yang dapat dilihat oleh orang lain. Siswa yang ikut serta dalam penelitian harus memiliki kepercayaan diri lahiriah tersebut agar dapat dilihat

wujud peningkatan kepercayaan diri setelah mengikuti kegiatan penelitian. Siswa harus dapat memperbaiki beberapa ketrampilan yang ada yaitu komunikasi, ketegasan, penampilan diri dan pengendalian perasaan. Bertambahnya kemampuan siswa dalam ketrampilan tersebut maka secara otomatis kepercayaan diri siswa tersebut juga akan bertambah.

2.2.3 Kondisi Anak yang Tidak Percaya Diri

Menurut Santrock (2003: 338) mengemukakan bahwa indikator perilaku negatif dari individu yang tidak percaya diri antara lain :

(1) Melakukan sentuhan yang tidak sesuai atau menghindari kontak fisik.
(2) Merendahkan diri sendiri secara verbal, depresiasi diri.
(3) Berbicara terlalu keras secara tiba-tiba, atau dengan nada suara yang datar.
(4) Tidak mengekspresikan pandangan atau pendapat, terutama ketika ditanya.

Menurut Hakim (2005: 8-9), orang yang mengalami gejala tidak percaya diri mempunyai ciri-ciri yang tampak, antara lain :

(1) Mudah cemas dalam menghadapi persoalan
(2) Gugup dan terkadang bicara gagap.
(3) Tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu.
(4) Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya.
(5) Mudah putus asa.
(6) Cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah.
(7) Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri, yang menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk.

Menurut Mastuti (2008: 14-15), individu yang kurang percaya diri, ada beberapa ciri atau karakteristiknya seperti :

(1) Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok.
(2) Menyimpan rasa takut terhadap penolakan.
(3) Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri.
(4) Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil.
(5) Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir.
(6) Mempunyai external locus of control (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain).

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa anak yang selalu ragu atau kurang percaya diri biasanya selalu memandang negatif tentang dirinya sendiri. Selalu ada kekurangan di dalam dirinya dibandingkan dengan orang lain. Anak yang ragu terhadap kemampuan diri sendiri / tidak percaya diri biasanya kurang dapat berbicara atau menyampaikan pesan kepada orang lain karena salah satu faktor penyebab tidak percaya diri datang dari kemampuan berkomunikasi secara verbal, dengan berbicara.

PERPUSTAKAAN UNNES

2.2.4 Penyebab Timbulnya Rasa Kurang Percaya Diri

Gejala rasa tidak percaya diri dimulai dari adanya kelemahan-kelemahan tertentu di dalam berbagai aspek kepribadian seseorang, sehinga orang tersebut mengalami gejala tidak pecaya diri. Menurut Hakim (2005: 12-24) ”berbagai kelemahan pribadi yang menjadi penyebab timbulnya rasa tidak percaya diri adalah cacat atau kelainan fisik, buruk rupa, ekonomi lemah, status sosial, status

perkawinan, sering gagal, kalah bersaing, pendidikan rendah, sulit menyesuaikan diri".

Faktor-faktor penyebab rasa tidak percaya diri tersebut adalah:

(1) Perlakuan keluarga yang keras, keluarga lebih banyak mencela daripada memuji. Dan lingkungan yang kurang memberikan kasih sayang dan penghargaan, terutama pada masa kanak-kanak dan pada masa remaja.
(2) Kurangnya komunikasi dalam berinteraksi dengan lingkungan.
(3) Kekurangan jasmani.
(4) Kegagalan yang berulang kali tanpa diimbangi dengan optimisme yang memadai.
(5) Keinginan untuk mencapai kesempurnaan dalam segala hal (Idealisme yang tidak realistis)
(6) Kurang memahami nilai dan peranan Iman dalam hidup.
(7) Anak tidak meyakini fungsi diri : anak tidak yakin bahwa keseluruhan dirinya akan berfungsi dengan baik. Sehingga tidak mampu mendorong dirinya untuk berkembang total, maksimal dan optimal. Dengan semua itu, maka anak tersebut tidak dapat mencapai kemandirian.
(8) Belum dapat mengontrol temperament yang lebih baik

Berdasarkan uraian tersebut dapat simpulkan bahwa faktor yang menyebabkan anak tidak percaya diri berasal dari faktor internal yaitu diri sendiri, faktor eksternal yaitu keluarga dan lingkungan yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan dalam masyarakat. Kedua unsur tersebut yang dapat menyebabkan anak merasa kurang percaya diri dikarenakan kurang adanya dukungan dari faktor eksternal yaitu lingkungan.

PERPUSTAKAAN UNNES

2.3 Layanan Bimbingan Kelompok

2.3.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Pengertian layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling yang diberikan dalam bentuk kelompok yang terdiri dari 8-15 siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik-topik yang aktual. Menurut Gazda (1999: 309-310) "bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat". Bimbingan kelompok juga diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.

Menurut Romlah (2001:3) "bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai – nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok". Bimbingan kelompok dapat ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa. Menurut Sukardi (2002: 48) "Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat".

Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat hidup jika di dalammya dapat terbentuk dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota kelompok dalam mengembangkan aspek positif ketika mengadakan

komunikasi antar pribadi dengan orang lain. Dalam proses bimbingan kelompok untuk meningkatkan cara dan mutu berinteraksi diperlukan adanya dinamika kelompok yang dapat memperlancar kegiatan dalam suasana dalam kelompok.

Menurut Floyd D. Ruch (dalam Gerungan, 2002: 110):

> Dinamika kelompok adalah analisis dari hubungan –hubungan kelompok sosial yang berdasarkan prinsip, bahwa tingkah laku dalam kelompok itu adalah hasil dari interaksi yang dinamis antara individu-individu dalam situasi sosial.

Dalam Layanan Bimbingan Kelompok, siswa diajak bersama-sama mengemukakan pendapat tentang topik-topik yang dibicarakan dan mengembangkan bersama permasalahan yang dibicarakan pada kelompok. Sehingga terjadi komunikasi antara individu di dalam kelompoknya kemudian siswa dapat mengembangkan sikap dan tindakan yang diinginkan dapat terungkap di kelompok.

Anggota yang secara langsung terlibat dan menjalani dinamika kelompok dalam bimbingan kelompok juga akan dapat mencapai tujuan ganda, yaitu mendapat kesempatan untuk mengembangkan diri untuk memperoleh kemampuan- kemampuan sosial seperti kemampuan beradaptasi, dan segi lain diperoleh berbagai informasi, wawasan, pemahaman, nilai dan sikap, serta berbagai alternative yang akan memperkaya pengalaman yang dapat mereka pratikkan dalam kehidupan sehari- hari.

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam bimbingan kelompok dapat saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, bebas dalam menanggapi, dan lain – lain sebagainya; apa yang

dibicarakan itu semua bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan dan untuk peserta lainnya.

Dari beberapa pengertian tentang bimbingan kelompok diatas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan konseling yang dilakukan secara kelompok dengan membentuk dinamika kelompok untuk mencapai tujuan bersama. Bimbingan kelompok dapat memberikan pencegahan terhadap timbulnya masalah pada siswa dalam mengembangkan potensinya, sehingga dapat membantu siswa untuk mencapai perkembangan yang optimal.

2.3.2 Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok mempunyai tujuan-tujuan tertentu bagi perkembangan siswa. Tujuan layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam berinteraksi dalam masyarakat. Siswa juga dilatih dalam layanan bimbingan kelompok dengan pembahasan topik agar siswa dapat mengemukakan pendapatnya, menghormati pendapat orang lain, dan dalam pembahasan topik siswa dapat menambah wawasan yang nantinya dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Gazda (1984:7) tujuan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

> *goal group guidance was to provide students with accurate information that would help them make moreapproriate plans and life decisions and*

this sense is prevention orinted, group counseling is growth egendering and prevention and remediation oriented"

Berdasarkan kutipan diatas dapat dijelaskan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk memberikan informasi yang akurat pada para siswa yang dapat membantu mereka membuat rencana yang lebih tepat dan dalam pengambilan kepustusan serta berorientasi pada pencegahan.

Menurut Winkel (2005: 519) "tujuan diadakannya bimbingan kelompok secara khusus adalah untuk membina proses dalam kelompok sebagai kelompok, seperti dalam kelompok-T". Bimbingan kelompok juga mempunyai manfaat yang dapat diambil baik bagi tenaga bimbingan profesional sendiri maupun bagi para siswa. Sedangkan tujuan khusus bimbingan kelompok adalah bimbingan kelompok bermaksud membahas topik – topik tertentu yang mengandung permasalahan actual, dan menjadi perhatian peerta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik – topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif.

Menurut Prayitno (2004 : 2-3) tujuan layanan bimbingan kelompok meliputi :

a. Tujuan Umum
   Tujuan umum bimbingan kelompok adalah berkembangnya sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan.

b. Tujuan Khusus
   Tujuan khusus bimbingan kelompok adalah membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta.

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, siswa diberi umpan oleh konselor agar dapat merespon dengan baik dalam menyampaikan pendapatnya. Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan layanan bimbingan kelompok adalah pengembangan diri individu agar dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi dan menerima pendapat orang lain, membina sikap dan perilaku yang normative serta aspek – aspek positif lainnya yang pada gilirannya individu dapat mengembangkan potensi diri serta dapat meningkatkan kepercayaan diri yang dimiliki dalam berinteraksi.

2.3.3 Fungsi Bimbingan Kelompok

Secara umum fungsi bimbingan kelompok adalah sebagai media pemberian informasi yang ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan untuk menggembangkan potensi siswa. Fungsi layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah agar siswa dapat lebih memahami segala sesuatu yang berkaitan dengan kepercayaan diri, dapat menerapkan sikap percaya diri dalam kegiatan bimbingan kelompok dan dapat menerapkan sikap percaya diri dalam interaksi sosial dimanapun.

"Layanan bimbingan kelompok mempunyai 3 fungsi utama yaitu: (1) fungsi pemahaman; (2) pengembangan; (3) pencegahan (Mugiharso, 2006-66).

2.3.3.1 Fungsi Pemahaman

Dengan fungsi ini memungkinkan pihak-pihak yang berkepentingan dengan peningkatan perkembangan dan kehidupan konseli, memahami berbagai hal yang

essensial berkenaan dengan perkembangan dan kehidupan konseli. Pemahaman yang sangat perlu dihasilkan oleh pelaksanaan layanan bimbingan kelompok adalah pemahaman tentang diri konseli beserta permasalahannya baik oleh konseli sendiri maupun oleh konselor, termasuk juga pemahaman tentang lingkungan diri konseli.

2.3.3.2 Fungsi Pengembangan

Fungsi ini berarti bahwa layanan bimbingan kelompok yang diberikan dapat membantu para konseli dalam memelihara dan mengembangkan keseluruhan pribadinya secara mantap, terarah, dan berkelanjutan. Dalam fungsi ini hal-hal yang dipandang positif dijaga agar tetap baik dan mantap sehingga konseli dapat memelihara dan mengembangkan berbagai potensi dan kondisi yang positif dalam rangka perkembangan dirinya secara mantab dan berkelanjutan.

2.3.3.3 Fungsi Pencegahan

Layanan bimbingan kelompok dapat berfungsi pencegahan, artinya merupakan usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah. Dalam fungsi pencegahan ini layanan yang diberikan berupa bantuan bagi para siswa agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya.

2.3.4 Peran Pemimpin Kelompok

Dalam bimbingan kelompok, menciptakan dinamika kelompok merupakan suatu gambaran hidupnya suatu kegiatan kelompok. Hangatnya suasana atau kakunya komunikasi yang terjadi juga tergantung pada peranan pemimpin

kelompok. Oleh karena itu pemimpin kelompok memiliki peran penting dalam rangka membawa para anggotanya menuju suasana yang mendukung tercapainya tujuan bimbingan kelompok.

Sebagaimana yang dikemukakan Prayitno (1995:35-36) bahwa peranan pemimpin keompok ialah :

(1) Pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengarahan ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok. Campur tangan ini meliputi hal–hal yang bersifat isi dari yang dibicarakan maupun yang mengenai proses kegiatan itu sendiri.
(2) Pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana yang berkembang dalam kelompok itu, baik perasaan anggota–anggota tertentu maupun keseluruhan kelompok. Pemimpin kelompok dapat menanyakan suasana perasaan yang dialami itu.
(3) Jika kelompok itu tampaknya kurang menjurus kearah yang dimaksudkan maka pemimpin kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan itu.
(4) Pemimpin kelompok perlu memberikan tanggapan (umpan balik) mengenai berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok.
(5) Sifat kerahasiaan dari kegiatan kelompok itu dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul di dalamnya, juga menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok.

Campur tangan pemimpin kelompok meliputi hal-hal yang bersifat isi dari yang dibicarakan maupun yang mengenai proses kegiatan bimbingan itu sendiri. Pemimpin kelompok juga berperan dalam memberikan umpan balik kepada anggota kelompok agar dapat aktif dalam menyampaikan pendapat. Pemimpin kelompok harus dapat mengendalikan isi pembahasan dan juga mengarahkan proses layanan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok berpengaruh dalam tahap pemusatan perhatian anggota kelompok agar anggota kelompok fokus terhadap topik pembahasan dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Pemimpin kelompok juga harus dapat menciptakan suasana yang nyaman bagi semua anggota kelompok.

2.3.5 Asas-Asas Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (1995: 79) bahwa ada 4 asas yang perlu dilaksanakan dalam bimbingan kelompok yaitu "asas kerahasiaan, asas keterbukaan, asas kesukaralelaan, asas kenormatifan ".

(1) Asas Kerahasiaan yaitu semua yang hadir harus menyimpan dan merahasikan apa saja, data dan informasi yang didengar dan dibicarakan dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak boleh dan tidak layak diketahui oleh orang lain.

(2) Asas keterbukaan yaitu semua peserta bebas dan terbuka mengeluarkan pendapat, ide, saran, dan apa saja yang dirahasiakannya dan dipikirkannya, tidak merasa takut, malu atau ragu-ragu, dan bebas berbicara tentang apa saja, baik tentang dirinya, sekolah, pergaulan dan keluarga.

(3) Asas kesukarelaan, yaitu semau peserta dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa disuruh-suruh atau malu-malu atau dipaksa oleh teman yang lain atau oleh pemimpin kelompok.

(4) Asas kenormatifan yaitu semua yang dicarakan dan yang dilakukan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan peraturan yang berlaku; semua yang dilakukan dan dibicarakan dalam bimbingan kelompok harus sesuai dnegan norma-norma dan kebiasaan-kebiasaan yang berlaku.

Jadi, pada dasarnya ada empat asas yang perlu diterapkan dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok. Adapun keempat asas itu yaitu asas kerahasiaan, asas keterbukaan, asas kesukarelaan, dan asas kenormatifan. Keempat asas tersebut harus benar-benar dilaksanakan agar kegiatan layanan bimbingan kelompok dapat terlaksana secara optimal.

2.3.6 Tahap – Tahap Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Corey (1984 : 78-116) "ada 4 tahapan dalam bimbingan kelompok yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap pengakhiran."

(1) Tahap Pembukaan yang berupa orientasi mengenai kegiatan bimbingan kelompok secara umum, termasuk didalamnya mengenai pengertian, tujuan, asas, dan cara pelaksanaan kegiatan bimbingan kelmpok dan perkenalan bagi an bagi anggota kelompok.

(2) Tahap Peralihan biasanya akan muncul kecemasan dari anggota kelompok sehingga dalam tahap ini pemimpin kelompok harus mampu membentuk suasana yang kondusif dalam kelompok agar anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.

(3) Tahap Kegiatan merupakan inti dari kegiatan bimbingan kelompok yaitu pembahasan suatu topik yang berguna dan dianggap penting oleh anggota kelompok. Dalam pembahasan topik ini diharapkan siswa dapat memberikan pendapat, ide, dan gagasannya.

(4) Tahap Pengakhiran ini anggota kelompok diharapkan dapat mengeksplorasi mengenai pengalaman dan pemahaman baru yang diperolehnya, dan setelah

kegiatan bimbingan kelompok berakhir diadakan evaluasi segera (UCA) dan evaluasi hasil.

Kegiatan yang telah direncanakan itu selanjutnya dilaksanakan melalui persiapan menyeluruh yang meliputi persiapan fisik (tempat dan kelengkapannya), persiapan bahan, persiapan ketrampilan, dan persiapan administrasi. Mengenai persiapan ketrampilan, untuk penyelenggaraan bimbingan kelompok konselor sekolah diharapkan mampu melaksanakan teknik- teknik berikut ini:

(1) Teknik umum, yaitu ” Tiga M’’: mendengar dengan baik, memahami secara penuh, merespon secara tepat dan positif, dorongan minimal, penguatan, dan keruntutan.

(2) Ketrampilan memberikan tanggapan: mengenal perasaan peserta, mengungkapkan perasaan sendiri, dan merefleksikan.

(3) Ketrampilan memberikan pengarahan: memberikan informasi, memberikan nasihat, bertanya secara langsung dan terbuka, mempengaruhi dan mengajak, menggunakan contoh pribadi, memberikan penafsiran, mengkonfrontasikan, mengupas masalah, dan menyimpulkan.

2.3.7 Evaluasi Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok

Penilaian atau evaluasi kegiatan layanan bimbingan kelompok diorientasikan kepada perkembangan pribadi siswa dan hal-hal yang dirasakan oleh anggota kelompok. Penilaian layanan bimbingan kelompok berdasarkan UCA (*Understanding, Comfort and Action*) diberikan kepada anggota kelompok yang telah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok

menanyakan kepada anggota kelompok mengenai pengalaman baru, pemahaman baru, yang diperoleh dari topik yang telah dibahas.

Setiap pertemuan, pada akhir kegiatan pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk mengungkapkan perasaannya, pendapatnya, minat dan sikapnya tentang sesuatu yang telah dilakukan selama kegiatan kelompok (menyangkut isi maupun proses). Selain itu anggota kelompok juga diminta mengemukakan pendapatnya tentang hal - hal yang paling berharga dan sesuatu yang kurang disenangi selama kegiatan berlangsung.

Menurut Prayitno (1995:81) "Evaluasi kegiatan layanan bimbingan kelompok diorientasikan kepada perkembangan pribadi siswa dan hal–hal yang disarankan oleh anggota. penilaian kegiatan layanan bimbingan kelompok dapat dilakukan secara tertulis, melalui esai, daftar cek, maupun daftar isisan sederhana." Penilaian atau evaluasi dan hasil dari kegiatan layanan bimbingan kelompok ini bertitik tolak bukan pada kriteria benar atau salah, tetapi berorientasi pada perkembangan positif yang terjadi pada diri setiap anggota kelompok.

PERPUSTAKAAN UNNES

2.4 Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri.

Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Seseorang dapat melihat individu melalui gejala – gejala atau indikator yang timbul atau tampak pada tingkah lakunya.

Beberapa penelitian terdahulu mengenai kepercayaan diri mendukung dan memperkuat penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti. Dari penelitian terdahulu dapat diasumsikan bahwa kepercayaan diri dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Karena Layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan pemberian informasi dalam suasana kelompok dimana memberikan manfaat atas informasi yang dibahas dan dapat menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa. Melalui layanan bimbingan kelompok, siswa diberikan bahasan mengenai kepercayaan diri yang pada nantinya diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Dalam upaya memberikan bantuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, peneliti memberikannya melalui layanan bimbingan kelompok karena bimbingan kelompok merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok; ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa. Proses pemberian bantuan ini berupa penyampaian informasi yang tepat mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, komunikasi, pemahaman pribadi, penyesuai diri, dan masalah hubungan antar pribadi. “Informasi diberikan terutama dengan tujuan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri individu dan pemahaman terhadap orang lain.” (Romlah, 2001:3).

Dalam kegiatan bimbingan kelompok, siswa akan mendapatkan informasi mengenai materi yang berkaitan dengan upaya peningkatan kepercayaan diri siswa. Materi tersebut telah dipersiapkan oleh praktikan dengan harapan topik pembicaraan dalam kegiatan bimbingan kelompok tidak melenceng jauh dan

dapat terarah dengan baik. Selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung siswa tidak hanya menjadi anggota yang pasif tetapi diharapkan juga untuk turut aktif dalam membahas topik atau materi yang disampaikan. Penentuan topik ini juga nantinya disesuaikan dengan usia dan tingkat pemahaman siswa sehingga benar-benar tepat sasaran yakni mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Dalam kegiatan bimbingan kelompok terjadi komunikasi antara individu satu dengan yang lainnya sehingga individu dapat mengungkapkan pendapat, sikap, serta tindakan yang diinginkan. Selain itu para anggota bimbingan kelompok akan berinteraksi yang dapat menimbulkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok dibutuhkan untuk menciptakan rasa percaya diri, solidaritas dan juga keterbukaan terutama dalam membahas topik dalam kegiatan bimbingan kelompok. Ketika dinamika kelompok dapat terbentuk sebagai jiwa yang mampu menghidupkan suasana dalam kelompok, maka para anggota dapat lebih meningkatkan pemahaman dirinya dan pemahaman akan topik yang dibahas yakni yang berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri siswa.

Dalam layanan bimbingan kelompok dengan jumlah anggota kelompok yang tidak terlalu banyak dapat memungkinkan pemimpin kelompok untuk melakukan pendekatan secara personal untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa tersebut. Dalam kegiatan bimbingan kelompok inilah pemimpin kelompok dapat membuat sanggotanya lebih berani mengungkapkan pendapatnya secara langsung dan percaya diri, saling menukar informasi melalui pendapat dari teman – temannya, membahas masalah - masalah yang dialami secara bersama.

Berdasarkan pernyataan tersebut, maka bentuk kegiatan bimbingan kelompok dianggap efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri. Dalam kegiatan bimbingan kelompok ini peneliti membentuk dinamika siswa dengan memberikan topik tugas dan topik bebas untuk memberikan informasi mengenai kepercayaan diri sehingga dengan kegiatan bimbingan kelompok ini siswa dapat meningkatkan kepercayaan dirinya.

2.5 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara atau teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum ada jawaban yang empirik dengan data (Sugiyono,2006:96). Hipotesis dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok.

PERPUSTAKAAN UNNES

BAB 3

METODOLOGI PENELITIAN

Suatu penelitian tidak terlepas dari metode penelitian. Hal ini dikarenakan di dalam metode penelitian dijelaskan mengenai tata cara penelitian yang akan dilakukan yang berhubungan dengan teknik dan prosedur penelitian. Dalam bab ini akan dijelaskan tentang jenis penelitian, desain penelitian, variabel penelitian, populasi dan sampel penelitian, metode dan alat pengumpulan data, penyusunan instrumen, validitas dan reliabilitas data, serta teknik analisis data.

3.1 Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen. "Eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu" (Arikunto 2006: 3). Menurut Hadi (2004: 427) "penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetes, mengecek atau membuktikan suatu hipotesis, ada tidaknya pengaruh dari suatu treatment atau perlakuan". Dalam penelitian ini layanan bimbingan kelompok merupakan faktor yang diduga dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa, sehingga setelah mendapatkan treatment atau perlakuan, kepercayaan diri siswa akan meningkat. Eksperimen dilakukan dengan maksud untuk menilai hubungan sebab akibat suatu

perlakuan. Peneliti dengan sengaja membuat suatu kegiatan atau keadaan kemudian diteliti bagaimana akibatnya melalui eksperimen ini.

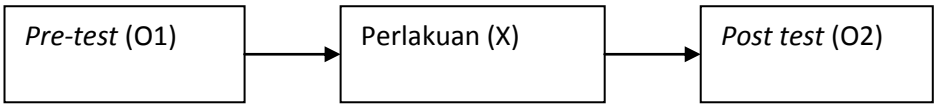
3.2 Desain Penelitian

Terdapat beberapa bentuk desain eksperimen yang dapat digunakan yaitu : "*Pre Eksperimental Design, True Eksperimental Design, Factorial Design, dan Quasi Eksperimental Design"* (Sugiyono, 2008: 108). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre Eksperimental Design* dengan menggunakan *one group pre-test and post test design.* Jadi tidak ada kelompok kontrol dan hanya menggunakan kelompok eksperimen. Metode *one group pre-test and post test design* berarti sampel diberikan skala penilaian sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan tertentu. Makna dari desain *pre test and post test one group design* adalah desain yang dilakukan dua kali penelitian yaitu sebelum eksperimen (*pre-test*) dan sesudah eksperimen (*post test*).

Dalam penelitian ini subyek dikenakan dua kali pengukuran. Pengukuran pertama dilakukan untuk mengukur kepercayaan diri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok (O1) yang disebut *pre-test* dan pengukuran kedua untuk mengukur tingkat kepercayaan diri sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok (O2) yang disebut *post test*. "Perbedaan antara O1 dan O2 yakni O2 – O1 diasumsikan merupakan efek dari *treatment* atau eksperimen" (Arikunto, 2006: 85).

Tabel 3.1

Desain penelitian *one group pre-test and post test design*



Keterangan :

O1 : Pengukuran (*pre-test*/skala penilaian awal), untuk mengukur kepercayaan diri siswa sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok.

X : Pelaksanaan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMK N 1 Jambu

O2 : pengukuran (*post test*/skala penilaian akhir), untuk mengukur kepercayaan diri siswa setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok.

Untuk memperjelas eksperimen dalam penelitian ini disajikan tahap-tahap rancangan eksperimen yaitu :

(1) Melakukan *pre-test* dengan menggunakan skala kepercayaan diri untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok. Hasil *pre-test* ini akan menjadi bahan perbandingan dengan *post-test* yang akan dilakukan setelah pemberian perlakuan yaitu layanan bimbingan kelompok.

(2) Memberikan perlakuan (*treatment*) yaitu berupa layanan bimbingan kelompok. Layanan ini diberikan menggunakan topik tugas yang diberikan selama 8 kali pertemuan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Materi ini diberikan atas untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam setiap aspek kepercayaan diri seperti bangga atas sifat baik yang dimiliki, siswa dapat memahami diri sendiri, memiliki motivasi yang kuat, terbuka dengan orang lain, membina rasa persahabatan, dan upaya untuk mengatasi

rasa tidak percaya diri tersebut. Adapun rancangan materi yang akan diberikan yaitu :

Tabel 3.2
Rancangan Materi Bimbingan Kelompok

No.	Pertemuan	Indikator Kepercayaan Diri	Materi	Waktu
1.	Pertama	➢ Cinta Diri	Bangga atas sifat – sifat baik yang dimiliki	50 menit
2.	Kedua	➢ Pemahaman Diri	Memahami diri sendiri	50 menit
3.	Ketiga	➢ Tujuan yang jelas	Memiliki motivasi yang kuat	50 menit
4.	Keempat	➢ Berfikir Positif	Terbuka dengan orang lain	50 menit
5.	Kelima	➢ Penampilan Diri	Menyadari dampak gaya hidup	50 menit
6.	Keenam	➢ Komunikasi	Menghormati dan mendengarkan pendapat orang lain	50 menit
7.	Ketujuh	➢ Percaya pada orang lain	Membina rasa persahabatan	50 menit
8.	Kedelapan	➢ Pengendalian Perasaan	Upaya mengatasi rasa tidak percaya diri	50 menit

Tabel 3.3
Langkah Langkah Bimbingan Kelompok

Tahapan-Tahapan Bimbingan Kelompok	Konselor Sebagai Pemimpin Kelompok	Siswa Sebagai Anggota Kelompok
Pembentukan	1. Mengungkapkan pengertian, tujuan,cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. 2. Mengadakan perkenalan dan	1. Memahami pengertian, tujuan, asas-asas, dan cara bimbingan kelompok. 2. Saling memperkenalkan diri

	menampilkan diri secara utuh dan terbuka. 3. Bersedia membantu, hangat dan tulus. 4. Mengadakan permainan untuk lebih mengakrabkan anggota kelompok.	agar saling percaya, bersedia menerima, dan membantu antar anggota. 3. Mengikuti permainan 4. Siap untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.
Peralihan	1. Menjelaskan kegiatan yang akan diikuti pada tahap selanjutnya. 2. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota kelompok siap menjalani kegiatan bimbingan kelompok. 3. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.	1. Anggota terbebas dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya. 2. Anggota mantap untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok
Kegiatan	1. Pemimpin kelompok menyampaikan topik masalah yang berhubungan dengan kepercayaan diri. 2. Membentuk dinamika kelompok, mengadakan diskusi serta tanya jawab	1. Anggota kelompok membahas masalah atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok secara tuntas dan mendalam. 2. Anggota kelompok secara aktif dan dinamis dalam

	berkaitan dengan materi.	pembahasan topik.
Pengakhiran	1. Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. 2. Pemimpin kelompok menyampaikan hasil kegiatan bimbingan kelompok. 3. Membahas kegiatan lanjutan. 4. Mengemukakan kesan, pesan, dan harapan kepada anggota kelompok.	1. Anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan mengenai kegiatan bimbingan kelompok . 2. Merencanakan kegiatan lanjutan. 3. Merasakan hubungan kelompok dengan rasa kebersamaan, keterbukaan, dan saling percaya.

(3) Melakukan *Post Test* yang diberikan sesudah layanan bimbingan kelompok dilaksanakan, dengan tujuan untuk mengetahui hasil apakah kapercayaan diri siswa dapat meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok.

(4) Proses analisis data, yaitu dengan menggunakan uji *wilcoxon*.

3.3 Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2008: 60).

3.3.1 Identifikasi Variabel

Variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua yaitu variabel bebas atau *independent variabel* dan variabel terikat atau *dependent variabel*. Variabel tersebut adalah sebagai berikut :

3.3.1.1 Variabel Bebas

Variabel bebas adalah merupakan variabel yang menjadi sebab perubahannya yaitu timbulnya variabel terikat. Dalam penelitian ini yang merupakan variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan simbol (X).

3.3.1.2 Variabel Terikat

Variabel terikat adalah merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah kepercayaan diri dengan menggunakan simbol (Y).

3.3.2 Hubungan Antar Variabel

Variabel bebas dalam penelitian ini yang fungsinya tidak tergantung dengan variabel lain, yaitu layanan bimbingan kelompok disimbolkan dengan X. Variabel terikat dalam penelitian yang tergantung fungsinya dari variabel lain adalah kepercayaan diri disimbolkan dengan Y.

Dalam penelitian ini pemberian layanan bimbingan kelompok sebagai variabel bebas diberikan dengan tujuan meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dengan demikian layanan bimbingan kelompok mempunyai pengaruh terhadap variabel terikat yaitu berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa. Maka dapat digambarkan hubungan antar variabel X dan Y adalah sebagai berikut :

Gambar 3.1

Hubungan antar variabel

3.3.3 Definisi Operasional Variabel

3.3.3.1 Kepercayaan diri

Kepercayaan diri atau self confidence oleh di devinisikan sebagai suatu keyakinan individu untuk mampu berperilaku sesuai yang diharapkan.Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berfungsi untuk mendorong individu dalam meraih kesuksesan yang terbentuk melalui proses belajar individu dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam interaksinya, individu mendapat umpan balik yang dapat berupa *reward* dan *punishment*. Individu yang mempunyai rasa kepercayaan diri adalah individu yang mampu bekerja secara efektif, dapat melaksanakan tugas dengan baik dan bertanggung jawab.Kepercayaan diri sering diidentikan dengan kemandirian meski demikian individu yang kepercayaan dirinya tinggi pada umumnya lebih

mudah untuk terlibat secara pribadi dengan individu lain yang akan lebih berhasil dalam menjalin hubungan secara interpersonal.

3.3.3.2 Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah kegiatan pemberian informasi dalam suasana kelompok dimana memberikan manfaat atas informasi yang dibahas dan dapat menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa. Dalam proses layanan bimbingan kelompok terdapat tahapan yang harus dilalui, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat hidup jika di dalammya dapat terbentuk dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota kelompok dalam mengembangkan aspek positif ketika mengadakan komunikasi antar pribadi dengan orang lain. Layanan bimbingan kelompok, siswa diajak bersama-sama mengemukakan pendapat tentang topik-topik yang dibicarakan dan mengembangkan bersama permasalahan yang dibicarakan pada kelompok. Sehingga terjadi komunikasi antara individu di dalam kelompoknya kemudian siswa dapat mengembangkan sikap dan tindakan yang diinginkan dapat terungkap di dalam kegiatan bimbingan kelompok.

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi

Yang dimaksud dengan populasi adalah ”wilayah generalisasi yang terdiri dari objek / subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang

ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya." (Sugiyono, 2008: 117). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah semua siswa kelas X SMK N 1 Jambu Ambarawa yang berjumlah 216 siswa.

3.4.2 Sampel

Sampel adalah "sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut" (Sugiyono, 2008: 118). Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan mengukur tingkat kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu. Penelitian ini diberikan kepada siswa agar kepercayaan dirinya dapat ditingkatkan, maka teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive random sampling* atau pengambilan sampel acak (berdasarkan tujuan dan secara acak). Dari kategori siswa yang tingkatan kepercayaan dirinya mulai dari tingkat sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi.

Tujuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah untuk mencari data empiris tentang peningkatan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok. Dengan demikian anggota sampel yang akan diambil dalam penelitian ini sebanyak 10 siswa yang siambil secara acak.

3.5 Metode dan Alat Pengumpulan Data

3.5.1 Skala Psikologis

Dalam penelitian ini metode dan alat pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan skala psikologi. Skala psikologi adalah "suatu alat yang digunakan untuk mengukur atribut psikologis" (Azwar, 2007: 1). Alasan menggunakan skala

psikologi karena salah satu variabel dalam penelitian ini merupakan atribut psikologi yaitu kepercayaan diri. Data yang akan dianalisis dan diukur diperoleh langsung dari kelompok responden yang menjawab item. Pada masing-masing item terdapat empat kategori pilihan jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai.

Tabel 3.4

Format Skala Kepercayaan Diri

NO.	Indikator Kepercayaan Diri	SS	S	TS	STS
1.	Pernyataan tentang indikator kepercayaan diri				

Jawaban soal positif diberi skor 4, 3, 2, 1, sedangkan jawaban soal negatif diberi skor 1, 2, 3, 4 sesuai dengan arah pertanyaan yang dimaksud. Skala diberikan secara langsung yang terdiri dari skala kepercayaan diri.

Tabel 3.5

Penskoran Item

No	Pernyataan positif (+)		No	Pertanyaan Negatif (-)	
	Jawaban	Nilai		Jawaban	Nilai
1.	Sangat sesuai (SS)	4	1.	Sangat sesuai(SS)	1
2.	Sesuai (S)	3	2.	Sesuai (S)	2
3.	Tidak Sesuai (TS)	2	3.	Tidak Sesuai(TS)	3
4.	Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4.	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

Rentangan penilaian pada skala kepercayaan diri dalam penelitian ini menggunakan rentangan skor 1-4 yang mewakili 5 kriteria kepercayaan diri yaitu

sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Sehingga interval kriteria tersebut dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

Presentase maksimal = (4 : 4) x 100% = 100%

Presentase minimal = (1 : 4) x 100% = 25 %

Range = 100 – 25 = 75

Panjang Kelas Interval = 75 : 5 = 15%

Berdasarkan panjang kelas tersebut, maka interval kriterianya :

Tabel 3.6

Kategori Tingkatan Skala Kepercayaan Diri

Interval Skor	Kategori
86 ≤ % skor ≤ 100	Sangat Tinggi
71≤ %skor ≤ 85	Tinggi
56 ≤ % skor ≤ 70	Sedang
41≤ %skor ≤ 55	Rendah
25 ≤ %skor ≤ 40	Sangat Rendah

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kepercayaan diri yang dikembangkan oleh peneliti sendiri berdasarkan teori yang ada. Skala kepercayaan diri ini diberikan sesuai dengan desain penelitian, yaitu diberikan pada *pre test* dan *post test.* Skala kepercayaan diri pada *pre test* diberikan dengan tujuan untuk mengetahui kondisi awal subjek berkenaan dengan

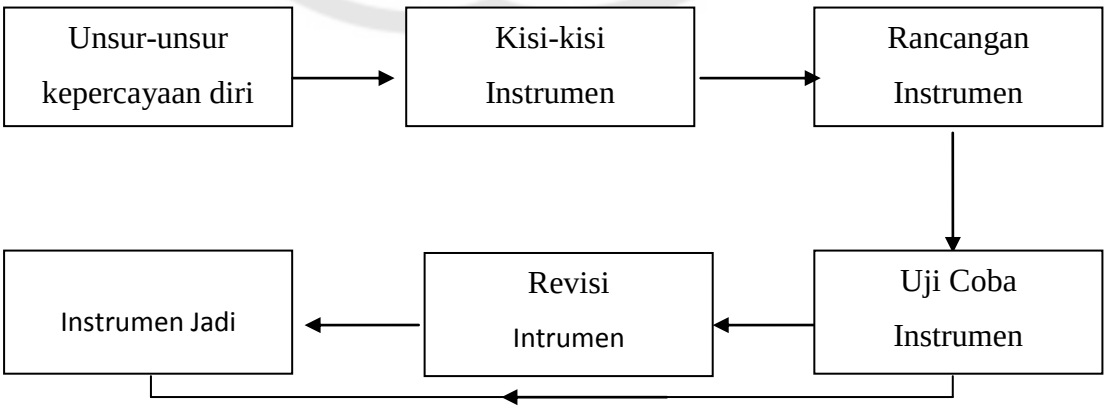
variabel terikat. Setelah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok kemudian diberikan tes yang kedua yaitu *post test* dengan menggunakan skala kepercayaan diri yang sama. Langkah selanjutnya adalah membandingkan hasil *pre test* dengan *post test*, bila terjadi perubahan atau perbedaan yang signifikan berarti ada peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu (variabel terikat) melalui layanan bimbingan kelompok (variabel bebas).

3.5.2 Penyusunan Instrumen

Langkah – langkah yang ditempuh dalam pengadaan instrumen penelitian melalui beberapa tahap. Menurut Arikunto (2002: 142-143) ”prosedur yang ditempuh adalah (1) perencanaan, (2) penulisan butir soal, (3) penyuntingan, (4) uji coba, (5) analisis hasil, (6) revisi, (7) instrumen jadi.” Ada beberapa langkah yang ditempuh dalam penyusunan instrumen. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada bagan di bawah ini:

Gambar 3.2

Langkah-langkah Penyusunan Instrumen



Penyusunan instrumen mencakup ruang lingkup kepercayaan diri siswa kelas X . sesuai dengan tinjauan pustaka pada bab 2, variabel kepercayaan diri dikembangkan ke dalam deskriptor, kemudian disusun menjadi kisi-kisi instrumen.

Tabel 3.7

Kisi-Kisi Instrumen Skala Kepercayaan Diri

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item		Jumlah Item
			(+)	(-)	
Kepercayaan diri Batin	1. Cinta diri	a. Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya	1,2,3	4,5,6	6
		b. Bangga atas sifat – sifat baik yang ada pada diri sendiri	7,8,9	10,11,12	6
	2.Pemahaman Diri	a. Menyadari	13,14,15	16,17,18	6

PERPUSTAKAAN UNNES

		kemampuan diri sendiri. b. Menerima kelebihan dan	19,20,21	22,23,24	6
	3. Tujuan yang jelas	kekurangan diri. a. Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	25,26,27	28,29,30	6 4
	4. Berfikir Positif	b. Memiliki motivasi yang kuat a. Terbuka dengan orang lain.	31,32 35,36	33,34 37,38	4
Kepercayaan Diri Lahiriah	1.Komunikasi	a. Mendengarkan orang lain. b. Berbicara secara fasih	39,40,41 45,46,4	42,43,44 48,49,5	6 6

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

		dan tanpa rasa takut	7	0	
	2.Penampilan diri	a. Menyadari dampak gaya hidupnya b. Penampilan diri yang mendapat pengakuan	51,52 55,56	53,54 57,58	4 4
	3.Pengendalian Perasaan	a. Kesediaan membuka diri. b. Saling memahami perasaan satu sama lain.	59,60 63,64	61,62 65,66	4 4
Jumlah			**33**	**33**	**66**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

3.6 Validitas dan Reliabilitas

3.6.1 Uji Validitas Instrumen

Dalam setiap penelitian diharapkan dapat memperoleh hasil yang benar-benar obyektif. Data yang baik adalah data yang sesuai dengan kenyataan sehingga data disebut valid. "Suatu alat ukur dikatakan valid apabila alat ukur tersebut mempunyai ketepatan atau kecermatan dalam melakukan fungsi ukurnya dan memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut" (Azwar, 2005: 6). Oleh karena itu alat ukur yang digunakan harus memiliki validitas dan reliabilitas sebagai alat ukur. Validitas dan reliabilitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen.

Dalam rangka mencari item-item yang memenuhi syarat validitas, maka peneliti menggunakan analisis butir yaitu mengkorelasikan skor per-item dengan skor total, rumus yang digunakan adalah kolerasi *product moment* yang dikemukakan oleh Karl Pearson sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan

r_{xy} : Koefisien korelasi

$\sum X$: Jumlah skor butir

$\sum Y$: Jumlah skor total.

$\sum Y$: Jumlah kuadrat butir

$\sum Y^2$: Jumlah kuadrat total

$\sum XY$: Jumlah perkalian skor item dengan skor total.

N : Jumlah responden

(Arikunto, 2006: 170)

Untuk mengetahui signifikan atau tidaknya rxy tersebut, apabila hasil dari r table lebih besar dari hasil perhitungannya,maka instrumen tersebut tidak valid sehingga tidak dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data.

3.6.2 Uji Reliabilitas Instrumen

Menurut (Arikunto, 2006: 178) "Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik". Untuk mengukur reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan rumus Alpha yaitu :

$$r_{11} = [\frac{k}{k-1}][1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma_t^2}]$$

Keterangan

r11 : reliabilitas instrumen

k : banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma^2$: jumlah varian butir

σ_t^2 : varian total

(Arikunto, 2006: 196)

3.7 Hasil Uji Coba Instrumen

3.7.1 Uji Validitas Instrumen Kepercayaan diri Siswa

Berdasarkan hasil pengujian validitas item dengan menggunakan rumus *product moment*, dapat diketahui bahwa dari 66 item yang diajukan terhadap 35 responden diperoleh 11 item yang tidak valid. 11 item tersebut yaitu 10, 13,16, 25, 28,30, 32, 34, 35, 39, dan 42. Item yang tidak valid tersebut kemudian dibuang dan tidak digunakan dalam penelitian karena telah terwakili oleh item yang lain sesuai dengan indikator dalam instrumen. Jadi, instrumen skala kpercayaan diri menjadi 55 item.

3.7.2 Uji Reliabilitas Instrumen Kepercayaan Diri Siswa

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dengan menggunakan rumus Alpha dari jumlah 35 responden dengan taraf signifikansi 5%, skala kepercayaan diri dinyatakan reliabel, karena $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan nilai $r_{hitung} = 0,860$ dan $r_{tabel} = 0,33$

3.8 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis dan menarik tentang masalah yang akan diteliti. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode non parametric, dengan menggunakan uji *wilcoxon* karena penelitian ini mengacu pada variabel data. Variabel data dalam penelitian ini adalah variabel ordinal, selain itu uji *wilcoxon* tidak menerapkan syarat – syarat

mengenai parameter populasi yang merupakan penelitian. Dasar analisis dengan uji *wilcoxon* adalah bahwa pada penelitian ini objek yang diteliti hanya berjumlah 10 siswa, sehingga tidak memenuhi kurva normal jadi termasuk data non parametris. Uji *Wilcoxon* digunakan dengan mencari perbedaan mean *pre test* dan *post test*, adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$z = \frac{T - \mu t}{\partial T} = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

Keterangan

T : Jumlah jenjang yang kecil

n : Jumlah sampel

(Sugiyono, 2008: 133)

Dari hasil hitung tersebut dikonsultasikan dengan indeks tebel *wilcoxon*. Kemudian taraf signifikansi yang telah ditetapkan yaitu 5% atau taraf 0,05 maka apabila indeks signifikansi yang dihasilkan dari nilai Z_{hitung} tersebut maka hasilnya lebih kecil dari taraf signifikansi yang telah ditetapkan yaitu 5% (taraf kesalahan 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa hasilnya signifikan atau terjadi perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah mendapatkan suatu perlakuan. Dengan demikian kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan dengan layanan bimbingan kelompok. Adapun cara pengambilan keputusan menggunakan taraf signifikansi 5% melalui ketentuan sebagai berikut.

Dari hasil perhitungan dengan menggunakan analisis uji *wilcoxon* diperoleh Z_{hitung} = 2,803 dan Z_{tabel} = 1,96 sehingga $Z_{hitung} > Z_{tabel}$. Dengan

demikian maka Ha diterima dan Ho ditolak. Hasil tersebut menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa kelas X SMK Negeri 1 Jambu meningkat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok. Dengan kata lain kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab 4 ini akan dipaparkan hasil analisis data penelitian dan pembahasan hasil penelitian yang telah dilaksanakan mengenai meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMK N1 Jambu.

4.1 Pelaksanaan Penelitian

Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Jambu adalah sekolah kejuruan yang baru 5 tahun dibangun dan baru 2 kali meluluskan siswa, yang dipimpin oleh Kepala Sekolah bernama bapak Setiyono,S.P. SMK N 1 Jambu memiliki 18 ruang kelas yang digunakan untuk proses belajar mengajar yaitu kelas X berjumlah 6 kelas, kelas XI berjumlah 6 kelas dan kelas XII berjumlah 6 kelas, total jumlah siswa 427 siswa.

Dalam penelitian ini, populasi yang diambil adalah kelas X siswa SMK N 1 Jambu yang berjumlah 216 siswa dari kelas TKR 1 sampai dengan kelas BB 2. Pre-test diberikan kepada seluruh populasi dengan menggunakan skala kepercayaan diri. Kemudian dari hasil analisis pre-test seluruh siswa kelas X diambil sampel 10 siswa secara acak dari jumlah populasi.

Sebelum melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok peneliti konfirmasi dengan guru pembimbing untuk mengadakan kontrak waktu, tempat serta pertemuan dikarenakan tidak ada jam BK di sekolah. Adapun rincian pelaksanaan penilitian adalah sebagai berikut :

Tabel 4.0

Jadwal Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Setelah Disepakati

No	Hari, Tgl/ Bln/ Th	Kegiatan	Materi	Tempat	Waktu
1.	13 Agustus 2011	*Pre Test*	Skala Kepercayaan Diri	Kelas X TKR 3	45 menit
2.	15 Agustus 2011	*Pre test* kelompok	Skala Kepercayaan Diri (Valid)	Ruang BK	45 menit
3.	18 Agustus 2011	Pertemuan I	Bangga Atas Sifat-Sifat Baik Yang Dimiliki	Halaman Mushola	45 menit
4.	20 Agustus 2011	Pertemuan II	Memahami Diri Sendiri	Taman	45 menit
5.	22 Agustus 2011	Pertemuan III	Membangun Motivasi Diri	Halaman Mushola	45 menit
6.	8 September 2011	Pertemuan IV	Terbuka Dengan Orang Lain	Ruang Rapat	45 menit
7.	10 September 2011	Pertemuan V	Menyadari Dampak Gaya Hidup	Ruang Praktik Menjahit	45 menit
8.	12 September 2011	Pertemuan VI	Menghormati Pendapat Orang Lain	Teras ruang kelas	45 menit
9.	14 September 2011	Pertemuan VII	Membina Rasa Persahabatan	Halaman Mushola	45 menit
10	13 September 2011	Pertemuan ke VIII	Cara Mengatasi Perasaan Tidak Percaya Diri	Halaman Mushola	45Menit
11	15 September 2011	*Post Test*	Skala Kepercayaan Diri	Halaman Mushola	45 Menit

Sebelum peneliti mengadakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X peneliti memberikan *pre-test* untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri seluruh populasi yang diambil. Peneliti menggunakan instrumen skala kepercayaan diri yang diberikan

kepada seluruh siswa kelas X SMK N 1 Jambu yaitu kelas TKR1, TKR2, TKR3, BB1 dan BB2 yang seluruhnya berjumlah 216 siswa.

Pada penelitian ini, sampel yang digunakan adalah *purposive random sampling*, yaitu sampel yang diambil secara acak dari kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi. Berikut ini adalah hasil *pre-test* dari tiap kelas :

Tabel 4.1
Hasil *pre-test* seluruh kelas X

No	Kelas	Jumlah siswa	Jumlah total *pre-test*	% total	Kriteria
1.	TKR 1	36	171	61.59	S
2.	TKR 2	34	169.52	59.59	S
3.	TKR3	35	169.8	59.43	S
4.	TKR4	35	170.17	59.55	S
5.	BB1	38	169.68	61.06	S
6.	BB2	38	168.42	60.99	S

Berdasarkan hasil *pre-test* dari seluruh jumlah populasi kemudian diambil sampel secara acak untuk diberi layanan bimbingan kelompok. Sampel diambil dengan cara mengambil nomor induk seluruh siswa kelas X yang ditulis dalam sebuah kertas kemudian melihat kriteria tingkat kepercayaan diri siswa dalam populasi sehingga semua siswa mempunyai kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa gambaran kondisi kepercayaan diri siswa seluruh kelas X SMK N 1 Jambu sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok. Dapat dilihat hasil pre-test yang diperoleh dari seluruh populasi bahwa gambaran kondisi kepercayaan diri siswa kelas X sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok masuk dalam kategori sedang.

4.2 Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, maka di bawah ini akan dipaparkan hasil dari proses penelitian yang telah dilakukan. Hasil dari proses penelitian yang akan dipaparkan meliputi: hasil perhitungan *pre-test*, evaluasi pelaksanaan bimbingan kelompok, hasil perhitungan *post-test*, perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*, dan hasil uji *Wilcoxon*.

4.2.1 Hasil Perhitungan *Pre-test*

Sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMK N 1 Jambu, berikut akan diuraikan terlebih dahulu tingkat kepercayaan diri siswa yang menjadi sampel penelitian dari populasi yang diambil secara acak yaitu sebanyak 10 siswa dengan kriteria 5 dalam kategori rendah dan 5 dalam ketegori sedang sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok *(treatment)*.

Tabel 4.2

Kepercayaan diri Siswa Sebelum Mendapatkan Treatment

No	Nama	Skor	%	Kategori
1.	Ag	184	66.91	S
2.	Ra	144	52.36	R
3.	Ri	187	68.00	S
4.	Tr	194	70.55	S
5.	Wa	151	54.91	R
6.	Ar	152	55.27	R
7.	Fa	143	52.00	R
8.	In	149	54.18	R
9.	Sr	167	60.73	S
10.	Yus	161	58.91	S
	Rata-rata	**163.2**	**59.35**	**S**

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa ada 10 siswa yang akan mendapatkan *treatment* diantaranya 5 siswa dengan kategori rendah dan 5 siswa dengan kategori sedang yang diambil dari pengambilan sampel secara acak. Pemilihan sampel ini memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda, tujuannya adalah:

(1) Agar heterogenitas kelompok terpenuhi, sehingga dinamika kelompok dapat tercipta dan tujuan layanan bimbingan kelompok yaitu untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat tercapai sampai delapan kali pertemuan,

(2) Supaya terjadi pertukaran pengetahuan, pengalaman dan wawasan dari anggota yang memiliki kepercayaan diri tinggi kepada anggota yang memiliki kepercayaan diri rendah sehingga dapat terjadi peningkatan kepercayaan diri.

Siswa yang memiliki kepercayaan diri tertinggi adalah Tr dengan persentase 70.55%, yaitu mempunyai ciri-ciri mempunyai rasa cinta diri, pemahaman diri, tujuan yang jelas, komunikasi yang baik, penampilan diri yang baik, serta serta dapat mengendalikan perasaan. Sedangkan siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah dengan persentase 52.00% adalah Fa dengan ciri-ciri semua indikator dari kepercayaan diri masuk dalam kategori dengan tingkatan rendah kecuali indikator penampilam diri dengan tingkatan kategori sedang.

Berikut ini adalah hasil dari setiap indikator *pre-tes* dari para anggota yang akan mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok jika dilihat dari tingkat setiap indikatornya hasil yang dimiliki adalah :

Tabel 4.3

Hasil Perhitungan *Pre-test* dari Tiap Indikator

Resp	Cinta Diri			Pemahaman Diri			Tujuan Yang Jelas		
	∑	%	K	∑	%	K	∑	%	K
Ag	38	69.09	S	32	64.00	S	28	70.00	S
Ra	28	50.91	R	25	50.00	R	21	52.50	R
Ri	35	63.64	S	30	60.00	S	29	72.50	T
Tr	36	65.45	S	34	68.00	S	31	77.50	T
Wa	29	52.73	R	27	54.00	R	25	62.50	S
Ar	32	58.18	S	27	54.00	R	23	57.50	S
Fa	28	50.91	R	25	50.00	R	21	52.50	R
In	27	49.09	R	22	44.00	R	23	57.50	S
Sr	37	67.27	S	24	48.00	R	29	72.50	T
Yus	31	56.36	S	23	46.00	R	26	65.00	S
Rata-rata		58.36	S		53.80	R		64.00	S

Resp	Komunikasi			Penampilan Diri			Pengendalian Perasaan		
	∑	%	K	∑	%	K	∑	%	K
Ag	31	62.00	S	28	70.00	S	27	68.89	S
Ra	28	56.00	S	24	60.00	S	18	46.67	R
Ri	34	68.00	S	30	75.00	T	29	73.33	T
Tr	36	72.00	T	30	75.00	T	27	68.89	S
Wa	23	46.00	R	25	62.50	S	22	55.56	R
Ar	26	52.00	R	22	55.00	R	22	55.56	R
Fa	27	54.00	R	23	57.50	S	19	46.67	R
In	29	58.00	S	27	67.50	S	21	53.33	R
Sr	30	60.00	S	26	65.00	S	21	55.56	R
Yus	32	64.00	S	27	67.50	S	23	57.78	S
Rata-rata		59.20	S		65.50	S		57.00	S

Berdasarkan tabel 4.3 hasil perhitungan *pret-test* maka dapat dilihat 10 responden masuk dalam kategori kepercayaan diri siswa sedang dengan rata-rata 59.35%, dari tiap indikator atau ciri-ciri dapat dilihat bahwa Cinta Diri rata-rata 58.36% kategori sedang , Pemahaman Diri rata-rata 53.80% kategori rendah, Tujuan Yang Jelas rata-rata 64.00% kategori Sedang, Komunikasi rata-rata 59.20% kategori sedang, Penampilan Diri rata-rata 65.50% kategori sedang, dan Pengendalian Perasaan rata-rata 57.00% katagori sedang.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok pada setiap indikator rata–rata memiliki kriteria sedang. Sedangkan kriteria indikator setiap siswa memiliki tingkat yang berbeda. Beberapa siswa ada yang mendapatkan kriteria rendah, sedang, dan tinggi pada setiap indikator.

4.2.2 Hasil Perhitungan *Post-test*

Sesudah diberikan perlakuan yaitu dengan memberikan layanan bimbingan kelompok selama delapan kali pertemuan kepada 10 siswa yang diambil menjadi sampel penelitan yang sebelumnya dengan hasil *pre-test* 5 dalam kategori rendah dan 5 dalam kategori sedang. Setelah diberikan perlakuan kemudian dilaksanakan *post-test* untuk mengetahui peningkatan kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu. Hasil yang diperolah dari *post-test* disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.4

Hasil *Post-Test* Anggota Kelompok Setelah Mendapatkan t*reatment*

No	Kode Resp	Nama	Σ	%	Kategori
1.	R-01	Ag	195	70.91	S
2.	R-27	Ra	168	61.09	S
3.	R-28	Ri	187	68.00	S
4.	R-32	Tr	208	75.64	T
5.	R-33	Wa	159	57.82	S
6.	R-135	Ar	156	56.73	S
7.	R-148	Fa	148	53.82	R
8.	R-152	In	158	57.45	S
9.	R-164	Sr	194	70.55	S
10.	R-168	Yus	162	58.91	S
	Rata-rata		**173.5**	**63.09**	**S**

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 4.4 maka dapat dilihat bahwa pada hasil post test rata-rata berada pada kriteria sedang dan ada yang berada pada kriteria tinggi setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok sehingga mengalami peningkatan yang signifikan. Dari haril tabel dapat disimpulkan bahwa anggota kelompok yang mengikuti layanan bimbingan kelompok sebanyak 10 siswa mempunyai jumlah skor rata-rata sebesar 173.5 dan jumlah prosentasenya sebesar 63.09%. Dengan demikian, tingkat kepercayaan diri siswa termasuk dalam kategori sedang.

Adapun hasil *post-test* tiap indikator yang diperoleh oleh peneliti setelah melakukan layanan bimbingan kelompok kepada para anggota kelompok setelah mendapatkan perlakuan, dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut

Tabel 4.5

Hasil *Post-test* Anggota Kelompok dari Tiap Indikator

Resp	Cinta Diri			Pemahaman Diri			Tujuan yang jelas		
	∑	%	K	∑	%	K	∑	%	K
Ag	41	74.55	T	31	62.00	S	30	75.00	S
Ra	35	63.64	S	27	54.00	R	27	67.50	S
Ri	38	69.09	S	32	64.00	S	29	72.50	T
Tr	43	78.18	T	36	72.00	T	32	80.00	T
Wa	33	60.00	S	28	56.00	S	25	62.50	S
Ar	32	58.18	S	27	54.00	R	24	60.00	S
Fa	28	50.91	R	25	50.00	R	23	57.50	S
In	30	54.55	R	28	56.00	S	23	57.50	S
Sr	38	69.09	S	35	70.00	S	32	80.00	T
Yus	34	61.82	S	26	52.00	R	24	60.00	S
Rata-rata		64.00	S		59.00	S		67.25	S

Resp	Komunikasi			Penampilan Diri			Pengendalian Perasaan		
	∑	%	K	∑	%	K	∑	%	K
Ag	36	72.00	T	29	72.50	T	28	70.00	T
Ra	28	56.00	S	25	62.50	S	26	65.00	T
Ri	34	68.00	S	31	77.50	T	23	57.50	S
Tr	37	74.00	T	30	75.00	T	30	75.00	T
Wa	27	54.00	R	24	60.00	S	22	55.00	R
Ar	29	58.00	S	22	55.00	R	22	55.00	R
Fa	28	56.00	S	23	57.00	S	21	52.50	R
In	29	58.00	S	27	67.50	S	21	52.50	R
Sr	35	70.00	S	28	70.00	S	26	65.00	T
Yus	29	58.00	S	28	70.00	S	21	52.50	R
Rata-rata		62.40	S		66.75	S		60.00	S

Berdasarkan hasil *post-test* yang dilakukan terhadap kelompok, maka dapat dilihat adanya peningkatan kepercayaan diri siswa pada tiap responden. Dari 10 responden, 1 responden masuk dalam kategori yang tingkat kepercayaan dirinya rendah, 8 responden lainnya masuk dalam kategori sedang, dan 1 responden masuk dalam kategori tinggi. Terlihat dari tabel di atas bahwa 10 responden yang telah meningkat, dimana persentase terendah terdapat 1 siswa yaitu In dengan prosentase 53.82 % dan tingkat kepercayaan diri tinggi pada Tr dengan prosentase 75.64 % dengan kategori tinggi.

4.2.3 Perbandingan Hasil Perhitungan *Pre-test* dan *Post-test*

Adapun perbedaan tingkat kepercayaan diri sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok pada 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu lebih jelasnya akan dapat dilihat dalam tabel 4.6 berikut:

Tabel 4.6

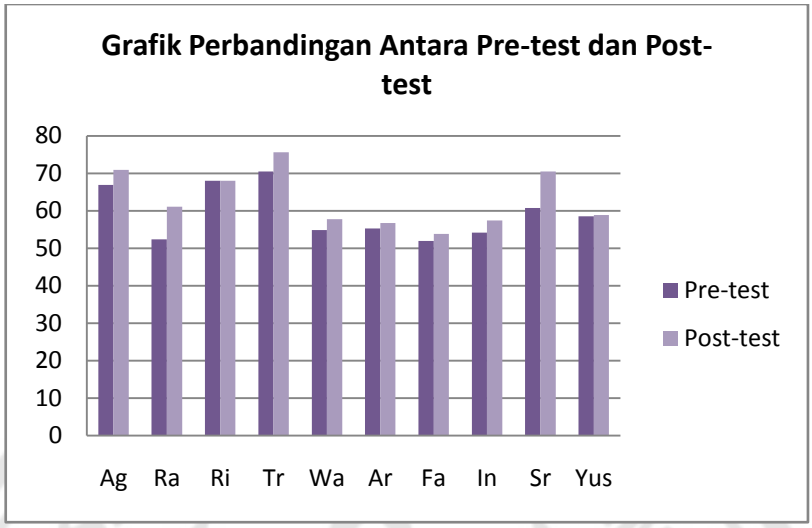
Perbedaan Tingkat Kepercayaan diri Sebelum dan Sesudah Memperoleh Layanan Bimbingan Kelompok

Resp	Pre-Test			Post-test			Peningkatan	
	Σ	%	K	Σ	%	K	Skor	%
Ag	184	66.91	S	195	70.91	S	11	4
Ra	144	52.36	R	168	61.09	S	24	8.73
Ri	187	68.00	S	187	68.00	S	0	0
Tr	194	70.55	S	208	75.64	T	14	5.09
Wa	151	54.91	R	159	57.82	S	8	2.91
Ar	152	55.27	R	156	56.73	S	4	1.46
Fa	143	52.00	R	148	53.82	R	5	1.82
In	149	54.18	R	158	57.45	S	9	3.27
Sr	167	60.73	S	194	70.55	S	27	9.82
Y	162	58.55	S	162	58.91	S	1	0.36
Rata-rata	**163.2**	**59.35**	**S**	**173.5**	**63.09**	**S**	**10.4**	**3.65**

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diambil kesimpulan bahwa setiap anggota kelompok mengalami kenaikan kepercayaan diri rata-rata sebesar 3.65% antara sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok 59.35% kategori sedang dan setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok menjadi 63.09% kategori sedang. Hal ini dapat dibuktikan bahwa kesepuluh anggota kelompok yang memiliki kategori rendah dan sedang mengalami kenaikan, dan hanya satu anggota kelompok yang masih memiliki kepercayaan diri rendah yaitu Fa.

Adapun grafik perbandingan antara *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada gambar berikut :

Gambar 4.1



Berdasarkan tabel 4.6 dan grafik 4.1 tersebut dapat dibuktikan bahwa kesepuluh anggota kelompok yang memiliki kategori rendah dan sedang mengalami kenaikan. Adapun persentase rata-rata anggota kelompok secara keseluruhan antara sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok mengalami kenaikan kepercayaan diri rata-rata sebesar 3.65% dari tingkat sebelumnya yaitu seluruh ciri-ciri atau indikator mengalami perubahan atau kenaikan. Dimana sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok, anggota kelompok 5 memiliki kepercayaan diri sedang dan 5 lainnya memiliki kepercayaan diri rendah. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok, anggota kelompok mempunyai tingkat kepercayaan diri yang termasuk ke dalam kategori sedang, satu masih dalam kategori rendah, dan satu anggota kelompok termasuk dalam kategori tinggi. Anggota kelompok dengan inisial Ag rata-rata kepercayaan diri 66.91% kategori sedang mengalami kenaikan rata-rata menjadi 70.91% kategori sedang peningkatan sebesar 4%. Ra rata-rata kepercayaan diri 52.36% kategori rendah mengalami kenaikan rata-rata menjadi 61.09% kategori sedang peningkatan sebesar 8.73%. Ri rata-rata kepercayaan diri 68.00% kategori sedang tidak mengalami kenaikan. Tr rata-rata kepercayaan diri 70.55% kategori sedang mengalami kenaikan rata-rata 75.64% dengan

kategori tinggi peningkatan sebesar 5.09%. Wa rata-rata kepercayaan diri 54.91% kategori rendah mengalami kenaikan rata-rata 57.82% dengan katagori sedang dan peningkatan sebesar 2.91%. Ar rata-rata kepercayaan diri 55.27% kategori rendah mengalami kenaikan rata-rata menjadi 56.73% dengan kategori sedang mengalami peningkatan sebesar 1.46%. Fa rata-rata kepercayaan diri 52.00% kategori rendah mengalami kenaikan rata-rata 53.82% namun masih dalam kategori rendah peningkatan sebesar 1.82%. In rata-rata kepercayaan diri 54.18% kategori rendah mengalami kenaikan rata-rata 57.45% kategori sedang peningkatan sebesar 3.27%. Sr rata-rata kepercayaan diri 60.73% kategori sedang mengalami kenaikan rata-rata 70.55% kategori sedang peningkatan sebesar 9.82%. Y rata-rata kepercayaan diri 58.55% kategori sedang mengalami kenaikan rata-rata 58.91% kategori sedang peningkatan sebesar 0.36%.

Selain itu perbandingan antara *pre-test* dan *post-test* juga dapat dilihat dari tingkat indikatornya. Adapun kenaikan kepercayaan diri siswa jika dilihat dari tingkat indikatornya dapat ditunjukkan pada tabel 4.8 berikut.

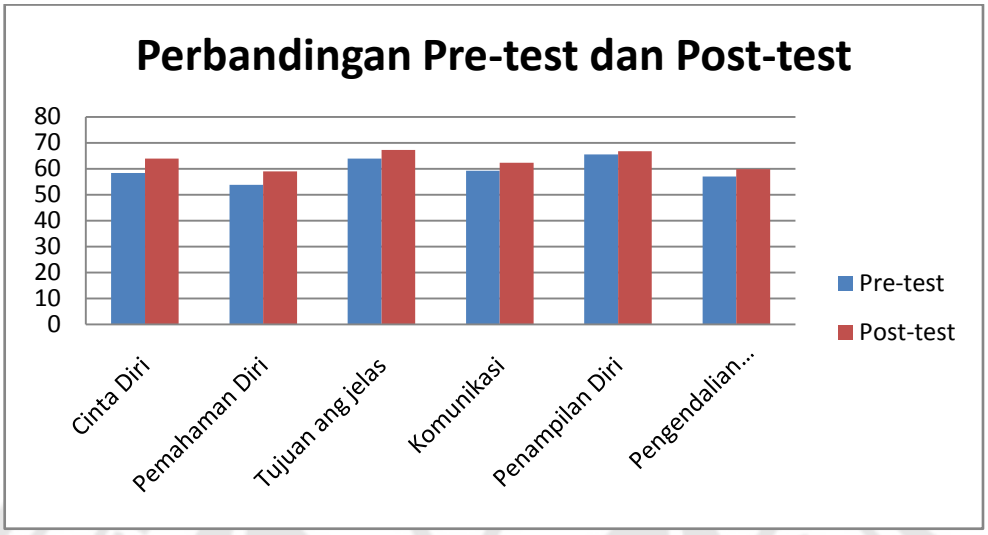
Tabel 4.7
Perbandingan *Pre-test* dan *Post-test* dari Tiap Indikator

	Indikator	***Pre test***		***Post Test***		**Tingkat kenaikan**
		%	**K**	**%**	**K**	
1.	Cinta Diri	58.36	S	64.00	S	5.64
2.	Pemahaman Diri	53.80	R	59.00	S	5.2
3.	Tujuan yang jelas	64.00	S	67.25	S	2.75
4.	Komunikasi	59.20	S	62.40	S	3.2
5.	Penampilan Diri	65.50	S	66.75	S	1.56
6.	Pengendalian Perasaan	57.00	S	60.00	S	2.89
	Rata-rata	**59.35**	**S**	**63.09**	**S**	**3.65**

Adapun grafik prosentase tingkat kenaikan indikator kepercayaan diri pada siswa kelas X SMK N1 Jambu dapat dilihat pada gambar 4.2 berikut.

Gambar 4.2

Grafik Perbandingan Antara *Pre-test* dan *Post-test* Tiap Indikator



Berdasarkan tabel 4.7 dan grafik 4.2 diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat indikator kepercayaan diri siswa antara sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok rata-rata mengalami kenaikan sebesar 3.65% yaitu Cinta Diri rata-rata 58.36% kategori Rendah menjadi 64.00% kategori sedang peningkatan sebesar 5.64%, Pemahaman Diri rata-rata 53.80% kategori rendah menjadi 59.00% kategori sedang peningkatan sebesar 5.2%, Tujuan yang jelas rata-rata 64.00% kategori Sedang menjadi 67.25% kategori sedang dan mengalami peningkatan sebesar 2.75%, Komunikasi rata-rata 59.20% kategori sedang menjadi 62.40% kategori sedang peningkatan sebesar 3.2%, Penampilan Diri rata-rata 65.50% kategori sedang menjadi 66.75% kategori sedang peningkatan sebesar 1.56%, Pengendalian perasaan rata-rata 57.00% kategori sedang menjadi 60.00% kategori sedang peningkatan sebesar 2.89%. Dengan demikian menunjukkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMK N1 Jambu Ambarawa membawa dampak yang positif bagi perkembangan rasa kepercayaan diri mereka.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu dapat meningkat setelah diberikan layanan bimbingan kelompok selama delapan kali pertemuan dengan materi yang berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri.

4.2.4 Hasil Uji Wilcoxon

Analisis yang digunakan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri adalah dengan menggunakan statistik non parametrik, yaitu uji wilcoxon. Alasan penggunaannya adalah karena data penelitian berbentuk ordinal atau berjenjang (Sugiyono, 2008: 4).

Tabel 4.8
Tabel Hasil Uji *Wilcoxon*
PERHITUNGAN UJI WILCOXON

Kode Resp.	*Pre-Test* (X1)	*Post-Test* (X2)	Selisih (X2 – X1)	Jenjang	Tanda Jenjang	
					+	-
R-01	184	195	11	7	7	**0**
R-27	144	168	24	9	9	
R-28	187	187	0	1	1	
R-32	194	208	14	8	8	
R-33	151	159	8	5	5	
R-135	152	156	4	3	3	
R-148	143	148	5	4	4	
R-152	149	158	9	6	6	
R-164	167	194	27	10	10	
R-168	161	162	1	2	2	
Jumlah					55	**0**

Diketahui :

T = 0

n = 10

Maka nilai Z adalah :

$$Z = \frac{t - M_P}{qt} = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

Keterangan :

Z = uji wilcoxon

T = jumlah jenjang yang kecil

n = jumlah sampel

$$Z = \frac{t - M_P}{qt} = \frac{0 - \frac{10(10+1)}{4}}{\sqrt{\frac{10(10+1)(2\times 10+1)}{24}}}$$

$$Z = \frac{t - M_P}{qt} = \frac{0 - 27{,}5}{\sqrt{\frac{110\times 21}{24}}}$$

$$Z = \frac{t - M_P}{qt} = \frac{-27{,}5}{\sqrt{96{,}25}}$$

$$Z = \frac{t - M_P}{qt} = \frac{-27{,}5}{9{,}81} = -2{,}803$$

Dari hasil perhitungan dengan menggunakan analisis uji *wilcoxon* diperoleh **Z_{hitung} = 2, 803** dan **Z_{tabel} = 1,96** sehingga **Z_{hitung} > Z_{tabel}**. Dengan demikian maka Ha diterima dan Ho ditolak. Hasil tersebut menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu meningkat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok. Dengan kata lain kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui pemberian layanan bimbingan kelompok.

4.2.5 Evaluasi Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Setelah dilakukan pengamatan pada 10 anggota kelompok selama proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan delapan kali pertemuan, selanjutnya di bawah ini ditampilkan tabel deskripsi hasil pengamatan peningkatan kepercayaan diri untuk sepuluh anggota bimbingan kelompok selama mengikuti layanan bimbingan kelompok dalam 8 kali pertemuan, yaitu :

Tabel 4.9
Deskripsi Peningkatan Kepercayaan Diri

No	Nama	Deskripsi Perkembangan Peningkatan Kepercayaan Diri siswa SMK N 1 Jambu
	Agus	Kondisi awal kepercayaan diri siswa sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (sedang), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi meliputi (sedang), Penampilan diri (sedang), Pengendalian perasaan (sedang). Pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok pada pertemuan pertama dan kedua Ag masih takut untuk mengemukakan pendapat dan belum akrab dengan teman satu kelompok yang belum dikenalnya. Namun setelah pertemuan ketiga sampai pertemuan kelima Ag menunjukkan beberapa perkembangan, Ag menunjukkan perkembangan pada indikator bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki seperti berani mengemukakan pendapat dihadapan orang yang belum dikenalnya dan mau mendengarkan orang lain. Pada pertemuan ketiga sampai kelima Ag dapat terbuka dan berinteraksi dengan teman-teman yang baru dikenalnya di dalam kelompok. Ag juga menunjukkan perkembangan indikator yang sama dengan munculnya indikator lain yaitu merasa senang dekat dengan teman-teman sebayanya, Ag juga aktif mengemukakan pendapatnya dihadapan teman-teman barunya dalam pembahasan materi tentang “memahami diri sendiri”. Pada akhir pertemuan yaitu pertemuan ketujuh dan kedelapan Ag menunjukkan adanya peningkatan indikator saling memahami perasaan satu sama lain dengan menunjukkan sikap senang memiliki teman yang baru dan mudah beradaptasi dengan teman-teman baru dalam bimbingan kelompok. Pada pertemuan ketujuh dan kedelapan ini Ag sudah

		mengalami perkembangan pada seluruh indikator yang pada pertemuan pertama dan kedua belum berkembang, pada pertemuan ketiga sampai kedelapan Ag mengalami peningkatan. Ag mau berbicara tanpa rasa takut, menghormati pendapat teman-temannya, dan Ag sedikit merubah penampilannya pada pertemuan ke enam dan ketujuh. Kondisi akhir kepercayaan diri siswa setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu ; Cinta diri (Tinggi), Pemahaman Diri (sedang), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (tinggi), Penampilan diri (tinggi), Pengendalian perasaan (tinggi). Terlihat bahwa Ag mengalami peningkatan kepercayaan diri yang tinggi, karena Ag semangat dan sangat antusias mengikuti bimbingan kelompok. Ag juga tidak takut dalam mengemukakan pendapat dan memberi saran pada teman-temannya. Hal tersebut dibuktikan pada persentase pada kondisi akhir Ag
	Ragil	Kondisi awal kepercayaan diri siswa sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu ; Cinta diri (rendah), Pemahaman Diri (rendah), Tujuan yang jelas (rendah), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (sedang), Pengendalian perasaan (rendah). Pada awal pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok pada pertemuan pertama dan kedua Ra belum menunjukkan perkembangan pada indikator manapun. Ra tidak berani untuk mengemukakan pendapatnya sendiri dan belum bisa terbuka dengan orang lain. Pada pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan ketiga sampai pertemuan keempat Ra sudah menunjukkan perkembangan pada indikator penilaian kekurangan dan kelebihan diri sendiri dengan menunjukkan adanya sikap mulai mau berbicara dengan temannya dan bertukar pikiran, Ra juga sudah mau mengenal dan memperhatikan orang lain ketika orang lain berbicara, Ra juga mau berbagi pengalaman dengan teman-temannya dan menghormati pendapat teman-temannya. Ra kembali mengalami kemajuan pada indikator terbuka dengan orang lain dan diri sendiri, penerimaan kelebihan dan kekurangan diri sendiri dengan menunjukkan sikap seperti membela temannya yang dihina pendapatnya dan mau mengibur teman yang sedang bersedih karena pendapatnya dihina dalam pembahasan materi tentang " Terbuka dengan orang lain". Namun pada pertemuan kelima, Ra mengalami penurunan yang pada pertemuan ketiga dan keempat Ra sudah menunjukkan rasa percaya dirinya pada pertemuan kelima Ra menunjukkan sikap ingin selalu berada

		pada urutan terakhir ketika diminta pendapatnya dan tidak mau mengutarakan pendapatnya. Pada pertemuan keenam sampai pertemuan kedelapan Ra menunjukkan perkembangan indikator yang sebelumnya belum nampak yaitu mau terbuka dengan teman-temanya dan Ra menunjukkan perkembangan indikator lain dengan berbicara fasih dan tanpa rasa takut didepan teman-temannya. Pada pertemuan ketujuh dan kedelapan, semua indikator atau unsur kepercayaan diri sudah mengalami perkembangan. Kondisi Akhir kepercayaan diri siswa setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu ; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (rendah), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (sedang), Pengendalian perasaan (tinggi).
	Rizky	Kondisi awal kepercayaan diri Rizky sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu ; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (sedang), Tujuan yang jelas (tinggi), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (sedang), Pengendalian perasaan (rendah). Pada pertemuan pertama dan Ri sudah berani mengemukakan pendapat dihadapan orang yang belum dikenalnya, berani bertanya dan menerima saran yang diberikan teman-temannya, dan mau mendengarkan orang lain. Pada pertemuan kedua sampai pertemuan kedelapan Ri mampu menciptakan pembicaraan yang menyenangkan dengan mengekspresikan diri melalui bahasa tubuhnya dan nada suaranya pada saat permainan selingan dalam bimbingan kelompok ditenggah pembahasan materi. Namun pada pertemuan ke enam Ri mengalami perkembangan pada indikator menyadari dampak gaya hidupnya dengan merubah penampilan yang pada pertemuan pertama sampai pertemuan kelima Ri menggunakan teli sepatu dengan warna berbeda menjadi sama warnanya, rambut yang tidak pernah disisir menjadi rapi, kancing baju yang tidak pernah dibenahi sampai atas pada pertemuan keenam menunjukkan perubahan. Pada pertemuan ketujuh dan pertemuan kedelapan semua indikator sudah mengalami perkembangan. Kondisi akhir kepercayaan diri Rizky setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu ; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (Rendah), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (tinggi), Pengendalian perasaan (sedang). .

	Trimanto	Kondisi awal kepercayaan diri Tri sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (sedang), Tujuan yang jelas (tinggi), Komunikasi (tinggi), Penampilan diri (tinggi), Pengendalian perasaan (sedang). Pada pertemuan pertama Tr sudah berani berbicara dan mengemukakan pendapat di hadapan teman-teman yang baru dikenalnya. Pada pertemuan kedua sampai keempat Tr menunjukkan perkembangan pada indikator yang belum muncul pada pertemuan pertama yaitu senang bertukar pikiran dengan orang lain, mau mendengarkan orang lain, dan mau menerima saran yang diberikan oleh teman-temannya ketika membahas materi pertemuan ketiga. Selanjutnya pada pertemuan kelima sampai pertemuan kedelapan Tr sudah mengalami perkembangan pada semua indikator, semua unsur atau indikator kepercayaan diri sudah mengalami perkembangan. Pasa setiap pertemuan Tr selalu aktif dalam mengemukakan pendapatnya dan selalu mendengarkan teman-temannya, Tr tidak pernah berbicara sendiri ketika teman lain sedang berbicara, Tr juga lebih percaya diri dalam bergaul, berpendapat, berpenampilan dan berkomunikasi dengan kelompok yang baru dikenalnya. Tr selalu membuat pembicaraan dalam bimbingan kelompok hidup dan menyenangkan karena Tr adalah anak yang pandai melucu sehingga menghibur teman-teman dalam satu kelompok. Kondisi akhir kepercayaan diri Tri setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (tinggi), Pemahaman Diri (tinggi), Tujuan yang jelas (tinggi), Komunikasi (tinggi), Penampilan diri (tinggi), Pengendalian perasaan (tinggi). Terlihat bahwa Tr mengalami peningkatan kepercayaan diri yang tinggi, karena Tr samgat antusias mengikuti bimbingan kelompok. Tr juga tidak takut dalam mengemukakan pendapat dan memberi saran pada teman-temannya. Hal tersebut dibuktikan pada persentase pada kondisi akhir Tr.
	Wahid Igar	Kondisi awal kepercayaan diri Wahid sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (rendah), Pemahaman Diri (rendah), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (rendah), Penampilan diri (sedang), Pengendalian perasaan (rendah). Pada pertemuan pertama Wa tidak mau berbicara ketika teman-teman

		mengemukakan gagasan dan pendapatnya. Wa hanya menjawab “sama’ jika ditanya tentang pendapatnya. Namun pada pertemuan pekedua dan ketiga terlihat ada indikator yang muncul yaitu mau mendengarkan orang lain, Wa mau memperhatikan temannya ketika berbicara dan tidak berbicara sendiri, Wa mau menerima saran yang diberikan oleh teman-temannya, mau bertukar pikiran, dan Wa merasa senang dekat dengan teman-temannya. Pertemuan keempat Wa mengalami penurunan, yang pada pertemuan kedua dan ketiga terlihat pada pertemuanl ini Wa tidak berani mengajukan pendapatnya karena takut salah. Pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan kelima sampai kedelapan, Wa mengalami perkembangan pada indikator penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri dan juga respon yang sesuai antara orang yang berkepercayaan diri dengan sasaran kepercayaan diri. Hampir semua indikator atau unsur kepercayaan diri sudah berkembang, dan pada pertemuan terakhir semua indikator atau unsur kepercayaan diri sudah mengalami perkembangan. Wa mau mendengarkan temannya ketika berbicara, Wa mau mengemukakan pendapatnya, Wa merubah penampilannya dan lebih sopan ketika bertemu dengan guru. Kondisi akhir kepercayaan diri Wahid setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (sedang), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (rendah), Penampilan diri (sedang), Pengendalian perasaan (rendah).
	Arrafi	Kondisi awal kepercayaan diri arrafi sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (rendah), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (rendah), Penampilan diri (rendah), Pengendalian perasaan (rendah). Pertemuan pertama dan kedua Ar hanya diam dan mengikuti kegiatan yang sedang berlangsung. Ar tidak berani berbicara dan belum ada indikator yang berkembang. Pada pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan ketiga sampai kelima sudah ada perkembangan, Ar sudah mau berbicara dan mengemukakan pendapatnya ketika teman-teman membahas topik permasalahan, Ar sudah mau bercerita, bergaul, dan mampu berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut dihadapan teman-temannya. Pada pertemuan keenam sampai kedelapan hampir semua indikator atau unsur kepercayaan diri sudah berkembang. Dan pada pertemuan terakhir semua indikator atau unsur kepercayaan diri sudah mengalami perkembangan termasuk indikator

		yang belum muncul pada pertemuan sebelumnya yaitu indikator menyadari dampak gaya hidupnya. Hal ini ditunjukkan dari penampilan Ar yang rapi dalam mengenakan kerudung dan sesuai denga baju seragam yang sedang dipakainya. Hal ini membuktikan bahwa Ar mengalami perkembangan pada indikator menyadari dampak gaya hidupnya. Kondisi akhir kepercayaan diri Arrafi setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (sedang), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (rendah), Pengendalian perasaan (rendah).
	Fa'ijanah	Kondisi awal kepercayaan diri Fa'i sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu ; Cinta diri (rendah), Pemahaman Diri (rendah), Tujuan yang jelas (rendah), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (rendah), Pengendalian perasaan (rendah). Pada pertemuan pertama sampai pertemuan ketiga Fa memang selalu diam dan tidak mau berbicara ataupun mengemukakan pendapatnya. Fa juga tidak mau menjawab ketika ditannya oleh pemimpin kelompok. Namun pada pertemuan keempat Fa sudah mau berbicara, bergaul, dan mengemukakan pendapatnya, mau berbagi pengalaman dan cara mengentaskan pengalaman tersebut pada pertengahan kegiatan bimbingan kelompok. Pertemuan berikutnya pada pertemuan kelima, keenam, sampai pertemuan kedelapan semua indikator atau unsur kepercayaan diri sudah mengalami perkembangan, hanya saja Fa masih takut berpendapat dan bertanya jika belum ditunjuk oleh teman atau pemimpin kelompok untuk mengemukakan pendapatnya, dan pada indikator penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri serta memiliki motivasi yang kuat belum bisa berkembang. Kondisi akhir kepercayaan diri Fa'i setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (rendah), Pemahaman Diri (sedang), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (sedang), Pengendalian (rendah).
	Inda	Kondisi awal kepercayaan diri Inda sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (rendah), Pemahaman Diri (rendah), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (sedang), Penampilan diri

		(sedang), Pengendalian perasaan (rendah). Pada pertemuan pertama dan kedua Inda sudah mau berbicara dan mau berbagi pengalaman pribadinya dan caranya mengatasi permasalahan tersebut. Pada pertemuan ketiga sampai pertemuan keenam terdapat indikator yang sama sekali belum berkembang pada pertemuan sebelumnya yaitu indikator menyadari dampak gaya hidupnya. Pada pertemuan ini Inda mengalami perkembangan pada indikator penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Pada pertemuan ketujuh dan kedelapan semua indikator atau unsur kepercayaan diri sudah mengalami perkembangan. Dan pada pertemuan terakhir, indikator penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri mengalami penurunan, sedangkan indikator lainnya sudah mengalami perkembangan. Kondisi akhir kepercayaan diri Inda setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (rendah), Pemahaman Diri (sedang), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (sedang), Pengendalian perasaan (rendah).
	Sri	Kondisi awal kepercayaan diri Sri sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (rendah), Tujuan yang jelas (tinggi), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (sedang), Pengendalian perasaan (rendah). Pada pertemuan pertama sampai pertemuan ketiga Sri memang tidak mau berbicara ataupun berbagi pengalaman dengan teman-temannya, namun ada beberapa indikator yang berkembang ketika bimbingan kelompok sedang berlangsung Sr mau mendengarkan orang lain. Dan pada pertemuan keempat sampai keenam Sr sudah mau berbicara dan berinteraksi dengan teman dalam satu kelompok. Selanjutnya pada pertemuan ketujuh dan kedelapan, indikator yang mengalami perkembangan yaitu hampir semua indikator kecuali penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri, terbuka dengan orang lain. Dan pada pertemuan ketujuh dan kedelapan semua indikator atau unsur kepercayaan diri sudah mengalami perkembangan. Kondisi akhir kepercayaan diri Sri setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (sedang), Tujuan yang jelas (tinggi), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (sedang),

		Pengendalian perasaan (tinggi).
	Yustina	Kondisi awal kepercayaan diri Yustina sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta diri (sedang), Pemahaman Diri (rendah), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (sedang), Pengendalian perasaan (sedang). Pada pertemuan pertama, Y sudah berani mengajukan pendapat tanpa diminta. Y juga berani memberi saran dan terbuka dengan teman satu krlompok yang belum dikenalnya. Pada pertemuan kedua sampai kelima hampir semua indikator atau unsur kepercayaan diri sudah mengalami perkembangan. Dan pada pertemuan keenam, ketujuh, dan kedelapan semua indikator atau unsur kepercayaan diri sudah mengalami perkembangan. Kondisi akhir kepercayaan diri Yustina setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tiap karakteristiknya yaitu; Cinta (sedang), Pemahaman Diri (rendah), Tujuan yang jelas (sedang), Komunikasi (sedang), Penampilan diri (sedang), Pengendalian perasaan (rendah).

Untuk analisis dari pengamatan yang dilakukan selama proses pelaksanaan bimbingan kelompok terhadap responden, maka akan dipaparkan hasil pengamatan selama proses bimbingan kelompok dari pertemuan pertama sampai pertemuan ke delapan.

Di bawah ini diterangkan hasil evaluasi pelaksanaan bimbingan kelompok yang dilakukan dengan melakukan pengamatan selama proses pelaksanaan bimbingan kelompok dalam delapan kali pertemuan:

1. Pertemuan 1, (Kamis, 18 Agustus 2011)
   a. Tahap Pembentukan
      1) Praktikan mengucapkan salam, menanyakan kabar anggota kelompok dan mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan anggota kelompok untuk

mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Setelah hal tersebut praktikan membuka pembicaraan dalam kelompok dengan topik tugas.

2) Praktikan menjelaskan tentang pengertian, tujuan dan asas-asas yang digunakan dalam bimbingan kelompok.
3) Saling memperkenalkan diri baik praktikan sebagai pemimpin kelompok maupun konseli sebagai anggota kelompok.
4) Mengadakan kontrak waktu dengan anggota kelompok. Dan disepakati 45-50 menit.
5) Anggota kelompok terlihat tegang dan ada yang terlihat bosan, maka pemimpin kelompok mengadakan permainan "gerak terbalik". Anggota kelompok terlihat antusias mengikuti permainan tersebut.

b. Tahap Peralihan

Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.

c. Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan, pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas "Bangga atas sifat – sifat baik yang dimiliki" sebelum menyampaikan materi kepada anggota kelompok, pemimpin kelompok menanyakan tentang 'siapa yang memiliki pribadi baik pada diri masing-masing'?. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan sedikit apa itu cinta diri dan bagaimana cara untuk menghargai sifat – sifat baik yang dimilikii dan selanjutnya anggota kelompok yang membahas lebih lanjut tentang diri mereka masing-masing baik kelemahan dan kelebihan yang dimiliki masing-masing anggota kelompok. Ra

berpendapat bahwa dirinya mudah merasa iba dengan orang lain, namun memiliki kelemahan selalu ragu-ragu untuk menolongorang lain. Ri dan In juga memiliki kelemahan yang hampir sama dengan Ra. Lain halnya Fa, Ar, Sr, Tr, Yus,Ag dan Wa merasa dirinya pemalu karena memiliki kekurangan. Kemudian Ra berpendapat bahwa kekurangan tidak usah dipikirkan dan cuek dengan pendapat orang lain. Menurut Ra dia harus merubah kelemahan menjadi kelebihan. Pembahasan semakin hidup dengan adanya suasana humor dari celotehan anggota kelompok, namun pemimpin kelompok tetap mengarahkan agar pembahasan tidak keluar dari topik. Pemimpin kelompok meminta setiap anggota kelompok untuk mengutarakan kelebihan dan kelemahan masing-masing dan sifat baik dan buruk yang pernah mereka lakukan kemudian kelebihan dan kelemahan itu dibahas bersama untuk lebih memaksimalkan kelebihan dan juga memperbaiki kelemahan yang dimiliki. Kemudian setelah pembahasan dirasa anggota kelompok cukup mengerti tentang perlunya mencintai diri sendiri dan bangga atas sifat- sifat baik yang dimilikinya, pemimpin kelompok menyimpulkan hasil dari pembahasan. Di samping itu, pemimpin kelompok juga mengamati siapa saja anggota kelompok yang aktif berpendapat dan yang masih belum mau untuk berpendapat.

d. Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

Pelaksanaan bimbingan kelompok pertemuan pertama masih belum efektif karena anggota kelompok masih dalam penyesuaian diri karena mereka belum

pernah melakukan bimbingan kelompok sebelumnya. Untuk mencairkan suasana, pemimpin kelompok dan anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan diselingi dengan obrolan bebas agar terjalin keakraban dan mengurangi kecanggungan dari anggota. Diantara 10 anggota yang belum aktif untuk berpendapat ada 7, yaitu Fa, Ar, Sr, Tr, Yus,Ag dan Wa.

2. Pertemuan 2, (Sabtu, 20 Agustus 2011)

a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok. Kemudian mengadakan permainan "Bermain Kata"

b. Tahap Peralihan

Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.

c. Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan, pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas "Pemahaman Diri" sebelum menyampaikan materi kepada anggota kelompok, pemimpin kelompok menanyakan tentang 'siapa yang sudah mengetahui diri kalian masing-masing'?. Kemudian semua anggota kelompok diam dan menggelengkan kepala pertanda belum mengetahui diri mereka masing-masing. Lalu pemimpin kelompok menjelaskan sedikit apa itu pemahaman diri dan bagaimana cara untuk mengenal diri dan selanjutnya anggota kelompok yang membahas lebih lanjut tentang diri mereka masing-masing baik kelemahan dan

kelebihan yang dimiliki masing-masing anggota kelompok. Sr berpendapat bahwa dirinya pintar mengaji, namun memiliki kelemahan dalam menerima pelajaran. Ag dan Ri juga memiliki kelemahan kurang dalam menerima pelajaran, Fa ingin menjadi seorang desainer karena dirinya senang mendesain gambar pakaian. Lanjut lagi Ra berpendapat dirinya ingin menjadi pengusaha, namun dia memiliki kelemahan kurang bisa berkomunikasi dengan baik. Lain halnya Tr, In, Yus, dan Wa merasa dirinya pemalu karena memiliki kekurangan dalam melakukan segala hal.

Kemudian setelah pembahasan dirasa anggota kelompok cukup mengerti tentang pemahaman diri, pemimpin kelompok menyimpulkan hasil dari pembahasan. Di samping itu, pemimpin kelompok juga mengamati siapa saja anggota kelompok yang aktif berpendapat dan yang masih belum mau untuk berpendapat.

d. Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran pemimpin kelompok menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

Pelaksanaan bimbingan kelompok pertemuan kedua sudah lebih baik karena anggota kelompok sudah mulai memahami pelaksanaan bimbingan kelompok. Anggota kelompok terlihat lebih rileks dan mau untuk berpendapat walaupun masih terlihat ragu-ragu.

3. Pertemuan 3, (Senin, 22 Agustus 2011)

a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan

kelompok serta kontrak waktu. Kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada tahap pembentukan anggota kelompok sedikit terlihat tegang namun sudah tidak bingung lagi karena sudah melakukan kegiatan ini sebelumnya. Namun, untuk mencairkan suasana pemimpin kelompok mengadakan permainan "Merangkai Kata", setelah permainan suasana mulai cair dan rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.

c. Tahap Kegiatan

Pada pertemuan ketiga anggota kelompok sudah mulai menunjukkan sikap antusias dalm mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas "Memiliki motivasi yang kuat". Pembahasan dimulai dengan memberikan pertanyaan kepada anggota kelompok seperti apa motivasi yang membuat konseli semangat dalam mencapai tujuannya. Ri berpendapat bahwa motivasi yang paling kuat untuknya adalah sang pacar dan orang tua, tetapi kalau pacar disaat sedang susah malah meninggalkan dan tidak peduli. Menurut Ra motivasinya adalah karena Ra ingin membahagiakan kedua orang tua dan menjadi orang yang sukses, sedangkan menurut Sr bahwa Sr merasa bingung dengan apa yang membuatnya semangat, Ag mengomentari pendapat Sr bahwa hidup itu kalau tidak ada motivasi maka tidak lancar. Setelah anggota kelompok berpendapat dengan pendapatnya masing-masing

kemudian pemimpin kelompok memberi gambaran tentang bagaimana cara menumbuhkan motivasi yang kuat pada diri sendiri dan membandingkan dengan pengalaman tentang teman yang memiliki semangat dan motivasi tinggi dengan orang yang tidak memiliki motivasi sama sekali sehingga binggung untuk mencapai tujuan hidup. Kemudian anggota kelompok saling bertukar pendapat tentang orang yang memiliki motivasi kuat untuk mencapai tujuan hidup dan orang yang tidak memiliki motivasi kuat untukmencapai tujuan hidup. Setelah itu, pemimpin kelompok menyimpulkan bahwa setiap masing-masing indivisu harus memiliki motivasi yang kuat untuk mencapai tujuan hidup sengan semangat dan berusaha. Disini hampir semua anggota kelompok sudah mau untuk berpendapat dan menanggapi pendapat anggota lain tentang pentingnya motivasi dalam menggapai tujuan hidup.

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

4. Pertemuan 4, (Kamis, 8 September 2011)

a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok serta kontrak waktu. Kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada tahap pembentukan anggota kelompok sedikit terlihat tegang namun sudah tidak bingung lagi karena sudah melakukan kegiatan ini sebelumnya. Namun, untuk mencairkan

suasana pemimpin kelompok mengadakan permainan “Merangkai Nama”, setelah permainan suasana mulai cair dan rileks, pemimpin kelompok melanjutkan dengan saling bermaaf-maafan karena kegiatan ini dilakukan setelah libur lebaran, kemudian ke tahap peralihan.

b. Tahap peralihan

Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.

c. Tahap kegiatan

Pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas “Terbuka dengan orang lain”. Pembahasan dimulai dengan memberikan pertanyaan kepada anggota kelompok tentang seperti apa cara kalian bergaul dengan teman? Kemudian anggota kelompok saling berpendapat. Manurut Ag, bergaul dengan teman harus saling mengerti, menurut Ar saling berbagi, menurut Sr saling sharing dan bertukar pendapat, dan menurut Yus bergaul dengan teman harus saling menghargai. Kemudian pemimpin kelompok menyimpulkan berbagai pendapat yang dikemukakan oleh anggota-anggota kelompok tadi dan memberi penjelasan bagaimana cara bergaul yang baik dan terbuka dengan orang lain. Setiap anggota kelompok menyebutkan poin-poin cara bergaul dengan teman sebaya, pemimpin kelompok juga bertanya apa yang anggota ketahui tentang poin-poin itu. Misalnya, poin cara berteman dan bergaul yang baik yaitu dengan setia kawan, Yus berpendapat bahwa setia kawan itu sangat penting karena mencari teman yang setia itu tidak mudah, dan saya pernah dikhianati teman saya sendiri jadi Yus berpendapat jangan mudah berteman dengan semua orang. Dan pada poin menghormati pendapat orang lain Sr berpendapat bahwa jangan mudah

berteman dan menceritakan hal-hal pribadi kepada orang lain karena bisa jadi gosip dan akan membuat kita sakit hati. Dan pada poin-poin selanjutnya juga terjadi saling tukar pendapat baik antara anggota kelompok dengan pemimpin kelompok maupun dengan anggota kelompok yang lain. Pada pertemuan kali ini dinamika kelompok lebih terbentuk dan anggota kelompok lebih terlihat rileks dan tidak ragu dalam berpendapat.

d. Tahap pengakhiran

Pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

Pada pertemuan keempat dinamika kelompok terbentuk sangat baik. Anggota kelompok tanpa ragu mengemukakan pendapatnya dan menanggapi pendapat dari anggota lain. Hampir semua anggota kelompok melibatkan diri dalam pembahasan topik. Hal ini merupakan awal yang baik dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok selanjutnya. Namun, satu anggota kelompok tidak bisa mengikuti kegiatan karena tidak berangkat.

5. Pertemuan 5, (Sabtu, 10 September 2011)

a. Tahap pembentukan

Pada tahap ini pemimpin kelompok kembali tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan bimbingan kelompok serta kontrak waktu. Kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada pertemuan kelima ini anggota kelompok terlihat rileks dan sudah mengetahui bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok. Namun, untuk mencairkan suasana dan melepas sedikit kepenatan setelah mengikuti pelajaran, pemimpin kelompok mengadakan permainan “Dot Tiga”, setelah

permainan suasana mulai cair dan rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.

b. Tahap peralihan

Pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.

c. Tahap kegiatan

Tahap ini dimulai dengan pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas "Menyadari dampak gaya hidup". Pembahasan dibuka dengan memberi pertanyaan kepada anggota kelompok mengenai apa yang dimaksud dengan gaya hidup? Semua nggota kelompok terdiam dan berpikir sejenak. Kemudian Ar berpendapat gaya hidup yaitu yaitu gaul, Sr juga berpendapat bahwa gaya hidup adalah saling mengerti dan menghormati orang lain. Setelah itu pemimpin kelompok menjelaskan tentang gaya hidup, yaitu penampilan diri, status sosial, dan interaksi antara anggota masyarakat. Anggota kelompok bertanya dan saling mengemukakan pendapat tentang gaya hidup dan mulai membahas tentang dampak gaya hidup. Tidak lupa pemimpin kelompok mengarahkan dan menyimpulkan pendapat dari anggota kelompok. Disini proses bimbingan kelompok lebih terarah dan masing-masing anggota sudah berpendapat tanpa ada perasaan malu dan ragu-ragu.

d. Tahap pengakhiran

Pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan

setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

6. Pertemuan 6, (Senin , 12 September 2011)

a. Tahap pembentukan

Pada tahap ini pemimpin kelompok kembali tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan bimbingan kelompok serta kontrak waktu. Kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada pertemuan kelima ini anggota kelompok terlihat rileks dan sudah mengetahui bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok. Namun, untuk mencairkan suasana dan melepas sedikit kepenatan setelah mengikuti pelajaran, pemimpin kelompok mengadakan permainan "kata rahasia", setelah permainan suasana mulai cair dan rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.

b. Tahap peralihan

Pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.

c. Tahap Kegiatan

Pada pertemuan keenam, kegiatan bimbingan kelompok berjalan lancar. Mereka sudah terbiasa dengan anggota yang lain sehingga tidak sulit untuk membentuk dinamika kelompok. Anggota kelompok terlihat tidak sabar untuk membahas topik yang akan dibahas. Pada tahap ini topik yang disampaikan adalah " Menghormati pendapat orang lain". Topik tersebut bertujuan agar anggota kelompok mampu untuk mengembangkan rasa hormatnya dengan orang lain dan menghormati

pendapat orang lain akan timbul keselaran dalam hidup dimanapun dan dengan siapapun kita berhubungan. Dalam tahap ini anggota kelompok sudah terlihat aktif.

Pada pertemuan ini, dinamika kelompok sudah terbentuk. Anggota kelompok mampu berpendapat dalam kelompok, mampu memberikan pertanyaan, dan menjawab pertanyaan dari pemimpin kelompok Banyak sekali gagasan dan pendapat yang dikemukakan oleh anggota kelompok karena dari kecil pasti kita diajarkan untuk menghormati orang lain. Sr berpendapat bahwa jika ingin dihormati orang lain maka hormati dulu orang lain beserta pendapatnya, Tr, Ag, Ri, Ra, Yus dan In juga berpendapat yang sama dengan Sr, Ar berpendapat bahwa menghormati pendapat orang lain sama dengan menghargai orang lain, selanjutnya Ag berpendapat dengan menghormati orang lain maka kita akan dihormati orang lain. Kemudian tentang bagaimana cara menghormati pendapat orang lain, Tr berpendapat bahwa orang yang lebih tua harus dihormati, misalnya dengan berbicara sopan dan jangan berbicara kasar, tidak membantah pendapatnya dll sedangkan pendapat dari Yus menghormati orang lain dengan menuruti perintah orang tua dan patuh pada guru. Sr juga berpendapat dengan saling menghargai dan tidak mengejek pendapat atau usulan teman berarti kita menghormati orang lain. Kemudian pemimpin kelompok menyimpulkan pendapat yang dikemukakan oleh anggota kelompok.

Anggota kelompok terlihat sangat aktif dan mereka tahu apa yang mereka telah mendapatkan gambaran bagaimana cara menghormati pendapat orang lain dan mengapa kita perlu menghormati orang lain. Dapat dikatakan pelaksanaan bimbingan kelompok berjalan sangat baik dan lancar.

d. Tahap pengakhiran

Pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

7. Pertemuan 7, (Rabu, 14 September 2011)

a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok.

b. Tahap Peralihan

Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan

c. Tahap Kegiatan

Kegiatan bimbingan kelompok pada pertemuan ketujuh sudah sangat baik, karena sudah ada kedekatan antara pemimpin kelompok dengan anggota kelompok. Mereka sudah terbiasa dengan anggota yang lain sehingga tidak sulit untuk membentuk dinamika kelompok. Anggota kelompok terlihat tidak sabar untuk membahas topik yang akan dibahas. Pada tahap ini topik yang disampaikan adalah ”Upaya meningkatkan kepercayaan diri”. Topik tersebut bertujuan agar anggota kelompok mampu untuk mengembangkan rasa kepercayaan dirinya dengan orang lain karena kepercayaan diri ini sangat berguna baik untuk sekarang dan dimasa yang akan datang. Dengan memiliki kepercayaan diri, maka anggota kelompok akan

bisa memposisikan dirinya di posisi orang lain sehingga timbul rasa saling menghormati, menghargai, percaya, dan saling menyayangi. Dalam tahap ini anggota kelompok sudah terlihat aktif.

Pada pertemuan ini, dinamika kelompok sudah terbentuk. Anggota kelompok mampu berpendapat dalam kelompok, mampu memberikan pertanyaan, dan menjawab pertanyaan dari pemimpin kelompok. Pembahasan dimulai dengan pemimpin kelompok menjelaskan tentang apa itu kepercayaan diri dan contoh dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian pemimpin kelompok bertanya untuk apa kita berkepercayaan diri? Tr berpendapat bahwa dengan kepercayaan diri akan tercipta rasa saling hormat menghormati, sedangkan Ri berpendapat kepercayaan diri penting untuk menjadi seseorang yang lebih baik, selanjutnya Sr dan In juga berpendapat dengan kepercayaan diri orang akan berbuat baik dimanapun dan dengan siapapun. Setelah itu, pemimpin kelompok menyimpulkan pendapat dari anggota kelompok dan kembali bertanya bagaimana cara untuk menumbuhkan sikap kepercayaan diri? Menurut Ag dengan menghormati dan menghargai orang lain, Ra berpendapat dengan tidak menghina atau mengejek teman, In, Yus, dan Ar setuju dengan pendapat dari Ra tadi. Selanjutnya Ag berpendapat dengan lebih mengerti perasaan teman. Dari pendapat-pendapat yang dikemukakan oleh anggota kelompok tadi pemimpin kelompok menyimpulkan cara untuk menumbuhkan kepercayaan diri serta menambahkan berdasarkan teori cara untuk menumbuhkan kepercayaan diri.

e. Tahap pengakhiran

Pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

8. Pertemuan 8, (Selasa, 13 September 2011)

a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok.

b. Tahap Peralihan

Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.

c. Tahap kegiatan,

Pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas "Membina Rasa Persahabatan". Pembahasan dimulai dengan pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok apakah mempunyai teman dan apa perbedaan antara teman dengan sahabat. Menurut Yus teman itu hubungannya biasa saja, kalau sahabat hubungannya lebih dekat. Sr berpendapat bahwa sahabat itu ada disaat suka dan duka, serta saling bisa memahami. Namun selama kegiatan berlangsung anggota kelompok belum paham apa arti dari sahabat yang sebenarnya. Kurang adanya sikap mengerti dan menghargai pendapat anggota kelompok menjadi kendala dalam komunikasi bimbingan kelompok. Disini pemimpin kelompok berupaya untuk menjembatani dan memberi pemahaman agar ada sikap saling mengerti dan menghargai sesama anggota kelompok. Kemudian

pemimpin kelompok memberikan kiat-kiat untuk menjalin persahabatan yang baik dengan sesama teman. Anggota kelompok terlihat menyimak baik-baik bagaimana untuk menjadi sahabat yang baik. Anggota kelompok terlihat lebih rileks dan semua anggota kelompok mau berpendapat dibanding ketika pertemuan pertama.

e. Tahap Pengakhiran.

Pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok.

4.3 Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa kepercayaan diri pada siswa kelas X SMK N 1 Jambu dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Adapun hasil *pre-test* yang didapat saat di lapangan pada siswa kelas X yang berjumlah 216 siswa pada siswa kelas X TKR 1 – BB 2 menunjukkan bahwa total skor rata-rata kepercayaan diri tiap kelas ;

No	Kelas	Jumlah siswa	Jumlah total *pre-test*	% total	Kriteria
1.	TKR 1	36	171	61.59	S
2.	TKR 2	34	169.52	59.59	S
3.	TKR3	35	169.8	59.43	S
4.	TKR4	35	170.17	59.55	S
5.	BB1	38	169.68	61.06	S
6.	BB2	38	168.42	60.99	S

Dari total keseluruhan hasil *pre-test* kelas X SMK N 1 Jambu maka diambil sampel sebanyak 10 anak dengan 5 kategori rendah dan 5 kategori sedang dengan menggunakan teknik *purposive random sampling* untuk selanjutnya diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok. Kemudian diperoleh 5 anak dengan kategori rendah, dan 5 anak dengan kategori sedang.

Hal ini sesuai dengan pendapat Prayitno (2004:4-13) yang menjelaskan bahwa anggota kelompok yang akan mengikuti layanan bimbingan kelompok itu terdiri atas 8-15 orang. Setelah peneliti membentuk kelompok maka kemudian peneliti memberikan *Pre-test* dan menghitung jumlah rata-rata skor kepercayaan diri anggota kelompok yang akan mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Kemudian di dapatkan hasil skor rata-rata kepercayaan diri sebesar 163.2 dan prosentasenya sebesar 59.35% dan ke 10 anggota kelompok tersebut masuk ke dalam kategori tingkat sedang. Dengan rincian bahwa peringkat nilai skor tertinggi kepercayaan diri oleh Tr yang mempunyai tingkat skor sebesar 194 dan prosentasenya sebesar 70.55% dengan kategori sedang. Sedangkan peringkat terendah dimiliki oleh Fa dengan skor 143 dan prosentase sebesar 52.00%. Selain mendapatkan hasil skor rata-rata kepercayaan diri, peneliti juga mencari prosentase rata-rata tertinggi dan prosentase terendah pada setiap indikator yang mempengaruhi kepercayaan diri pada siswa kelas X SMK N 1 Jambu Ambarawa. Adapun indikator yang mempunyai peringkat tertinggi adalah Penampilan Diri dengan persentase sebesar 65.50%. Sedangkan prosentase rata-rata terendahnya adalah indikator Pemahaman Diri dengan persentase sebesar 53.80%.

Kemudian setelah itu barulah peneliti memberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok kepada anggota kelompok yang sudah dibentuk. Alasan peneliti untuk memberikan layanan bimbingan kelompok kepada siswa kelas X SMK N 1 Jambu yaitu

agar siswa kelas X SMK N 1 Jambu dapat meningkatkan kepercayaan dirinya dengan cara meningkatkan kepercayaan diri lebih baik dari sebelumnya.

Kepercayaan diri menurut Lindenfield (1997: 3) “bahwa orang yang percaya diri ialah orang yang merasa puas dengan dirinya”. “Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu Angelis” (2005: 10). Kepercayaan diri lahir dari pemahaman jika seorang individu memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari pemahaman seorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang diinginkan tercapai. Kepercayaan diri bersumber dari dalam diri individu dan dari luar/tingkah laku individu. Oleh karena itu kepercayaan diri dapat dibagi menjadi beberapa bagian yaitu :

1. Cinta Diri

Berdasarkan pengamatan pada awal pertemuan melakukan kegiatan bimbingan kelompok, Fa, Ar, Sr, Tr, Yus,Ag dan Wa merasa dirinya pemalu karena memiliki kekurangan dan mereka hanya diam dan takut mengeluarkan pendapatnya. Hal ini membuktikan bahwa kepercayaan diri pada anggota kelompok belum muncul. Mereka tidak berani untuk bertanya dan mengeluarkan pendapat karena takut berbicara didepan teman-teman yang baru saling mengenal. Pada pertemuan selanjutnya, anggota kelompok atau siswa mulai berani berbicara.

Selain berdasarkan pengamatan, juga didukung dengan hasil perhitungan. Diperoleh data bahwa ada peningkatan aspek cinta diri antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok. Sebelum diberikan perlakuan ada 5 siswa yang berada pada kategori sedang, 5 siswa dalam kategori rendah. Persentase rata-rata

indikator cinta diri adalah 58.36% dalam kategori sedang. Setelah mendapatkan perlakuan, diperoleh data ada 1 siswa dalam kategori tinggi, 6 siswa dalam kategori sedang, dan 1 siswa dalam katogori rendah. Terjadi peningkatan pada indikator cinta diri dengan peningkatan persentase sebesar 5.64% dari 58.36% menjadi 64.00% meliputi peningkatan dari kategori rendah, dari 5 siswa menjadi 1 siswa yang berada dalam kategori rendah, sedangkan dari 5 siswa yang berkategori sedang masih tetap berjumlah 5 siswa, dan 1 siswa sebelum mendapat perlakuan dalam kategori sedang mengalami peningkatan berada dalam kategori tinggi. Maka dapat dilihat terjadi peningkatan dalam komponen cinta diri antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

Anak yamg mencintai diri sendiri adalah anak yang percaya pada diri mereka sendiri dan perduli tentang diri sendiri karena perilaku dan gaya hidup mereka untuk memelihara diri. Manfaat dari anak yang memiliki unsur percaya diri batin adalah anak dapat mempertahankan kecenderungan untuk menghargai segala kebutuhannya baik kebutuhan jasmani maupun rohani yang setara dengan kebutuhan orang lain. Dengan demikian maka anak akan merasa dapat berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya dan tidak akan menyiksa diri sendiri dengan rasa bersalah setiap kali menginginkan sesuatu atau mendapatkan sesuatu. Kepercayaan diri batin ini akan membuat anak merasa senang bila diperhatikan orang lain, menjadi bangga atas sifat – sifat mereka yang baik dan tidak akan membuang waktu dan tenaga untuk memikirkan kekurangan – kekurangan diri sendiri.

Berdasarkan penjelasan tersebut, anggota kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri dengan adanya peningkatan pada unsur cinta diri. Dari semula

siswa tidak mau mengemukakan pendapat karena takut maka setelah mendapatkan bimbingan kelompok tentang bagaimana mencintai diri sendiri dan bangga atas sifat-sifat baik serta kelebihan dan kekurangan yang dimiliki maka siswa dapat lebih mencintai pribadi masing-masing.

2. Pemahaman Diri

Dari hasil pengamatan pada waktu melaksanakan bimbingan kelompok, diperoleh hasil adanya perubahan. Semula siswa apabila ditanya tentang dirinya terlihat bingung dan berpikir, selain itu siswa juga kurang terbuka dengan emosi dan keadaan diri sendiri. Setelah diberikan bimbingan kelompok dari pertemuan pertama dilanjutkan dengan pertemuan kedua terjadi perubahan ke arah yang lebih baik dari masing-masing siswa. Dengan diadakannya evaluasi pada setiap kegiatan bimbingan kelompok diperoleh hasil yaitu siswa mampu menyebutkan dirinya baik kelemahan maupun kelebihan yang dimilikinya. Selain itu siswa juga secara perlahan mau berbagi apa yang dirasakan dalam dirinya kepada siswa lain dan semakin terbuka dengan siswa lain.

Selain berdasarkan pengamatan, juga didukung dengan hasil perhitungan. Diperoleh data bahwa ada peningkatan pemahaman diri antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok. Sebelum diberikan perlakuan ada 3 siswa yang berada pada kategori sedang, 7 siswa dalam kategori rendah. Persentase rata-rata indikator pemahaman diri adalah 53.80% dalam kategori rendah. Setelah mendapatkan perlakuan, diperoleh data ada 1 siswa dalam kategori tinggi, 5 siswa dalam kategori sedang, dan 4 siswa dalam kategori rendah. Terjadi peningkatan pada indikator pemahaman diri dengan peningkatan persentase sebesar 5.2% dari 53.80% menjadi 59.00% meliputi peningkatan dari kategori rendah, dari 7 siswa menjadi 4 siswa yang

berada dalam rendah, dari 3 siswa menjadi 5 dalam kategori sedang, dan 1 siswa yang sebelum mendapat perlakuan dalam kategori sedang mengalami peningkatan berada dalam kategori tinggi. Maka dapat dilihat terjadi peningkatan dalam komponen pemahaman diri antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

Anak yang memiliki pemahaman diri yang baik akan sangat menyadari kekuatan diri mereka untuk mengembangkan kemampuan mereka sepenuhnya. Anak akan mengenal kelemahan dan keterbatasan mereka, sehingga mereka tidak akan mengulangi kesalahan dan membiarkan diri mereka mengalami kegagalan berulang kali. Anak yang memiliki pemahaman diri yang baik akan tumbuh dengan kesadaran yang mantap tentang identitas diri sendiri sehingga mereka lebih mampu dan puas menjadi diri sendiri, mereka punya pengertian yang sehat dan akan selalu terbuka untuk menerima umpan balik dari orang lain dan bersedia mendapat bantuan dan pelajaran dari orang lain.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari pengamatan dan hasil perhitungan didapat bahwa terjadi peningkatan pemahaman diri setiap siswa setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

3. Tujuan yang Jelas

Pada pertemuan ketiga anggota kelompok sudah mulai menunjukkan sikap antusias dalm mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas “Memiliki motivasi yang kuat”. Pembahasan dimulai dengan memberikan pertanyaan kepada anggota kelompok seperti apa motivasi yang membuat konseli semangat dalam mencapai tujuannya.

Selain berdasarkan pengamatan, juga didukung dengan hasil perhitungan. Diperoleh data bahwa ada peningkatan tujuan yang jelas antara sebelum dan setelah

diberikan perlakuan bimbingan kelompok. Sebelum diberikan perlakuan ada 3 siswa yang berada pada kategori tinggi, 5 siswa dalam kategori sedang, dan 2 siswa dalam kategori rendah. Persentase rata-rata indikator tujuan yang jelas adalah 64.00% dalam kategori sedang. Setelah mendapatkan bimbingan kelompok diperoleh data ada 4 siswa dalam kategori tinggi, 7 siswa dalam kategori sedang, dan tidak ada siswa dalam kategori rendah. Terjadi peningkatan pada indikator tujuan yang jelas dengan peningkatan persentase sebesar 2.75% dari 64.00% menjadi 67.25% meliputi 2 siswa yang berada pada kategori rendah menjadi tidak ada siswa yang berada dalam kategori rendah, 5 siswa yang berada pada kategori sedang menjadi 6 dalam kategori sedangi, dan dari 3 siswa dalam kategori tinggi menjadi 4 siswa dalam kategori tinggi. Maka dapat dilihat terjadi peningkatan dalam komponen pemahaman tujuan yang jelas dengan materi tentang motivasi diri antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

Anak yang percaya diri adalah anak yang selalu tahu tujuan hidupnya, hal tersebut disebabkan karena mereka mempunyai pemikiran yang jelas dan mereka tahu mengapa mereka melakukan suatu tindakan tertentu dan mereka tahu hasil apa yang mereka harapkan. Unsur-unsur yang dapat memperkuat kepercayaan diri anak dengan tujuan yang jelas yaitu dengan cara anak membiasakan diri menentukan sendiri tujuan yang dapat mereka capai dan tidak harus bergantung pada orang lain, memiliki motivasi yang kuat, dan belajar menilai diri sendiri. Dengan demikian maka anak akan memiliki kepercayaan diri dengan tujuan yang jelas.

Jelas terlihat bahwa tujuan yang jelas sebelum dilakukan bimbingan kelompok masih kurang dengan kurang adanya sikap menghargai pendapat dan tidak saling dekat hubungan sesama siswa mengalami peningkatan setelah dilakukan kegiatan bimbingan kelompok. Siswa lebih dekat dan bisa menghargai pendapat yang

dikemukakan siswa lain sehingga hubungan pertemanan terlihat semakin harmonis.

4. Komunikasi

Pada awal kegiatan bimbingan kelompok berlangsung, siswa terlihat tidak antusias dan lebih suka untuk diam dan memperhatikan. Namun, dengan makin sering dilakukan kegiatan bimbingan kelompok siswa secara perlahan bisa terbuka dengan siswa lain, tidak ragu dalam mengungkapkan pendapat, serta semakin terlihat rileks dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini.

Selain berdasarkan pengamatan, juga didukung dengan hasil perhitungan. Diperoleh data bahwa ada peningkatan komunikasi antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok. Sebelum diberikan perlakuan ada 1 siswa yang berada pada kategori tinggi, 6 siswa yang berada pada kategori sedang, dan 3 siswa dalam kategori rendah. Persentase rata-rata indikator komunikasi adalah 59.20% dalam kategori sedang. Setelah mendapatkan perlakuan, diperoleh data ada 2 siswa dalam kategori tinggi, 7 siswa dalam kategori sedang, dan 1 siswa dalam kategori rendah. Terjadi peningkatan pada indikator komunikasi dengan peningkatan persentase sebesar 3.2% dari 59.20% menjadi 62.40% meliputi peningkatan dari 3 siswa dalam kategori rendah menjadi 1 siswa yang berada dalam kategori rendah, 7 siswa dalam kategori sedang,dan 2 siswa lainnya yang sebelum perlakuan dalam kategori sedang mengalami peningkatan berada dalam kategori tinggi. Maka dapat dilihat terjadi peningkatan dalam komponen komunikasi antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

Komunikasi ialah kemampuan mendasar untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan baik disituasi apapun dan dimanapun. Dengan memiliki dasar yang

baik dalam bidang ketrampilan berkomunikasi anak akan dapat mendengarkan orang lain dengan tepat, tenang dan penuh perhatian, bisa berbicara dengan segala usia dan dari segala latar belakang, mengerti kapan dan bagaimana berganti pokok pembicaraan dari percakapan biasa ke yang lebih mendalam, menggunakan komunikasi non-verbal secara efektif, membaca dan memanfaatkan bahasa tubuh orang lain, berbicara dengan memakai nalar dan secara fasih dan dapat berbicara didepan umum tanpa rasa takut

Dengan dilakukannya kegiatan bimbingan kelompok yang di dalamnya siswa bebas untuk mengeluarkan pendapat menjadikan siswa bisa terbuka dengan siswa lain sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi. Melalui layanan bimbingan kelompok ini siswa juga belajar untuk saling memahami perasaan yang dirasakan oleh siswa lain dan terbuka dalam bimbingan kelompok.

5. Penampilan Diri

Pada awal bimbingan kelompok anggota kelompok terlihat rileks dan sudah mengetahui bagaimana pelaksanaan bimbingan kelompok. Serta sikap yang bagaimana untuk bisa membentuk dinamika kelompok. Misalnya pada pembahasan dengan materi ”Menyadari dampak gaya hidup”.

Selain berdasarkan pengamatan, juga didukung dengan hasil perhitungan. Diperoleh data bahwa ada peningkatan penampilan diri antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok. Sebelum diberikan perlakuan ada 2 siswa yang berada pada kategori tinggi, 6 siswa dalam kategori sedang, dan 1 siswa dalam kategori rendah. Persentase rata-rata indikator penampilan diri adalah 65.50% dalam kategori sedang. Setelah mendapatkan perlakuan, diperoleh data ada 3 siswa dalam kategori tinggi, 6 siswa dalam kategori sedang, dan 1 siswa dalam kategori rendah. Terjadi

peningkatan pada indikator penampilan diri dengan peningkatan persentase sebesar 1.56% dari 65.50% menjadi 66.75%. Maka dapat dilihat terjadi peningkatan dalam komponen penampilan diri antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

Penampilan diri yang dimaksudkan adalah pakaian dan gaya hidup yang digunakan oleh seseorang yang sesuai dengan kepribadiannya. Ketrampilan penampilan diri akan mengajarkan pada seseorang betapa pentingnya, tampil sebagai orang yang percaya diri. Hal ini memungkinkan seseorang untuk memilih gaya pakaian dan warna yang cocok untuk berbagai peran dan peristiwa sesuai dengan kepribadian, serta menyadari dampak gaya hidupnya (misalnya mobil dan rumah) terhadap pendapat orang lain mengenai dirinya, tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu ingin menyenangkan orang lain.

6. Pengendalian Perasaan

Pada awal pertemuan, sedikit sulit untuk menarik perhatian siswa agar mau berpendapat. Namun, pemimpin kelompok mencoba untuk meyakinkan setiap siswa dan belajar untuk memegang rahasia agar dapat dipercaya oleh orang lain. Pada pertemuan yang selanjutnya siswa sudah mulai bisa leluasa untuk berpendapat dan percaya serta tidak meragukan pendapat yang dikemukakan oleh siswa lain dalam kegiatan bimbingan kelompok.

Selain berdasarkan pengamatan, juga didukung dengan hasil perhitungan. Diperoleh data bahwa ada pengendalian perasaan antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok. Sebelum diberikan perlakuan ada 1 siswa yang berada pada kategori tinggi, 2 siswa dalam kategori sedang, dan 7 siswa dalam kategori rendah. Persentase rata-rata indikator pengendalian perasaan adalah 57.00% dalam kategori

sedang. Setelah mendapatkan perlakuan, diperoleh data ada 5 siswa dalam kategori tinggi dan 5 siswa dalam kategori rendah. Terjadi peningkatan pada indikator pengendalian perasaan dengan peningkatan persentase sebesar 2.89% dari 57.00% menjadi 60.00% meliputi peningkatan dari kategori rendah, dari 7 siswa menjadi 4 siswa yang berada dalam kategori rendah, 2 siswa dengan kategori sedang menjadi tidak ada dalam kategori ini, dan 5 siswa lainnya berada dalam kategori tinggi yang semula berjumlah 1 siswa. Maka dapat dilihat terjadi peningkatan dalam komponen pengendalian perasaan antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

Pengendalian perasaan ialah kemampuan seseorang untuk dapat mengontrol atau mengendalikan emosi atau perasaan dalam situasi apapun. Perasaan yang tidak dikelola dengan baik dapat membentuk suatu kekuatan besar yang tak terduga. Dalam hidup sehari-hari seseorang perlu mengendalikan perasaan agar hati tidak memerintah pikiran. Dengan mengetahui cara mengendalikan diri, seseorang dapat lebih percaya diri, berani menghadapi tantangan dan resiko karena bisa mengatasi rasa takut, khawatir dan frustrasi, dapat menghadapi kesedihan secara wajar, membiarkan diri bertindak secara spontan karena yakin tidak akan lepas kendali, serta mencari pengalaman dan hubungan yang memberi kesenangan, cinta, dan kebahagiaan, karena individu tidak mudah terbenam dalam hawa nafsu amarahnya.

Berdasarkan hal tersebut, bentuk kegiatan kelompok yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas X SMK N 1 Jambu Ambarawa adalah melalui bimbingan kelompok.

Saat pertama kali melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok, anggota kelompok terlihat kaku dan belum bisa beradaptasi. Mereka kurang dalam berpendapat atau bertanya. Dari sepuluh anggota kelompok, tujuh diantaranya belum mau berpendapat

pada pertemuan pertama. Namun, pada pertemuan selanjutnya, anggota kelompok sudah mulai terbiasa dan semakin rileks dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

Pada kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya, dinamika kelompok mulai terbentuk dengan adanya tukar pendapat dan sanggahan dari anggota kelompok. Semakin sering dilaksanakannya bimbingan kelompok, anggota kelompok semakin baik dalam bersikap. Misalnya saja, mulai bisa menghargai pendapat yang berseberangan, siswa semakin berani mengemukakan pendapat dan bertukar pikiran. Hal ini berarti rasa kepercayaan diri anggota kelompok mengalami peningkatan, karena unsur dari kepercayaan diri seperti komunikasi, pemahaman diri sendiri, penampilan diri, tujuan yang jelas, serta cinta diri perlahan mengalami perkembangan ke arah yang lebih baik. Anggota tidak hanya mampu untuk membayangkan diposisi orang lain, tetapi juga mampu untuk mengambil tindakan untuk meringankan beban orang lain itu.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, terkadang kondisi yang kurang kondusif saat mengikuti layanan bimbingan kelompok diantaranya yaitu anggota kelompok asik berbicara sendiri dan tidak memperhatikan penjelasan baik dari anggota yang berpendapat maupun pemimpin kelompok. Selain itu, masih ada anggota kelompok yang hanya diam dan memperhatikan dan susah untuk diminta pendapatnya. Serta perilaku atau cara berbicara anggota kelompok yang cenderung menghina atau meremehkan pendapat anggota lain sehingga pemimpin kelompok berusaha untuk mendamaikan kedua belah pihak yang beradu pendapat. Sikap-sikap yang demikian pada saat kegiatan bimbingan kelompok sebagai indikasi dari kurangnya kepercayaan diri. Dengan munculnya sikap-sikap seperti itu pada saat kegiatan bimbingan kelompok, maka pemimpin kelompok memberikan penjelasan dan pemahaman mengenai aturan-aturan apa saja yang harus diperhatikan saat kegiatan bimbingan kelompok sedang berlangsung agar bisa merasakan apa mannfaat dan hasilnya mengikuti layanan tersebut. Apabila ada

anggota kelompok yang bersikap tidak sesuai, pemimpin kelompok mencoba untuk membalikkan kondisi yang diakibatkan sikap tidak sesuainya itu. Dengan demikian, anggota kelompok mengetahui hal yang pantas dan yang tidak pantas untuk dilakukan.

Setelah mendapatkan penjelasan, barulah mereka dapat memahami dan mengikuti apa yang telah disampaikan oleh peneliti, mengenai apa yang harus diperhatikan saat mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok itu sedang berlangsung. Sampai pertemuan-pertemuan berikutnya mereka anggota kelompok akhirnya sudah bisa dan mampu untuk beradaptasi dengan lingkungan kelompoknya pada saat kegiatan layanan bimbingan kelompok itu sedang berlangsung.

Setelah peneliti melakukan layanan bimbingan kelompok, peneliti mengadakan *post-test* kepada anggota yang mengikuti layanan bimbingan kelompok. Adapun persentase rata-rata tingkat kepercayaan diri dari hasil *post-test* tersebut sebesar 63.09% meningkat dari sebelumnya pada saat *pre-test* sebesar 59.35%. Jumlah tersebut mengalami persentase peningkatan rata-rata sebesar 3.65%. Tentunya hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Selain itu untuk dapat mengetahui apakah kepercayaan diri benar-benar bisa di tingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok yaitu dengan menggunakan teknik analisis *uji wilcoxon*.

Dari hasil perhitungan dengan menggunakan analisis uji *wilcoxon* diperoleh $\mathbf{Z_{hitung}}$ = **2, 803** dan $\mathbf{Z_{tabel}}$ **= 1,96** sehingga $\mathbf{Z_{hitung} > Z_{tabel}}$ dengan taraf signifikansi 5%. Dengan demikian maka Ha diterima dan Ho ditolak. Hasil tersebut menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu Ambarawa meningkat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok. Dengan kata lain kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui pemberian layanan bimbingan kelompok.

4.4 Keterbatasan Penelitian

Setiap kegiatan penelitian yang dilakukan seseorang pasti ada kalanya memiliki suatu kekurangan. Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan dengan sebaik mungkin, namun penelitian ini tetap memiliki keterbatasan. Keterbatasan berkaitan dengan alat pengumpul data yang hanya menggunakan skala psikologi sehingga data yang dihasilkan masih jauh dari sempurna dan belum sesuai denganp apa yang diharapkan. Berkaitan dengan pelaksanaan penelitian, yaitu pelaksanaan penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada saat sekolah dan setelah pulang sekolah. Tentunya hal ini membawa dampak adanya keterbatasan bagi peneliti saat memberikan layanan bimbingan kelompok di sekolah tersebut pada saat pulang sekolah karena setelah selesai pulang sekolah siswa ingin buru-buru untuk pulang. Maka kegiatan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh peneliti ini waktunya kurang bisa optimal.

PERPUSTAKAAN
UNNES

BAB 5

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMK N 1 Jambu diperoleh kesimpulan bahwa :

(1) Tingkat kepercayaan diri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XSMK N 1 Jambu tergolong dalam kriteria sedang (59.35%). Sedangkan tingkat kepercayaan diri sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMK N 1 Jambu tergolong dalam kriteria sedang (63.09%) dengan peningkatan 3.65 % .

(2) Terdapat peningkatan yang signifikan kepercayaan diri siswa kelas XSMK N 1 Jambu setelah memperoleh perlakuan layanan bimbingan kelompok. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil uji wilcoxon dimana Zhitung = 2, 803 dan Ztabel = 1,96 sehingga Zhitung > Ztabel. Dengan demikian maka Ha diterima dan Ho ditolak. Hasil tersebut menunjukkan kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu meningkat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok. Hasil tersebut juga didukung dengan hasil perbedaan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMK N 1 Jambu yaitu sebesar 3.65%

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Jambu dapat meningkat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, berkenaan dengan hal tersebut peneliti memberikan saran :

(1) Pihak sekolah diharapkan agar memberikan jam masuk kelas kepada guru pembimbing agar dapat memberikan layanan bimbingan kelompok ataupun layanan bimbingan konseling lainnya.

(2) Guru pembimbing diharapkan dapat membantu siswa mengatasi rasa kurang percaya diri dengan layanan bimbingan kelompok.

(3) Guru Pembimbing SMK Negeri 1 Jambu sebaiknya memberikan layanan bimbingan kelompok kepada siswa agar siswa lebih dapat mengenal layanan bimbingan kelompok karena dilihat dari proses penelitian siswa antusias dalam mengikuti layanan tersebut.

(4) Guru mata pelajaran agar memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya, dan mengajukan pendapat, sehingga tidak terjadi miskomunikasi antar guru dan siswa dan siswa dapat meningkatkan kepercayaan dirinya.

PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta

Angelis, Barbara D. 2005. *Percaya Diri*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Azwar, Saifudin. 2005. *Penyusunan Skala Psikologis*. Yogyakarta : Pustaka Belajar

Corey, G. 1984. *Theory And Practice of Group Counseling*. California, Monterey: Books/Cole Publishing Company

Gazda, GM.1984. *Group Counseling Developmental Approach*. Boston: Allyn and Bacon,Inc

Gendrungan. 2004. *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama

Hadi, Sutrisno. 2004. *Statistik Jilid 2.* Yogyakarta : ANDI OFFSET

Hakim, Thursan. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara

Lasitosari, Dwi. 2007. *Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa yang Tidak Naik Kelas (Penelitian Eksperimen pada siswa kelas X dan XI SMA N 7 Semarang Tahun Ajaran 2006/2007).* Skripsi Jurusan Bimbingan Konseling. FIP UNNES

Lidenfield, Gael. Alih Bahasa Adiati Kamil. 1997. *Mendidik Agar Anak Percaya Diri*. Jepara. Silas Press

Munib, Achmad, dkk. 2004. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Semarang : UNNES Press

Mastuti, Indari. 2008. *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta: Hi-Fest Publishing.

Mugiarso, Heru, dkk. 2006. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang : UNNES Press

Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil).* Padang : Ghalia Indonesia

Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta

Romlah, Tatiek. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang : Universitas Negeri Malang

Santrock, Jhon W. 2003. *Adolescensce (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Erlangga

Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung : Alfabeta

Sukardi. 2006. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta : Rineka Cipta

Sutisna, Cucu. 2010. *Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Strategi Layanan Bimbingan Kelompok Studi Eksperimen di SMAN 16 Bandung*. Tesis Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung

Weni, Sri. 2006. *Korelasi Antara Pemahaman Diri Dan Rasa Percaya Diri Pada Remaja yang Tinggal Di Pondok Pesantren Di Kota Malang*. Skripsi Universitas Muhammadiah Malang. Malang

Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang : UNNES Press

Widyawati, K.E. 2006. *Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Modelling Pada Siswa Kelas X SMU Negeri 2 Surabaya*. Tesis Universitas Airlangga. Surabaya.

Winkel dan Sri Hastuti. 2005. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi

PERPUSTAKAAN UNNES

LAMPIRAN

NAMA ANGGOTA
BIMBINGAN KELOMPOK

No	Nama	Kelas
1	Agus Wibowo	TKR 1
2	Ragil Indra AS	TKR 1
3	Rizky Al Kholid	TKR 1
4	Trimanto	TKR 1
5	Wahid Igar Muhammad	TKR 1
6	Arrafi Annas K	BB 1
7	Fa'ijanah	BB 1
8	Inda Prista Sari	BB 1
9	Sri Sulastyaningsih	BB 1
10	Yustina DP	BB 1

PERPUSTAKAAN UNNES

Tabel 3.5

Kisi-kisi Instrumen Skala Kepercayaan diri

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item		Jumlah Item
			(+)	(-)	
Kepercayaan diri Batin	1. Cinta diri	c. Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya d. Bangga atas sifat – sifat baik yang ada pada diri sendiri	1,2,3 7,8,9	4,5,6 10,11,12	6 6
	2.Pemahaman Diri	c. Menyadari kemampuan diri sendiri. d. Menerima kelebihan dan kekurangan	13,14,15 19,20,21	16,17,18 22,23,24	6 6
	3. Tujuan yang jelas	diri.	25,26,27	28,29,30	6

		c. Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	31,32	33,34	4
		d. Memiliki motivasi yang kuat	35,36	37,38	4
		e. Terbuka dengan orang lain.			
Kepercayaan Diri Lahiriah	1.Komunikasi	c. Mendengarkan orang lain.	39,40,41	42,43,44	6
		d. Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	45,46,47	48,49,50	6
	2.Penampilan diri	c. Menyadari dampak gaya hidupnya	51,52	53,54	4
		d. Penampilan diri yang mendapat pengakuan	55,56	57,58	4

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

	3.Pengendalian Perasaan	c. Kesediaan membuka diri. d. Saling memahami perasaan satu sama lain.	59,60 63,64	61,62 65,66	4 4
Jumlah			**33**	**33**	**66**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SKALA PSIKOLOGI

A. Pengantar

Skala psikologi ini disusun untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri siswa, dalam rangka penyusunan skripsi. Jawaban yang Anda berikan menggambarkan bagaimana keadaan Anda yang sebenarnya dengan jujur. Atas perhatian dan kerjasama yang Anda berikan, kami ucapkan terima kasih.

B. Identitas

Nama :

NIS :

Kelas :

C. Petunjuk Pengisian

Berilah tanda cek (✓) pada jawaban yang Anda pilih menurut keadaan diri Anda yang sebenarnya.

Ada empat (4) alternatif jawaban untuk mewakili keadaan diri Anda, yaitu :

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh :

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya termasuk orang yang bisa mengerti keadaan teman.		✓		

Berdasarkan contoh diatas, tanda cek (✓) pada jawaban S menunjukkan bahwa Anda termasuk orang yang bisa mengerti keadaan teman.

"SELAMAT MENGERJAKAN"

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya dapat menyelesaikan tugas dari Guru				
2.	Saya berani mengemukakan pendapat dihadapan orang				

	yang belum saya kenal.				
3.	Saya yakin dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang saya hadapi.				
4.	Saya kurang yakin dengan kemampuan diri saya.				
5.	Saya takut menghadapi masalah dalam segala hal.				
6.	Saya tidak bisa belajar tanpa menerima bantuan dari orang lain.				
7.	Saya mau menolong teman yang sedang kesusahan				
8.	Saya akan cepat menyadari jika diri saya telah berbuat salah.				
9.	Saya akan meminta maaf jika saya bersalah terhadap teman.				
10.	Saya tidak mau tahu apa yang dialami oleh orang lain.				
11.	Saya tidak perduli dengan keluhan teman.				
12.	Saya menghindari teman yang tidak akrab dengan saya.				
13.	Saya akan berusaha mengembangkan kemampuan yang saya miliki.				
14.	Saya tidak akan mengulangi kesalahan yang sama.				
15.	Saya senang menerima saran dari orang lain.				
16.	Saya tidak suka terhadap teman yang menghina kekurangan saya.				
17.	Saya berada diurutan terakhir ketika maju kedepan kelas.				
18.	Saya takut mendapat nilai jelek.				
19.	Saya bangga dengan status ekonomi saya dalam masyarakat.				
20.	Saya dapat menerima kekurangan fisik yang ada pada diri saya.				
21.	Saya senang bertukar pikiran dengan orang lain				
22.	Saya sulit bergaul dengan teman-teman yang baru				
23.	Saya tidak suka mengutarakan pendapat saya .				
24.	Saya tidak suka jika orang lain tahu tentang keluarga saya.				

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

25.	Saya memiliki target yang disesuaikan dengan kemampuan saya.				
26.	Saya percaya diri dengan kelebihan saya				
27.	Saya merasa bangga bila mengerjakan ulangan sendiri.				
28.	Saya merasa tidak mampu mencapai target yang saya inginkan				
29.	Saya selalu meminta bantuan orang lain.				
30.	Saya merasa diri saya bodoh.				
31.	Saya selalu berusaha mengerjakan tugas dengan baik.				
32.	Saya yakin dapat meraih kesuksesan dalam hidup				
33.	Saya ragu dengan cita – cita saya				
34.	Saya mudah putus asa.				
35.	Saya senang berada di dalam kelas				
36.	Saya merasa senang dekat dengan teman-teman				
37.	Saya tidak semangat berada di sekolah				
38.	Saya malas bertemu Bapak / Ibu Guru di sekolah				
39.	Saya akan mendengarkan curhat dari teman saya.				
40.	Saya senang berbagi pengalaman dengan teman – teman.				
41.	Saya menghormati pendapat teman.				
42.	Saya tidak suka bergabung dengan kelompok.				
43..	Saya merasa bahwa berbicara dengan orang lain akan menimbulkan masalah.				
44.	Saya takut mengajukan pendapat saya.				
45.	Saya dapat mengekspresikan diri melalui bahasa tubuh dan nada suara.				
46.	Saya suka mengajak teman berbicara dari pada berdiam diri.				
47.	Saya dapat menciptakan komunikasi yang menyenangkan.				
48.	Saya takut berbicara di depan umum.				

49.	Saya sulit menanggapi pembicaraan rang lain				
50.	Saya lebih senang menyendiri.				
51.	Saya nyaman dengan gaya hidup saya saat ini				
52.	Saya tidak suka meniru gaya orang lain				
53.	Saya mengikuti trend walau pun saya merasa tidak nyaman				
54.	Saya senang memamerkan apa yang saya miliki saat ini..				
55.	Teman- teman menyukai penampilan saya				
56.	Saya merasa teman-teman juga menyukai apa yang saya miliki				
57.	Saya ingin memiliki benda-benda yang bagus.				
58.	Saya merasa terkucilkan dengan penampilan saya saat ini.				
59.	Saya senang memiliki teman baru.				
60.	Saya mudah beradaptasi dengan lingkungan yang baru				
61.	Saya berteman dengan orang - orang tertentu				
62.	Saya merasa rendah diri berada di lingkungan yang masih asing				
63.	Saya akan menghibur teman yang sedang bersedih				
64.	Saya membela teman yang selalu dilecehkan oleh teman lain				
65.	Saya benci dengan teman yang cari perhatian guru				
66.	Saya mudah marah jika tersinggung				

PERPUSTAKAAN UNNES

Tabel 3.5

Kisi-kisi Instrumen Skala Kepercayaan diri Valid

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item		Jumlah Item
			(+)	(-)	
Kepercayaan diri Batin	1. Cinta diri	e. Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya f. Bangga atas sifat – sifat baik yang ada pada diri sendiri	1,2,3 7,8,9	4,5,6 10,11	6 5
	2.Pemahaman Diri	e. Menyadari kemampuan diri sendiri. f.Menerima kelebihan dan kekurangan diri.	12,13 16,17,18	14,15 19,20,21	4 6
	3. Tujuan yang jelas		22,23	24	3

		f. Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas g. Memiliki motivasi yang kuat h. Terbuka dengan orang lain.	25 27	26 28,29	2 3
Kepercayaan Diri Lahiriah	1.Komunikasi	e. Mendengarkan orang lain. f. Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	30,31 34,35,36	32,33 37,38,39	4 6
	2.Penampilan diri	e. Menyadari dampak gaya hidupnya f. Penampilan diri yang mendapat pengakuan	40,41 44,45	42,43 46,47	4 4
	3.Pengendalian Perasaan	e. Kesediaan membuka diri.	48,49	50,51	4

		f. Saling memahami perasaan satu sama lain.	52,53	54,55	4
Jumlah			**28**	**27**	**55**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SKALA PSIKOLOGI

D. Pengantar

Skala psikologi ini disusun untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri siswa, dalam rangka penyusunan skripsi. Jawaban yang Anda berikan menggambarkan bagaimana keadaan Anda yang sebenarnya dengan jujur. Atas perhatian dan kerjasama yang Anda berikan, kami ucapkan terima kasih.

E. Identitas

Nama :

NIS :

Kelas :

F. Petunjuk Pengisian

Berilah tanda cek (✓) pada jawaban yang Anda pilih menurut keadaan diri Anda yang sebenarnya.

Ada empat (4) alternatif jawaban untuk mewakili keadaan diri Anda, yaitu :

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh :

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya termasuk orang yang bisa mengerti keadaan teman.		✓		

Berdasarkan contoh diatas, tanda cek (✓) pada jawaban S menunjukkan bahwa Anda termasuk orang yang bisa mengerti keadaan teman.

"SELAMAT MENGERJAKAN"

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya dapat menyelesaikan tugas dari Guru				
2.	Saya berani mengemukakan pendapat dihadapan orang				

	yang belum saya kenal.				
3.	Saya yakin dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang saya hadapi.				
4.	Saya kurang yakin dengan kemampuan diri saya.				
5.	Saya takut menghadapi masalah dalam segala hal.				
6.	Saya tidak bisa belajar tanpa menerima bantuan dari orang lain.				
7.	Saya mau menolong teman yang sedang kesusahan				
8.	Saya akan cepat menyadari jika diri saya telah berbuat salah.				
9.	Saya akan meminta maaf jika saya bersalah terhadap teman.				
10.	Saya tidak perduli dengan keluhan teman.				
11.	Saya menghindari teman yang tidak akrab dengan saya.				
12.	Saya tidak akan mengulangi kesalahan yang sama.				
13.	Saya senang menerima saran dari orang lain.				
14.	Saya berada diurutan terakhir ketika maju kedepan kelas.				
15.	Saya takut mendapat nilai jelek.				
16.	Saya bangga dengan status ekonomi saya dalam masyarakat.				
17	Saya dapat menerima kekurangan fisik yang ada pada diri saya.				
18.	Saya senang bertukar pikiran dengan orang lain				
19.	Saya sulit bergaul dengan teman-teman yang baru				
20.	Saya tidak suka mengutarakan pendapat saya .				
21.	Saya tidak suka jika orang lain tahu tentang keluarga saya.				
22.	Saya percaya diri dengan kelebihan saya				
23.	Saya merasa bangga bila mengerjakan ulangan sendiri.				
24.	Saya selalu meminta bantuan orang lain.				
25.	Saya selalu berusaha mengerjakan tugas dengan baik.				
26.	Saya yakin dapat meraih kesuksesan dalam hidup				

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

27.	Saya merasa senang dekat dengan teman-teman				
28.	Saya tidak semangat berada di sekolah				
29.	Saya malas bertemu Bapak / Ibu Guru di sekolah				
30.	Saya senang berbagi pengalaman dengan teman – teman.				
31.	Saya menghormati pendapat teman.				
32.	Saya merasa bahwa berbicara dengan orang lain akan menimbulkan masalah.				
33.	Saya takut mengajukan pendapat saya.				
34.	Saya dapat mengekspresikan diri melalui bahasa tubuh dan nada suara.				
35.	Saya suka mengajak teman berbicara dari pada berdiam diri.				
36.	Saya dapat menciptakan komunikasi yang menyenangkan.				
37.	Saya takut berbicara di depan umum.				
38.	Saya sulit menanggapi pembicaraan rang lain				
39.	Saya lebih senang menyendiri.				
40.	Saya nyaman dengan gaya hidup saya saat ini				
41.	Saya tidak suka meniru gaya orang lain				
42.	Saya mengikuti trend walau pun saya merasa tidak nyaman				
43.	Saya senang memamerkan apa yang saya miliki saat ini..				
44.	Teman- teman menyukai penampilan saya				
45.	Saya merasa teman-teman juga menyukai apa yang saya miliki				
46.	Saya ingin memiliki benda-benda yang bagus.				
47.	Saya merasa terkucilkan dengan penampilan saya saat ini.				
48.	Saya senang memiliki teman baru.				
49.	Saya mudah beradaptasi dengan lingkungan yang baru				

PERPUSTAKAAN UNNES

50.	Saya berteman dengan orang - orang tertentu				
51.	Saya merasa rendah diri berada di lingkungan yang masih asing				
52.	Saya akan menghibur teman yang sedang bersedih				
53.	Saya membela teman yang selalu dilecehkan oleh teman lain				
54.	Saya benci dengan teman yang cari perhatian guru				
55.	Saya mudah marah jika tersinggung				

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SATUAN KEGIATAN LAYANAN

BIMBINGAN KELOMPOK

A. Judul layanan : Memahami Diri Sendiri

B. Bidang : Bidang pribadi

C. Jenis Layanan : Layanan Bimbingan Kelompok

D. Fungsi Layanan : Pencegahan, Pengembangan dan Pemahaman

E. Tujuan Layanan dan hasil yang ingin dicapai :

1. Siswa dapat memahami tentang dirinya sendiri.
2. Siswa dapat menerima kelemahan dan kekurangan diri sendiri.
3. Siswa dapat mengembangkan dan meningkatkan rasa percaya diri dengan memahami keadaan dirinya sendiri.

F. Sasaran Layanan : Anggota kelompok

G. Uraian Kegiatan dan materi layanan :

No	KEGIATAN KONSELOR	No	KEGIATAN SISWA	WAKTU
1.	- Mengungkapkan pengertian, tujuan,cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. - Mengadakan perkenalan dan menampilkan diri secara utuh dan terbuka. - Mengadakan permainan untuk lebih mengakrabkan anggota kelompok.	1.	- Memahami pengertian, tujuan, asas-asas, dan cara bimbingan kelompok. - Saling memperkenalkan diri agar saling percaya, bersedia menerima, dan membantu antar anggota. - Mengikuti permainan	10 Menit
2.	- Menjelaskan kegiatan yang akan diikuti pada tahap selanjutnya. - Menawarkan atau mengamati kesiapan anggota kelompok. - Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota	2.	- Anggota terbebas dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya. - Anggota mantap untuk ikut serta dalam kegiatan	5 Menit

			kelompok	
3.	- Mnyampaikan topik masalah yang berhubungan dengan kepercayaan diri. - Membentuk dinamika kelompok, mengadakan diskusi serta tanya jawab berkaitan dengan materi.	3.	- Membahas masalah atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok secara tuntas dan mendalam. - Anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan topik.	30 Menit
4.	- Menyampaikan hasil kegiatan bimbingan kelompok. - Membahas kegiatan lanjutan. - Mengemukakan kesan, pesan, dan harapan kepada anggota kelompok.	4.	- Menyampaikan pesan dan kesan mengenai kegiatan bimbingan kelompok . - Merencanakan kegiatan lanjutan. - Merasakan hubungan kelompok dengan rasa kebersamaan, keterbukaan, dan saling percaya	5 Menit

H. Metode Pendekatan : Ceramah, diskusi, tanya jawab

I. Tempat Penyelenggaraan :

J. Waktu/tanggal : 50 menit / 18 Agustus2011

K. Alat / kelengkapan : -

L. Rencana Penilaian :

a. Penilaian Proses :

Penilaian proses yaitu dengan mengamati ke aktifan siswa pada saat penyelenggara layanan.

b. Penilaian Hasil :

Penilaian hasil atau evaluasi dilakukan dengan UCA (*Understanding, Comfort, Action*) yaitu :

1. Pemahaman (*understanding*)

   Mengamati pemahaman siswa mengenai topik materi yang disampaikan.

2. Kenyamanan (*comfort*)

   Mengamati bagaimana ketertarikan siswa dalam menanggapi materi.

3. Tindak lanjut (*action*)

   Menanyakan tindakan yang akan dilakukan siswa berkaitan dengan pembahasan materi yang muncul dalam keseharian.

.

M. Tindak Lanjut	:	Memberikan layanan bimbingan kelompok lanjutan dengan menggunakan materi baru yang masih berkenaan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri, dengan tujuan agar kepercayaan diri siswa meningkat.
N. Catatan Khusus	:	-

Jambu, 18 Agustus 2011

Mengetahui

Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2
Prof.Dr. Sugiyo, M.Si	Dra. Sinta Saraswati, M.Pd, Kons
NIP. 19520411197821001	**NIP.19600605199903200**
Guru Pembimbing	Peneliti
Yuli Anatawati, S.Pd	Nidawati Wahyu Pinasti
NIP.19810705.201001.2.003	**NIM. 1301406026**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SATUAN KEGIATAN LAYANAN

BIMBINGAN KELOMPOK

A. Judul layanan : Memahami Diri Sendiri

B. Bidang : Bidang pribadi

C. Jenis Layanan : Layanan Bimbingan Kelompok

D. Fungsi Layanan : Pencegahan, Pengembangan dan Pemahaman

E. Tujuan Layanan dan hasil yang ingin dicapai :

1. Siswa dapat memahami tentang dirinya sendiri.
2. Siswa dapat menerima kelemahan dan kekurangan diri sendiri.
3. Siswa dapat mengembangkan dan meningkatkan rasa percaya diri dengan memahami keadaan dirinya sendiri.

F. Sasaran Layanan : Anggota kelompok

G. Uraian Kegiatan dan materi layanan :

No	KEGIATAN KONSELOR	No	KEGIATAN SISWA	WAKTU
1.	- Mengungkapkan pengertian, tujuan,cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. - Mengadakan perkenalan dan menampilkan diri secara utuh dan terbuka. - Mengadakan permainan untuk lebih mengakrabkan anggota kelompok	1.	- Memahami pengertian, tujuan, asas-asas, dan cara bimbingan kelompok. - Saling memperkenalkan diri agar saling percaya, bersedia menerima, dan membantu antar anggota. - Mengikuti permainan	10 Menit
2.	- Menjelaskan kegiatan yang akan diikuti pada tahap selanjutnya. - Menawarkan atau mengamati kesiapan anggota kelompok. - Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota	2.	- Anggota terbebas dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya. - Anggota mantap untuk ikut serta dalam kegiatan	5 Menit

			kelompok	
3.	- Mnyampaikan topik masalah yang berhubungan dengan kepercayaan diri. - Membentuk dinamika kelompok, mengadakan diskusi serta tanya jawab berkaitan dengan materi.	3.	- Membahas masalah atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok secara tuntas dan mendalam. - Anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan topik.	30 Menit
4.	- Menyampaikan hasil kegiatan bimbingan kelompok. - Membahas kegiatan lanjutan. - Mengemukakan kesan, pesan, dan harapan kepada anggota kelompok.	4.	- Menyampaikan pesan dan kesan mengenai kegiatan bimbingan kelompok . - Merencanakan kegiatan lanjutan. - Merasakan hubungan kelompok dengan rasa kebersamaan, keterbukaan, dan saling percaya	5 Menit

H. Metode Pendekatan : Ceramah, diskusi, tanya jawab

I. Tempat Penyelenggaraan : Taman Sekolah SMK N 1 Jambu

J. Waktu/tanggal : 50 menit / 20 Agustus 2011

O. Alat / kelengkapan : -

P. Rencana Penilaian :

a. Penilaian Proses :

Penilaian proses yaitu dengan mengamati ke aktifan siswa pada saat penyelenggara layanan.

b. Penilaian Hasil :

Penilaian hasil atau evaluasi dilakukan dengan UCA (*Understanding, Comfort, Action*) yaitu :

4. Pemahaman (*understanding*)

   Mengamati pemahaman siswa mengenai topik materi yang disampaikan.

5. Kenyamanan (*comfort*)

   Mengamati bagaimana ketertarikan siswa dalam menanggapi materi.

6. Tindak lanjut (*action*)

   Menanyakan tindakan yang akan dilakukan siswa berkaitan dengan pembahasan materi yang muncul dalam keseharian.

.

Q. Tindak Lanjut	:	Memberikan layanan bimbingan kelompok lanjutan dengan menggunakan materi baru yang masih berkenaan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri, dengan tujuan agar kepercayaan diri siswa meningkat.
R. Catatan Khusus	:	-

Jambu, 20 Agustus 2011

Mengetahui

Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2
Prof.Dr. Sugiyo, M.Si	Dra. Sinta Saraswati, M.Pd, Kons
NIP. 19520411197821001	**NIP.19600605199903200**
Guru Pembimbing	Peneliti
Yuli Anatawati, S.Pd	Nidawati Wahyu Pinasti
NIP.19810705.201001.2.003	**NIM. 1301406026**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SATUAN KEGIATAN LAYANAN

BIMBINGAN KELOMPOK

A. Judul layanan : Membangun Motivasi Diri

B. Bidang : Bidang pribadi

C. Jenis Layanan : Layanan Bimbingan Kelompok

D. Fungsi Layanan : Pencegahan, Pengembangan dan Pemahaman

E. Tujuan Layanan dan hasil yang ingin dicapai :

1. Siswa dapat memahami tentang motivasi yang dimiliki.
2. Siswa dapat mengembangkan dan meningkatkan motivasi diri untuk mencapai tujuan dengan rasa percaya diri

F. Sasaran Layanan : Anggota kelompok

G. Uraian Kegiatan dan materi layanan :

No	KEGIATAN KONSELOR	No	KEGIATAN SISWA	WAKTU
1.	- Mengungkapkan pengertian, tujuan,cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. - Mengadakan perkenalan dan menampilkan diri secara utuh dan terbuka. - Mengadakan permainan untuk lebih mengakrabkan anggota kelompok.	1.	- Memahami pengertian, tujuan, asas-asas, dan cara bimbingan kelompok. - Saling memperkenalkan diri agar saling percaya, bersedia menerima, dan membantu antar anggota. - Mengikuti permainan	10 Menit
2.	- Menjelaskan kegiatan yang akan diikuti pada tahap selanjutnya. - Menawarkan atau mengamati kesiapan anggota kelompok. - Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota	2.	- Anggota terbebas dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya. - Anggota mantap untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok	5 Menit
3.	- Mnyampaikan topik masalah	3.	- Membahas masalah atau topik	30 Menit

	yang berhubungan dengan kepercayaan diri. - Membentuk dinamika kelompok, mengadakan diskusi serta tanya jawab berkaitan dengan materi.		yang dikemukakan pemimpin kelompok secara tuntas dan mendalam. - Anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan topik.	
4.	- Menyampaikan hasil kegiatan bimbingan kelompok. - Membahas kegiatan lanjutan. - Mengemukakan kesan, pesan, dan harapan kepada anggota kelompok.	4.	- Menyampaikan pesan dan kesan mengenai kegiatan bimbingan kelompok . - Merencanakan kegiatan lanjutan. - Merasakan hubungan kelompok dengan rasa kebersamaan, keterbukaan, dan saling percaya	5 Menit

H. Metode Pendekatan : Ceramah, diskusi, tanya jawab

I. Tempat Penyelenggaraan : Halaman Mushola SMK N 1 Jambu

J. Waktu/tanggal : 50 menit /Senin, 22 Agustus 2011

S. Alat / kelengkapan : -

T. Rencana Penilaian :

a. Penilaian Proses :

Penilaian proses yaitu dengan mengamati ke aktifan siswa pada saat penyelenggara layanan.

b. Penilaian Hasil :

Penilaian hasil atau evaluasi dilakukan dengan UCA (*Understanding, Comfort, Action*) yaitu :

7. Pemahaman (*understanding*)

   Mengamati pemahaman siswa mengenai topik materi yang disampaikan.

8. Kenyamanan (*comfort*)

   Mengamati bagaimana ketertarikan siswa dalam menanggapi materi.

9. Tindak lanjut (*action*)

   Menanyakan tindakan yang akan dilakukan siswa berkaitan dengan pembahasan materi yang muncul dalam keseharian.

.

U. Tindak Lanjut	:	Memberikan layanan bimbingan kelompok lanjutan dengan menggunakan materi baru yang masih berkenaan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri, dengan tujuan agar kepercayaan diri siswa meningkat.
V. Catatan Khusus	:	-

Jambu, 22 Agustus 2011

Mengetahui

Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2
Prof.Dr. Sugiyo,M.Si	Dra. Sinta Saraswati,M.Pd, Kons
NIP. 19520411197821001	**NIP.19600605199903200**
Guru Pembimbing	Peneliti
Yuli Anatawati,S.Pd	Nidawati Wahyu Pinasti
NIP.19810705.201001.2.003	**NIM. 1301406026**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SATUAN KEGIATAN LAYANAN

BIMBINGAN KELOMPOK

A. Judul layanan : Terbuka Dengan Orang Lain

B. Bidang : Bidang Sosial

C. Jenis Layanan : Layanan Bimbingan Kelompok

D. Fungsi Layanan : Pencegahan, Pengembangan dan Pemahaman

E. Tujuan Layanan dan hasil yang ingin dicapai :

1. Siswa dapat terbuka dengan orang lain.
2. Siswa dapat menerima kelemahan dan kekurangan orang lain.
3. Siswa dapat meningkatkan rasa percaya diri dengan terbuka kepada orang lain dengan menerima kelemahan dan kekurangan orang lain dan diri sendiri.

F. Sasaran Layanan : Anggota kelompok

G. Uraian Kegiatan dan materi layanan :

No	KEGIATAN KONSELOR	No	KEGIATAN SISWA	WAKTU
1.	- Mengungkapkan pengertian, tujuan,cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. - Mengadakan perkenalan dan menampilkan diri secara utuh dan terbuka. - Mengadakan permainan untuk lebih mengakrabkan anggota kelompok.	1.	- Memahami pengertian, tujuan, asas-asas, dan cara bimbingan kelompok. - Saling memperkenalkan diri agar saling percaya, bersedia menerima, dan membantu antar anggota. - Mengikuti permainan	10 Menit
2.	- Menjelaskan kegiatan yang akan diikuti pada tahap selanjutnya. - Menawarkan atau mengamati	2.	- Anggota terbebas dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak	5 Menit

	kesiapan anggota kelompok. - Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota		percaya. - Anggota mantap untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok	
3.	- Mnyampaikan topik masalah yang berhubungan dengan kepercayaan diri. - Membentuk dinamika kelompok, mengadakan diskusi serta tanya jawab berkaitan dengan materi.	3.	- Membahas masalah atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok secara tuntas dan mendalam. - Anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan topik.	30 Menit
4.	- Menyampaikan hasil kegiatan bimbingan kelompok. - Membahas kegiatan lanjutan. - Mengemukakan kesan, pesan, dan harapan kepada anggota kelompok.	4.	- Menyampaikan pesan dan kesan mengenai kegiatan bimbingan kelompok . - Merencanakan kegiatan lanjutan. - Merasakan hubungan kelompok dengan rasa kebersamaan, keterbukaan, dan saling percaya	5 Menit

H. Metode Pendekatan : Ceramah, diskusi, tanya jawab

I. Tempat Penyelenggaraan : Ruang Rapat SMK N 1 Jambu

J. Waktu/tanggal : 50 menit / Kamis 8 September 2011

K. Alat / kelengkapan : -

L. Rencana Penilaian :

a. Penilaian Proses :

Penilaian proses yaitu dengan mengamati ke aktifan siswa pada saat penyelenggara layanan.

b. Penilaian Hasil :

Penilaian hasil atau evaluasi dilakukan dengan UCA (*Understanding, Comfort, Action*) yaitu :

10. Pemahaman (*understanding*)

Mengamati pemahaman siswa mengenai topik materi yang disampaikan.

11. Kenyamanan (*comfort*)

Mengamati bagaimana ketertarikan siswa dalam menanggapi materi.

12. Tindak lanjut (*action*)

Menanyakan tindakan yang akan dilakukan siswa berkaitan dengan pembahasan materi yang muncul dalam keseharian.

M. Tindak Lanjut : Memberikan layanan bimbingan kelompok lanjutan dengan menggunakan materi baru yang masih berkenaan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri, dengan tujuan agar kepercayaan diri siswa meningkat.

N. Catatan Khusus : -

Jambu, 8 September 2011

Mengetahui

Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2
Prof.Dr. Sugiyo, M.Si	Dra. Sinta Saraswati, M.Pd, Kons
NIP. 19520411197821001	**NIP.19600605199903200**
Guru Pembimbing	Peneliti
Yuli Anatawati, S.Pd	Nidawati Wahyu Pinasti
NIP.19810705.201001.2.003	**NIM. 1301406026**

PERPUSTAKAAN UNNES

SATUAN KEGIATAN LAYANAN

BIMBINGAN KELOMPOK

A. Judul layanan : Menyadari Dampak Gaya Hidup

B. Bidang : Bidang Sosial

C. Jenis Layanan : Layanan Bimbingan Kelompok

D. Fungsi Layanan : Pencegahan, Pengembangan dan Pemahaman

E. Tujuan Layanan dan hasil yang ingin dicapai :

1. Siswa dapat memahami tentang pengaruh gaya hidup terhadap lingkungan.
2. Siswa dapat menerima keadaan sosial keluarga serta kelemahan dan kekurangan diri sendiri.
3. Siswa dapat mengembangkan dan meningkatkan rasa percaya diri dengan menyadari dampak gaya hidupnya dilingkungan masyarakat.

F. Sasaran Layanan : Anggota kelompok

G. Uraian Kegiatan dan materi layanan :

PERPUSTAKAAN UNNES

No	KEGIATAN KONSELOR	No	KEGIATAN SISWA	WAKTU
1.	- Mengungkapkan pengertian, tujuan,cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. - Mengadakan perkenalan dan menampilkan diri secara utuh dan terbuka. - Mengadakan permainan untuk lebih mengakrabkan anggota kelompok.	1.	- Memahami pengertian, tujuan, asas-asas, dan cara bimbingan kelompok. - Saling memperkenalkan diri agar saling percaya, bersedia menerima, dan membantu antar anggota. - Mengikuti permainan	10 Menit

2.	- Menjelaskan kegiatan yang akan diikuti pada tahap selanjutnya. - Menawarkan atau mengamati kesiapan anggota kelompok. - Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota	2.	- Anggota terbebas dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya. - Anggota mantap untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok	5 Menit
3.	- Mnyampaikan topik masalah yang berhubungan dengan kepercayaan diri. - Membentuk dinamika kelompok, mengadakan diskusi serta tanya jawab berkaitan dengan materi.	3.	- Membahas masalah atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok secara tuntas dan mendalam. - Anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan topik.	30 Menit
4.	- Menyampaikan hasil kegiatan bimbingan kelompok. - Membahas kegiatan lanjutan. - Mengemukakan kesan, pesan, dan harapan kepada anggota kelompok.	4.	- Menyampaikan pesan dan kesan mengenai kegiatan bimbingan kelompok . - Merencanakan kegiatan lanjutan. - Merasakan hubungan kelompok dengan rasa kebersamaan, keterbukaan, dan saling percaya	5 Menit

H. Metode Pendekatan : Ceramah, diskusi, tanya jawab

I. Tempat Penyelenggaraan : Ruang Praktik Menjahit

J. Waktu/tanggal : 50 menit /Sabtu, 10 September 2011

K. Alat / kelengkapan : -

L. Rencana Penilaian :

a. Penilaian Proses :

Penilaian proses yaitu dengan mengamati ke aktifan siswa pada saat penyelenggara layanan.

b. Penilaian Hasil :

Penilaian hasil atau evaluasi dilakukan dengan UCA (*Understanding, Comfort, Action*) yaitu :

13. Pemahaman (*understanding*)

Mengamati pemahaman siswa mengenai topik materi yang disampaikan.

14. Kenyamanan (*comfort*)

Mengamati bagaimana ketertarikan siswa dalam menanggapi materi.

15. Tindak lanjut (*action*)

    Menanyakan tindakan yang akan dilakukan siswa berkaitan dengan pembahasan materi yang muncul dalam keseharian.

.

M. Tindak Lanjut	:	Memberikan layanan bimbingan kelompok lanjutan dengan menggunakan materi baru yang masih berkenaan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri, dengan tujuan agar kepercayaan diri siswa meningkat.
N. Catatan Khusus	:	-

Jambu, 10 September 2011

Mengetahui

Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2
Prof.Dr. Sugiyo, M.Si	Dra. Sinta Saraswati, M.Pd, Kons
NIP. 19520411197821001	**NIP.19600605199903200**
Guru Pembimbing	Peneliti
Yuli Anatawati, S.Pd	Nidawati Wahyu Pinasti
NIP.19810705.201001.2.003	**NIM. 1301406026**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

SATUAN KEGIATAN LAYANAN

BIMBINGAN KELOMPOK

A. Judul layanan : Menghormati pendapat orang lain

B. Bidang : Bidang Sosial

C. Jenis Layanan : Layanan Bimbingan Kelompok

D. Fungsi Layanan : Pencegahan, Pengembangan dan Pemahaman

E. Tujuan Layanan dan hasil yang ingin dicapai :

1. Siswa dapat menghormati dan menerima pendapat orang lain sehingga dengan nyaman dapat berinteraksi dengan lingkungan.
2. Siswa dapat mendengarkan, memanfaatkan dan membaca bahasa tubuh orang lain.

F. Sasaran Layanan : Anggota kelompok

G. Uraian Kegiatan dan materi layanan :

No	KEGIATAN KONSELOR	No	KEGIATAN SISWA	WAKTU
1.	- Mengungkapkan pengertian, tujuan,cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. - Mengadakan perkenalan dan menampilkan diri secara utuh dan terbuka. - Mengadakan permainan untuk lebih mengakrabkan anggota kelompok.	1.	- Memahami pengertian, tujuan, asas-asas, dan cara bimbingan kelompok. - Saling memperkenalkan diri agar saling percaya, bersedia menerima, dan membantu antar anggota. - Mengikuti permainan	10 Menit
2.	- Menjelaskan kegiatan yang akan diikuti pada tahap selanjutnya. - Menawarkan atau mengamati	2.	- Anggota terbebas dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak	5 Menit

	kesiapan anggota kelompok. - Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota		percaya. - Anggota mantap untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok	
3.	- Mnyampaikan topik masalah yang berhubungan dengan kepercayaan diri. - Membentuk dinamika kelompok, mengadakan diskusi serta tanya jawab berkaitan dengan materi.	3.	- Membahas masalah atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok secara tuntas dan mendalam. - Anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan topik.	30 Menit
4.	- Menyampaikan hasil kegiatan bimbingan kelompok. - Membahas kegiatan lanjutan. - Mengemukakan kesan, pesan, dan harapan kepada anggota kelompok.	4.	- Menyampaikan pesan dan kesan mengenai kegiatan bimbingan kelompok . - Merencanakan kegiatan lanjutan. - Merasakan hubungan kelompok dengan rasa kebersamaan, keterbukaan, dan saling percaya	5 Menit

H. Metode Pendekatan : Ceramah, diskusi, tanya jawab

I. Tempat Penyelenggaraan : Teras Ruang kelas TKR 2

J. Waktu/tanggal : 50 menit / 12 September 2011

K. Alat / kelengkapan : -

L. Rencana Penilaian :

a. Penilaian Proses :

Penilaian proses yaitu dengan mengamati ke aktifan siswa pada saat penyelenggara layanan.

b. Penilaian Hasil :

Penilaian hasil atau evaluasi dilakukan dengan UCA (*Understanding, Comfort, Action*) yaitu :

16. Pemahaman (*understanding*)

Mengamati pemahaman siswa mengenai topik materi yang disampaikan.

17. Kenyamanan (*comfort*)

Mengamati bagaimana ketertarikan siswa dalam menanggapi materi.

18. Tindak lanjut (*action*)

Menanyakan tindakan yang akan dilakukan siswa berkaitan dengan pembahasan materi yang muncul dalam keseharian.

.

M. Tindak Lanjut : Memberikan layanan bimbingan kelompok lanjutan dengan menggunakan materi baru yang masih berkenaan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri, dengan tujuan agar kepercayaan diri siswa meningkat.

N. Catatan Khusus : -

Jambu, 12 September 2011

Mengetahui

Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2
Prof.Dr. Sugiyo, M.Si	Dra. Sinta Saraswati, M.Pd, Kons
NIP. 19520411197821001	**NIP.19600605199903200**
Guru Pembimbing	Peneliti
Yuli Anatawati, S.Pd	Nidawati Wahyu Pinasti
NIP.1981.07.05.201001.2.003	**NIM. 1301406026**

PERPUSTAKAAN UNNES

SATUAN KEGIATAN LAYANAN

BIMBINGAN KELOMPOK

A. Judul layanan : Bangga Atas Sifat–Sifat Baik Yang Dimiliki

B. Bidang : Bidang Pribadi

C. Jenis Layanan : Layanan Bimbingan Kelompok

D. Fungsi Layanan : Pencegahan, Pengembangan dan Pemahaman

E. Tujuan Layanan dan hasil yang ingin dicapai :

1. Siswa dapat memahami dan mencintai diri pribadi.
2. Siswa dapat memenuhi kebutuhannya sendiri dan tidak memikirkan kekurangan yang ada pada dirinya sendiri.
3. Siswa dapat meningkatkan rasa percaya diri dengan mencintai diri sendiri dan bangga atas sifat-sifat baik yang dimilikinya.

F. Sasaran Layanan : Anggota kelompok

G. Uraian Kegiatan dan materi layanan :

No	KEGIATAN KONSELOR	No	KEGIATAN SISWA	WAKTU
1.	- Mengungkapkan pengertian, tujuan,cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. - Mengadakan perkenalan dan menampilkan diri secara utuh dan terbuka. - Mengadakan permainan untuk lebih mengakrabkan anggota kelompok.	1.	- Memahami pengertian, tujuan, asas-asas, dan cara bimbingan kelompok. - Saling memperkenalkan diri agar saling percaya, bersedia menerima, dan membantu antar anggota. - Mengikuti permainan	10 Menit

2.	- Menjelaskan kegiatan yang akan diikuti pada tahap selanjutnya. - Menawarkan atau mengamati kesiapan anggota kelompok. - Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota	2.	- Anggota terbebas dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya. - Anggota mantap untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok	5 Menit
3.	- Mnyampaikan topik masalah yang berhubungan dengan kepercayaan diri. - Membentuk dinamika kelompok, mengadakan diskusi serta tanya jawab berkaitan dengan materi.	3.	- Membahas masalah atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok secara tuntas dan mendalam. - Anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan topik.	30 Menit
4.	- Menyampaikan hasil kegiatan bimbingan kelompok. - Membahas kegiatan lanjutan. - Mengemukakan kesan, pesan, dan harapan kepada anggota kelompok.	4.	- Menyampaikan pesan dan kesan mengenai kegiatan bimbingan kelompok . - Merencanakan kegiatan lanjutan. - Merasakan hubungan kelompok dengan rasa kebersamaan, keterbukaan, dan saling percaya	5 Menit

H. Metode Pendekatan : Ceramah, diskusi, tanya jawab

I. Tempat Penyelenggaraan : Halaman Mushola SMK N 1 Jambu

J. Waktu/tanggal : 50 menit / Kamis 18 Agustus 2011

K. Alat / kelengkapan : -

L. Rencana Penilaian :

a. Penilaian Proses :

Penilaian proses yaitu dengan mengamati ke aktifan siswa pada saat penyelenggara layanan.

b. Penilaian Hasil :

Penilaian hasil atau evaluasi dilakukan dengan UCA (*Understanding, Comfort, Action*) yaitu :

19. Pemahaman (*understanding*)

Mengamati pemahaman siswa mengenai topik materi yang disampaikan.

20. Kenyamanan (*comfort*)

Mengamati bagaimana ketertarikan siswa dalam menanggapi materi.

21. Tindak lanjut (*action*)

    Menanyakan tindakan yang akan dilakukan siswa berkaitan dengan pembahasan materi yang muncul dalam keseharian.

.

M. Tindak Lanjut	:	Memberikan layanan bimbingan kelompok lanjutan dengan menggunakan materi baru yang masih berkenaan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri, dengan tujuan agar kepercayaan diri siswa meningkat.
N. Catatan Khusus	:	-

Jambu, 18 Agustusr 2011

Mengetahui

Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2
Prof.Dr. Sugiyo, M.Si	Dra. Sinta Saraswati, M.Pd, Kons
NIP. 19520411197821001	**NIP.19600605199903200**
Guru Pembimbing	Peneliti
Yuli Anatawati, S.Pd	Nidawati Wahyu Pinasti
NIP.1981.07.05.201001.2.003	**NIM. 1301406026**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

SATUAN KEGIATAN LAYANAN

BIMBINGAN KELOMPOK

A. Judul layanan : Cara Mengatasi Perasaan Tidak Percaya Diri

B. Bidang : Bidang pribadi

C. Jenis Layanan : Layanan Bimbingan Kelompok

D. Fungsi Layanan : Pencegahan dan pemahaman

E. Tujuan Layanan dan hasil yang ingin dicapai :

1. Siswa dapat memahami tentang pentingnya rasa percaya diri terhadap lingkungan.
2. Siswa dapat mengatasi rasa tidak percaya diri.
3. Siswa dapat mengembangkan dan meningkatkan rasa percaya diri

F. Sasaran Layanan : Anggota kelompok

G. Uraian Kegiatan dan materi layanan :

No	KEGIATAN KONSELOR	No	KEGIATAN SISWA	WAKTU
1.	- Mengungkapkan pengertian, tujuan,cara-cara dan asas-asas kegiatan bimbingan kelompok. - Mengadakan perkenalan dan menampilkan diri secara utuh dan terbuka. - Mengadakan permainan untuk lebih mengakrabkan anggota kelompok.	1.	- Memahami pengertian, tujuan, asas-asas, dan cara bimbingan kelompok. - Saling memperkenalkan diri agar saling percaya, bersedia menerima, dan membantu antar anggota. - Mengikuti permainan	10 Menit
2.	- Menjelaskan kegiatan yang akan diikuti pada tahap selanjutnya. - Menawarkan atau mengamati	2.	- Anggota terbebas dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak	5 Menit

	kesiapan anggota kelompok. - Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota		percaya. - Anggota mantap untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok	
3.	- Mnyampaikan topik masalah yang berhubungan dengan kepercayaan diri. - Membentuk dinamika kelompok, mengadakan diskusi serta tanya jawab berkaitan dengan materi.	3.	- Membahas masalah atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok secara tuntas dan mendalam. - Anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan topik.	30 Menit
4.	- Menyampaikan hasil kegiatan bimbingan kelompok. - Membahas kegiatan lanjutan. - Mengemukakan kesan, pesan, dan harapan kepada anggota kelompok.	4.	- Menyampaikan pesan dan kesan mengenai kegiatan bimbingan kelompok . - Merencanakan kegiatan lanjutan. - Merasakan hubungan kelompok dengan rasa kebersamaan, keterbukaan, dan saling percaya	5 Menit

H. Metode Pendekatan : Ceramah, diskusi, tanya jawab

I. Tempat Penyelenggaraan :

J. Waktu/tanggal : 50 menit /Selasa, 13 September 2011

K. Alat / kelengkapan : -

L. Rencana Penilaian :

a. Penilaian Proses :

Penilaian proses yaitu dengan mengamati ke aktifan siswa pada saat penyelenggara layanan.

b. Penilaian Hasil :

Penilaian hasil atau evaluasi dilakukan dengan UCA (*Understanding, Comfort, Action*) yaitu :

22. Pemahaman (*understanding*)

Mengamati pemahaman siswa mengenai topik materi yang disampaikan.

23. Kenyamanan (*comfort*)

Mengamati bagaimana ketertarikan siswa dalam menanggapi materi.

24. Tindak lanjut (*action*)

    Menanyakan tindakan yang akan dilakukan siswa berkaitan dengan pembahasan materi yang muncul dalam keseharian.

.

M. Tindak Lanjut : Memberikan layanan bimbingan kelompok lanjutan dengan menggunakan materi baru yang masih berkenaan dengan upaya meningkatkan kepercayaan diri, dengan tujuan agar kepercayaan diri siswa meningkat.

N. Catatan Khusus : -

Jambu, 13 September 2011

Mengetahui

Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2
Prof. Sugiyo,M.Si	Dra. Sinta Saraswati,M.Pd, Kons
NIP. 19520411197821001	**NIP.19600605199903200**
Guru Pembimbing	Peneliti
Yuli Anatawati, S.Pd	Nidawati Wahyu Pinasti
NIP.1981.07.05.201001.2.003	**NIM. 1301406026**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

Membina Rasa Persahabatan

Alangkah bahagianya kalau kita mempunyai banyak teman. Hal tersebut adalah anugerah dari Yang Maha Kuasa yang tidak bisa dinilai dengan materi. Hubungan dengan teman perlu dipupuk dan dilestarikan. Hubungan dekat dan erat disebut akrab atau bersahabat. Hubungan yang dekat artinya rapat tanpa jarak, baik dalam suka mapun duka. Sedangkan erat artinya kuat tidakmudah lepas karena kedua belah pihak saling membantu untuk maju dan tidak merugikan antara yang satu dengan yang lainnya. Itulah yang disebut **Persahabatan.**

Kita dapat memperbanyak sahabat, tetapi persahabatan itu hendaknya dijaga kelangsungannya. Apabila kita ingin menilai keawetan suatu persahabatan, banyak hal yang dapat kita amati dari sahabat itu, yaitu :

1. Apakah dia memberi dukungan dengan sepenuh hati ketika kita terkena musibah atau dalam keadaan sulit?
2. Apakah dia mempercayai dan yakin kepada kemampuan kita?
3. Apakah dia mau membantu kita dengan sepenuh hati tanpa mengharap imbalan apa pun?
4. Apakah dia bertindak sebaik-baiknya untuk meredam gunjingan yang mencemarkan nama baik dan menjelekkan kita?
5. Apakah dia mau menerima kita apa adanya dan tidak akan mencela kekurangan dan kelemahan kita?

Remaja suka bersahabat, rasa solidaritas diantara mereka tinggi sekali bahkan mereka lebih mengutamakan teman atau sahabat daripada orangtua. Mereka mau berkorban apa saja demi persahabatan. Faktor inilah yang sangat mendukung persahabatan. Tetapi tidak sedikit remaja yang jatuh karena gagal dalam persahabatan. Karena dia tidak sadar kalau dia selama bersahabat itu dijajah pribadinya oleh sahabatnya. Kita semua harus waspada jangan lengah dan terkecoh. Penjajah pribadi artinya adanya dominasi atau penguasaan seseorang terhadap pribadi orang lain.

Pribadi artinya hal-hal yang prinsipil yang mencerminkan diri seseorang misalnya, kebiasaan pengolahan waktu keuangan, hobi, model pakaian, rambut, dan lain-lain.

Jadi, penjajahan pribadi dalam persahabatan artinya memaksakan seseorang tidak bebas menentukan atau mengambil keputusan dalam hal-hal yang pokok atau penting.

Akibatnya ia tidak bisa menjadi dirinya sendiri, tetapi selalu diatur dan dikendalikan orang lain atau sahabatnya.

Untuk membina suatu persahabatan diperlukan kiat-kiat khusus, hendaknya hal ini disadari dan dilaksanakan oleh masing-masing yang ingin sukses dalam persahabatan. Kiat-kiat tersebut sekaligus merupakan tujuan dari membina persahabatan itu sendiri, yaitu :

1. Memahami tingkah laku orang lain

Agar persahabatan terbina, kita harus bersikap ramah-tamah dan memperhatikan orang lain. Dalam waktu yang tidak lama, kita mendapatkan lebih banyak teman dengan memperhatikan orang lain daripada kita hanya memperhatikan diri sendiri saja. Memperhatikan orang lain artinya bersikap ramah kepada mereka, mendengarkan pendapat mereka, tentang keluarga, tentang hobinya, dan lain-lain.

2. Menarik simpati orang lain

Cara paling mudah menuju hati seseorang adalah mempersilakan dia berbicara tentang hal-hal yang paling dihargainya. Atau berbicara tentang hal-hal yang menarik perhatian seseorang.

3. Menjadi pendengar yang baik

Setiap orang ingin didengar kata-katanya, tapi sedikit sekali orang yang suka mendengarkan orang lain. Kalau kita ingin punya sahabat, pandai-pandailah mendengarkan dia, dan berilah alasan dan kesempatan kepada orang lain supaya berbicara tentang dirinya sendiri.

4. Tidak menanyakan latar belakangnya

Kita tidak boleh menanyakan latar belakang orang lain karena terkadang orang merasa tersinggung bila ditanya latar belakangnya. Yang dikhawatirkan adalah apabila dia memiliki latar belakang yang buruk.

5. Tidak berharap orang lain menjadi sahabat kita

Tapi berpikirlah bagaimana caranya kita menjadi sahabat yang baik buat orang lain. Lakukan dengan 1001 cara dan dengan cara-cara yang positif. Sebab bila kita terlalu berharap tapi tidak kesampaian maka yang timbul rasa sakit hati.

6. Bantu orang lain ketika sedang susah

Kita harus memberi bantuan kepada orang yang ditimpa kesusahan. Biasanya, bantuan yang diberikan kepadanya akan selalu diingatnya.

7. Tersenyum dengan tulus kepada orang lain

Hal tersebut adalah suatu cara yang sederhana untuk mendapatkan kesan pertama yang baik.

8. Bersikap terbuka

Bersikap terbuka adalah satu landasan penting yang harus kita kuasai. Bagaimana mungkin kita dapat membina persahabatan yang sehat bila dalam hati menyimpan rasa dendam atau bersalah? Bahaslah masalah yang mengganjal hubungan persahabatan kita dengan terbuka.

9. Menerima sahabat apa adanya

Menerima sahabat apa adanya menerima kelebihan dan kekurangan antara satu sama lain. Yang demikian adalah kunci persahabatan yang baik. Tapi bukan berarti kita tidak dapat mencoba membantu memperbaiki kekurangannya dan sebaliknya. Kita juga harus dapat menerima kritik yang membangun darinya.

10. Menghargai pendapat satu sama lain

Beda pendapat itu wajar, tapi bukan berarti harus menjadikan persahabatan jauh atau putus. Jalan yang terbaik adalah dengan mengkompromikannya dengan baik.

Sumber : Menjadi Teman yang Baik. Zuhaida M. 2008. Semarang : CV. Ghyyas Putra

PERPUSTAKAAN
UNNES

MENGHARGAI PENDAPAT ORANG LAIN

Setiap manusia ingin dihargai,karena manusia adalah mahluk yang sempurna dan seharusnya memiliki harkat dan martabat. Menjadi seorang manusia yang dihargai haruslah mengakui kekurangan dan kelebihan dirinya. Lantas bagaimana kita menghargai orang lain sebelum kita dihargai orang lain ?

Jangan berharap dihargai apabila tidak mau menghargai orang lain,menjadi orang yang selalu sempurna memang tidak mungkin tetapi menjadi manusia yang berharga untuk orang lain adalah hal yang sangat mungkin.

Ada beberapa hal yang harus anda pahami dalam menghargai orang lain,yaitu

1.Mengerti perilaku manusia pada umumnya.

Walaupun manusia bermacam-macam tapi tidak menutup kemungkinan memiliki kesamaan,apalagi masih dalam satu daerah.Dengan mengerti perilaku manusia pada umumnya anda akan mudah untuk menghargai orang lain.

2.Menjadi orang lain.

Jadilah orang lain ketika anda ingin menghargai orang lain,jika anda diperlakukan seperti itu apakah orang lain akan merasa terhargai atau tidak ?

3.Teruslah berpikir positif kepada orang lain.

Selagi orang lain itu tidak melanggar norma yang berlaku berpikirlah positif,walaupun kadang berbeda pandangan.

4.Semangatlah untuk berbuat kebaikan.

Berlombalah untuk memberikan kebaikan kepada orang lain,niscaya orang lain akan senang dengan anda dan merasa diperhatikan juga dihargai.

PERPUSTAKAAN UNNES

Pada dasarnya manusia itu sama ,sama-sama ingin dihargai dan ingin diperlakukan baik. Selain melatih menghargai pendapat orang lain pada dasarnya.

Melalui diskusi, kita dilatih untuk berpikir kritis dan kreatif, berpikir secara logis dan sistematis serta menyampaikan gagasan kepada orang lain dengan menggunakan bahasa yang baik dan benar secara lisan. Dengan berdiskusi kita dapat berlatih menggunakan pengetahuan dan gagasan-gagasan kita untuk menyampaikan pendapat, mempertahankan pandangan-pandangan, mengatakan setuju atau menolak pandangan orang lain dengan cara-cara yang baik. Melalui diskusi pula kita dilatih untuk menghargai orang lain walaupun kita berbeda pendapat atau pandangan. Selain itu, dalam diskusi Anda juga bisa berlatih memperkenalkan diri kepada orang lain.

Saling menghargai pendapat orang lain sangat di perlukan agar supaya diskusi berjalan dengan sehat dengan kata lain banyaknya pendapat yang muncul akan membuat diskusi itu hidup, dan harus menghasilkan keputusan yang paling baik dan di terima oleh semua pihak yang terlibat dalam diskusi itu. Dalam diskusi ini biasanya dilakukan secara kelompok sehingga apabila ada seorang anggota kelompok sedang memberikan pendapat sebaiknya kita dengarkan, hormati sampai ia selesai mengemukakan pendapat, kemudian baru kita menanggapinya agar tidak terjadi salah pengertian. Perbedaan pendapat adalah hal biasa, sudah sewajarnya kita harus menghargai pendapat orang lain saat diskusi, dengan prinsip saling menerima dan saling menghargai diharapkan dapat memberikan dampak positif dilingkungan sekitar, dalam hal berhubungan dengan orang lain karena memang manusia adalah makhluk sosial.

PERPUSTAKAAN UNNES

MENYADARI DAMPAK GAYA HIDUP

1. Penampilan Diri (Grooming)

Penampilan diri penting artinya bagi seseorang dalam kehidupan sehari-hari, apalagi bagi mereka yang bekerja sebagai tenaga pelayanan, seperti : pegawai negeri, pelayan toko, tenaga penjualan, kalangan eksekutif bisnis, para pengajar atau instruktur dan sebagainya. Untuk berpenampilan serasi, menarik, resmi, sopan, luwes, sesuai dengan etiket dan tata krama pergaulan kantor, maka anda perlu mempelajari kompetensi berikut ini.

2. Pengertian Grooming

Sebelum anda mengetahui bagaimana menjaga standar keamanan penampilan pribadi, terlebih dahulu anda mengetahui arti kata *grooming*, dari pendapat para ahli yang dinyatakan di dalam bukunya masing-masing. Pengertian *grooming* secara singkat adalah, penampilan seseorang, dimulai dari cara berpakaian sampai dengan tutur kata dan sopan santun. Jadi kecantikan atau ketampanan bukan hanya dilihat dari luar saja, tapi juga harus diiringi dari dalam (*inner-beauty*). Oleh karena itu, perilaku juga harus diperhatikan dalam berpenampilan.

3. Fungsi Grooming

Dalam kehidupan sehari-hari, apapun kegiatan kita selalu dihadapkan pada tata aturan dalam melakukan sesuatu yang diuraikan dalam tahap-tahap kegiatan atau langkah-langkah pelaksanaan suatu kegiatan. Setiap kantor memiliki tata aturan pelaksanaan kegiatan yang berbeda-beda sesuai dengan jenis aktivitasnya, tetapi secara umum sering pula dijumpai kesamaan dalam langkah-langkah mengenai sesuatu kegiatan, inilah yang kita sebut dengan *Standar Operasional Prosedur* (SOP)

Tata aturan yang dimaksud, diantaranya termasuk pentingnya *grooming* bagi perusahaan, terbukti *grooming* dapat mempengaruhi para pelanggan atau pengunjung, karena *grooming* bertujuan antara lain:

1. Harus disukai oleh orang lain.
2. Memberikan kesan positif.
3. Selaras Dengan nilai-nilai keindahan dan tata krama yang berlaku dalam kehidupan .antikan bukan semata-mata dari bentuk wajah saja, tetapi dari hati nurani yang tulus dan ikhlas, sehingga keluar pancaran kecantikan dari dalam (*inner-beauty*)

CARA MENJADI PERCAYA DIRI TANPA BERUBAH MENJADI SOMBONG

1. Peduli akan penampilan

Perbaiki penampilan Anda tanpa maksud bahwa orang lain akan kemudian memuji Anda karena itu. Lakukan itu karena Anda tahu bahwa Anda harus mengeluarkan sisi terbaik dari diri Anda.

2. Berikan senyuman tulus

Berusahalah untuk senyum kepada semua orang sebagai ungkapan hati Anda yang paling dalam, bukan senyum karena orang bisa terpesona terhadap senyuman Anda. Senyuman tulus adalah lambang percaya diri dan kode kepada orang lain bahwa Anda adalah orang baik yang bisa menjadi teman yang baik pula.

3. Perhatikan orang lain

Mulai sekarang, berikan waktu Anda untuk menanyakan kepada teman atau orang sekitar Anda apa kabar mereka dan libatkan diri pada mereka, serta lakukan itu dengan tulus pula. Tunjukkan bahwa Anda melihat mereka sebagai orang-orang yang Anda hargai, siapapun dan apapun posisi mereka.

4. Jangan ketinggalan jaman

Untuk jadi orang yang percaya diri, Anda perlu terus menginformasikan kepada diri Anda tentang apa yang terjadi di sekitar Anda. Caranya, ikuti berita di koran dan televisi. Ini membantu Anda percaya diri jika terlibat percakapan dengan siapa saja. Asal jangan jadi sok tahu!

5. Luaskan pergaulan

Jangan puas berada di lingkungan kecil milik Anda sekarang. Sebisa mungkin luaskan pergaulan. Jangan pilih-pilih teman dari segala kalangan. Melihat dunia dari segala perspektif bisa membantu Anda untuk menjadi percaya diri tanpa menjadi sombong. Karena Anda tahu bahwa di atas langit masih ada langit dan Andapun tahu bahwa di dunia ini masih banyak orang yang hidup dalam kesulitan.

6. Mensyukuri keberadaan Anda

Ini adalah kunci penting untuk menjadi orang yang percaya diri. Banyak orang yang tidak percaya diri karena melihat kelemahan dirinya. Dan banyak orang yang menjadi sombong karena merasa apa yang mereka punya lebih dari orang lain. Padahal inti bersyukur ialah menyadari bahwa semua itu berasal dari Tuhan semata. Tuhanpun bisa mengambilnya kapan saja Ia mau. Karena itu tidak ada yang perlu disombongkan tapi tidak ada pula yang tidak disyukuri.Dengan keunikan Anda, Anda bisa menjadi diri sendiri dan bisa berusaha memberi yang terbaik

7. Ubah pola pikir Anda

Dengan semua pengetahuan itu, mulai ubah cara pAndang Anda terhadap dunia. Jika pola pikir Anda sudah terbentuk, itu akan tercermin kepada gerak-gerik Anda, kata-kata Anda, dan perilaku Anda.

Sumber : halamansatu.com

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

MEMBANGUN MOTIVASI

Dalam hidup ini setiap orang pasti punya cita cita , ada yang ingin jadi dokter, pilot dsb. Tetapi untuk mewujudkan cita - cita sebenarnya apa sih yang kita butuhkan ???

Jawabannya yaitu **MOTIVASI DIRI**.

Tak dapat dipungkiri bahwa motivasi dalam diri kita lah yang dapat mewujudkan semua cita - cita kita. Disini kita akan membagikan 8 cara membangun motivasi diri :

1. Ciptakan Sensasi

Cara pertama ini diharapkan anda membangun sebuah sensasi yang dapat memacu anda dan membangkitkan gairah anda mengejar apa yang anda inginkan. Contoh : anda berharap besok akan mendapat uang 500jt.. Memang uang itu tidak anda langsung dapatkan tapi anda akan terpacu untuk mendapatkan uang tersebut..inilah yang dimaksud dengan menciptakan sensasi

2. Kembangkan Tujuan Anda

Jangan terpaku pada satu tujuan yang sederhana tapi kembangkan terus tujuan hidup anda. Jika anda terpaku hanya pada 1 tujuan maka anda tidak akan memiliki kekuatan lebih padahal anda membutuhkan tantangan yang lebih besar untuk mengerahkan dan mengeluarkan kemampuan anda yang sebenarnya. so kembangkan tujuan anda dan bangkitkan motivasi dan kekuatan tersendiri yang ada dalam diri anda..

3. Tetapkan saat kematian

Loh kok bawa' kematian neh?? bingung?? sengaja saya bikin bingung heheheh... anda perlu memikirkan kapan saat kematian meskipun gejala kearah situ tidak ada yang tahu..jika anda membayangkan misalnya bahwa anda akan meninggal 1 bulan lagi..maka anda pasti akan mengingat flashback anda diblakang dan menyadari bahwa belum banyak yang anda lakukan..maka cara ini akan memotivasi anda untuk berbuat lebih banyak selama anda hidup...

4. Tinggalkan teman yang tidak perlu

Jangan ragu untuk meninggalkan teman yang tidak dapat mendorong anda mencapai tujuan. Seandainya dia memang teman anda pastinya dia akan membawa anda bahkan mendukung anda untuk mencapai tujuan anda. beberapa orang mengatakan bahwa jika bergaul dengan orang yang optimis maka akan membuat anda berpikir optimis jg...

5. Hampiri bayangan ketakutan

Saat Anda dibayangi kecemasan dan ketakutan jangan melarikan diri tapi hadapilah...

contoh selama ini anda takut menghadapi madesu atau masa depan suram.. jika anda lari maka anda akan tetap dalam bayang bayang ketakutan tp jika anda datang menghadapi dan menikmati rasa takut dan mencoba mengatasinya disaat anda berhasil nanti maka anda telah meningkatkan keyakinan diri anda untuk mampu mencapai hidup yang lebih baik

6. Ucapkan "selamat datang" pada masalah

Jalan mencapai cita - cita itu tidak semuanya semulus yang anda inginkan. saat anda menghadapi jalan terjal atau bahkan jalan buntu janganlah anda memutar arah untuk mengambil shortcut..hadapi terus jalan itu dan pikirkan cara terbaik melewati masalah itu..jika anda memandang masalah sebagai sesuatu yang mengerikan maka anda akan semakin sulit termotivasi. Jika anda siap menghadapi masalah maka anda seolah - olah akan memiliki energi dan semangat berlebih untuk mencapai tujuan.

7. Mulailah dengan rasa senang

Jangan pernah terbebani dengan tujuan hidup anda tp coba nikmati dan jalani yang anda tempuh. Jika sejak awal anda sudah merasa tidak suka/senang maka dari awal anda pun secara tidak sadar anda tidak memiliki motivasi hidup lagi.

8. Berlatih dengan keras

Tidak Bisa dipungkiri bahwa anda harus terus berlatih dan belajar untuk mendapatkan hasil terbaik. Tidak ada yang tidak dapat anda raih jika anda terus berusaha keras dan giat berlatih karena dengan latihan maka anda akan semakin mudah mengatasi setiap kesulitan yang datang.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Pemahaman Diri

Mengapa kita perlu mengenal diri sendiri? Kita perlu mengenal diri sendiri karena hal itu penting untuk pengembangan diri kita, baik dalam studi, karier, maupun kehidupan sosial.

Setiap orang adalah unik, berbeda satu dengan yang lain, bahkan kembar identik pun pasti ada bedanya. Perbedaan tersebut bisa berupa perbedaan fisik, emosi, perasaan, tingkah laku, cita-cita, dan sebagainya.

Perbedaan-perbedaan tersebut secara kasat mata ada yang dapat diketahui oleh orang lain, namun ada pula yang tidak bisa. Oleh karena itu, sampai dengan tahap tertentu, yang paling mengenal diri seseorang adalah orang itu sendiri.

Dengan mengenal diri, kita memiliki pengetahuan yang cukup luas atas kelebihan dan kelemahan kita, hobi dan minat kita, ciri-ciri fisik kita, serta sifat-sifat kita yang baik dan buruk. Berdasarkan pengetahuan tersebut, kita bisa mengerahkan langkah untuk pengembangan diri kita selanjutnya.

Sebagai contoh, kita memiliki sifat mudah bergaul dengan siapa saja. Dengan sifat seperti itu, kita bisa membangun pertemanan dengan banyak orang. Kita bisa mengasah kemampuan berbahasa kita sehingga dengan usaha yang tekun kita bisa menjadi seorang konsultan atau pekerja *advertisement* dan *public relation* yang handal.

Contoh lain, kita memiliki minat atau hobi dalam bernyanyi. Berdasarkan minat tersebut, kita berusaha mengasahnya dengan jalan terus berlatih, menambah ppengetahuan tentang lagu-lagu, menyaksikan bagaimana cara penyanyi terkenal membawakan sebuah lagu. Dengan usaha-usaha yang tekun sperti itu, tidak mustahil kita bisa menjadi seorang penyanyi terkenal.

Dari uraian di atas, kita mengetahui bahwa tujuan pengenalan diri tidak sekadar untuk menjawab pertanyaan orang seperti dikisahkan pada kutipan catatan harian di atas. Lebih baik dari pada itu, pengenalan diri dapat dijadikan landasan untuk mengasah dan mengembangkan diri.

Mengenal atau pengenalan diri di sini berarti memahami kenyataan diri kita *(real self)* maupun diri kita yang kita inginkan *(ideal self)*, yang di dalamnya terdapat aspek-aspek pembentukan diri, yakni aspek fisik, proses alur pikiran, emosi, perasaan, tingkah laku, dan interaksi sesama.

Secara nyata, misalnya, kita menyadari diri kita memiliki ciri fisik tertentu, seperti tubuh yang tinggi atau pendek, cacat atau tidak, kuat atau lemah. Secara emosi, misalnya, kita pemarah, penyabar, atau periang. Secara tingkah laku, misalnya, kita orang yang teliti dalam mengerjakan tugas, cekatan, dan mampu bergerak cepat. Demikian pula secara ideal, kita berharap memiliki fisik tertentu, misalnya yang sehat, memiliki emosi yang stabil seperti penyabar, atau memiliki keinginan menjadi apa dikemudian hari, seperti ingin menjadi dokter yang sukses, guru yang baik, pengacara yang jujur, atau apa pun keinginan kita.

Dengan pengetahuan tentang diri seperti itu, kita kemudian bisa menialai diri sendiri. Misalnya, apakah kita memiliki kecenderungan lebih menyenangi bidang tertentu, seperti seni atau matematika daripada bidang lain. Apakah ciri fisik kita cocok untuk suatu bidang dan seterusnya. Hasil penilaian antara harapan *(ideal self)* dan fakta diri *(real self)* akkan menghasilkan rasa **harga diri.** Semakin besar ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan diri, semakin rendah rasa harga diri seseorang. Sebaliknya, jika kenyataan diri *(real self)* semakin mendekati standar harapan *(ideal self)*, semakin tinggi atau positif pula rasa harga diri seseorang.

Harga diri yang positif akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan di dunia ini. Harga diri yang negatif cenderung membuat seseorang merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga, tidak berani mencari tantangan-tantangan baru dalam hidupnya, tidak merasa yakin akan pemikiran-pemikiran serta perasaan yang dimilikinya, takut menghadapi respon dari orang lain, tidak mampu membina komunikasi yang baik, dan merasa hidupnya tidak bahagia.

Konsep diri adalah pandangan kita tentang diri kita sendiri, apa yang kita yakini tentang diri kita, gambaran diri tentang kemampuan dan sikap kita, atau perasaan kita terhadap diri kita. Keseluruhan pandangan kita tentang diri sendiri, bagaimana kita melihat, menilai, dan menyikapi diri, serta idealisme kita disebut sebagai **konsep diri** *(self concept).*

Cara Mengenal Diri

Pengenalan terhadap diri sendiri sangat dipengaruhi oleh diri kita dan lingkungan, seperti keluarga, teman, masyarakat, dan media. Oleh karena itu, kita harus mencari lingkungan yang baik untuk membantu kita dalam mengenal dan mengembangkan diri.

Cara mengenal diri sendiri didapat melalui analisis terhadap hal-hal di bawah ini.

1. Sejarah perkembangan diri. Misalnya, kapan kamu lahir, dimana, siapa orangtuamu, prestasi apa saja yang pernah dicapai, dan dimana saja kamu pernah tinggal.
2. Penelusuran bakat dan kepribadian. Hal ini bisa diketahui dari hasil tes psikologi yang mengukur bakat dan minat diri kita atau melalui kecenderungan dan prestasi yang kita capai. Misalnya, kita merasa senang jika mengerjakan aktivitas dan tugas yang terkait dengan olahraga fisik, prestasi olahraga kita juga cukup banyak, atau kita merasa sennag melihat pola hidup seorang atlet.
3. Pengalaman sehari-hari. Hal ini meliputi perasaan memiliki dan dimiliki, perasaan kompeten atau mampu melakukan sesuatu, dan perasaan berharga. Sebagai contoh, kita merasa menjadi orang yang cerdas karena mampu beradaptasi pada berbagai situasi dan mendapatkan apa yang kita inginkan.
4. Kebersamaan dengan orang lain. Misalnya, kita merasa mampu bersosialisasi karena kita memiliki banyak teman, sahabat, dan keluarga yang sayang kepad kita.
5. Kaca mata orang lain. Pendapat dari keluarga, teman, guru, atau orang lain yang berpengaruh *(significant others)* mengenai diri kita merupakan masukan agar kita lebih mengenal diri sendiri. Keterbukaan, lapang dada, dan introspeksi utuk melakukan perbaikan diri dengan tetap melakukan komunikasi adalah sikap yang tepat dalam menghadapi masukan atau pendapat orang lain. Misalnya, orang lain menilai kita sebagai orang yang rajin karena tidak pernah menunda-nunda pekerjaan atau tugas.
6. Refleksi pribadi. Refleksi adalah melihat kembali gambaran diri kita secara utuh. Misalnya, melihat bagaiman sikap, sifat, kebiasaan, fisik, dan hal-hal lainnya dari diri kita. Refleksi diri dapat dilakukan dengan bercermin dan menganalisis fisik, sikap, emosi, dan sebagainya; atau dengan bercermin pada orang lain dan bertanya pada diri sendiri tentang persamaan atau perbedaan kita dengan orang lain.
7. Kinerja obyektif. Penilaian dengan pengukuran yang relatif akurat bisa berasal dari hasil tes psikologi, tes akademik seperti ujian sekolah, dan sebagainya. Misalnya, hasil ujian mata pelajaran matematika kita tidak pernah berada di bawah nilai tujuh. Hal itu menujukkan kita cukup pandai dalam pelajaran matematika.

Tanda Pengenalan Diri

Semakin baik seseorang mengenal dirinya, semakin jelas gambaran diri yang kita dimilikinya. Ketika dia merenungkan sekali lagi pertanyaan siapakah aku, dia langsung

punya gambaran dalam hatinya tentang sipakah dia dengan berbagai kekuatan dan kekurangan di dalamnya.

Sumber : Bimbingan dan Konseling SMP. Yulita Rintyastini & Suzy Yulia Charlotte S. 2006. Jakarta : esis.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Terbuka Dengan Orang Lain Jika Ingin Bahagia

Vera Farah Bararah - detikHealth

Beberapa orang kadang memiliki sifat lebih terbuka pada orang lain (ekstrovert), meskipun ada juga yang tertutup (introvert). Ternyata sifat terbuka ini bisa memberikan keuntungan. Studi menunjukkan orang ekstrovert lebih bahagia dibanding introvert.

Para peneliti melaporkan orang yang ekstrovert adalah tipe kepribadian yang ceria, hal ini karena ia mengingat masa lalu dalam cahaya atau ruang lingkup yang lebih positif daripada jenis kepribadian lainnya.

Hal tersebut juga menjelaskan adanya kesenjangan kebahagiaan antara orang ekstrovert dengan orang-orang yang neurotic yang memiliki ciri kepribadian kecemasan dan mudah tersinggung. Hasil penelitian ini telah dilaporkan dalam jurnal *Personality and Individual Differences.*

" orang yang sangat ekstrovert akan lebih bahagia dengan kehidupannya karena mereka cenderung memiliki pandangan positif dan cenderung kurang memiliki pikiran negatif dan penyesalan," ujar peneliti Ryan Howell, psikolog dari San Francisco State University,

Howell menuturkan orang dengan skala neurotic tinggi pada dasarnya memiliki pandangan kebalikan dari masa lalu sehingga hasilnya ia menjadi kurang bahagia.

Sedangkan orang yang ekstrovert memiliki tingkat energi yang tinggi dan cenderung mudah bersosialisasi dengan orang lain. Fakta yang ada menunjukkan memiliki pandangan hidup yang lebih positif dan kurangnya pandangan negatif dari masa lalu membuat orang ekstrovert 45 persen lebih bahagia dan memiliki kepuasan hidup yang lebih besar.

Orang yang ekstrovert cenderung lebih optimis memandang hidup, dan tidak mau menyimpan kekesalan atau perasaan tidak nyamannya sehingga mengurangi tingkat stres di dalam tubuh orang tersebut.

"Mengubah kepribadian seseorang memang sulit, tapi seseorang mungkin bisa mengubah pandangannya sehingga dapat meningkatkan rasa bahagia tentang hidup dan membantu optimis," ujar Howell.

Dalam studi sebelumnya diketahui bahwa kepribadian seseorang sebenarnya bisa diubah secara halus tapi kritis. Hal ini karena kepribadian seseorang dipengaruhi oleh banyak hal seperti agama, lingkungan dan uang.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Upaya Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri

Dari Artikel Evie Lirpandhani (Pikiran Rakyat, 16-8-1988) yang harus dilakukan para remaja untuk meraih prestasi dengan percaya diri adalah :

1. Harus lebih tahan terhadap berbagai tekanan, karena punya tempat berpijak dan cara berpikir yang kokoh dan kuat.
2. Harus lebih mampu menghadapi variasi dari situasi pribadi, sosial dan bisnis yang makin ketat dan makin keras belakangan ini.
3. Harus lebih tahan untuk berhadapan dengan orang lain yang makin hari makin kritis. Ingatlah bahwa tekanan yang makin kuat tidak hanya dialami oleh diri Anda sendiri, melainkan juga oleh setiap orang lain yang hidup bersama Anda di dunia ini.
4. Harus lebih mampu menghadapi orang lain yang makin hari makin keras dan bukan tidak mungkin makin menyebalkan.
5. Harus akan lebih mampu menghadapi berbagai apresiasi yang realistik dan objektif.
6. Harus lebih memiliki kontrol terhadap berbagai situasi dan keadaan yang penting untuk apapun kepentingan Anda.

PERPUSTAKAAN UNNES

Biasanya kegagalan juga dapat membuat kita merasa minder/rendah diri, tapi yang kita harus lakakan dari kegagalan belajarlah dari kesalahan itu tetapi janganlah mengira sesuatu itu salah sebelum ia akan terjadi lagi. Hindari membuat kesalahan yg sama tetapi jgn membatasi diri anda dg mengira bahwa anda gagal sebelumnya sehingga tidakakan bisa berhasil kali ini. Coba lagi, maka anda akanmenjadi lebih bijak dan lebih kuat. Jangan terperangkap pada masa lalu.

Setelah anda bisa membunuh rasa minder Silakan anda nikmati rasa percaya diri yang kelak akan mengantarkan anda menjadi manusia yang punya arti di hadapan Tuhan maupun manusia lainnya. dan dengan mengatasi rasa minder adalah sebuah langkah awal kita untuk menggapai semua keinginan kita, Ubah perasaan rendah diri kepada perasaan yang membina keyakinan diri.

Kita berhak sukses seperti orang lain. Jangan biarkan perasaan rendah diri menguasai dalam bersaing mencapai keinginan dalam hidup. Pupuklah semangat untuk dapat bersaing itu adalah baik untuk masa depan.Semoga sahabat semua dapat mengatasi rasa minder untuk dapat terus menggapai mimpi.

Sumber: http://www.kaskus.us/showthread.php?t=3048321

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Jadwal Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Setelah Disepakati

No	Hari, Tgl/ Bln/ Th	Kegiatan	Materi	Tempat	Waktu
1.	13 Agustus 2011	*Pre Test*	Skala Kepercayaan Diri	Kelas X TKR 3	45 menit
2.	15 Agustus 2011	*Pre test* kelompok	Skala Kepercayaan Diri (Valid)	Ruang BK	45 menit
3.	18 Agustus 2011	Pertemuan I	Bangga Atas Sifat-Sifat Baik Yang Dimiliki	Halaman Mushola	45 menit
4.	20 Agustus 2011	Pertemuan II	Memahami Diri Sendiri	Taman	45 menit
5.	22 Agustus 2011	Pertemuan III	Membangun Motivasi Diri	Halaman Mushola	45 menit
6.	8 September 2011	Pertemuan IV	Terbuka Dengan Orang Lain	Ruang Rapat	45 menit
7.	10 September 2011	Pertemuan V	Menyadari Dampak Gaya Hidup	Ruang Praktik Menjahit	45 menit
8.	12 September 2011	Pertemuan VI	Menghormati Pendapat Orang Lain	Teras ruang kelas	45 menit
9.	14 September 2011	Pertemuan VII	Membina Rasa Persahabatan	Halaman Mushola	45 menit
10	13 September 2011	Pertemuan ke VIII	Cara Mengatasi Perasaan Tidak Percaya Diri	Halaman Mushola	45Menit
11	15 September 2011	*Post Test*	Skala Kepercayaan Diri	Halaman Mushola	45 Menit

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Topik Tugas : Pemahaman Diri

B. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas XSMK N 1 Jambu

C. Pelaksanaan Layanan

1. Waktu : 45 - 50 menit, Kamis 18 Agustus 2011
2. Tempat : Halaman Mushola SMK N 1 Jambu

D. Deskripsi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan cukup baik, pelaksanaan layanan melalui empat tahapan kegiatan yaitu:

1. Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok, kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada tahap pembentukan anggota kelompok masih terlihat tegang, bingung serta malu-malu, dan untuk mencairkan suasana pemimpin kelompok mengadakan permainan, setelah permainan suasana sudah mulai cair atau rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.
2. Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.
3. Tahap kegiatan, pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas “Bangga atas sifat – sifat baik yang dimiliki” sebelum menyampaikan materi kepada anggota kelompok, pemimpin kelompok menanyakan tentang ‘siapa yang memiliki pribadi baik pada diri masing-masing’?. Kemudian pemimpin kelompok menjelaskan sedikit apa itu cinta diri

dan bagaimana cara untuk menghargai sifat – sifat baik yang dimilikii dan selanjutnya anggota kelompok yang membahas lebih lanjut tentang diri mereka masing-masing baik kelemahan dan kelebihan yang dimiliki masing-masing anggota kelompok. Ra berpendapat bahwa dirinya mudah merasa iba dengan orang lain, namun memiliki kelemahan selalu ragu-ragu untuk menolongorang lain. Ri dan In juga memiliki kelemahan yang hampir sama dengan Ra. Lain halnya Fa, Ar, Sr, Tr, Yus,Ag dan Wa merasa dirinya pemalu karena memiliki kekurangan. Kemudian Ra berpendapat bahwa kekurangan tidak usah dipikirkan dan cuek dengan pendapat orang lain. Pemimpin kelompok meminta setiap anggota kelompok untuk mengutarakan kelebihan dan kelemahan masing-masing dan sifat baik dan buruk yang pernah mereka lakukan kemudian kelebihan dan kelemahan itu dibahas bersama untuk lebih memaksimalkan kelebihan dan juga memperbaiki kelemahan yang dimiliki. Kemudian setelah pembahasan dirasa anggota kelompok cukup mengerti tentang perlunya mencintai diri sendiri dan bangga atas sifat- sifat baik yang dimilikinya, pemimpin kelompok menyimpulkan hasil dari pembahasan. Di samping itu, pemimpin kelompok juga mengamati siapa saja anggota kelompok yang aktif berpendapat dan yang masih belum mau untuk berpendapat.

4. Tahap pengakhiran pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

E. Lain-lain : Permainan kelompok “Gerak Terbalik”

PERPUSTAKAAN UNNES

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Topik Tugas : Memahami diri sendiri

B. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

C. Pelaksanaan Layanan

3. Waktu : 45 - 50 menit, Sabtu 20 Agustus 2011
4. Tempat : Taman SMK N 1 Jambu

D. Deskripsi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan cukup baik, pelaksanaan layanan melalui empat tahapan kegiatan yaitu:

1. Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok, kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada tahap pembentukan anggota kelompok masih terlihat tegang, bingung serta malu-malu, dan untuk mencairkan suasana pemimpin kelompok mengadakan permainan, setelah permainan suasana sudah mulai cair atau rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.
2. Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.
3. Tahap kegiatan, pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas “Pemahaman Diri” sebelum menyampaikan materi kepada anggota kelompok, pemimpin kelompok menanyakan tentang ‘siapa yang sudah mengetahui diri kalian masing-masing’?. Kemudian semua anggota kelompok diam dan menggelengkan kepala pertanda belum mengetahui diri mereka masing-masing. Lalu pemimpin kelompok menjelaskan sedikit apa itu pemahaman diri dan bagaimana cara untuk mengenal diri dan selanjutnya anggota kelompok yang membahas lebih lanjut tentang diri mereka masing-masing baik kelemahan dan kelebihan yang dimiliki masing-masing anggota kelompok. Sr berpendapat bahwa dirinya pintar mengaji, namun memiliki kelemahan dalam menerima pelajaran. Ag dan Ri juga memiliki kelemahan

kurang dalam menerima pelajaran, Fa ingin menjadi seorang desainer karena dirinya senang mendesain gambar pakaian. Lanjut lagi Ra berpendapat dirinya ingin menjadi pengusaha, namun dia memiliki kelemahan kurang bisa berkomunikasi dengan baik. Lain halnya Tr, In, Yus, dan Wa merasa dirinya pemalu karena memiliki kekurangan dalam melakukan segala hal. Kemudian setelah pembahasan dirasa anggota kelompok cukup mengerti tentang pemahaman diri, pemimpin kelompok menyimpulkan hasil dari pembahasan. Di samping itu, pemimpin kelompok juga mengamati siapa saja anggota kelompok yang aktif berpendapat dan yang masih belum mau untuk berpendapat.

4. Tahap pengakhiran pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

E. Lain-lain : Permainan kelompok “Bermain Kata”

PERPUSTAKAAN UNNES

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Topik Tugas : Membangun Motivasi Diri

B. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

C. Pelaksanaan Layanan

5. Waktu : 45 - 50 menit, Senin, 22 Agustus 2011
6. Tempat : Halaman Mushola SMK N 1 Jambu

D. Deskripsi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan cukup baik, pelaksanaan layanan melalui empat tahapan kegiatan yaitu:

1. Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok, kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada tahap pembentukan anggota kelompok masih terlihat tegang, bingung serta malu-malu, dan untuk mencairkan suasana pemimpin kelompok mengadakan permainan, setelah permainan suasana sudah mulai cair atau rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.
2. Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.
3. Tahap Kegiatan, pada pertemuan ketiga anggota kelompok sudah mulai menunjukkan sikap antusias dalm mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas “Memiliki motivasi yang kuat”. Pembahasan dimulai dengan memberikan pertanyaan kepada anggota kelompok seperti apa motivasi yang membuat konseli semangat dalam mencapai tujuannya. Ri berpendapat bahwa motivasi yang paling kuat untuknya adalah sang pacar dan orang tua, tetapi kalau pacar disaat sedang susah malah meninggalkan dan tidak peduli. Menurut Ra motivasinya adalah karena Ra ingin membahagiakan kedua orang tua dan menjadi orang yang sukses, sedangkan menurut Sr bahwa Sr merasa bingung dengan apa yang membuatnya semangat, Ag mengomentari pendapat Sr bahwa

hidup itu kalau tidak ada motivasi maka tidak lancar. Setelah anggota kelompok berpendapat dengan pendapatnya masing-masing kemudian pemimpin kelompok memberi gambaran tentang bagaimana cara menumbuhkan motivasi yang kuat pada diri sendiri dan membandingkan dengan pengalaman tentang teman yang memiliki semangat dan motivasi tinggi dengan orang yang tidak memiliki motivasi sama sekali sehingga binggung untuk mencapai tujuan hidup. Kemudian anggota kelompok saling bertukar pendapat tentang orang yang memiliki motivasi kuat untuk mencapai tujuan hidup dan orang yang tidak memiliki motivasi kuat untukmencapai tujuan hidup. Setelah itu, pemimpin kelompok menyimpulkan bahwa setiap masing-masing indivisu harus memiliki motivasi yang kuat untuk mencapai tujuan hidup sengan semangat dan berusaha. Disini hampir semua anggota kelompok sudah mau untuk berpendapat dan menanggapi pendapat anggota lain tentang pentingnya motivasi dalam menggapai tujuan hidup.

4. Tahap pengakhiran pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

E. Lain-lain : Permainan kelompok “Merangkai Kata”

PERPUSTAKAAN
UNNES

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Topik Tugas : Terbuka Dengan Orang Lain

B. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

C. Pelaksanaan Layanan

7. Waktu : 45 - 50 menit, Kamis 8 September 2011
8. Tempat : Ruang Rapat

D. Deskripsi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan cukup baik, pelaksanaan layanan melalui empat tahapan kegiatan yaitu:

1. Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok, kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada tahap pembentukan anggota kelompok masih terlihat tegang, bingung serta malu-malu, dan untuk mencairkan suasana pemimpin kelompok mengadakan permainan, setelah permainan suasana sudah mulai cair atau rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.
2. Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.
3. Tahap Kegiatan, pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas “Terbuka dengan orang lain”. Pembahasan dimulai dengan memberikan pertanyaan kepada anggota kelompok tentang seperti apa cara kalian bergaul dengan teman? Kemudian anggota kelompok saling berpendapat. Manurut Ag, bergaul dengan teman harus saling mengerti, menurut Ar saling berbagi, menurut Sr saling sharing dan bertukar pendapat, dan menurut Yus bergaul dengan teman harus saling menghargai. Kemudian pemimpin kelompok menyimpulkan berbagai pendapat yang dikemukakan oleh anggota-anggota kelompok tadi dan memberi penjelasan bagaimana cara bergaul yang baik dan terbuka dengan orang lain. Setiap anggota kelompok menyebutkan poin-poin cara bergaul dengan teman sebaya, pemimpin kelompok

juga bertanya apa yang anggota ketahui tentang poin-poin itu. Misalnya, poin cara berteman dan bergaul yang baik yaitu dengan setia kawan, Yus berpendapat bahwa setia kawan itu sangat penting karena mencari teman yang setia itu tidak mudah, dan saya pernah dikhianati teman saya sendiri jadi Yus berpendapat jangan mudah berteman dengan semua orang. Dan pada poin menghormati pendapat orang lain Sr berpendapat bahwa jangan mudah berteman dan menceritakan hal-hal pribadi kepada orang lain karena bisa jadi gosip dan akan membuat kita sakit hati. Dan pada poin-poin selanjutnya juga terjadi saling tukar pendapat baik antara anggota kelompok dengan pemimpin kelompok maupun dengan anggota kelompok yang lain. Pada pertemuan kali ini dinamika kelompok lebih terbentuk dan anggota kelompok lebih terlihat rileks dan tidak ragu dalam berpendapat.

4. Tahap pengakhiran pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan waktu.

E. Lain-lain : Permainan kelompok “Merangkai Nama”

PERPUSTAKAAN
UNNES

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Topik Tugas : Menyadari Dampak Gaya Hidup

B. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

C. Pelaksanaan Layanan

9. Waktu : 45 - 50 menit, Sabtu 10 September 2011
10. Tempat : Ruang Praktik Menjahit

D. Deskripsi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan cukup baik, pelaksanaan layanan melalui empat tahapan kegiatan yaitu:

1. Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok, kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada tahap pembentukan anggota kelompok masih terlihat tegang, bingung serta malu-malu, dan untuk mencairkan suasana pemimpin kelompok mengadakan permainan, setelah permainan suasana sudah mulai cair atau rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.
2. Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.
3. Tahap Kegiatan, Tahap ini dimulai dengan pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas “Menyadari dampak gaya hidup”. Pembahasan dibuka dengan memberi pertanyaan kepada anggota kelompok mengenai apa yang dimaksud dengan gaya hidup? Semua nggota kelompok terdiam dan berpikir sejenak. Kemudian Ar berpendapat gaya hidup yaitu yaitu gaul, Sr juga berpendapat bahwa gaya hidup adalah saling mengerti dan menghormati orang lain. Setelah itu pemimpin kelompok menjelaskan tentang gaya hidup, yaitu penampilan diri, status sosial, dan interaksi antara anggota masyarakat. Anggota kelompok bertanya dan saling mengemukakan pendapat tentang gaya hidup dan mulai membahas tentang dampak gaya hidup. Tidak lupa pemimpin kelompok mengarahkan dan

menyimpulkan pendapat dari anggota kelompok. Disini proses bimbingan kelompok lebih terarah dan masing-masing anggota sudah berpendapat tanpa ada perasaan malu dan ragu-ragu.

4. Tahap pengakhiran pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan

E. Lain-lain : Permainan kelompok “Dot Tiga”

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Topik Tugas : Menghormati Pendapat Orang Lain

B. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

C. Pelaksanaan Layanan

11. Waktu : 45 - 50 menit, Senin 12 September 2011

12. Tempat : Teras Ruang Kelas TKR 2

D. Deskripsi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan cukup baik, pelaksanaan layanan melalui empat tahapan kegiatan yaitu:

1. Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok, kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada tahap pembentukan anggota kelompok masih terlihat tegang, bingung serta malu-malu, dan untuk mencairkan suasana pemimpin kelompok mengadakan permainan, setelah permainan suasana sudah mulai cair atau rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.
2. Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.
3. Tahap Kegiatan, pada pertemuan keenam kegiatan bimbingan kelompok berjalan lancar. Mereka sudah terbiasa dengan anggota yang lain sehingga tidak sulit untuk membentuk dinamika kelompok. Anggota kelompok terlihat tidak sabar untuk membahas topik yang akan dibahas. Pada tahap ini topik yang disampaikan adalah ” Menghormati pendapat orang lain”. Topik tersebut bertujuan agar anggota kelompok mampu untuk mengembangkan rasa hormatnya dengan orang lain dan menghormati pendapat orang lain akan timbul keselaran dalam hidup dimanapun dan dengan siapapun kita berhubungan. Dalam tahap ini anggota kelompok sudah terlihat aktif. Pada pertemuan ini, dinamika kelompok sudah terbentuk. Anggota kelompok mampu berpendapat dalam kelompok, mampu memberikan pertanyaan, dan menjawab pertanyaan

PERPUSTAKAAN UNNES

dari pemimpin kelompok Banyak sekali gagasan dan pendapat yang dikemukakan oleh anggota kelompok karena dari kecil pasti kita diajarkan untuk menghormati orang lain. Sr berpendapat bahwa jika ingin dihormati orang lain maka hormati dulu orang lain beserta pendapatnya, Tr, Ag, Ri, Ra, Yus dan In juga berpendapat yang sama dengan Sr, Ar berpendapat bahwa menghormati pendapat orang lain sama dengan menghargai orang lain, selanjutnya Ag berpendapat dengan menghormati orang lain maka kita akan dihormati orang lain. Kemudian tentang bagaimana cara menghormati pendapat orang lain, Tr berpendapat bahwa orang yang lebih tua harus dihormati, misalnya dengan berbicara sopan dan jangan berbicara kasar, tidak membantah pendapatnya dll sedangkan pendapat dari Yus menghormati orang lain dengan menuruti perintah orang tua dan patuh pada guru. Sr juga berpendapat dengan saling menghargai dan tidak mengejek pendapat atau usulan teman berarti kita menghormati orang lain. Kemudian pemimpin kelompok menyimpulkan pendapat yang dikemukakan oleh anggota kelompok. Anggota kelompok terlihat sangat aktif dan mereka tahu apa yang mereka telah mendapatkan gambaran bagaimana cara menghormati pendapat orang lain dan mengapa kita perlu menghormati orang lain. Dapat dikatakan pelaksanaan bimbingan kelompok berjalan sangat baik dan lancar.

4. Tahap pengakhiran pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan

E. Lain-lain : Permainan kelompok “Kekompakan Kelompok”

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Topik Tugas : Cara Mengatasi Perasaan Tidak Percaya Diri

B. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

C. Pelaksanaan Layanan

13. Waktu : 45 - 50 menit, Rabu 14 September 2011
14. Tempat : Halaman Mushola

D. Deskripsi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan cukup baik, pelaksanaan layanan melalui empat tahapan kegiatan yaitu:

1. Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok, kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada tahap pembentukan anggota kelompok masih terlihat tegang, bingung serta malu-malu, dan untuk mencairkan suasana pemimpin kelompok mengadakan permainan, setelah permainan suasana sudah mulai cair atau rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.
2. Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.
3. Tahap Kegiatan, kegiatan bimbingan kelompok pada pertemuan ketujuh sudah sangat baik, karena sudah ada kedekatan antara pemimpin kelompok dengan anggota kelompok. Mereka sudah terbiasa dengan anggota yang lain sehingga tidak sulit untuk membentuk dinamika kelompok. Anggota kelompok terlihat tidak sabar untuk membahas topik yang akan dibahas. Pada tahap ini topik yang disampaikan adalah ”Upaya meningkatkan kepercayaan diri”. Topik tersebut bertujuan agar anggota kelompok mampu untuk mengembangkan rasa kepercayaan dirinya dengan orang lain karena kepercayaan diri ini sangat berguna baik untuk sekarang dan dimasa yang akan datang. Dengan memiliki kepercayaan diri, maka anggota kelompok akan bisa memposisikan dirinya di posisi orang lain sehingga timbul rasa saling menghormati, menghargai, percaya,

dan saling menyayangi. Dalam tahap ini anggota kelompok sudah terlihat aktif. Pada pertemuan ini, dinamika kelompok sudah terbentuk. Anggota kelompok mampu berpendapat dalam kelompok, mampu memberikan pertanyaan, dan menjawab pertanyaan dari pemimpin kelompok. Pembahasan dimulai dengan pemimpin kelompok menjelaskan tentang apa itu kepercayaan diri dan contoh dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian pemimpin kelompok bertanya untuk apa kita harus percaya diri? Tr berpendapat bahwa dengan kepercayaan diri akan tercipta rasa saling hormat menghormati, sedangkan Ri berpendapat kepercayaan diri penting untuk menjadi seseorang yang lebih baik, selanjutnya Sr dan In juga berpendapat dengan percaya diri orang akan berbuat baik dimanapun dan dengan siapapun. Dari pendapat-pendapat yang dikemukakan oleh anggota kelompok, pemimpin kelompok menyimpulkan cara untuk menumbuhkan kepercayaan diri serta menambahkan berdasarkan teori cara untuk menumbuhkan kepercayaan diri.

4. Tahap pengakhiran pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan kegiatan lanjutan.

E. Lain-lain : Permainan kelompok “Kekompakan Kelompok”

PERPUSTAKAAN
UNNES

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Topik Tugas : Membina Rasa Persahabatan

B. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu.

C. Pelaksanaan Layanan

15. Waktu : 45 - 50 menit, Selasa 13 September 2011
16. Tempat : Halaman Mushola

D. Deskripsi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan cukup baik, pelaksanaan layanan melalui empat tahapan kegiatan yaitu:

1. Tahap pembentukan yang diisi dengan penyampaian tentang maksud, pengertian, tujuan, fungsi, asas dan tata cara pelaksanaan pelaksaan bimbingan kelompok, kemudian memperkenalkan diri dan memimpin perkenalan anggota kelompok, kemudian dilanjutkan dengan permainan yang bertujuan untuk menciptakan keakraban anggota kelompok. Pada tahap pembentukan anggota kelompok masih terlihat tegang, bingung serta malu-malu, dan untuk mencairkan suasana pemimpin kelompok mengadakan permainan, setelah permainan suasana sudah mulai cair atau rileks, pemimpin kelompok melanjutkan ke tahap peralihan.
2. Tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok bagaimana kesiapan untuk masuk tahap selanjutnya dan anggota kelompok siap untuk memasuki tahap kegiatan.
3. Tahap Kegiatan, pemimpin kelompok menjelaskan materi yang akan dibahas atau disampaikan yaitu topik tugas “Membina Rasa Persahabatan”. Pembahasan dimulai dengan pemimpin kelompok bertanya kepada anggota kelompok apakah mempunyai teman dan apa perbedaan antara teman dengan sahabat. Menurut Yus teman itu hubungannya biasa saja, kalau sahabat hubungannya lebih dekat. Sr berpendapat bahwa sahabat itu ada disaat suka dan duka, serta saling bisa memahami. Namun selama kegiatan berlangsung anggota kelompok belum paham apa arti dari sahabat yang sebenarnya. Kurang adanya sikap mengerti dan menghargai pendapat anggota kelompok menjadi kendala dalam komunikasi bimbingan kelompok. Disini pemimpin kelompok berupaya untuk menjembatani dan memberi pemahaman agar ada sikap saling mengerti dan menghargai

sesama anggota kelompok. Kemudian pemimpin kelompok memberikan kiat-kiat untuk menjalin persahabatan yang baik dengan sesama teman. Anggota kelompok terlihat menyimak baik-baik bagaimana untuk menjadi sahabat yang baik. Anggota kelompok terlihat lebih rileks dan semua anggota kelompok mau berpendapat dibanding ketika pertemuan pertama.

4. Tahap pengakhiran pemimpin kelompok kembali menyimpulkan hasil pembahasan yang telah disampaikan, menanyakan perasaan, pemahaman, dan hal yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi layanan bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok menanyakan kegiatan lanjutan dan kesepakatan kegiatan lanjutan.

E. Lain-lain : Permainan kelompok “Gajah Cacing”

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

RESUME KEGIATAN BIMBINGAN KELOMPOK
SISWA KELAS X SMK N 1 JAMBU

Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
Topik : Bangga Atas Sifat-Sifat Baik Yang dimiliki
Praktikan : Nidawati Wahyu Pinasti
Tempat Pelaksanaan : Halaman Mushola
Tanggal Pelaksanasan : 18 Agustus 2011
Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

Berikut merupakan keterangan serta gambaran kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan :

A. Anggota Kelompok
   1. Agus Wibowo
   2. Ragil Indra Agung Setiawan
   3. Rizky Al Kholid
   4. Trimanto
   5. Wahid Igar Muhammad
   6. Arravi Anas Khafid
   7. Fa'ijanah
   8. Inda Prista Sari
   9. Sri Sulistyaningsih
   10. Yustina Dyah Pusporini
B. Topik : Topik Tugas
C. Topik yang dibahas : Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki
D. Proses Pelaksanaan

   Berikut ini merupakan gambaran dari proses pelaksanaan kegiatan Bimbingan Kelompok, yaitu :

   1. Mengkomunikasikan rencana layanan bimbingan kelompok
      - Memberitahukan pada guru pembimbing bahwa peneliti akan menyelenggarakan kegiatan bimbingan kelompok, dan meminta waktu pelaksanaan kegiatan.

- Menginformasikan pada siswa kelas X yang menjadi anggota kelompok bahwa akan diadakan bimbingan kelompok. Memberikan dorongan agar mereka dapat mengikuti kegiatan tersebut dengan menjelaskan manfaat dan tujuan dari kegiatan tersebut.
- Menyampaikan tujuan yang hendak dicapai dengan adanya bimbingan kelompok dan harapan setelah pembahasan topik.

2. Mengorganisasikan kegiatan layanan Bimbingan Kelompok
   - Setelah memperoleh waktu dan tempat pelaksanaan (jadwal) maka peneliti menyiapkan untuk kegiatan bimbingan kelompok.
3. Menyelenggarakan layanan Bimbingan Kelompok dengan tahap–tahap pelaksanaannya sebagai berikut :

   b. <u>Tahap Pembentukan</u>

      1) Peneliti mengucapkan salam, mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Setelah hal tersebut peneliti membuka pembicaraan dalam kelompok dengan topik tugas agar kedekatan dalam kelompok menjadi lebih baik.
      2) Peneliti menjelaskan tentang pengertian, tujuan dan asas-asas yang digunakan dalam bimbingan kelompok.
         - Pengertian bimbingan kelompok yaitu suatu kegiatan yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas tema/topik tertentu .
         - Tujuan bimbingan kelompok yaitu :
           - Membahas topik-topik tertentu
           - Berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa dan melatih siswa untuk berani berpendapat.
         - Asas-asas bimbingan kelompok, yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, dan kesukarelaan.
      3) Saling memperkenalkan diri baik peneliti sebagai pemimpin kelompok maupun kelayan sebagai anggota kelompok.
      4) Mengadakan kontrak waktu dengan anggota kelompok. Dan disepakati 45 - 50 menit setelah pulang sekolah.
      5) Anggota kelompok terlihat tegang dan ada yang terlihat bosan, maka pemimpin kelompok mengadakan permainan.

   c. <u>Tahap Peralihan</u>

Peneliti mengamati kesiapan anggota kelompok dan menanyakan kesiapan para anggota kelompok untuk masuk pada tahap kegiatan.

d. Tahap Kegiatan

1) Penyampaian materi

Pemimpin kelompok menyampaikan materi yang akan dibahas dalam kegiatan yaitu "Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki".

Tujuan dari penyampaian materi tersebut adalah untuk mengenal dirinya sendiri mengenai kelemahan dan kelebihan yang dimiliki dirinya dan dapat mengembangkan potensi diri ke arah yang lebih baik. Siswa juga mencoba menggali kelebihan yang ada dalam dirinya dan menyadari kelemahan yang ada dalam dirinya.

2) Pengembangan topik

- Pengertian
- Perlunya kita mengenal diri sendiri
- Mencari kelemaham dan kelebihan diri
- Cara Mengenal diri

3) Pemberian dorongan kepada anggota untuk memberikan tangapan mengenai topik.

4) Diskusi antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok.

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok muncul pendapat, ide, saran dan tanggapan tentang topik dari anggota kelompok. Walaupun masih ada anggota kelompok yang diam karena masih takut atau malu-malu dalam mengemukakan pendapatnya. Berikut merupakan beberapa tanggapan, pendapat, serta pertanyaan yang muncul dalam proses kegiatan bimbingan kelompok adalah :

- Agus : (selama kegiatan cenderung diam dan kelihatan malas).
- Ragil : (selama kegiatan cenderung diam masih malu-malu untuk mengemukakan pendapatnya).
- Rizki : (selama kegiatan cenderung diam masih malu-malu untuk mengemukakan pendapatnya).
- Wahid : (selama kegiatan cenderung diam masih malu-malu untuk mengemukakan pendapatnya).

- Arravi : berpendapat bahwa dengan mengenal diri dapat mengetahui pribadi kita seperti apa.
- Fa'i : berpendapat bahwa dirinya mempunyai kelemahan kurang pandai, namun akan berusaha dan belajar agar lebih pandai dan dapat mengembangkan kelebihan yang ia miliki yaitu mendesain pakaian.
- Inda : berpendapat bahwa dirinya minder apabila berhadapan dengan orang lain. Namun akan merubah kelemahannya itu agar menjadi kelebihan.
- Sri : berpendapat bahwa kita harus sadar dengan kelemahan diri kita dan berusaha memperbaiki kelemahan tersebut.
- Yustina : berpendapat bahwa untuk bisa mengembangkan diri yang paling penting harus percaya diri dan tidak perlu mempedulikan pendapat orang lain yang meremehkan kita.

5) Membuat kesimpulan dari topik yang disampaikan setelah mendapat tanggapan dari anggota kelompok.

Kesimpulan yang dapat diambil dari pelaksanaan bimbingan kelompok ini adalah :

Pemahaman diri merupakan pengenalan diri kita baik kelemahan dan kelebihan yang dimiliki kita. Dengan mengenal diri, kita berusaha memperbaiki kelemahan dan mengembangkan kelebihan yang kita miliki.

e. <u>Pengakhiran</u>

1) Menyampaikan hasil kesimpulan pada anggota kelompok.

Pemimpin kelompok membacakan kesimpulan akhir kegiatan.

2) Pemimpin kelompok menanyakan bagaimana pemahaman, perasaan dan tindakan yang akan dilakukan terkait topik yang telah dibahas bersama setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok.

3) Menyampaikan rencana proses tindak lanjut kepada anggota.

Pemimpin kelompok menyampaikan rencana yang akan dilakukan setelah pengambilan kesimpulan kegiatan, yaitu mengadakan kegitan bimbingan kelompok lanjutan dengan tema berbeda dengan tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri anggota kelompok.

4) Kegiatan ditutup dengan ucapan terima kasih dan salam

RESUME KEGIATAN BIMBINGAN KELOMPOK
SISWA KELAS X SMK N 1 JAMBU

Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
Topik : Membina Rasa Persahabatan
Praktikan : Nidawati Wahyu Pinasti
Tempat Pelaksanaan : Halaman Mushola
Tanggal Pelaksanasan : 14 September 2011
Sasaran Layanan : 10 siswa X SMK N 1 Jambu

Berikut merupakan keterangan serta gambaran kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan :

A. Anggota Kelompok
   1. Agus Wibowo
   2. Ragil Indra Agung Setiawan
   3. Rizky Al Kholid
   4. Trimanto
   5. Wahid Igar Muhammad
   6. Arravi Anas Khafid
   7. Fa'ijanah
   8. Inda Prista Sari
   9. Sri Sulistyaningsih
   10. Yustina Dyah Pusporini

11. Topik : Topik Tugas
12. Proses Pelaksanaan

    Berikut ini merupakan gambaran dari proses pelaksanaan kegiatan Bimbingan Kelompok, yaitu :

    1. Mengkomunikasikan rencana layanan bimbingan kelompok
    2. Mengorganisasikan kegiatan layanan bimbingan kelompok
       - Setelah memperoleh waktu dan tempat pelaksanaan (jadwal) dari guru pembimbing maka peneliti menyiapkan untuk kegiatan bimbingan kelompok.
    3. Menyelenggarakan layanan Bimbingan Kelompok dengan tahap–tahap pelaksanaannya sebagai berikut :
       a. <u>Tahap Pembentukan</u>

1) Peneliti mengucapkan salam, mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Kemudian peneliti membuka pembicaraan dalam kelompok dengan topik tugas agar kedekatan dalam kelompok menjadi lebih baik.
2) Peneliti menjelaskan tentang pengertian, tujuan dan asas-asas yang digunakan dalam bimbingan kelompok.
   - Pengertian bimbingan kelompok yaitu suatu kegiatan yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas tema/topik tertentu .
   - Tujuan bimbingan kelompok yaitu :
     - Membahas topik-topik tertentu
     - Berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa dan melatih siswa untuk berani berpendapat.
   - Asas-asas bimbingan kelompok, yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, dan kesukarelaan.
3) Mengadakan kontrak waktu dengan anggota kelompok. Dan disepakati 45 menit setelah pulang sekolah.
4) Anggota kelompok terlihat tegang dan ada yang terlihat bosan, maka pemimpin kelompok mengadakan permainan. Anggota kelompok terlihat antusias mengikuti permainan tersebut.

b. <u>Tahap Peralihan</u>

Peneliti mengamati kesiapan anggota kelompok dan menanyakan kesiapan para anggota kelompok untuk masuk pada tahap kegiatan.

c. <u>Tahap Kegiatan</u>

1) Penyampaian materi

Pemimpin kelompok menyampaikan materi dalam kegiatan yaitu "Membina Rasa Persahabatan".

Tujuan dari penyampaian materi tersebut adalah membina persahabatan sangat baik untuk dilakukan. Usia siswa yang tergolong masih remaja biasanya lebih suka bergaul dengan teman daripada dengan saudara ataupun orangtua. Pertemanan ini bisa berdampak buruk dan sangat baik. Karena itu rasa persahabatan perlu dibina agar pertemanan bisa langgeng.

2) Pengembangan topik
   - Sudahkan mempunyai sahabat dan apa arti dari sahabat
   - Alasan mengapa menjadikan seseorang sebagai sahabat
   - Kiat-kiat membina persahabatan
3) Pemberian dorongan kepada anggota untuk memberikan tangapan mengenai topik.
4) Diskusi antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok

   Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok muncul pendapat, ide, saran dan tanggapan tentang topik dari anggota kelompok. Berikut merupakan beberapa tanggapan, pendapat, serta pertanyaan yang muncul dalam proses kegiatan bimbingan kelompok adalah :

   - Agus : tidak mengikuti kegiatan karena tidak berangkat sekolah.
   - Ragil : (selama kegiatan terlihat diam dan kurang tertarik untuk ikut serta berpendapat dalam kelompok).
   - Rizki : (selama kegiatan cenderung diam dan malu untuk berpendapat).
   - Trimanto : (selama kegiatan cenderung diam dan malu untuk berpendapat).
   - Arravi : berpendapat bahwa perbedaan teman dengan sahabat adalah teman itu biasa sedangkan sahabat hubungannya lebih dekat.
   - Inda : berpendapat bahwa teman itu semuanya sedangkan sahabat bisa diajak untuk saling curhat atau sharing.
   - wahid : berpendapat bahwa sahabat harus ada disaat suka maupun duka, serta saling memahami satu sama lain. Persahabatan bagai kepompong. Alasan bersahabat dengan seseorang karena mempunyai selera yang sama, saling mengerti dan bisa dipercaya.
   - Fa'i : berpendapat bahwa alasan mengapa bersahabat adalah memiliki hobi yang sama yaitu bermusik dan anime. Dengan kesamaan hobi itu menjadikan lebih dekat dan bisa saling sharing dan tukar pikiran.
   - Yustina : berpendapat bahwa sahabatnya adalah teman semasa SMP dulu dan temannya itu sangat baik sehingga sampai saat ini hubungan persahabatan terus berjalan dengan baik.

5) Membuat kesimpulan dari topik yang disampaikan setelah mendapat tanggapan dari anggota kelompok.

Kesimpulan yang dapat diambil dari pelaksanaan bimbingan kelompok ini adalah :

Hubungan persahabatan perlu dijaga agar bisa awet dan langgeng. Dengan memiliki sahabat, hidup kita akan menjadi lebih bermakna dan lebih indah, karena itu jangan membeda-bedakan teman dan bersahabatlah dengan siapapun juga. Agar hubungan dengan sahabat terjaga dengan baik maka perlu sikap saling menghormati dan menghargai teman kita, saling sharing dan bertukar pikiran, sampaikan secara baik-baik bila kita merasa tidak nyaman dengan teman kita dan saling menyayangi dengan sahabat-sahabat kita.

d. Pengakhiran

1) Menyampaikan hasil kesimpulan pada anggota kelompok.
Pemimpin kelompok membacakan kesimpulan akhir kegiatan.
2) Pemimpin kelompok menanyakan bagaimana pemahaman, perasaan dan tindakan yang akan dilakukan setelah pembahasan topik.
3) Menyampaikan rencana proses tindak lanjut kepada anggota.

Pemimpin kelompok menyampaikan rencana yang akan dilakukan setelah pengambilan kesimpulan kegiatan, yaitu mengadakan kegitan bimbingan kelompok lanjutan dengan tema berbeda dengan tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri anggota kelompok.

4) Kegiatan ditutup dengan ucapan terima kasih dan salam.

RESUME KEGIATAN BIMBINGAN KELOMPOK
SISWA KELAS X SMK N 1 JAMBU

Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
Topik : Membangun Motivasi Diri
Praktikan : Nidawati Wahyu Pinasti
Tempat Pelaksanaan : Ruang BK
Tanggal Pelaksanasan : 22 Agustus 2011
Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

Berikut merupakan keterangan serta gambaran kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan :

A. Anggota Kelompok
   1. Agus Wibowo
   2. Ragil Indra Agung Setiawan
   3. Rizky Al Kholid
   4. Trimanto
   5. Wahid Igar Muhammad
   6. Arravi Anas Khafid
   7. Fa'ijanah
   8. Inda Prista Sari
   9. Sri Sulistyaningsih
   10. Yustina Dyah Pusporini

B. Topik : Topik Tugas

C. Proses Pelaksanaan

Berikut ini merupakan gambaran dari proses pelaksanaan kegiatan Bimbingan Kelompok, yaitu :

1. Mengkomunikasikan rencana layanan bimbingan kelompok
2. Mengorganisasikan kegiatan layanan bimbingan kelompok
   - Setelah memperoleh waktu dan tempat pelaksanaan (jadwal) dari guru pembimbing maka peneliti menyiapkan untuk kegiatan bimbingan kelompok.
3. Menyelenggarakan layanan Bimbingan Kelompok dengan tahap–tahap pelaksanaannya sebagai berikut :

a. Tahap Pembentukan

1) Peneliti mengucapkan salam, mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Setelah hal tersebut peneliti membuka pembicaraan dalam kelompok dengan topik bebas agar kedekatan dalam kelompok menjadi lebih baik.
2) Peneliti menjelaskan tentang pengertian, tujuan dan asas-asas yang digunakan dalam bimbingan kelompok.
   - Pengertian bimbingan kelompok yaitu suatu kegiatan yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas tema/topik tertentu .
   - Tujuan bimbingan kelompok yaitu :
     - Membahas topik-topik tertentu
     - Berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa dan melatih siswa untuk berani berpendapat.
   - Asas-asas bimbingan kelompok, yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, dan kesukarelaan..
3) Mengadakan kontrak waktu dengan anggota kelompok. Dan disepakati 45 menit.
4) Anggota kelompok terlihat tegang dan ada yang terlihat bosan, maka pemimpin kelompok mengadakan permainan "Merangkai Kata". Anggota kelompok terlihat antusias mengikuti permainan tersebut.

b. Tahap Peralihan

Peneliti mengamati kesiapan anggota kelompok dan menanyakan kesiapan para anggota kelompok untuk masuk pada tahap kegiatan.

c. Tahap Kegiatan

1) Penyampaian materi

   Pemimpin kelompok menyampaikan materi dalam kegiatan yaitu "Motivasi Diri".

   Tujuan dari penyampaian materi tersebut adalah siswa mengetahui cita-cita dan tujuan yang ingin dicapai dalam hidup.
2) Pengembangan topik
   - Menyebutkan apa yang membuat siswa termotivasi
   - Tujuan Hidup yang akan diraih
3) Pemberian dorongan kepada anggota untuk memberikan tangapan mengenai topik.

4) Diskusi antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok muncul pendapat, ide, saran dan tanggapan tentang topik dari anggota kelompok. Berikut merupakan beberapa tanggapan, pendapat, serta pertanyaan yang muncul dalam proses kegiatan bimbingan kelompok adalah :.

- Agus : (selama kegiatan terlihat diam dan hanya menyimak materi dan pembahasan).
- Ragil : (selama kegiatan terlihat diam dan malu-malu dalam berpendapat).
- Inda : berpendapat bahwa yang memotivasi dirinya dan menyemangatinya adalah kedua orang tuanya.
- Yustina : berpendapat bahwa teman atau pacarnya lah yang membuat semangat.
- Trimanto: berpendapat bahwa tujuan hidupnya hanya satu, yaitu membahagiakan kedua orang tua.

5) Membuat kesimpulan dari topik yang disampaikan setelah mendapat tanggapan dari anggota kelompok.

Kesimpulan yang dapat diambil dari pelaksanaan bimbingan kelompok ini adalah :

Motivasi yang kuat sangat dibutuhkan oleh setiap manusia untuk menraih kesuksesan dan mencapai tujuannya. Setiap orang harus memiliki motivasi yang kuat dan penyemangat yang selalu dapat memberikan motivasi tersebut.

d. <u>Pengakhiran</u>

1) Menyampaikan hasil kesimpulan pada anggota kelompok.

Pemimpin kelompok membacakan kesimpulan akhir kegiatan.

2) Pemimpin kelompok menanyakan bagaimana pemahaman, perasaan dan tindakan yang akan dilakukan setelah pembahasan topik.

3) Menyampaikan rencana proses tindak lanjut kepada anggota.

Pemimpin kelompok menyampaikan rencana yang akan dilakukan setelah pengambilan kesimpulan kegiatan, yaitu mengadakan kegitan bimbingan kelompok lanjutan dengan tema berbeda dengan tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri anggota kelompok.

4) Kegiatan ditutup dengan ucapan terima kasih dan salam.

RESUME KEGIATAN BIMBINGAN KELOMPOK
SISWA KELAS X SMK N 1 JAMBU

Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
Topik : Menghormati Pendapat Orang Lain
Praktikan : Nidawati Wahyu Pinasti
Tempat Pelaksanaan : Teras Ruang Kelas
Tanggal Pelaksanasan : 12 September 2011
Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

Berikut merupakan keterangan serta gambaran kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan :

A. Anggota Kelompok
1. Agus Wibowo
2. Ragil Indra Agung Setiawan
3. Rizky Al Kholid
4. Trimanto
5. Wahid Igar Muhammad
6. Arravi Anas Khafid
7. Fa'ijanah
8. Inda Prista Sari
9. Sri Sulistyaningsih
10. Yustina Dyah Pusporini

B. Topik : Topik Tugas

C. Proses Pelaksanaan

Berikut ini merupakan gambaran dari proses pelaksanaan kegiatan Bimbingan Kelompok, yaitu :

1. Mengkomunikasikan rencana layanan bimbingan kelompok
2. Mengorganisasikan kegiatan layanan bimbingan kelompok
   - Setelah memperoleh waktu dan tempat pelaksanaan (jadwal) dari guru pembimbing maka peneliti menyiapkan untuk kegiatan bimbingan kelompok.
3. Menyelenggarakan layanan Bimbingan Kelompok dengan tahap–tahap pelaksanaannya sebagai berikut :
   a. <u>Tahap Pembentukan</u>

1) Peneliti mengucapkan salam, mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Kemudian peneliti membuka pembicaraan dalam kelompok dengan topik bebas agar kedekatan dalam kelompok menjadi lebih baik.
2) Peneliti menjelaskan tentang pengertian, tujuan dan asas-asas yang digunakan dalam bimbingan kelompok.
   - Pengertian bimbingan kelompok yaitu suatu kegiatan yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas tema/topik tertentu .
   - Tujuan bimbingan kelompok yaitu :
     - Membahas topik-topik tertentu
     - Berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa dan melatih siswa untuk berani berpendapat.
   - Asas-asas bimbingan kelompok, yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, dan kesukarelaan.
3) Mengadakan kontrak waktu dengan anggota kelompok. Dan disepakati 45 menit.
4) Anggota kelompok terlihat tegang dan ada yang terlihat bosan, maka pemimpin kelompok mengadakan permainan. Anggota kelompok terlihat senang mengikuti permainan tersebut.

b. <u>Tahap Peralihan</u>

Peneliti mengamati kesiapan anggota kelompok dan menanyakan kesiapan para anggota kelompok untuk masuk pada tahap kegiatan.

c. <u>Tahap Kegiatan</u>

1) Penyampaian materi

Pemimpin kelompok menyampaikan materi dalam kegiatan yaitu "Menghormati Pendapat Orang Lain".

Tujuan dari penyampaian materi tersebut adalah agar siswa dapat melakukan cara bergaul yang baik dengan teman sebaya serta dapat menghargai pendapat yang disampaikan orang lain tanpa menyinggung perasaan.

2) Pengembangan topik
   - Mendengarkan Orang Lain
   - Cara bergaul siswa dalam kesehariannya di sekolah

3) Pemberian dorongan kepada anggota untuk memberikan tangapan mengenai topik.
4) Diskusi antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok

   Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok muncul pendapat, ide, saran dan tanggapan tentang topik dari anggota kelompok. Berikut merupakan beberapa tanggapan, pendapat, serta pertanyaan yang muncul dalam proses kegiatan bimbingan kelompok adalah :

   - Inda : (selama kegiatan terlihat diam dan lebih suka mendengarkan pendapat siswa lain dan malu-malu ketika berpendapat).
   - Yustina : berpendapat bahwa dalam bergaul dengan teman harus saling mengerti dan menghormati.
   - M. Salam : berpendapat bahwa bergaul yang baik dengan saling sharing dan bertukar pendapat.
   - Dian : berpendapat bahwa berdiskusi dengan teman harus saling menghargai pendapat teman.

   Kesimpulan yang dapat diambil dari pelaksanaan bimbingan kelompok ini adalah :

   Menghormati pendapat orang lain perlu dilakukan guna terciptanya suasana yang nyaman dan menyenangkan karena tidak ada seorangpun yang menginginkan perpecahan dan permusuhan dalam berteman.

d. <u>Pengakhiran</u>

1) Menyampaikan hasil kesimpulan pada anggota kelompok.

   Pemimpin kelompok membacakan kesimpulan akhir kegiatan.
2) Pemimpin kelompok menanyakan bagaimana pemahaman, perasaan dan tindakan yang akan dilakukan setelah pembahasan topik.
3) Menyampaikan rencana proses tindak lanjut kepada anggota.

   Pemimpin kelompok menyampaikan rencana yang akan dilakukan setelah pengambilan kesimpulan kegiatan, yaitu mengadakan kegitan bimbingan kelompok lanjutan dengan tema berbeda dengan tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri anggota kelompok.
4) Kegiatan ditutup dengan ucapan terima kasih dan salam

RESUME KEGIATAN BIMBINGAN KELOMPOK
KELAS X SMK N 1 JAMBU

Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
Topik : Terbuka Dengan Orang Lain
Praktikan : Nidawati Wahyu Pinasti
Tempat Pelaksanaan : Ruang BK
Tanggal Pelaksanasan : 8 September 2011
Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

Berikut merupakan keterangan serta gambaran kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan :

A. Anggota Kelompok
   1. Agus Wibowo
   2. Ragil Indra Agung Setiawan
   3. Rizky Al Kholid
   4. Trimanto
   5. Wahid Igar Muhammad
   6. Arravi Anas Khafid
   7. Fa'ijanah
   8. Inda Prista Sari
   9. Sri Sulistyaningsih
   10. Yustina Dyah Pusporini
B. Topik : Topik Tugas
C. Proses Pelaksanaan

   Berikut ini merupakan gambaran dari proses pelaksanaan kegiatan Bimbingan Kelompok, yaitu :

   1. Mengkomunikasikan rencana layanan bimbingan kelompok
   2. Mengorganisasikan kegiatan layanan bimbingan kelompok
      - Setelah memperoleh waktu dan tempat pelaksanaan (jadwal) dari guru pembimbing maka peneliti menyiapkan untuk kegiatan bimbingan kelompok.
   3. Menyelenggarakan layanan Bimbingan Kelompok dengan tahap–tahap pelaksanaannya sebagai berikut :

a. Tahap Pembentukan

1) Peneliti mengucapkan salam, mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Setelah hal tersebut peneliti membuka pembicaraan dalam kelompok dengan topik bebas agar kedekatan dalam kelompok menjadi lebih baik.
2) Peneliti menjelaskan tentang pengertian, tujuan dan asas-asas yang digunakan dalam bimbingan kelompok.
   - Pengertian bimbingan kelompok yaitu suatu kegiatan yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas tema/topik tertentu .
   - Tujuan bimbingan kelompok yaitu :
     - Membahas topik-topik tertentu
     - Berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa dan melatih siswa untuk berani berpendapat.
   - Asas-asas bimbingan kelompok, yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, dan kesukarelaan.
3) Saling memperkenalkan diri baik peneliti sebagai pemimpin kelompok maupun siswa sebagai anggota kelompok.
4) Mengadakan kontrak waktu dengan anggota kelompok. Dan disepakati 45 menit.
5) Anggota kelompok terlihat tegang dan ada yang terlihat bosan, maka pemimpin kelompok mengadakan permainan. Anggota kelompok terlihat senang mengikuti permainan.

b. Tahap Peralihan

Peneliti mengamati kesiapan anggota kelompok dan menanyakan kesiapan para anggota kelompok untuk masuk pada tahap kegiatan.

c. Tahap Kegiatan

1) Penyampaian materi
2) Pengembangan topik
3) Pemberian dorongan kepada anggota untuk memberikan tanggapan mengenai topik.
4) Diskusi antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok muncul pendapat, ide, saran dan tanggapan tentang topik dari anggota kelompok.

Kesimpulan yang dapat diambil dari pelaksanaan bimbingan kelompok ini adalah :

Dalam bersahabat perlu adanya sikap saling menerima dan memberi, menerima apa adanya diri kita, saling mengerti dan menghargai, serta sikap saling terbuka agar terjalin persahabatan yang menyenangkan.

d. Pengakhiran

1) Menyampaikan hasil kesimpulan pada anggota kelompok.
   Pemimpin kelompok membacakan kesimpulan akhir kegiatan.
2) Pemimpin kelompok menanyakan bagaimana pemahaman, perasaan dan tindakan yang akan dilakukan setelah pembahasan topik.
3) Menyampaikan rencana proses tindak lanjut kepada anggota.
   Pemimpin kelompok menyampaikan rencana yang akan dilakukan setelah pengambilan kesimpulan kegiatan, yaitu mengadakan kegitan bimbingan kelompok lanjutan dengan tema berbeda dengan tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri anggota kelompok.
4) Kegiatan ditutup dengan ucapan terima kasih dan salam

PERPUSTAKAAN UNNES

RESUME KEGIATAN BIMBINGAN KELOMPOK
KELAS X SMK N 1 JAMBU

Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
Topik : Menyadari Dampak Gaya Hidup
Praktikan : Nidawati Wahyu Pinasti
Tempat Pelaksanaan : Ruang BK
Tanggal Pelaksanasan : 10 September 2011
Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

Berikut merupakan keterangan serta gambaran kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan :

A. Anggota Kelompok
   1. Agus Wibowo
   2. Ragil Indra Agung Setiawan
   3. Rizky Al Kholid
   4. Trimanto
   5. Wahid Igar Muhammad
   6. Arravi Anas Khafid
   7. Fa'ijanah
   8. Inda Prista Sari
   9. Sri Sulistyaningsih
   10. Yustina Dyah Pusporini
B. Topik : Topik Tugas
C. Proses Pelaksanaan

   Berikut ini merupakan gambaran dari proses pelaksanaan kegiatan Bimbingan Kelompok, yaitu :

   1. Mengkomunikasikan rencana layanan bimbingan kelompok
   2. Mengorganisasikan kegiatan layanan bimbingan kelompok

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

- Setelah memperoleh waktu dan tempat pelaksanaan (jadwal) dari guru pembimbing maka peneliti menyiapkan untuk kegiatan bimbingan kelompok.

3. Menyelenggarakan layanan Bimbingan Kelompok dengan tahap–tahap pelaksanaannya sebagai berikut :

a. Tahap Pembentukan

1) Peneliti mengucapkan salam, mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Setelah hal tersebut praktikan membuka pembicaraan dalam kelompok dengan topik bebas agar kedekatan dalam kelompok menjadi lebih baik.

2) Peneliti menjelaskan tentang pengertian, tujuan dan asas-asas yang digunakan dalam bimbingan kelompok.

- Pengertian bimbingan kelompok yaitu suatu kegiatan yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas tema/topik tertentu .
- Tujuan bimbingan kelompok yaitu :
  - Membahas topik-topik tertentu
  - Berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa dan melatih siswa untuk berani berpendapat.
- Asas-asas bimbingan kelompok, yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, dan kesukarelaan.

3) Saling memperkenalkan diri baik peneliti sebagai pemimpin kelompok maupun siswa sebagai anggota kelompok.

4) Mengadakan kontrak waktu dengan anggota kelompok. Dan disepakati 45 menit.

5) Anggota kelompok terlihat tegang dan ada yang terlihat bosan, maka pemimpin kelompok mengadakan permainan. Anggota kelompok terlihat senang mengikuti permainan tersebut.

b. Tahap Peralihan

Peneliti mengamati kesiapan anggota kelompok dan menanyakan kesiapan para anggota kelompok untuk masuk pada tahap kegiatan.

c. Tahap Kegiatan

1) Penyampaian materi

Pemimpin kelompok menyampaikan materi dalam kegiatan yaitu “Menyadari Dampak Gaya Hidup”.

PERPUSTAKAAN UNNES

Tujuan dari penyampaian materi tersebut adalah agar siswa mengetahui bagaimana cara meningkatkan perasaan percaya diri dalam lingkungan keluarga, sekolah atau pun di masyarakat.

2) Pengembangan topik
   - Mengapa kita berpenampilan yang sesuai dengan norma
   - Bagaimana cara berprilaku kita agar diterima dalam masyarakat
3) Pemberian dorongan kepada anggota untuk memberikan tangapan mengenai topik.
4) Diskusi antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok

   Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok muncul pendapat, ide, saran dan tanggapan tentang topik dari anggota kelompok. Berikut merupakan beberapa tanggapan, pendapat, serta pertanyaan yang muncul dalam proses kegiatan bimbingan kelompok adalah :

   - Inda : berpendapat bahwa jika ingin percaya diri maka harus berpenampilan ang dapat diterima oleh masyarakat
   - Trimanto : berpendapat bahwa penampilan iti mencerminkan diri.

   Kesimpulan yang dapat diambil dari pelaksanaan bimbingan kelompok ini adalah :

   Penampilan mempengaruhi kepercayaan diri, jadi jika ingin diterima didalam masyarakat maka kita harus mampu menjaga penampilan karena penampilan mencerminkan siapa diri kita.

d. <u>Pengakhiran</u>

1) Menyampaikan hasil kesimpulan pada anggota kelompok.

   Pemimpin kelompok membacakan kesimpulan akhir kegiatan.
2) Pemimpin kelompok menanyakan bagaimana pemahaman, perasaan dan tindakan yang akan dilakukan setelah pembahasan topik.
3) Menyampaikan rencana proses tindak lanjut kepada anggota.

   Pemimpin kelompok menyampaikan rencana yang akan dilakukan setelah pengambilan kesimpulan kegiatan, yaitu mengadakan kegitan bimbingan kelompok lanjutan dengan tema berbeda dengan tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri anggota kelompok.
4) Kegiatan ditutup dengan ucapan terima kasih dan salam.

RESUME KEGIATAN BIMBINGAN KELOMPOK
SISWA KELAS X SMK N 1 JAMBU

Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
Topik : Cara Menumbuhkan Kepercayaan diri
Praktikan : Nidawati Wahyu Pinasti
Tempat Pelaksanaan : Ruang BK
Tanggal Pelaksanasan : 13 September 2011
Sasaran Layanan : 10 siswa kelas X SMK N 1 Jambu

A. Anggota Kelompok
   1. Aji Antoni Ismail
   2. Arif Milhanudin
   3. Dian Pertiwi
   4. Kholifah Suryaningsih
   5. Muhammad Salam Lestanto
   6. Rizki Nur Hikmawati
   7. Robilahayati
   8. Singgih Pedagogi
   9. Tiya Hestiningrum
   10. Yesi Rustiana

B. Topik : Topik Tugas

C. Proses Pelaksanaan

Berikut ini merupakan gambaran dari proses pelaksanaan kegiatan Bimbingan Kelompok, yaitu :

1. Mengkomunikasikan rencana layanan bimbingan kelompok
2. Mengorganisasikan kegiatan layanan bimbingan kelompok
   - Setelah memperoleh waktu dan tempat pelaksanaan (jadwal) dari guru pembimbing maka peneliti menyiapkan untuk kegiatan bimbingan kelompok.
3. Menyelenggarakan layanan Bimbingan Kelompok dengan tahap–tahap pelaksanaannya sebagai berikut :
   a. <u>Tahap Pembentukan</u>
      1) Peneliti mengucapkan salam, mengucapkan terima kasih atas kesediaan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

Kemudian penneliti membuka pembicaraan dalam kelompok dengan topik bebas agar kedekatan dalam kelompok menjadi lebih baik.

2) Peneliti menjelaskan tentang pengertian, tujuan dan asas-asas yang digunakan dalam bimbingan kelompok.
   - Pengertian bimbingan kelompok yaitu suatu kegiatan yang dilakukan secara berkelompok untuk membahas tema/topik tertentu .
   - Tujuan bimbingan kelompok yaitu :
     - Membahas topik-topik tertentu
     - Berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa dan melatih siswa untuk berani berpendapat.
   - Asas-asas bimbingan kelompok, yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, dan kesukarelaan.
3) Saling memperkenalkan diri baik peneliti sebagai pemimpin kelompok maupun siswa sebagai anggota kelompok.
4) Mengadakan kontrak waktu dengan anggota kelompok. Dan disepakati 45 menit.
5) Anggota kelompok terlihat tegang dan ada yang terlihat bosan, maka pemimpin kelompok mengadakan permainan "Tebak Judul Lagu". Anggota kelompok terlihat senang mengikuti permainan tersebut.

b. <u>Tahap Peralihan</u>

Peneliti mengamati kesiapan anggota kelompok dan menanyakan kesiapan para anggota kelompok untuk masuk pada tahap kegiatan.

c. <u>Tahap Kegiatan</u>

1) Penyampaian materi

Pemimpin kelompok menyampaikan materi dalam kegiatan yaitu " Pentingnya dan Cara Menumbuhkan Kepercayaan diri".

Tujuan dari penyampaian materi tersebut adalah agar siswa mengetahui betapa pentingnya kepercayaan diri dalam hidup serta mengetahui cara untuk menumbuhkan kepercayaan diri.

2) Pengembangan topik
   - Pengertian kepercayaan diri dan contoh sikap kepercayaan diri
   - Pentingnya kepercayaan diri
   - Cara menumbuhkan kepercayaan diri

3) Pemberian dorongan kepada anggota untuk memberikan tangapan mengenai topik.
4) Diskusi antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok

   Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok muncul pendapat, ide, saran dan tanggapan tentang topik dari anggota kelompok. Berikut merupakan beberapa tanggapan, pendapat, serta pertanyaan yang muncul dalam proses kegiatan bimbingan kelompok adalah :

   - Agus : berpendapat bahwa dengan kepercayaan diri akan tercipta rasa saling hormat menghormati.
   - Wahid : berpendapat bahwa kepercayaan diri penting untuk menjadi seseorang yang lebih baik.
   - Trimanto: berpendapat bahwa dengan kepercayaan diri orang akan berbuat baik dimanapun dan dengan siapa pun.
   - Yustina : berpendapat bahwa cara untuk menumbuhkan kepercayaan diri yaitu dengan menghormati dan menghargai orang lain.
   - Fa'i : berpendapat bahwa cara untuk menumbuhkan kepercayaan diri dengan tidak menghina atau mengejek teman.
   - Arravi : berpendapat bahwa cara menumbuhkan kepercayaan diri yaitu dengan lebih mengerti perasaan teman.

   Kesimpulan yang dapat diambil dari pelaksanaan bimbingan kelompok ini adalah :

   Kepercayaan diri menunjuk pada memposisikan diri kita pada posisi orang lain sehingga hati kita tergerak untuk membantu orang lain tersebut. Dengan kepercayaan diri kita melihat seperti orang lain melihat dan merasakan seperti orang lain merasakan. Kepercayaan diri ini sangat penting karena dengan kepercayaan diri akan berdampak sangat baik baik kehidupan kita. Oleh karena itu kepercayaan diri perlu ditumbuhkan dalam diri seseorang.

d. <u>Pengakhiran</u>

1) Menyampaikan hasil kesimpulan pada anggota kelompok.

   Pemimpin kelompok membacakan kesimpulan akhir kegiatan.
2) Pemimpin kelompok menanyakan bagaimana pemahaman, perasaan dan tindakan yang akan dilakukan setelah pembahasan topik.

3) Menyampaikan rencana proses tindak lanjut kepada anggota.

   Pemimpin kelompok menyampaikan rencana yang akan dilakukan setelah pengambilan kesimpulan kegiatan, yaitu mengadakan kegitan bimbingan kelompok lanjutan dengan tema berbeda dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan kepercayaan diri anggota kelompok.

4) Kegiatan ditutup dengan ucapan terima kasih dan salam.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR HADIR PESERTA BIMBINGAN KELOMPOK
SISWA KELAS X SMK N 1 JAMBU TH. AJARAN 2011/2012

Hari/tanggal :
Tempat Pelaksanaan :
Judul Layanan :

No	Nama	Kelas	Tanda Tangan
1.	Agus Wibowo	TKR 1	1.
2.	Ragil Indra Agung Setiawan	TKR 1	2.
3.	Rizky Al Kholid	TKR 1	3.
4.	Trimanto	TKR 1	4.
5.	Wahid Igar Muhammad	TKR 1	5.
6.	Arrafi Annas Khafid	BB 1	6.
7.	Fa'ijanah	BB 1	7.
8.	Inda Prista Sari	BB 1	8.
9.	Sri Sulistyaningsih	BB 1	9.
10.	Yustina Dyah Pusporini	BB 1	10.

Jambu, 2011
Peneliti

Nidawati Wahyu Pinasti
NIM.1301406026

PERHITUNGAN VALIDITAS

SKALALA KEPERCAYAAN DIRI

Rumus :
Kriteria
Butir
angket
Valid jika
rxy > rtabel

Perhitungan
:

Dengan menggunakan rumus tersebut diperoleh :

$$r_{xy} = \frac{(35 \times 25252) - (110 \times 7963)}{\sqrt{\{(35 \times 356) - (110)^2\}\{(35 \times 1828911) - (7963)^2\}}}$$

$$r_{xy} = 0.536$$

Pada a = 5% dengan N= 35 diperoleh r tabel = 0,334
karena rxy > r tabel, maka angket No. 1 tersebut Valid.

PERPUSTAKAAN
UNNES

PERHITUNGAN RELIABILITAS SKALA KEPERCAYAAN DIRI

Rumus :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1}\right)\left(1 - \frac{\Sigma\sigma_b^2}{\sigma_t^2}\right)$$

Kriteria :

Apabila *r*11 > *r* tabel, maka angket tersebut reliabel

Perhitungan :

1. Varians total

$$\sigma_t^2 = \frac{\Sigma Y^2 - \frac{(\Sigma Y)^2}{N}}{N}$$

$$\sigma_t^2 = \frac{1828911 - 1668667.61}{35}$$

$$= 491.850$$

2. Varians butir

$$\sum \sigma_b^2 = \frac{\Sigma X^2 - \frac{(\Sigma X)^2}{N}}{N}$$

$$\sigma_{b1}^2 = \frac{356 - 345.71}{35} = 0.294$$

$$\sigma_{b2}^2 = \frac{387 - 377.86}{35} = 0.261$$

$$\sigma_{b3}^2 = \frac{399 - 391.11}{35} = 0.225$$

↓

$$\sigma_{b72}^2 = \frac{376 - 358.40}{35} = 0.503$$

$$\sigma_b^2 = 0.294 + 0.261 + 0.225 + \ldots + 0.503 = 74.8163$$

3. Koefisien reliabilitas

$$r_{11} = \left(\frac{72}{72 - 1}\right)\left(1 - \frac{74.816}{491.850}\right)$$

$$= 0.860$$

Pada a = 5% dengan n = 35, diperoleh r tabel = 0.334

Karena r11 > r tabel maka dapat disimpulkan bahwa angket tersebut reliabel

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Hasil Pre-test dan Post-testTingkat Kepercayaan diri

Resp	Pre-Test			Post-test			Peningkatan	
	Σ	%	K	Σ	%	K	Skor	%
Ag	184	66.91	S	195	70.91	S	11	4
Ra	144	52.36	R	168	61.09	S	24	8.73
Ri	187	68.00	S	187	68.00	S	0	0
Tr	194	70.55	S	208	75.64	T	14	5.09
Wa	151	54.91	R	159	57.82	S	8	2.91
Ar	152	55.27	R	156	56.73	S	4	1.46
Fa	143	52.00	R	148	53.82	R	5	1.82
In	149	54.18	R	158	57.45	S	9	3.27
Sr	167	60.73	S	194	70.55	S	27	9.82
Y	162	58.55	S	162	58.91	S	1	0.36
Rata-rata	**163.2**	**59.35**	**S**	**173.5**	**63.09**	**S**	**10.4**	**3.65**

PERPUSTAKAAN
UNNES

Hasil Uji *Wilcoxon*

PERHITUNGAN UJI *WILCOXON*

Kode Resp.	*Pre-Test* (X1)	*Post-Test* (X2)	Selisih (X2 – X1)	Jenjang	Tanda Jenjang	
					+	-
R-01	184	195	11	7	7	**0**
R-27	144	168	24	9	9	
R-28	187	187	0	1	1	
R-32	194	208	14	8	8	
R-33	151	159	8	5	5	
R-135	152	156	4	3	3	
R-148	143	148	5	4	4	
R-152	149	158	9	6	6	
R-164	167	194	27	10	10	
R-168	161	162	1	2	2	
Jumlah					55	**0**

Diketahui :

T = 0

n = 10

Maka nilai Z adalah :

$$Z = \frac{t - M_P}{qt} = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

Keterangan :

Z = uji wilcoxon

T = jumlah jenjang yang kecil

n = jumlah sampel

$$Z = \frac{t - M_P}{qt} = \frac{0 - \frac{10(10+1)}{4}}{\sqrt{\frac{10(10+1)(2\times 10+1)}{24}}}$$

$$Z = \frac{t - M_P}{qt} = \frac{0 - 27{,}5}{\sqrt{\frac{110\times 21}{24}}}$$

$$Z = \frac{t - M_P}{qt} = \frac{-27{,}5}{\sqrt{96{,}25}}$$

$$Z = \frac{t - M_P}{qt} = \frac{-27{,}5}{9{,}81} = -2{,}803$$

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Hasil Pengamatan Perkembangan Tingkat Kepercayaan diri

Resp.	Hasil Perkembangan								
	Indikator	Pertemuan							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Ag	*Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya*	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Memahami kemampuan diri sendiri	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri.	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki motivasi yang kuat	-	-	-	-	✓	✓	✓	✓
	Terbuka dengan orang lain	-	-	-	✓	-	-	✓	✓
	Mendengarkan orang lain	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	-	-	-	✓	-	✓	✓	✓
	Menyadari dampak gaya hidupnya								
	Saling memahami perasaan satu sama lain	-	✓	-	✓	✓	-	✓	✓
Ra	*Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya*	-	-	✓	✓	✓	-	✓	✓
	Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki	-	-	-	-	✓	✓	✓	✓
	Memahami kemampuan diri sendiri	-	-	-	✓	-	✓	✓	✓
	Penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri.	-	-	✓	✓	✓	-	✓	✓
	Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	-	-	✓	✓	✓	✓	-	✓
	Memiliki motivasi yang kuat	-	-	-	✓	-	✓	-	✓
	Terbuka dengan orang lain	-	-	-	-	-	✓	-	✓
	Mendengarkan orang lain	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	-	-	-	-	-	✓	-	✓
	Menyadari dampak gaya hidupnya	-	-	-	-	-	✓	✓	✓
	Saling memahami perasaan satu sama lain	-	-	-	✓	✓	-	✓	✓

Ri	*Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya*	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki	-	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓
	Memahami kemampuan diri sendiri	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri.	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki motivasi yang kuat	-	-	-	✓	✓	-	✓	✓
	Terbuka dengan orang lain	-	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓
	Mendengarkan orang lain	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓
	Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	-	-	-	✓	-	✓	✓	✓
	Menyadari dampak gaya hidupnya		-	-	-	-	-	✓	✓
	Saling memahami perasaan satu sama lain	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Tr	*Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya*	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memahami kemampuan diri sendiri	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri.	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki motivasi yang kuat	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Terbuka dengan orang lain	-	-	-	-	✓	-	✓	✓
	Mendengarkan orang lain	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	-	-	-	-	-	✓	✓	✓
	Menyadari dampak gaya hidupnya	-	-	-	-	-	✓	✓	✓
	Saling memahami perasaan satu sama lain	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓
Wa	*Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya*	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki	-	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Memahami kemampuan diri sendiri	-	-	✓	✓	-	✓	✓	✓

	Penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri.	-	✓	✓	-	✓	-	✓	✓
	Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki motivasi yang kuat	-	✓	-	-	-	✓	✓	✓
	Terbuka dengan orang lain	-	-	✓	-	-	✓	✓	✓
	Mendengarkan orang lain	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	-	-	-	-	✓	✓	✓	✓
	Menyadari dampak gaya hidupnya	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Ar	*Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya*	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Memahami kemampuan diri sendiri	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri.	-	✓	-	-	✓	-	✓	✓
	Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	-	✓	✓	-	✓	-	✓	✓
	Memiliki motivasi yang kuat	-	-	✓	-	-	✓	✓	✓
	Terbuka dengan orang lain	-	-	-	-	-	✓	✓	✓
	Mendengarkan orang lain	-	-	✓	-	✓	✓	✓	✓
	Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	-	-	-	-	-	✓	✓	✓
	Menyadari dampak gaya hidupnya	-	-	-	-	-	-	✓	✓
	Saling memahami perasaan satu sama lain	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓
Fa	*Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya*	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki	-	-	✓	✓	-	✓	-	✓
	Memahami kemampuan diri sendiri	✓	-	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri.	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	-
	Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki motivasi yang kuat	-	-	-	✓	✓	-	✓	-
	Terbuka dengan orang lain	-	-	-	-	✓	✓	✓	✓
	Mendengarkan orang lain	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓

	Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	-	-	-	✓	-	-	✓	✓
	Menyadari dampak gaya hidupnya	-	-	-	-	✓	✓	-	✓
	Saling memahami perasaan satu sama lain	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓
In	*Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya*	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki	✓	-	✓	✓	-	-	✓	✓
	Memahami kemampuan diri sendiri	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri.	-	-	✓	✓	-	✓	✓	-
	Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki motivasi yang kuat	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Terbuka dengan orang lain	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Mendengarkan orang lain	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	-	-	-	-	✓	✓	✓	✓
	Menyadari dampak gaya hidupnya	-	-	✓	-	✓	-	✓	✓
	Saling memahami perasaan satu sama lain	-	-	-	-	✓	-	✓	✓
Sr	*Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya*	-	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Memahami kemampuan diri sendiri	-	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri.	✓	✓	-	✓	-	✓	✓	✓
	Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki motivasi yang kuat	-	-	-	-	-	✓	✓	✓
	Terbuka dengan orang lain	-	✓	-	✓	-	-	✓	✓
	Mendengarkan orang lain	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	-	-	-	✓	-	-	✓	✓
	Menyadari dampak gaya hidupnya	-	-	-	✓	✓	-	✓	✓
	Saling memahami perasaan satu sama lain	-	✓	-	✓	✓	-	✓	✓

Yus	*Berusaha sendiri untuk memenuhi kebutuhannya*	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Bangga atas sifat-sifat baik yang dimiliki	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memahami kemampuan diri sendiri	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Penilaian kelebihan dan kekurangan diri sendiri.	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓
	Memiliki tujuan dan pemikiran yang jelas	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Memiliki motivasi yang kuat	-	✓	✓	-	-	✓	✓	✓
	Terbuka dengan orang lain	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Mendengarkan orang lain	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Berbicara secara fasih dan tanpa rasa takut	-	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓
	Menyadari dampak gaya hidupnya	-	-	-	-	-	✓	✓	✓
	Saling memahami perasaan satu sama lain	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓

PERPUSTAKAAN UNNES

DOKUMENTASI

Pelaksanaan Pre-test siswa kelas X SMK N 1 Jambu

PERPUSTAKAAN
UNNES

Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan Post – Test siswa kelas X SMK N 1 Jambu

PERPUSTAKAAN
UNNES