UPAYA MENINGKATKAN *SELF MANAGEMENT* DALAM BELAJAR MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIIID DI SMPN I JAKENAN PATI

SKRIPSI

Disusun sebagai salah satu syarat

untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Prodi Bimbingan dan Konseling

Oleh

Anik Supriyati

1301408049

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2013

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di dalam sidang Panitia Ujian Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada :

Hari :

Tanggal :

Panitia Ujian

Ketua	Sekretaris
Drs, Sutaryono, M.Pd	Drs. Eko Nusantoro, M.Pd
NIP. 19570828 198303 1 005	NIP. 19600205 199802 1 01
	Penguji Utama
	Dra. M.Th. Sri Hartati, M.Pd., Kons.
	NIP. 196012281986012001
Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Supriyo, M.Pd.	Dr. Awalya, M.Pd.,Kons.
NIP. 195109111979031002	NIP. 196011011987102001

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Semarang, Febuari 2013

Anik Supriyati
1301408049

ABSTRAK

Supriyati, Anik. 2013. ”*Upaya Meningkatkan Self Management dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIIID SMPN 1 Jakenan Pati Tahun Ajaran 2012/2013*”. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. Dosen PembimbingI: Dr. Supriyo, M.Pd dan Dosen Pembimbing II: Dr. Awalya, M. Pd; Kons.

Kata Kunci : *Self Management* dalam Belajar, Bimbingan Kelompok

Self Management dalam belajar adalah suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan ketrampilan dimana individu dapat mengelola dan mengatur diri untuk mengarahkan pengubahan tingkahlakunya sendiri untuk belajar dengan pemanipulasian stimulus dan respon baik internal maupun eksternal. Fenomena yang terjadi pada siswa kelas VIIID SMPN 1 Jakenan yaitu bahwa siswa tidak mempunyai keinginan untuk membaca, tidak memiliki hasrat pribadi untuk maju, memiliki sifat pelupa, suka bermalas-malasan, tidak memilki watak kepribadian yang baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah *Self Management* dalam belajar pada siswa kelas VIIID dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok?.

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimen. Desain yang digunakan adalah *Pre Experimental Design* dan pola eksperimen yang digunakan adalah *pre-test and post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas VIIID SMPN 1 Jakenan dengan jumlah 34 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sampel penelitian berjumlah 10 siswa terdiri dari 4 siswa berkriteria rendah dan sedang; dan 1 siswa berkriteria tinggi dan sangat tinggi. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi yang digunakan pada saat sebelum dan sesudah pemberian bimbingan kelompok. Teknik analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* dan deskriptif persentase.

Pada hasil *pre-test* diperoleh *Self Management* dalam belajar dengan kategori sedang (64,2%). Dan setelah diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok diperoleh hasil *post-test Self Management* dalam belajar dengan kategori tinggi (72,32%). Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan *Self Management* dalam belajar pada siswa sebesar 8,12%. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa $Z_{hitung}= 55 > Z_{tabel}=8$, artinya Ho ditolak dan Ha diterima.

Simpulan dari penelitian ini adalah tingkat *Self Management* dalam belajar siswa meningkat setelah diberi layanan bimbingan kelompok. Adapun saran yang dapat peneliti sampaikan adalah agar pihak sekolah memberikan jam masuk kelas kepada guru pembimbing, memberikan sarana dan prasarana untuk menunjang terlaksananya kegiatan layanan bimbingan kelompok.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Hal utama yang perlu dilakukan adalah menentukan untuk mencapai sasaran yang telah Anda tetapkan untuk diri Anda. Tuhan telah memberi talenta, waktu, dan kesempatan untuk mencapai sasaran. Ingat ini bergantung pada Anda"

(KEn Gnanakan)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang yang saya kasihi dan sayangi :

1. *Bapak dan ibu yang tiada hentinya selalu mendoakan dan memberikan yang terbaik.*
2. *Adikku tersayang Siti Sholekhah yang selalu memberiku semangat.*
3. *Unnie BFF (Prisa, Vina, Ayu. Mera, dan Estu) yang selalu ada buatku.*
4. *Oppa Lhisin yang selalu membantuku*
5. *Teman-teman BK angkatan 2008 atas kerjasamanya.*
6. *Almamaterku.*

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kepada Allah SWT atas rahmat dan hidayahNya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul ”Upaya Meningkatkan *Self Management* dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIIID SMPN 1 Jakenan Pati Tahun Ajaran 2012/2013”

Setelah membaca skripsi ini diharapkan para pembaca dapat memperoleh pengetahuan yang luas tentang pelaksanaan bimbingan kelompok khususnya bimbingan kelompok di sekolah dan kendala yang mungkin ditemukan, sehingga dapat mencari upaya-upaya lain yang dapat menghasilkan manfaat lebih besar dalam membantu permasalahan siswa.

Penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Sudjiono Sastroatmojo, M.Si Rektor Universitas Negeri Semarang yang bertanggung jawab atas penyelenggaraan pendidikan di tingkat Universitas.
2. Drs. Hardjono, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd Ketua jurusan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah menyetujui judul penelitian ini.
4. Dr. Supriyo, M.Pd dan Dr. Awalya, M.Pd; Kons dosen pembimbing yang telah memberikan ilmu, bimbingan, perhatian, masukan dan pengarahan

dengan sabar dan bijaksana serta memberikan dorongan dari awal hingga akhir penyusunan skripsi.

5. Tim penguji skripsi yang telah memberikan saran dan masukan demi kemajuan penelitian.
6. Dosen-dosen jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bekal pengetahuan, bimbingan dan motivasinya selama mengikuti perkuliahan sampai dengan selesai.
7. Sutarto, S.Pd Kepala SMPN 1 Jakenan yang telah memberikan ijin penelitian pada peneliti.
8. Indrawati, S.Pd guru Bimbingan dan Konseling SMPN 1 Jakenan yang telah memberikan bimbingan dan bantuan selama peneliti melakukan penelitian.
9. Siswa-siswi kelas VIIID SMPN 1 Jakenan atas kerjasamanya selama penelitian.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan baik semangat, doa dan hal lain yang dibutuhkan selama penyusunan skripsi.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat demi memberi kontribusi nyata dalam kemajuan dunia pendidikan.

Semarang, Febuari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL ..... **i**
LEMBAR PENGESAHAN..... . **ii**
PERNYATAAN KEASLIAN..... **iii**
ABSTRAK ..... **iv**
MOTTO DAN PERSEMBAHAN..... **v**
KATA PENGANTAR..... **vi**
DAFTAR ISI..... **viii**
DAFTAR TABEL..... **x**
DAFTAR DIAGRAM ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**

BAB 1 PENDAHULUAN
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 5
1.3 Tujuan Penelitian 6
1.4 Manfaat Penelitian 7
1.5 Sistematika Skripsi..... 8

BAB II KAJIAN PUSTAKA
2.1 Penelitian Terdahulu..... 10
2.2 *Self Management* dalam Belaar..... 12
2.2.1 Pengertian *Self Management* dalam Belajar 12
2.2.2 Aspek-aspek *Self Management* dalam Belajar…… 14
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Management* dalam Belajar…….. 19
2.2.4 Ciri-ciri *Self Management* dalam Belajar…… 22
2.2.5 Tahap-tahap *Self Management* dalam Belajar……. 23
2.2.6 Teknik *Self Management* dalam Belajar…….. 25
2.3 Layanan Bimbingan Kelompok..... …… 26
2.3.1 Pengertian Bimbingan Kelompok……... 27
2.3.2 Tujuan Bimbingan Kelompok…….. 28
2.3.3 Asas-asas Bimbingan Kelompok….. ..... …… 29
2.3.4 Komponen Bimbingan Kelompok……... 30
2.3.5 Tahap-tahap Bimbingan Kelompok……. 32
2.3.6 Hubungan Layanan Bimbingan Kelompok dengan *Self Management* dalam Belajar…….. 34
2.3.7 Hipotesa……... 36

BAB III METODE PENELITIAN
3.1 Jenis Penelitian..... 38
3.2 Desain Penelitian..... 39

3.3 Variabel Penelitian..... ... 42
3.4 Populasi, Sampel dan Teknik Sampling..... 44
3.5 Metode dan Alat Pengumpul Data..... 47
3.6 Instrument Penelitian Data..... . 48
3.7 Teknik Analisis Data..... 54

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan
4.1 Hasil Penelitian 56
4.1.1 Analisis Deskriptif Kuantitatif 56
4.1.1.1 Hasil Deskripsi Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa Kelas VIIID SMPN 1 Jakenan Sebelum Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok…… 57
4.1.1.2 Hasil Deskripsi Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa Kelas VIIID SMPN 1 Jakenan Sesudah Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok ……. 62
4.1.1.3 Perbedaan yang Signifikan Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa Kelas VIIID SMPN 1 Jakenan Sebelum dan Sesudah diberi Layanan Bimbingan Kelompok ….. 66
4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif Kualitatif……..... 69
4.2 Pembahasan ..... ……. 78
4.3 Keterbatasan Penelitian …….. ..... ….. 87

BAB V PENUTUP
5.1 Simpulan 89
5.2 Saran..... 90

DAFTAR PUSTAKA..... 91

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

1. Rencana Pemberian LayananBimbingan Kelompok Topik Tugas..... 41
2. Sampel Penelitian berdasarkan Kriteria *Self Management* dalam belajar..... 46
3. Kategori Jawaban Instrumen Penelitian dengan Menggunakan Skala Likert 48
4. Kisi-kisi Instrumen..... 50
5. Hasil *Pre Test* Skala *Self Management* dalam Belajar Siswa Kelas VIIID 58
6. Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa Sebelum Pelaksanaan Bimbingan Kelompok..... 59
7. Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa Setelah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok..... 63
8. Perbedaan Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok..... 66
9. Perbandingan *Pre Test* dan *Post Test* dari tiap Indikator..... 67
10. Proges Perkembangan Tiap Individu Selama Proses Proses Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok..... 74

DAFTAR DIAGRAM

Diagram Halaman

1. Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa per Indikator Sebelum Pelaksanaan Bimbingan Kelompok..... 60
2. Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa per Indikator Setelah Pelakasanaan Bimbingan Kelompok..... 64
3. Perbandingan *Pre Test* dan *Post Test* dari Tiap Indikator..... 68

DAFTAR GAMBAR

Gambar : Halaman

1. Desain Penelitian..... 40
2. Hubungan Antar Variabel..... 43
3. Prosedur Penyusunan Instrumen..... 49
4. Dokumentasi Penelitian..... 225

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran : Halaman

1. Kisi-kisi Instrumen Try Out..... 101
2. Skala Psikologi Try Out..... 103
3. Data Uji Coba Skala *Self Management* dalam Belajar..... 108
4. Perhitungan Validitas Uji Coba Instrument Penelitian..... 112
5. Perhitungan Reliabilitas Uji Coba Instrumen Penelitian..... 114
6. Kisi-kisi Instrumen *Pre Test*..... 117
7. Skala Psikologi *Pre Test*..... 119
8. Hasil *Pre Test Self Management* dalam Belajar siswa kelas VIIID..... 123
9. Hasil *Pre Test* dan *Post Test*..... 124
10. Hasil *Pre Test* per Indikator 125
11. Hasil *Post Test* per Indikator..... 127
12. Harga-harga Kritis dalam Tes Wilcoxon..... 129
13. Satuan Layanan Bimbingan Kelompok..... 131
14. Materi Layanan..... 158
15. Laporan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok..... 177
16. Tabel Hasil Evaluasi Penilaian Segera (UCA) Layanan Bimbingan Kelompok..... 197
17. Pedoman Observasi Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok... 206
18. Daftar Hadir Anggota Layanan Bimbingan Kelompok..... 217
19. Dokumentasi Penelitian..... 225
20. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas Ilmu Pendidikan..... 226
21. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah..... 227

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Tugas utama siswa di sekolah adalah belajar, dengan belajar siswa akan berkembang secara optimal sesuai dengan kemampuannya. Untuk dapat belajar dengan baik seorang siswa harus memiliki kemampuan *Self management* yang baik pula. Setiap siswa harus mengatur dan mengelola dirinya dengan baik terutama dalam belajar. *Self management* dalam belajar adalah suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan ketrampilan dimana individu mengarahkan pengubahan tingkahlakunya sendiri untuk belajar dengan pemanipulasian stimulus dan respon baik internal maupun eksternal. Dengan kata lain *self management* dalam belajar merupakan kemampuan individu dalam mengelola potensi diri dan potensi lingkungan untuk mengatur perilakunya dalam belajar.

Self management berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna (Gie, 2000: 77). Lebih lanjut Gie menyatakan bahwa *self management* bagi siswa mencakup sekurang-kurannya 4 bentuk perbuatan sebagai berikut: (1) pendorongan diri *(Self Motivation*); (2) penyusunan diri (*Self*

Organization); (3) pengendalian diri (*Self Control*); (4) pengembangan diri *(Self Development*).

Pendorongan diri *(self motivation)* ialah dorongan batin dalam diri seseorang yang merangsangnya sehingga mau melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan yang didambakan. Dorongan itu bisa berasal dari dalam diri individu dan juga bisa berasal dari luar individu. Dorongan untuk belajar pada diri seorang siswa bersumber dari diri individu misalnya pada kesenangan membaca, keingintahuan terhadap pengetahuan baru, dan hasrat pribadi untuk maju. Sedangkan dorongan yang datang dari luar ialah misalnya perintah dari orang tua untuk belajar atau ikut-ikutan teman untuk kursus (Gie, 2000: 78).

Penyusunan diri (*Self Organization*) adalah pengaturan sebaik-baiknya terhadap pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda, dan semua sumberdaya lainnya dalam kehidupan seorang siswa sehingga tercapai efisiensi pribadi. Misalnya penyimpanan semua dokumen pribadi (dari akte kelahiran, ijazah, dll) dalam berkas-berkas tertentu yang ditaruh pada suatu tempat tertentu pula atau mencatat semua kegiatan yang akan dilakukan pada lembar pengingat yang ditempel di dinding atau papan pengumuman (Gie, 2000: 78).

Pengendalian diri (*Self Control*) adalah perbuatan manusia membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat mengikis keseganan, dan mengerahkan tenaga untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan di sekolah. Seorang siswa dapat mulai mencoba pengendalaian diri dengan hal-hal yang kecil, misalnya mematikan tombol radio, atau acara televisi yang tengah dinikmatinya dan terus bertekad membaca buku pelajarannya untuk dibaca. Dan

yang terakhir yaitu pengembangan diri (*Self Development*) adalah perbuatan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal. Seperti mengembangkan kecerdasan pikiran, watak kepribadian, rasa kemasyarakatan dan kesehatan diri. Demikianlah 4 aspek yang tercakup dalam *self management* dalam belajar yang perlu dikuasai oleh setiap siswa (Gie, 2000: 79).

Berdasarkan informasi yang didapat dari guru pembimbing (konselor sekolah), peneliti menemukan fenemona pada siswa SMP Negeri 1 Jakenan kelas VIIID; bahwa ada 12% siswa tidak mempunyai keinginan untuk membaca; hal ini ditandai dengan jarang membaca buku pelajaran, siswa jarang terlihat di perpustakaan, siswa lebih suka bermain Hp daripada membaca buku pelajaran. 9% siswa tidak memiliki hasrat pribadi untuk maju seperti tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, dan pasif di dalam kelas. 6% siswa memilki sifat pelupa seperti suka menaruh barang disembarang tempat, sering ketinggalan buku pelajaran. 9% siswa suka bermalas-malasan dan menunda-nunda pekerjaan seperti lebih mengutamakan main playstation dan bermain dengan teman-temannya daripada belajar. Dan 6% siswa tidak memilki watak kepribadian yang baik seperti berkata kasar, berbicara dengan guru selayaknya berbicara. Dengan kata lain, hal itu menunjukkan bahwa *self management* siswa kurang dan mengakibatkan rendahnya prestasi belajar siswa.

Permasalahan *self management* dalam belajar tidak hanya menjadi tanggung jawab guru bidang studi tetapi juga menjadi tanggung jawab guru pembimbing di sekolah yaitu melalui layanan bimbingan dan konseling karena salah satu tujuan bimbingan dan konseling adalah membantu individu untuk

menjadi insan yang yang dapat mengatur dan mengelola dirinya dengan baik yang meliputi: pikiran, perasaan, dan tingkah laku untuk dapat memperoleh apa yang ingin dicapai yaitu keberhasilan dalam belajar. Layanan bimbingan dan konseling yang diberikan di sekolah meliputi layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, penguasaan konten, konseling perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konsultasi, dan mediasi. Dalam memberikan layanan ada yang bersifat pribadi ada juga yang bersifat kelompok, seperti bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok mengupayakan perubahan sikap dalam perilaku secara tidak langsung, melalui penyampaian informasi yang menekankan pengolahan kognitif oleh para peserta sehingga mereka dapat menerapkan sendiri suatu pengolahan kognitif tentang informasi yang diberikan kepada anggota kelompok (Winkel, 2004: 543).

Dalam penelitian ini diharapkan diketahui tentang kondisi siswa yang ada di sekolah pada umumnya, ada siswa yang memiliki kemampuan *self management* dalam belajar yang tinggi ada pula yang memiliki kemampuan *self management* dalam belajar yang masih rendah. Layanan bimbingan kelompok diasumsikan tepat dalam membantu meningkatkan *self management* dalam belajar siswa. Layanan bimbingan kelompok sebagai media dalam upaya membimbing individu yang memerlukan bantuan dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan bersama.

Dengan bimbingan kelompok siswa mendapat berbagai informasi, dapat saling berinteraksi antar anggota kelompok dengan berbagai pengalaman, pengetahuan, gagasan, ide-ide, yang nantinya diharapkan dapat menyelesaikan

masalahnya, selain itu juga diharapkan mampu mengatur dan mengelola dirinya sesuai dengan aspek-aspek yang terkait seperti pendorongan diri (*self motivation*), penyusunan diri *(Self Organization*), pengendalaian diri (*self control*), dan pengembangan diri (*self development*). Dengan kata lain siswa dapat memiliki kemampuan *self management*. *Self management* yang dimaksud disini adalah *self management* dalam belajar yaitu kemampuan dan ketrampilan siswa untuk mengelola dirinya dalam belajar.

Berdasarkan hal tersebut diatas, peneliti mengadakan penelitian dengan judul "Upaya Meningkatkan *Self Management* dalam Belajar melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIIID Di SMPN I Jakenan Pati".

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, peneliti merumuskan masalah pada penelitian ini adalah "Apakah *Self Management* dalam belajar siswa kelas VIIID SMP Negeri I Jakenan dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok?". Dari rumusan masalah tersebut dapat dijabarkan dalam pertanyaan penelitian yang lebih spesifik, adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *self management* dalam belajar siswa kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok?
2. Bagaimana tingkat *self management* dalam belajar siswa kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok?

3. Apakah ada perbedaan tingkat *self management* dalam belajar siswa kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan permasalahan di atas, maka tujuan utama yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah "Untuk memperoleh informasi atau temuan empiris tentang tingkat *Self Management* dalam belajar siswa kelas VIIID melalui layanan bimbingan kelompok di SMP Negeri I Jakenan". Dari tujuan utama tersebut dapat dijabarkan dalam tujuan penelitian yang lebih khusus, adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat *Self Management* dalam belajar siswa kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok.
2. Untuk mengetahui tingkat *Self Management* dalam belajar siswa kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok.
3. Untuk mengetahui perbedaan yang signifikan tingkat *Self Management* dalam belajar siswa kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini meliputi dua manfaat yaitu secara teoritis dan secara praktis.

1.4.1 Secara Teoritis

Dapat menambah khasanah ilmu pendidikan khususnya bimbingan dan konseling tentang tingkat *Self Management* dalam belajar siswa dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

1.4.2 Secara Praktis

a. Bagi Peneliti

Memperoleh wawasan dan pemahaman baru yang lebih luas mengenai *self management* dalam belajar dan layanan bimbingan kelompok.

b. Bagi Sekolah

Dapat mengetahui sejauh mana upaya yang dilakukan dalam meningkatkan *self management* dalam belajar, sehingga dapat diketahui pula seberapa besar keberhasilan yang dicapai dalam memberikan layanan bimbingan kelompok pada siswa.

c. Bagi Guru Pembimbing

Sebagai masukan dalam melaksanakan kegiatan bimbingan konseling di sekolah khususnya dalam melaksanakan bimbingan kelompok.

1.5 Sistematika Skripsi

Secara garis besar skripsi ini dibagi atas tiga bagian yaitu, bagian awal, bagian isi skripsi, dan bagian penutup. Untuk lebih jelasnya sistematika penulisan skripsi ini sebagai berikut:

1.5.1 Bagian awal

Pada bab ini berisi tentang halaman judul, halaman pengesahan, motto, persembahan, abstrak, kata pengantar dan daftar isi.

1.5.2 Bagian isi

Bab I Pendahuluan, berisi tentang: (1) latar belakang masalah, (2) rumusan masalah, (3) tujuan penelitian, (4) manfaat penelitian, dan (5) sistematika skripsi.

Bab II Kajian pustaka, berisi tentang: penelitian terdahulu yang melandasi judul skripsi, serta keterangan yang merupakan landasan teoritis terdiri dari teori *Self Management*, Layanan Bimbingan Kelompok dan Hipotesis.

Bab III Metode penelitian, berisi tentang: (1) Jenis penelitian, (2) Desain penelitian, (3) Variabel penelitian, (4) Populasi dan sampel, (5) Metode dan alat pengumpul data, (6) Instrumen penelitian, dan (8) Teknik analisis data.

Bab IV Hasil penelitian dan pembahasan yang berisi tentang: (1) Hasil Penelitian, (2) Pembahasan, dan (3) Keterbatasan penelitian.

Bab V Penutup yang berisi tentang: (1) simpulan, dan (2) saran.

1.5.3 Bagian Penutup:

Bagian penutup atau bagian akhir yang terdiri atas daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung dalam penelitian ini.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

Bab ini akan menguraikan tinjauan pustaka yang melandasi penelitian, yang meliputi: (1) Penelitian Terdahulu, (2) *Self Management* dalam Belajar, (3) Bimbingan Kelompok, (4) Layanan Bimbingan Kelompok dapat meningkatkan *Self Management* dalam Belajar, (5) Hipotesa.

2.1 Penelitian Terdahulu

Sebelum diuraikan mengenai teori-teori yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilaksanakan yaitu *self management* dalam belajar, dan bimbingan kelompok terlebih dahulu akan dipaparkan mengenai beberapa penelitian terdahulu. Ada beberapa penelitian terdahulu yang mendukung penelitian ini, yaitu:

Penelitian Astriyani (2010) yang berupa skripsi, hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada tingkat kemampuan *self management* mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling di Universitas Negeri Semarang pada angkatan 2006 sampai 2009.

Penelitian Qomariyah (2012) yang berupa tesis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Self Management* dapat meningkatkan motivasi berprestasi siswa dalam mata pelajaran Bahasa Inggris.

Penelitian Zahrifah dan Darminto (2011) yang berupa jurnal penelitian, h*asil dari penelitian menunjukkan bahwa strategi pengelolaan diri efektif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VIII B SMP Negeri 3 Kamal Bangkala*.

Penelitian Kusnadi (2012) yang berupa jurnal penelitian. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif yang signifikan penerapan bimbingan *self management* terhadap tingkat kemandirian siswa dalam belajar di SMP Negeri 33 Makasar.

Selanjutnya penelitian Sugiyarti (2010) yang berupa skripsi menunjukkan adanya peningkatan keterbukaan diri dalam mengemukakan pendapat melalui layanan bimbingan kelompok kepada siswa kelas XI di SMAN 14 Semarang Tahun Ajaran 2009/2010.

Beberapa hasil penelitian terdahulu yang tercantum di atas mengenai *self management* dan bimbingan kelompok maka dapat dijadikan acuan untuk mengadakan penelitian dengan asumsi bahwa *self management* dalam belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok, karena bimbingan kelompok dapat digunakan untuk menangani permasalahan yang berhubungan dengan pendorongan diri, penyusunan diri, pengendalian diri, dan pengembangan diri, yaitu *self management* dalam belajar. Dimana hal ini berkaitan dengan anggapan bahwa *self management* dalam belajar merupakan sikap dan tingkah laku yang harus dimiliki oleh siswa.

2.2 *Self Management* dalam Belajar

Berkaitan dengan teori *self management* dalam belajar, akan diuraikan beberapa hal yang meliputi: (1) pengertian *self management* dalam belajar, (2) aspek-aspek *self management* dalam belajar, (3) faktor-faktor yang mempengaruhi *self management* dalam belajar, (4) Ciri-ciri *self management* dalam belajar, (5) tahap-tahap *self management* dalam belajar, (6) teknik *self management* dalam belajar.

2.2.1 Pengertian *Self Management* dalam Belajar

Menurut Gie (2000: 77) menyatakan *self management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna. Sedangkan menurut Gantina (2011: 180) mengemukakan *self management* (pengelolaan diri) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Selanjutnya Astriyani (2010: 13) menyatakan bahwa:

> *Self Management* merupakan suatu kemampuan untuk mengatur berbagai unsur di dalam diri individu seperti pikiran, perasaan, dan perilaku, selain itu *Self Management* juga bermanfaat untuk merapikan diri individu seperti pikiran, perasaan, perilaku individu dan juga lingkungan sekitarnya lebih memahami apa yang menjadi prioritas, tidak membedakan dirinya dengan orang lain. Menetapkan tujuan yang ingin dicapai dengan menyusun berbagai cara atau langkah demi mencapai apa yang menjadi harapan dan belajar mengontrol diri untuk merubah pikiran dan perilaku menjadi lebih baik dan efektif.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *self management* terjadi karena adanya suatu usaha pada individu untuk memotivasi diri, mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya, berusaha untuk memperoleh apa yang ingin dicapai serta mengembangkan pribadinya agar menjadi lebih baik. Ketika individu dapat mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya yang meliputi: pikiran, perasaan, dan tingkah laku maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut telah memiliki kemampuan *self management.*

Self management diperlukan bagi seseorang agar mampu menjadikan dirinya sebagai manusia yang berkualitas dan bermanfaat dalam menjalankan misi kehidupannya. *Self management* membuat orang mampu mengarahkan setiap tindakannya kepada hal-hal positif. Secara sederhana *self management* dapat diartikan sebagai suatu upaya mengelola diri sendiri ke arah yang lebih baik sehingga dapat menjalankan misi yang diemban dalam rangka mencapai tujuan.

Self management di dalam penelitian ini lebih difokuskan pada *self management* dalam belajar. *Self management* dalam belajar adalah suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan ketrampilan dimana individu dapat mengelola dan mengatur diri untuk mengarahkan pengubahan tingkahlakunya sendiri untuk belajar dengan pemanipulasian stimulus dan respon baik internal maupun eksternal. *Self management* dalam belajar yang dimaksud ini meliputi: *self motivation, self organization, self control,* dan *self development.*

2.2.2 Aspek-aspek *Self Management* dalam Belajar

Menurut Gie (2000: 78-80) menyatakan ada sekurang-kurangnya 4 aspek bentuk perbuatan *self management* dalam belajar bagi siswa yaitu: (1) pendorongan diri (*self motivation*), (2) penyusunan diri (*self organization*), (3) pengendalian diri (*self control*), (4) pengembangan diri (*self development*).

2.2.2.1 Pendorongan diri *(Self Motivation)*

Syarat pertama seorang siswa untuk mencapai tujuan pendidikannya ialah pendorongan diri. Menurut Gie (2000: 78) mengemukakan pendorongan diri adalah dorongan batin dalam diri seseorang yang merangsangnya sehingga mau melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan yang didambakan. Selanjutnya Gie juga menyatakan bahwa:

> Dengan adanya pendorongan diri pada individu itu sendiri tanpa dorongan dari orang lain, akan menumbuhkan minat dan keinginan keras untuk belajar kemudian mudah dalam berkonsentrasi selama belajar, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, dapat melakukan kegiatan belajar dalam waktu yang lama serta memperoleh kesenangan batin karena belajar telah membantu meningkatkan wawasan tentang apa saja yang dipelajari.

Suatu dorongan batin akan kuat kalau timbul dalam diri sendiri tanpa dorongan dari orang lain atau hal luar. Menurut Gie (2000: 78) mengemukakan bahwa “dorongan yang kuat untuk belajar pada diri seorang siswa misalnya pada kesenangan membaca, keingintahuan terhadap pengetahuan baru, dan hasrat pribadi untuk maju”. Hal tersebut dapat diatasi dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok karena dalam bimbingan kelompok siswa akan memperoleh pengetahuan baru yang sebelumnya belum pernah didapatkan. Siswa juga dapat saling bertukar pikiran, pendapat dengan anggota kelompok yang lain sehingga

dapat memacu individu untuk berkembang. Motivasi diri yang paling besar berasal dari diri individu itu sendiri karena diri sendirilah yang akan menentukan terbentuk atau tidaknya *self management* dalam belajar.

2.2.2.2 Penyusunan Diri *(self organization)*

Menurut Gie (2000: 78) menyatakan bahwa penyusunan diri adalah pengaturan sebaik-baiknya terhadap pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda, dan semua sumberdaya lainnya dalam kehidupan seorang siswa sehingga tercapai efisiensi pribadi. Efisiensi pribadi adalah perbandingan terbaik antara setiap kegiatan hidup pribadi siswa dengan hasil yang diinginkan. Misalnya penyimpanan semua dokumen pribadi (dari akte kelahiran, ijazah, dll) dalam berkas-berkas tertentu yang ditaruh pada suatu tempat tertentu pula.

Bisa dikatakan juga pengorganisasian diri merupakan suatu usaha dalam mengatur dan mengurus segala hal yang menyangkut pikiran, waktu, tempat, benda, dan sumber daya lainnya yang menunjang pembentukan *self management*, apabila segala sesuatunya telah diatur sebaik mungkin, maka akan tercapai kehidupan individu menjadi lebih efisien.

Ciri khas dari bimbingan kelompok itu sendiri adalah membahas topik-topik yang sifatnya umum. Pengelolaan pikiran, pengaturan tenaga, pengaturan waktu, dan pengaturan tempat merupakan topik umum atau masalah yang dialami oleh semua siswa dalam mengatur dan mengelola diri individu itu sendiri.

2.2.2.3 Pengendalian Diri *(Self Control)*

Menurut Gie (2000: 79) mengemukakan bahwa pengendalian diri adalah perbuatan manusia membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat mengikis keseganan, dan mengarahkan tenaga untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan di sekolah. Memang, kecenderungan bermalas-malasan, keinginan mencari gampangnya, keseganan berjerih payah melakukan konsentrasi, kebiasaan menunda-nunda pelaksanaan tugas, belum lagi berbagai gangguan perhatian lainnya seperti acara televisi, iklan film, atau ajakan teman senantiasa menghinggapi kebanyakan siswa. Semuanya itu hanya bisa ditangkis atau dilawan dengan pengendalian diri.

Adanya pengendalian diri yang kuat tentunya akan muncul sebuah tekad atau keinginan yang kuat untuk melaksanakan apa yang harus dikerjakan. Keinginan yang kuat akan memacu munculnya semangat untuk bisa memperoleh apa yang ingin dicapainya. Pengendalian diri yang kuat juga bisa memberikan penguatan diri pada individu agar bisa menghindari dirinya pada hal-hal yang tidak penting dan lebih mengutamakan apa yang menjadi prioritasnya yaitu sebagai seorang siswa adalah belajar.

Salah satu fungsi dari bimbingan kelompok adalah fungsi pengembangan dimana siswa dapat mengembangkan tekad dan tenaganya. Individu mengembangkan segenap aspek yang bervariasi dan komplek sehingga tidak dapat berdiri sendiri dengan kegiatan bimbingan kelompok tiap anggota dapat saling bantu membantu.

2.2.2.4 Pengembangan Diri *(Self Development)*

Menurut Gie (2000: 80) mengemukakan bahwa pengembangan diri adalah perbuatan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal. Pengembangan diri yang lengkap dan penuh mencakup segenap sumberdaya pribadi dalam diri seorang siswa, yaitu:

1. Kecerdasan pikiran: untuk menambah kearifan pengetahuan dan ketrampilan yang berguna dalam hidup.
2. Watak kepribadian: untuk membina budi yang luhur dan perilaku yang susila.
3. Rasa kemasyarakatan: untuk menumbuhkan hasrat memajukan masyarakat dan membantu orang lain yang kurang beruntung dalam kehidupan.
4. Untuk memelihara kesehatan jasmani maupun kesejahteraan rohani.

Tujuan umum dalam bimbingan kelompok adalah melatih kemampuan bersosialisasi siswa terutama kemampuan berkomunikasi sehingga dapat menambah kearifan pengetahuan siswa, dan melatih siswa untuk berkomunikasi dengan anggota kelompok lainnya.

Keempat aspek *self management* dalam belajar tersebut dapat rdisimpulkan bahwa *self management* dalam belajar terbentuk dari adanya sikap pendorongan diri, pengendalian diri, penyusunan diri, dan pengembangan diri. Adanya sikap pendorongan diri akan mendorong individu agar memiliki tekad yang besar untuk belajar. Kemudian selain pendorongan terdapat pula penyusunan diri yang berguna untuk mengatur berbagai sumberdaya yang diperlukan untuk mendukung kegiatan belajar individu dengan tujuan untuk mencapai keefisien pada hidupnya.

Self management dalam belajar dapat membentuk individu kearah lebih baik sesuai dengan perilaku mana yang akan diubah, ditingkatkan atau dikurangi sehingga mampu membantu individu untuk memotivasi individu. *Self management* dalam belajar menurut Maxwell dalam Makhfud (2011: 38) terdiri dari beberapa aspek-aspek antara lain:

1. Pengelolaan waktu.

   Waktu merupakan hal utama dalam *self management*. Seperti halnya kehidupan yang harus dikelola dan dikendalikan, waktu juga harus dikelola dan dikendalikan dengan sebaik-baiknya agar dapat mencapai sasaran dan tujuan dalam kehidupan dan pekerjaan secara efektif dan efisien. Selama ini pengertian mengelola waktu hanya diartikan sebagai cara mengalokasikan waktu secara efektif dan efisien.
2. Hubungan antar manusia.

   Hubungan antar manusia merupakan pilar utama dalam *self management*, karena individu selalu berhubungan dengan orang lain dalam hampir semua aspek kehidupan. Hubungan personal yang erat dapat menjadi sumber kekuatan dan pembaruan yang terus menerus. Efektif tidaknya hubungan seseorang dengan orang lain sangat mempengaruhi pencapaian hal-hal terbaik dalam kehidupan. Cara berhubungan dengan orang lain merupakan kunci sukses utama kesuksesan. Dalam hidup seseorang membutuhkan teman, sahabat, kekasih. Interaksi ini menyentuh dan membangun seseorang pada tingkat kehidupan yang terdalam.
3. Perspektif diri.

   Perspektif diri terbentuk jika individu dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya. Individu yang dapat melihat dan menilai dirinya sama dengan apa yang dilihat dan dipikirkan oleh orang lain pada dirinya berarti individu tersebut jujur dan nyata dalam menilai dirinya sehingga individu tersebut memiliki penerimaan diri yang lebih luas yang pada akhirnya akan mempermudah individu dalam *self management*, tetapi jika individu tidak dapat melihat dirinya seperti yang dilihat oleh orang lain secara jujur dan sesuai kenyataan maka akan mengarah pada suatu kebohongan pada diri sendiri dan individu tersebut akan menciptakan cermin diri yang semu sehingga individu tidak dapat menerima kenyataan dirinya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan aspek-aspek *self management* dalam belajar meliputi pendorongan diri (*self motivation*), penyusunan diri (*self organization*), pengendalian diri (*self control*), pengembangan diri (*self development*), pengelolaan waktu, hubungan antar manusia, dan prespektif diri.

2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Management* dalam Belajar

Self management dalam belajar juga tidak terlepas dari adanya faktor-faktor di dalamnya. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self management* dalam belajar adalah sebagai berikut: (1) perhatian terhadap waktu, (2) kondisi sosial, (3) tingkat kondisi ekonomi, (4) tingkat pendidikan, (5) kendala lingkungan sekitar (Jawwad 2007: 25-36).

2.2.3.1 Perhatian Terhadap Waktu

Kemampuan *self management* dalam belajar juga dipengaruhi oleh waktu dengan tujuan agar segala yang ingin dikerjakan dapat berjalan secara teratur dan lancar seperti yang diinginkan (Jawwad, 2007: 25). Apabila kita dapat mengatur waktu dengan baik, maka kita akan memiliki kemampuan *self management* dalam belajar yang baik.

2.2.3.2 Kondisi Sosial

Apabila kondisi sosial seseorang baik, tentunya dia bisa memiliki kemampuan *self management* dalam belajar yang baik (Jawwad, 2007: 28). Karena dengan hubungan yang baik dengan sesama dan tidak membedakan antara yang satu dengan yang lainnya akan mendukung pada pembentukan *self*

management dalam belajar. Apabila kondisi lingkungan sosial seseorang sehat, kodusif pastinya *self management* dalam belajar akan berkembang sehingga hubungan sosial dengan sesama juga akan serasi.

2.2.3.3 Tingkat Kondisi Ekonomi

Menurut Jawwad (2007: 31) menyatakan bahwa *self management* dalam belajar juga dipengaruhi kondisi ekonomi individu. Jika individu dapat mengatur segala keperluannya, mengutamakan suatu hal yang lebih penting, maka individu akan mampu menuntaskan berbagai urusannya yang berkenaan dengan belajarnya dan dapat memenuhi segala kebutuhannya demi mencapai tujuan yang ingin diraihnya.

2.2.3.4 Tingkat Pendidikan

Menurut Jawwad (2007: 33) mengemukakan bahwa tingkat pendidikan juga mempengaruhi pemahaman seseorang pada pentingnya *self management* dalam belajar bahwa dengan adanya kemampuan *self management* dalam belajar yang baik, dia bisa melalui proses pendidikannya dengan baik.

2.2.2.5 Kendala Lingkungan Sekitar

Menurut Jawwad (2007: 35). Lingkungan juga menjadi faktor terbentuknya *self management* dalam belajar. Seperti terbentuknya pola pikir, perbuatan dan pengalaman yang terbentuk dari lingkungan yang di tempati. Segala pola pikir maupun perbuatan yang muncul akan menentukan bagaimana kemampuan *self management* dalam belajar terbentuk

Faktor lain yang mempengaruhi *self management* dalam belajar menurut Pedler dan Boydell dalam Makhfud (2011: 33-32) yaitu:

1. Kesehatan (*health*).

Kondisi fisik maupun psikis mempengaruhi seseorang dalam mengarahkan aktivitas kehidupan. Disatu sisi kesehatan fisik menjadi modal utama bagi seorang individu untuk melakukan aktivitas dan disisi lain kesehatan psikis menciptakan kondisi mental yang stabil. Kondisi kesehatan individu yang baik akan mewujudkan keseimbangan pada diri individu, sehingga akan mempermudah individu dalam melakukan penyesuaian diri. Oleh karena itu untuk mencapai kesehatan pikiran dibutuhkan keseimbangan antara perasaan dan emosi.

2. Ketrampilan/ keahlian (*skill*).

Ketrampilan atau keahlian yang dimiliki seorang individu menggambarkan kualitas individu tersebut. Seberapa jauh individu menyusun rencana kehidupannya, seberapa jauh kesadaran individu akan hal ini menentukan seberapa jauh ia menyusun rencana kehidupannya. Individu tersebut dapat memutuskan untuk menjadi orang yang memiliki beberapa keahlian sekaligus atau menjadi orang yang memiliki satu keahlian dibidang tertentu. Pilihan tertentu yang dilakukan oleh individu selanjutnya akan mempengaruhi cara Ia mewujudkan tujuannya itu.

3. Aktivitas *(Action).*

Yang dimaksud dengan aktivitas disini adalah seberapa jauh individu mampu meyelesaikan aktivitas hidupnya dengan baik, misalnya seberapa jauh kemampuannya untuk membuat keputusan dan mengambil inisiatif. Individu yang mampu mengembangkan aktivitas hidupnya adalah individu yang memiliki kepekaan terhadap berbagai alternatif atau cara pandang dan memiliki imajinasi moral yang tinggi, sehingga keputusan aktivitasnya mempertimbangkan 2 hal sekaligus yaitu yang memberikan manfaat bagi dirinya dan bagi orang lain.

4. Identitas diri *(Identity).*

Identitas diri merupakan suatu hal yang sangat penting bagi individu di dalam kehidupannya karena menyangkut gambaran khas yang dimilikinya. Dalam pengertian yang lebih khusus, identitas diri ini disebut dengan konsep diri. Seberapa jauh pengetahuan, pemahaman dan penilaian individu terhadap keadaan dirinya akan mempengaruhi cara-caranya bertindak.

Berdasarkan uraian di atas faktor-faktor yang mempengaruhi *self management* dalam belajar menurut Jawwad meliputi: perhatian terhadap waktu, kondisi sosial, tingkat kondisi ekonomi, tingkat pendidikan, dan kendala

lingkungan sekitar. Sedangkan menurut Pedler dan Boydell adalah kesehatan *(health)*, ketrampilan/ keahlian *(Skill)*, aktivitas *(action)*, dan identitas diri *(identity)*. Faktor tersebut satu sama lainnya saling berkaitan sehingga munculnya salah satu faktor dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain.

2.2.4 Ciri-ciri *Self Management* dalam Belajar

Agar dapat mengendalikan diri secara langsung maka individu dapat menciptakan atau mengubah isyarat berupa benda, barang, atau hal yang ada disekitar individu tersebut untuk mempengaruhi perilakunya. Ciri-ciri individu yang memiliki *self management* dalam belajar yang tinggi, secara lebih jelas dikemukakan oleh Kanfer dalam Makhfud (2011: 41) yaitu:

1. Menentukan sasaran (*Goal Setting)*

   Yaitu menentukan sasaran, target tingkah laku, prestasi yang hendak dicapai merupakan langkah pertama dari program *self management* dalam belajar. Ditetapkannya tujuan untuk lebih mengarahkan seseorang pada bagaimana tujuan dapat dicapai. Tujuan utama seorang siswa yaitu berhasil dalam prestasi, baik prestasi akademik maupun non akademik.
2. Memonitor diri sendiri (*Self Monitoring*).

   Teknik ini merupakan komponen yang penting dalam metode *self management*. Bentuk aplikasi dari teknik ini bisa dengan cara mencatat atau membuat grafik dari data yang biasa dilihat oleh individu yang bersangkutan sehingga bisa berfungsi sebagai *feed back* sebagai intensi dan juga sebagai penguat *(reinforcer).*
3. Mengevaluasi diri sendiri.

   Dalam tahap ini, individu yang bersangkutan mengevaluasi perkembangan dari rencana kerjanya, apakah targetnya tercapai, apakah batas waktunya terpenuhi, apakah konsekuensi yang diperoleh setelah tercapainya target yang sudah ditetapkan itu.
4. Proses penguatan diri (*self reinforcement*).

   Teknik menghargai diri sendiri secara positif (*positive reinforcement*) terdiri dari 2 macam yaitu: (1) Mengkonsumsi sesuatu yang ada di lingkungan individu yang bersangkutan; (2) Melepaskan *verbal symbolic self reinforcement* yaitu pernyataan

verbal terhadap diri sendiri yang bermaksud memberi penilaian atau pengharapan terhadap apa yang sudah dilakukan atau dicapai.

Selain ciri-ciri tersebut di atas Fikriana dalam Makhfud (2011: 42) menyebutkan beberapa ciri-ciri individu yang memiliki *self management* dalam belajar tinggi, yaitu:

1. Mengenali diri sendiri terlebih dahulu agar lebih mudah dalam merubah apa yang ingin dirubah dalam diri sendiri.
2. Mempunyai komitmen yang besar pada diri sendiri. Jangan setengah- setengah, agar benar-benar dapat berjalan dengan baik perubahan itu.
3. Lakukan perubahan atas kemauan sendiri, karena semua itu untuk diri sendiri bukan untuk orang lain. Pengaruh perubahan itu memang akan mempengaruhi diri orang lain.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan ciri-ciri orang yang memiliki *self management* dalam belajar tinggi yaitu: menentukan sasaran, memonitor diri sendiri, mengevaluasi diri sendiri, proses penguatan diri, mengenali diri sendiri, mempunyai komitmen pendorongan diri sendiri, pengorganisasian diri dan pengendalian diri. Ciri-ciri satu dengan yang lain saling melengkapi, sehingga ciri yang terbaik adalah kombinasi dari beberapa ciri sehingga menjadi satu kesatuan *self management* dalam belajar yang dapat mewakili semua ciri yang ada.

2.2.5 Tahap-tahap *Self Management* dalam Belajar

Menurut Gantina (2011: 182) *self management* dalam belajar biasanya dilakukan dengan mengikuti tahap-tahap sebagai berikut: (1) tahap monitor diri atau observasi diri, (2) tahap evaluasi diri, (3) tahap pemberian penguatan, penghapusan, atau hukuman.

2.2.5.1 Tahap Monitor Diri atau Observasi Diri

Pada tahap ini individu dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini dapat menggunakan daftar cek atau catatan observasi kualitatif. Hal-hal yang perlu diperhatikan oleh individu dalam mencatat tingkah laku adalah frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku.

2.2.5.2 Tahap Evaluasi Diri

Pada tahap ini individu membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh individu. Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dan efisiensi progam. Bila progam tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali progam tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

2.2.5.3 Tahap Pemberian Penguatan, Penghapusan atau Hukuman

Pada tahap ini individu mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberikan hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari individu untuk melaksanakan progam yang telah dibuat secara kontinyu.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan tahap-tahap *self management* dalam belajar meliputi: tahap monitor diri atau observasi diri, tahap evaluasi diri, dan tahap pemberian penguatan, penghapusan, atau hukuman. Ketiga teknik tersebut harus dilalui bagi setiap individu agar memiliki kemampuan *self management* dalam belajar yang baik.

2.2.6 Teknik *Self Management* dalam Belajar

Menurut Cormier dan Cormier (1985: 520) teknik *self management* dalam belajar terdiri dari tiga teknik yaitu:

2.2.6.1 Pantau Diri

Pantau diri merupakan suatu teknik pengubahan perilaku yang dalam prosesnya individu mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dan dalam interaksinya dengan lingkungan. Pantau diri merupakan suatu teknik yang bermanfaat untuk asesmen masalah yang bersifat observasional dapat digunakan untuk menguji atau merubah laporan verbal individu mengenai perilakunya. Pantau diri merupakan suatu tahap pertama dan utama dalam setiap progam perubahan diri. Dengan kata lain, pantau diri merupakan kunci utama terbentuknya *self management* dalam belajar.

2.2.6.2 Kendali Stimulus

Teknik kendali stimulus menekankan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai syarat khusus atau anteseden atau respon tertentu. Sebagaimana telah dijelaskan dalam model perilaku ABC (*antesedent, behavior, concequence*), perilaku yang sering dibimbing oleh suatu yang mendahului (*antesedent*) dan dipelihara oleh peristiwa-peristiwa positif atau negatif yang mengikutinya (*concequence*).

2.2.6.3 Ganjar Diri

Teknik ganjar diri digunakan untuk membantu konseli mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkannya sendiri. Banyak tindakan individu yang dikendalikan oleh konsekuensi yang dihasilkanya sendiri

sebanyak yang dikendalikan oleh konsekuensi eksternal. Dengan demikian, mengubah atau mengembangkan perilaku dengan menggunakan sebanyak-banyaknya ganjar diri dapat dilakukan dalam konseling.

Dari ketiga teknik *self management* dalam belajar di atas, dapat disimpulkan bahwa untuk membentuk dan merubah perilaku yang diinginkan melalui tiga tahap. Tahap yang pertama yaitu pantau diri, dimana individu memantau dan mengamati setiap tindakan dan perilakunya sendiri. Pada tahap selanjutnya yaitu kendali stimulus, dimana individu mulai menata kembali pola berpikir, pola perilakunya, dan emosinya dengan tujuan untuk mengurangi perilaku yang bermasalah. Tahap terakhir yaitu ganjar diri, dimana individu memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkannya sendiri. Jika perilaku yang dihasilkan efektif maka individu tersebut akan memperoleh penghargaan, namun sebaliknya apabila perilaku yang dihasilkan tidak efektif maka individu tersebut akan memperoleh hukuman.

2.3 Layanan Bimbingan Kelompok

Berkaitan dengan teori layanan bimbingan kelompok, akan diuraikan beberapa hal yang meliputi: (1) pengertian bimbingan kelompok, (2) tujuan bimbingan kelompok, (3) asas-asas bimbingan kelompok, (4) komponen bimbingan kelompok, (5) tahap-tahap bimbingan kelompok, (6) layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan *self management* dalam belajar, dan (7) hipotesa.

2.3.1 Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku (Mugiarso, 2009: 4).

Kelompok pada dasarnya didukung dan terbentuk melalui berkumpulnya sejumlah orang. Kumpulan orang-orang itu kemudian menjunjung suatu atau beberapa kualitas tertentu, sehingga dengan demikian kumpulan tersebut menjadi sebuah kelompok (Prayitno, 1995: 14).

Bimbingan kelompok mengupayakan perubahan sikap dalam perilaku secara tidak langsung, melalui penyampaian informasi yang menekankan pengolahan kognitif oleh para peserta sehingga mereka dapat menerapkan sendiri suatu pengolahan kognitif tentang informasi yang diberikan kepada anggota kelompok (Winkel, 2004: 543).

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama (Wibowo, 2005: 17).

Berdasarkan definisi tersebut diatas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang dilaksanakan dalam suatu kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sehingga anggota dapat

mengembangkan potensi diri sekaligus memperoleh manfaat dari pembahasan topik masalah.

2.3.2 Tujuan Bimbingan Kelompok

Tujuan dari layanan bimbingan kelompok yaitu supaya orang yang mengikuti bimbingan kelompok mampu mengatur kehidupannya sendiri, memiliki pandangan sendiri dan tidak sekedar mengikuti pendapat orang lain, mampu dalam mengambil sikap sendiri dan berani menanggung sendiri konsekuensi-konsekuensi dan tindakannya (Winkel, 2004: 548).

Tujuan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari konselor sekolah sebagai narasumber yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun pelajar, anggota dan masyarakat (Mugiarso, 2009: 66).

Prayitno (2004: 2) mengemukakan tujuan bimbingan kelompok dapat dibagi menjadi dua, yaitu tujuan secara umum dan tujuan secara khusus.

1. Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan.
2. Tujuan khusus layanan bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. 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. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non verbal ditingkatkan.

Melalui layanan bimbingan kelompok hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan dapat diungkapkan, dilonggarkan, diringankan melalui

berbagai cara; pikiran yang suntuk, buntu atau beku dicairkan dan didinamikkan melalui berbagai masukkan dan tanggapan baru; persepsi dan wawasan yang menyimpang dan/ atau sempit diluruskan dan diperluas melalui peserta seintensif mungkin yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dan khusus tersebut di atas.

2.3.3 Asas-asas Bimbingan Kelompok

Asas-asas dalam bimbingan kelompok, yaitu: (1) Asas kerahasiaan, (2) asas kesukarelaan, (3) asas kegiatan dan keterbukaan, (4) asas kekinian, (5) asas kenormatifan, (6) asas keahlian (Prayitno, 2004: 13-15).

2.3.3.1 Asas Kerahasiaan

Yaitu segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui oleh AK dan tidak disebarluaskan ke luar kelompok. Seluruh AK hendaknya menyadari benar hal ini dan bertekad untuk melaksanakannya.

2.3.3.2 Asas Kesukarelaan

Kesukarelaan AK dimulai sejak awal rencana pembentukan kelompok oleh konseor (PK). Kesukarelaan terus–menerus dibina melalui upaya PK mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukuran tentang layanan BKp. Dengan kesukarelaan itu AK dapat mewujudkan peran aktif diri mereka masing-masing untuk mencapai tujuan layanan.

2.3.3.3 Asas Kegiatan dan Keterbukaan

Mereka secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu ataupun ragu. Dinamika kelompok semakin tinggi, berisi dan bervariasi. Masukan dan sentuhan semakin kaya dan terasa.

2.3.3.4 Asas Kekinian

Memberikan isi aktual dalam pembahasan yang dilakukan, AK diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini. Hal-hal atau pengalaman yang telah lalu dianalisis dan disangkut-pautkan kepentingan pembahasan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang. Hal-hal yang akan datang direncanakan sesuai dengan kondisi yang ada sekarang.

2.3.3.5 Asas Kenormatifan

Asas kenormatifan dipraktikan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi dan bertatakrama dalam kegiatan kelompok, dan dalam mengemas isi bahasan.

2.3.3.6 Asas Keahlian

Diperlihatkan PK dalam mengelola kegiatan kelompok dalam mengembangkan proses dan isi pembahasan secara keseluruhan.

2.3.4 Komponen Bimbingan Kelompok

Dalam Bimbingan kelompok ada komponen–komponen yang harus diketahui sehingga Bimbingan Kelompok dapat berjalan. Komponen Bimbingan kelompok yaitu: (1) pemimpin kelompok, (2) anggota kelompok, (3) dinamika kelompok (Prayitno, 2004: 4).

2.3.4.1 Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling professional. Sebagaimana untuk jenis layanan konseling lainnya, konselor memiliki ketrampilan khusus menyelengarakan bimbingan kelompok secara khusus, PK diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok antara semua peserta seintensif mungkin yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dalam bimbingan kelompok.

2.3.4.2 Anggota Kelompok

Tidak semua kumpulan atau individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok. Untuk terselengaranya bimbingan kelompok seorang konselor harus membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana tersebut di atas. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok) dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok. Sebaiknya jumlah kelompok tidak terlalu besar dan tidak terlalau kecil. Kekurang efektifakan kelompok akan terasa jika jumlah kelompok melebihi sepuluh orang.

2.3.4.3 Dinamika Kelompok

Dalam kegiatan bimbingan kelompok dinamika kelompok sengaja ditumbuh kembangkan, karena dinamika kelompok adalah hubungan interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerja sama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok. Hubungan interpersonal ini yang nantinya akan mewujudkan rasa kebersamaan diantara anggota kelompok, menyatukan kelompok untuk dapat lebih menerima

satu sama lain, lebih saling mendukung dan cenderung untuk membentuk hubungan yang berarti dan bermakna di dalam kelompok. Dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok.

Dinamika kelompok akan terwujud dengan baik apabila kelompok tersebut, benar-benar hidup, mengarah kepada tujuan yang ingin dicapai, dan membuahkan manfaat bagi masing-masing anggota kelompok, juga sangat ditentukan oleh peranan kelompok.

2.3.5 Tahap-tahap Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan Bimbingan Kelompok ada beberapa tahap yang harus dilaksanakan. Tahap-tahap dalam pelaksanaan Bimbingan kelompok yaitu: (1) tahap pembentukan (awal), (2) tahap peralihan, (3) tahap pelaksanaan kegiatan dan (4) tahap pengakhiran (Prayitno, 1995: 40-60).

2.3.5.1 Tahap pembentukan (awal)

Tahap ini tahap pengenalan dan keterlibatan anggota kedalam kelompok dengan tujuan agar anggota kelompok memahami maksud Bimbingan Kelompok. Pemahaman anggota kelompok memungkinkan anggota kelompok aktif berperan dalam kegiatan Bimbingan kelompok yang selanjutnya dapat menumbuhkan minat pada diri mereka untuk mengikutinya. Pada tahap ini bertujuan untuk saling menumbuhkan suasana saling mengenal, percaya, menerima dan membantu teman-teman yang ada dalam anggota kelompok.

Kegiatan dilakukan pada tahap ini adalah pengungkapan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan Bimbingan kelompok;

menjelaskan cara-cara dan azas kegiatan kelompok; anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri; dan melakukan permainan keakraban.

2.3.5.2 Tahap Peralihan

Tahap ini transisi dari pembentukan ketahap kegiatan. Dalam menjelaskan kegiatan apa yang harus dilaksanakan pemimpin kelompok dapat menegaskan jenis kegiatan Bimbingan Kelompok yaitu tugas dan bebas. Setelah jelas kegiatan apa yang harus dilakukan maka tidak akan muncul keraguan atau belum siapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok.

2.3.5.3 Tahap Kegiatan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini untuk topik tugas adalah pemimpin kelompok mengemukakkan topik untuk dibahas oleh kelompok, kemudian tejadi tanya jawab antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas mengenai topik yang akan dikemukakan oleh pemimpin kelompok. Selanjutnya anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, serta dilakukan kegiatan selingan bila diperlukan. Sedangkan untuk bimbingan kelompok topik bebas, kegiatan yang akan dilakukan adalah masing-masing anggota secara bebas mengemukakan topik bahasan, menetapkan topik yang akan dibahas dulu, kemudian anggota membahas secara mendalam dan tuntas, serta diakhiri kegiatan selingan bila perlu.

2.3.5.4 Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini terdapat dua kegiatan yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (*Follow Up*). Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan Bimbingan kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik yang dibahas oleh kelompok tersebut. Pemimpin kelompok berperan untuk memberikan penguatan (*reinforcement*) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok tersebut.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin kelompok dan anggota mengemukakan pesan dan kesan dari hasil kegiatan, membahas kegiatan lanjutan dan kemudian mengemukakan pesan dan harapan.

2.3.6 Hubungan Layanan Bimbingan Kelompok dengan *Self Management* dalam Belajar

Hubungan layanan bimbingan kelompok dengan *self management* dalam belajar adalah dalam kegiatan bimbingan kelompok, siswa dilatih untuk mengemukakan pendapat terhadap topik yang dibahas berdasarkan pengetahuan dan pengalamannya. Bimbingan kelompok merupakan salah satu kegiatan bimbingan yang diberikan kepada sekelompok individu untuk membahas topik yang bersifat umum dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Melalui dinamika kelompok tersebut, siswa memiliki hubungan yang akrab dan hangat antar anggota kelompok sehingga menyebabkan munculnya keterbukaan di antara anggota kelompok. Keterbukaan merupakan asas yang utama dalam bimbingan kelompok karena apabila dalam kegiatan bimbingan kelompok tidak terdapat

keterbukaan maka kegiatan bimbingan kelompok tidak akan dapat berjalan secara efektif dan pastinya dinamika kelompok tidak akan muncul.

Prayitno (2004: 3) mengemukakan bahwa"… pembahasan topik-topik dalam bimbingan kelompok mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang efektif". Tingkah laku yang efektif yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah *self management* dalam belajar siswa.

Dari penjabaran tersebut, maka layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan *self management* dalam belajar. Seperti keingintahuan terhadap pengetahuan baru, dan hasrat pribadi untuk maju, hal tersebut dapat diatasi dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok karena dalam bimbingan kelompok siswa akan memperoleh pengetahuan baru yang sebelumnya belum pernah didapatkan. Siswa juga dapat saling bertukar pikiran, pendapat dengan anggota kelompok yang lain sehingga dapat memacu individu untuk berkembang.

Ciri khas dari bimbingan kelompok itu sendiri adalah membahas topik-topik yang sifatnya umum. Pengelolaan pikiran, pengaturan tenaga, pengaturan waktu, dan pengaturan tempat merupakan topik umum atau masalah yang dialami oleh semua siswa dalam mengatur dan mengelola diri individu itu sendiri.

Salah satu fungsi dari bimbingan kelompok adalah fungsi pengembangan dimana siswa dapat mengembangkan tekad dan tenaganya kearah yang lebih baik. Individu mengembangkan segenap aspek yang bervariasi dan komplek sehingga

tidak dapat berdiri sendiri dengan kegiatan bimbingan kelompok tiap anggota dapat saling bantu membantu.

Tujuan umum dalam bimbingan kelompok adalah melatih kemampuan bersosialisasi siswa terutama kemampuan berkomunikasi sehingga dapat mengembangkan kecerdasan pikiran, menambah kearifan pengetahuan siswa, dan dengan rasa kemasyarakatan dapat melatih siswa untuk berkomunikasi dengan anggota kelompok lainnya.

Dari penjelasan di atas, maka layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan *self management* dalam belajar siswa. Bimbingan kelompok ini mengajarkan siswa untuk mengembangkan aspek kognitif dalam mendorong diri siswa, mengendalikan kemampuan pribadi siswa, dan mengembangkan berbagai segi kehidupan agar lebih sempurna dan lebih baik. Asumsinya melalui bimbingan kelompok dapat mengajari siswa untuk belajar mengemukakan pendapat, bertukar pikiran, pengalaman, dan melatih kemampuan bersosialisasi siswa. Hal itu merupakan upaya untuk meningkatkan *self management* dalam belajar siswa. Dari uraian tersebut maka nampak jelas bahwa layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk membantu siswa dalam meningkatkan *self management* dalam belajar.

2.3.7 Hipotesa

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono, 2010:96). Merujuk pada kajian teori di atas maka

hipotesis dari penelitian ini adalah *self management* dalam belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIIID SMPN 1 Jakenan Pati. Hipotesis penelitian di atas dapat dirinci sebagai berikut:

1. Hipotesis nol/ nihil (H_o) adalah apabila tidak terjadi peningkatan *Self management* dalam belajar setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok.
2. Hipotesis kerja (H_a) adalah apabila terjadi peningkatan *Self management* dalam belajar setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metodelogi penelitian merupakan hal yang penting di dalam suatu penelitian. Ketepatan dalam memilih metode akan mengatur arah serta tujuan penelitian. Hal terpenting yang perlu diperhatikan bagi peneliti adalah penggunaan metode yang sesuai dengan obyek penelitian dan tujuan yang akan dicapai agar penelitian dapat berjalan dengan baik, terarah dan sistematis. Adapun langkah-langkah yang harus ditentukan adalah: (1) jenis penelitian, (2) desain penelitian, (3) variabel penelitian, (4) populasi, sampel dan teknik *sampling* (5) metode dan alat pengumpulan data, (6) instrumen penelitian, (7) teknik analaisis data.

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Menurut Arikunto (2006: 3) menyatakan bahwa penelitian 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. Sedangkan menurut Sugiyono (2010: 107) mengemukakan bahwa penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh pelakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang

terkendalikan. Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan ciri dari penelitian eksperimen adalah adanya suatu perlakuan dan adanya pengukuran selama dua kali yaitu sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian eksperimen karena untuk melihat akibat dari suatu perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok sebagai upaya untuk meningkatkan *self management* dalam belajar pada siswa.

3.2 Desain Penelitian

Desain penelitian berdasarkan atas baik buruknya eksperimen menurut Campbell dan Stanley dalam Arikunto (2006:84) dibagi menjadi dua, yaitu *pre experimental design* dan *true experimental design*. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian *pre experimental design*.

Pre experimental design dibagi menjadi tiga jenis desain, yaitu *one shot case study*, *one group pre test and post test*, dan *static group comparation*. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain *one group pre test and post test*.

Dalam desain ini, pengukuran dilakukan dua kali yaitu yang pertama digunakan untuk mengetahui *self management* dalam belajar siswa sebelum diberi layanan bimbingan kelompok *(pre test)* dengan kode O_1, sedangkan pengukuran yang kedua dilakukan untuk mengetahui *self management* dalam belajar siswa setelah diberi layanan bimbingan kelompok (*pos test)* dengan kode O_2. Perbedaan O_1 dan O_2 yaitu O_2 - O_1 diasumsikan sebagai efek dari perlakuan atau eksperimen yang telah dilakukan

Gambar 3.1
Desain Penelitian

$O_1 \longrightarrow X \longrightarrow O2$

Keterangan:

O_1 : Pengukuran pertama kemampuan *self management* siswa sebelum diberi layanan bimbingan kelompok (*pre test)*

X : Perlakuan (pemberian layanan bimbingan kelompok)

O_2 : Pengukuran kedua kemampuan *self managemet* siswa sesudah diberi layanan bimbingan (*post test)*

(Arikunto, 2006: 85)

Desain penelitian eksperimen secara konkrit yang akan dilaksanakan di SMP Negeri 1 Jakenan, Pati adalah sebagai berikut:

3.2.1 *Pre test*

Pre test dilakukan untuk mengukur variabel terikat sebelum memberikan perlakuan. Dalam penelitian ini, *pre test* dilakukan dengan cara memberikan skala *self management* dalam belajar sebelum pemberian *treatment*. Tujuan dari *pre test* adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat *self management* dalam belajar siswa sebelum diberikan *treatment*. Hasil dari *pre test* ini akan menjadi bahan perbandingan pada *post test*.

3.2.2 *Treatment* (perlakuan)

Pemberian *treatment* yang diberikan adalah berupa bimbingan kelompok. Layanan ini diberikan untuk meningkatkan *self management* dalam belajar siswa. Perlakuan atau *treatment* berupa bimbingan kelompok akan dilaksanakan selama

delapan kali pertemuan dan masing-masing pertemuan berlangsung kurang lebih 45 menit. Setiap pertemuan bimbingan kelompok dilaksanakan empat tahap yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

Tabel 3.1
Rencana Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Topik Tugas

No	Kegiatan	Topik	Tujuan	Tempat	Waktu
1	Pembentukan kelompok	Membuat kesepakatan kontrak waktu dengan kelompok	Agar bimbingan kelompok dapat berjalan lancar sesuai dengan jadwal yang sudah disepakati bersama	Mushola	45 Menit
2	Pertemuan I	Meningkatkan motivasi Belajar	- Siswa dapat menjelaskan kembali cara-cara meningkatkan motivasi belajar - Siswa dapat menerapkan cara-cara meningkatkan motivasi belajar	Mushola	45 Menit
3	Pertemuan II	Minat belajar	- Siswa dapat menjelaskan kembali minat belajar	Mushola	45 Menit
4	Pertemuan III	*Self Management* dalam belajar paradigma waktu	- Siswa dapat membuat jadwal untuk belajar	Mushola	45 Menit
5	Pertemuan IV	Memahami Diri Sendiri	- Siswa dapat menjelaskan manfaat memahami diri sendiri	Mushola	45 menit
6	Pertemuan V	Belajar dengan cerdas	- Siswa dapat menjelaskan cara-cara belajar dengan cerdas	Mushola	45 Menit
7	Pertemuan VI	Menghadapi pengajar dan pelajaran yang tidak disenangi	- Siswa dapat menjelaskan kembali tips menghadapi pengajar dan pelajaran yang tidak disenangi	Mushola	45 Menti
8	Pertemuan VII	Belajar dari kegagalan adalah salah satu pangkal keberhasilan	- Siswa dapat menjelaskan kembali sikap positif dalam menghadapi kegagalan	Mushola	45 Menit
9	Pertemuan VIII	Kekuatan impian untuk meraih impian dan kesuksesan	- Siswa dapat menjelaskan kembali langkah-langkah mencapai impian	Mushola	45 Menit

3.2.3 *Post test*.

Post test diberikan kepada siswa setelah diberikan *treatment* berupa bimbingan kelompok. *Post test* bertujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan *treatment* yang telah dilakukan dan untuk mengetahui seberapa besar tingkat *self management* dalam belajar siswa setelah diberikan *treatment*.

3.2.4 *Proses analisis data*

Proses analisis data yaitu menganalisis data yang sudah terkumpul dengan menggunakan perhitungan analisis statistik non parametrik uji *wilcoxon* dan analisis deskriptif persentase.

3.3 Variabel Penelitian

Menurut Arikunto (2006: 116) menyatakan variabel penelitian merupakan obyek penelitian yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2010: 60) mengemukakan bahwa 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. Di dalam variabel penelitian akan dibahas beberapa hal sebagai berikut: (1) identifikasi variabel, (2) hubungan antar variabel, (3) definisi operasional variabel.

3.3.1 Identifikasi Variabel

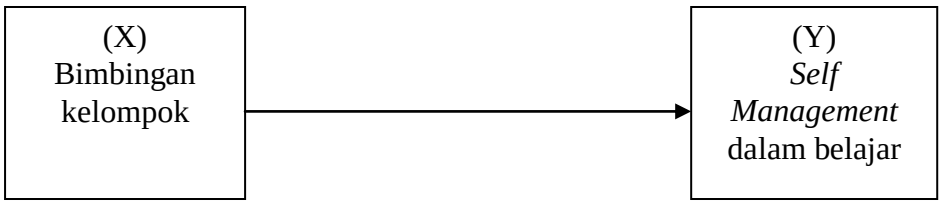
Dalam penelitian ini ada dua variabel yang akan diteliti, yaitu variabel penyebab atau variabel bebas (X) dan variabel akibat atau variabel terikat (Y). Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab

perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *Self Management* dalam belajar.

3.3.2 Hubungan antar Variabel

Dalam penelitian ini layanan bimbingan kelompok bertindak sebagai variabel bebas (X), sedangkan *Self Management* dalam belajar bertindak sebagai variabel terikat (Y). Kedua variabel tersebut mempunyai hubungan yang positif, artinya pemberian layanan bimbingan kelompok akan berdampak pada peningkatan *self management* dalam belajar. Dengan demikian bimbingan kelompok mempunyai pengaruh terhadap tingkat *self management* dalam belajar siswa. Maka dapat digambarkan hubungan antar variabel X dan Y adalah sebagai berikut :

Gambar 3.2
Hubungan Antar Variabel



3.3.3 Definisi Operasional Variabel

Dalam penelitian ini masalah yang akan menjadi fokus penelitian dibatasi pada peningkatan *Self Management* dalam belajar siswa melalui layanan bimbingan kelompok. Oleh karena itu, variabel yang akan diteliti meliputi:

3.3.3.1 *Self Management* dalam belajar

Yang dimaksud *Self* Management dalam belajar pada penelitian ini adalah suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan ketrampilan di mana individu mengarahkan pengubahan tingkah lakunya sendiri untuk belajar dengan pemanipulasian stimulus dan respon baik internal maupun eksternal. Dengan indikatornya adalah: pendorongan diri (*Self Motivation*), penyusunan diri (*Self Organization*), pengendalian diri (*Self Control*), dan pengembangan diri (*Self Development*).

3.3.3.2 Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan dan konseling sebagai proses pemberian informasi yang diberikan oleh seorang ahli pada sekelompok orang dengan menggunakan media dinamika kelompok untuk mencapai tujuan tertentu.

Bimbingan kelompok dilaksanakan 4 tahap yaitu: tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Dalam bimbingan kelompok mengandung unsur dinamika kelompok, yaitu kekuatan dan jiwa yang menghidupkan kelompok, sehingga apa yang menjadi tujuan kelompok dapat tercapai.

3.4 Populasi, sampel dan teknik *sampling*

3.4.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2006: 130). Populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti

untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010: 297). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh siswa kelas VIIID SMPN 1 Jakenan yang berjumlah 34 siswa.

3.4.2 Sampel dan Teknik Sampling

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006: 131). Sampel adalah sebagian dari populasi itu (Sugiyono, 2010: 297). Dalam penelitian ini, teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* atau sampel tujuan. *Purposive sampling* atau sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu (Arikunto, 2006: 139). Dalam penelitian dengan teknik *purposive sampling* ini, peneliti mengambil sampel berdasarkan karakteristik dan kriteria tertentu yaitu siswa kelas VIIID dengan tingkat *self management* dalam belajar rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi dengan tujuan untuk meningkatkan *self management* dalam belajar siswa dan agar dalam kelompok terjadi heterogenitas kelompok. Menurut Arikunto (2006: 140) syarat-syarat yang harus dipenuhi dalam pengambilan sampel bertujuan atau *purposive sample* adalah sebagai berikut:

a. Pengambilan sampel harus didasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi.
b. Subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi *(key subjectis*).
c. Penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat di dalam studi pendahuluan.

Siswa yang memiliki *self management* dalam belajar rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi diperoleh dari hasil *pre test*. Penentuan sampel penelitian sebagai berikut:

a. Kategori rendah yaitu dengan perhitungan $^{4}/_{34}$ X 34 = 4 sehingga diambil 4 siswa.
b. Kategori sedang yaitu dengan perhitungan $^{4}/_{30}$ X 34 = 4,5 sehingga diambil 4 siswa.
c. Kategori tinggi yaitu dengan perhitungan $^{1}/_{26}$ X 34 = 1,3 sehingga diambil 1 siswa.
d. Kategori sangat tinggi yaitu dengan perhitungan $^{1}/_{25}$ X 34 = 1,3 sehingga diambil 1 siswa.

Pemilihan sampel penelitian yang berjumlah 10 siswa dianggap lebih efektif. 10 siswa tersebut terdiri dari siswa yang memiliki keterbukaan diri rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi yaitu: R-4, R-5, R-7, R-8, R-9, R-13, R-19, R-24, R-27, dan R-31. Sampel dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3.2
Sampel penelitian berdasarkan kriteria *Self Management* dalam Belajar

No.	Kriteria	Kode Siswa
1	Sangat tinggi	R-13
2	Tinggi	R-9
3	Sedang	R-4, R-8, R-27, R-31
4	Rendah	R-5, R-7, R-19, R-24

3.5 Metode dan Alat Pengumpul Data

Pengumpulan data sangat penting dalam penelitian, data yang diperoleh akan digunakan untuk membuat kesimpulan dalam penelitian tersebut. Mengumpulkan data harus tepat dengan variabel yang akan diteliti. Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan skala psikologi dan observasi.

Skala psikologi selalu mengacu kepada alat ukur aspek atau atribut afektif (Azwar, 2005: 3). Karakteristik skala psikologi sebagai alat ukur psikologi, yaitu:

1. Stimulusnya berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan.
2. Dikarenakan atribut psikologi diukur secara tidak langsung lewat indikator-indikator perilaku diterjemahkan dalam bentuk aitem-aitem, maka skala psikologi selalu berisi banyak item.
3. Respon subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban "benar" atau "salah".

Dalam penelitian ini digunakan metode pengukuran data skala likert. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun aitem-aitem instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan (Sugiyono, 2010: 134-135).

Skala likert memiliki lima kategori kesetujuan dan memiliki interval skor 1 sampai 5. Adapun kategori jawaban untuk skala likert adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3
Kategori Jawaban Instrument Penelitian Dengan Menggunakan Skala Likert

No	Pernyataan Positif		No	Pernyataan Negatif	
	Jawaban	Nilai		Jawaban	Nilai
1	SS	5	1	SS	1
2	S	4	2	S	2
3	KS	3	3	KS	3
4	TS	2	4	TS	4
5	STS	1	5	STS	5

Selain menggunakan skala psikologi untuk memperoleh data diperlukan juga observasi. Teknik observasi atau pengamatan dalam penelitian ini digunakan sebagai pelengkap atau pendukung terhadap data yang diperoleh. Observasi ini dilakukan secara terus menerus selama proses pelaksanaan *treatment*. Observasi ini dilakukan terhadap pemahaman, sikap dan perilaku yang merupakan bagian dari *self management* dalam belajar siswa. Hasil observasi selanjutnya dicatat dalam bentuk deskripsi. Deskripsi ini meliputi hal-hal yang nyata pada saat pengamatan berlangsung.

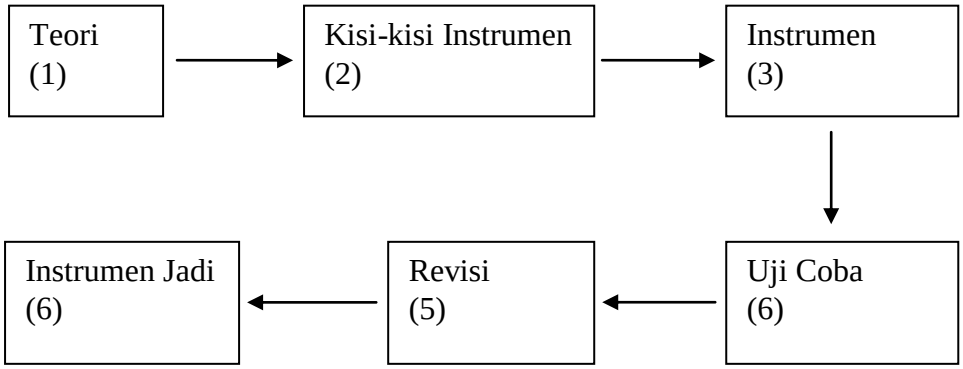
3.6 Instrumen Penelitian

3.6.1 Penyusunan Instrumen

Langkah-langkah yang ditempuh dalam pengadaan instrumen penelitian melalui beberapa tahap. Prosedur yang ditempuh adalah perencanaan, penulisan butir soal, penyuntingan, uji-coba, penganalisaan hasil, dan mengadakan revisi

(Arikunto, 2006: 166). Adapun langkah-langkah menyusun instrumen dalam penelitian ini, yaitu pertama menyusun kisi-kisi instrumen, lalu dikonsultasikan, hasil konsultasi direvisi jika perlu, instrumen yang telah direvisi diuji-cobakan, kemudian direvisi jika perlu dan instrumen jadi yang siap disebarkan. Berikut prosedur penyusunan instrumen:

Gambar 3.3
Prosedur Penyusunan Instrumen



Setelah mengetahui langkah-langkah dalam penyusunan instrumen penelitian, selanjutnya adalah menyusun instrumen dalam penelitian ini. Titik tolak dari penyusunan instrumen adalah variabel-variabel penelitian yang ditetapkan untuk diteliti. Dari variabel-variabel tersebut diberikan definisi operasionalnya, dan selanjutnya ditentukan indikator yang akan diukur. Dari indikator ini kemudian dijabarkan menjadi butir-butir pernyataan atau pertanyaan (Sugiyono, 2010: 149). Untuk mempermudah penyusunan instrumen maka diperlukan kisi-kisi instrumen.

Tabel 3.4
Kisi-kisi Instrumen Skala *Self Management* dalam Belajar

Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomor item		Jumlah
			+	-	
Aspek-aspek kemampuan *self management* dalam belajar siswa	1. Pendorongan diri *(Self Motivation)*	a. Minat besar dalam belajar	1,2,3	4,5,6	6
		b. Perhatiannya tidak terganggu oleh lingkungan	7,8	9,10	4
		c. Mudah memahami bahan pelajarannya	11,12	13,14	4
		d. Ekspresi saat mengerjakan tugas	15,16	17,18	4
	2. Penyusunan diri (*Self Organization*)	a. pengelolaan pikiran	19,20 ,21	22,23, 24	6
		b. Pengaturan tenaga	25,26	27,28	4
		c. Pengaturan waktu	29,30 ,31	32,33, 34	6
		d. Pengaturan tempat	35,36	37,38	4
	3. Pengendalian diri *(Self Control)*	a. Membina tekad	39,40	41,42	4
		b. Memacu semangat	43,44	45,46	4
		c. Mengikis keseganan	47,48	49,50	4
		d. Mengerahkan tenaga	51	52	2

		untuk melaksanakan apa yang harus dilaksanakan			
	4. Pengembangan diri *(Self Development)*	a. Kecerdasan pikiran	53,54	55,56	4
		b. Watak kepribadian	57,58	59,60	4
		c. Rasa kemasyarakatan	61,62	63,64	4
		d. Kesehatan diri	65,66	67,68	4

3.6.2 Validitas dan Reliabilitas Istrumen

Dalam setiap penelitian diharapkan dapat memperoleh hasil yang benar-benar objektif. Hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya yang terjadi pada objek yang diteliti. Untuk mendapatkan hasil penelitian yang valid juga diperlukannya alat ukur yang valid pula. Menurut Azwar (2005: 6) mengemukakan suatu alat ukur dapat dikatakan valid apabila alat ukur tersebut mempunyai ketepatan dan kecermatan dalam melakukan fungsi ukurnya dan memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Oleh karena itu alat ukur yang digunakan harus memiliki validitas dan reabilitas sebagai alat ukur.

3.6.2.1 Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Arikunto, 2006:168). Suatu instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya instrument yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Tinggi rendahnya validitas instrumen

menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran variabel yang dimaksud, sebelum digunakan sebagai alat pengumpul data skala *Self Management* terlebih dahulu diuji cobakan pada siswa kelas lain. Hasil uji coba akan dianalisis dengan menggunakan analisis butir. Rumus korelasi yang digunakan untuk menguji validitas instrumen penelitian adalah dengan menggunakan rumus korelasi *Product Moment*. Adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

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

Keterangan :

r_{xy} : Koefisen korelasi antara X dan Y

$\sum Y$: Jumlah skor seluruh item

$\sum X$: Jumlah skor masing- masing item

$\sum XY$: Jumlah skor selurh item

N : Jumlah subyek

$\sum Y^2$: Kuadrat dari skor total

$\sum X^2$: Kuadrat dijumlah skor tiap item.

(Arikunto, 2006: 170)

Analisis butir dilakukan untuk mengetahui valid atau tidaknya butir soal dalam instrumen dengan cara membandingkan skor hasil perhitungan dengan skor

pada tabel. Suatu instrumen dinyatakan valid apabila memiliki harga $r_{xy}>r_{tabel}$ pada taraf signifikan 5 % dan dapat digunakan untuk mengambil data.

3.6.2.2 Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban–jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya, dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan (Arikunto, 2006:178).

Dalam penelitian ini untuk mencari reliabilitas instrumen menggunakan rumus *Alpha* sebagai berikut:

$$r_{ii} = \left[\frac{K}{(K-1)}\right]\left[1-\frac{\sum \sigma b^2}{\sigma t^2}\right]$$

Keterangan:

r_{ii} = Koefisien reliabilitas

K = Banyaknya butir soal

$\sum \sigma b^2$ = Jumlah varians butir

σt = Varians total

(Arikunto, 2006: 196)

3.6.2.3 Hasil Uji Coba Instrumen

Berdasarkan hasil perhitungan validitas dengan menggunakan rumus *Product Moment* dapat diketahui bahwa dari 68 aitem yang diajukan terhadap 34 siswa diperoleh aitem yang tidak valid sebanyak 18 aitem. Aitem yang tidak valid tersebut yaitu aitem no 4, 8, 10, 11, 14, 18, 19, 20, 27, 29, 33, 38, 44, 55, 59, 63, 66, dan 67. Aitem-aitem yang tidak valid tersebut kemudian dibuang dan tidak digunakan dalam penelitian karena telah terwakili oleh aitem yang lain sesuai dengan indikator dalam instrumen. Jadi instrumen skala *self management* dalam belajar menjadi 50 aitem.

3.7 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis dan menyimpulkan tentang masalah yang akan diteliti. Oleh karena itu analisis data yang akan digunakan pada penelitian ini adalah:

3.7.1 Analisis Deskriptif Presentase

Analisis deskriptif presentase digunakan untuk mengetahui gambaran tingkat *Self Management* dalam belajar sebelum *(Pre Test)* dan sesudah *(Post Test)* diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

3.7.2 Analisis Statistik *non parametrik* Uji *Wilcoxon*

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus uji *Wilcoxon* yaitu dengan cara membandingkan hasil dari *pre-test* dan *post-test* dengan tabel bantu untuk *test Wilcoxon* (Sugiyono, 2009:152). Sampel

yang diteliti dalam penelitian ini kurang dari 25 maka cara penghitungan yang digunakan adalah membandingkan jenjang terkecil dari *pre test* dan *post test* dengan tabel harga-harga kritis dalam tes *Wilcoxon* (terlampir). Cara pengambilan keputusan menggunakan taraf signifikansi 5% adalah sebagai berikut:

1. H_o ditolak dan H_a diterima apabila Z_{hitung} lebih besar atau sama dengan $Z_{tabel.}$
2. H_o diterima dan H_a ditolak apabila Z_{hitung} lebih kecil dari $Z_{tabel.}$

Keterangan:

3. Hipotesis nol/ nihil (H_o) adalah apabila tidak terjadi peningkatan *Self management* dalam belajar setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok.
4. Hipotesis kerja (H_a) adalah apabila terjadi peningkatan *Self management* dalam belajar setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok.

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHAAN

Pada bab IV ini akan menguraikan tentang hasil penelitian dan pembahasan tentang upaya meningkatkan *self management* dalam belajar melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIIID di SMPN 1 Jakenan Pati.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Analisis Deskriptif Kuantitatif

Berikut ini akan dikemukakan hasil analisis deskriptif mengenai upaya meningkatkan *self management* dalam belajar melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIIID di SMPN 1 Jakenan Pati. Berdasarkan tujuan penelitian maka hasil yang dapat dilaporkan adalah: (1) hasil perhitungan deskriptif persentase tingkat *self management* dalam belajar siswa kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, (2) hasil perhitungan deskriptif persentase tingkat *self management* dalam belajar siswa kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, dan (3) perbedaan yang signifikan tingkat *self management* dalam belajar siswa kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok.

4.1.1.1 Hasil Perhitungan Deskriptif Persentase Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa Kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sebelum Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok.

Pelaksanaan pemberian *pre test* terhadap siswa kelas VIIID SMPN 1 Jakenan yang dilaksanakan pada hari Rabu, 14 November 2012 dengan penyebaran skala *self management* dalam belajar pada 34 siswa. Setelah hasilnya dianalisis maka diperoleh 10 siswa yang akan dijadikan sebagai anggota bimbingan kelompok dengan kategori yang berbeda dari tingkatan terendah sampai tingkatan tertinggi.

Berdasarkan tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini yaitu meningkatkan *self management* dalam belajar siswa, maka sebelum pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok, maka terlebih dahulu melakukan seleksi sampel penelitian dengan teknik *purposive sampling* atau pemilihan sampel bertujuan, hal ini sesuai dengan tujuannya yaitu untuk menjaring sampel dengan tingkatan rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi agar dalam bimbingan kelompok memiliki unsur heterogen sehingga dapat bertukar pikiran, pengetahuan, wawasan dan pengalaman, dari anggota yang memiliki tingkat *self management* dalam belajar sangat tinggi kepada anggota yang memiliki tingkat *self management* dalam belajar rendah. Hal ini juga dikarenakan dalam bimbingan kelompok semua mempunyai peluang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

Berikut ini hasil *pre test* skala *self management* dalam belajar siswa seperti terlihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.1
Hasil *Pre Test* Skala *Self Management* dalam Belajar Siswa Kelas VIIID

No	Kode responden	Self management dalam Belajar Siswa		
		Jumlah	%	Kriteria
1	R-01	176	70.4%	Tinggi
2	R-02	179	71.6%	Tinggi
3	R-03	184	73.6%	Tinggi
4	R-04	172	68.8%	Sedang
5	R-05	132	52.8%	Rendah
6	R-06	193	77.2%	Tinggi
7	R-07	135	54%	Rendah
8	R-08	171	68.4%	Sedang
9	R-09	196	78.4%	Tinggi
10	R-10	215	86%	Sangat Tinggi
11	R-11	180	72%	Tinggi
12	R-12	181	72.4%	Tinggi
13	R-13	213	85.2%	Sangat Tinggi
14	R-14	207	82.8%	Tinggi
15	R-15	205	82%	Tinggi
16	R-16	184	73.6%	Tinggi
17	R-17	182	72.8%	Tinggi
18	R-18	183	73.2%	Tinggi
19	R-19	137	54.8%	Rendah
20	R-20	199	79.6%	Tinggi
21	R-21	207	82.8%	Tinggi
22	R-22	191	76.4%	Tinggi
23	R-23	190	76%	Tinggi
24	R-24	136	54.4%	Rendah
25	R-25	195	78%	Tinggi
26	R-26	200	80%	Tinggi
27	R-27	175	70%	Sedang
28	R-28	178	71.2%	Tinggi
29	R-29	201	80.4%	Tinggi
30	R-30	216	86.4%	Sangat Tinggi
31	R-31	138	55.2%	Sedang
32	R-32	205	82%	Tinggi
33	R-33	187	74.8%	Tinggi
34	R-34	183	73.2%	Tinggi

Berdasarkan hasil perhitungan *pre test* skala *self management* dalam belajar siswa tersebut maka dapat diketahui bahwa ada 4 orang siswa yang masuk

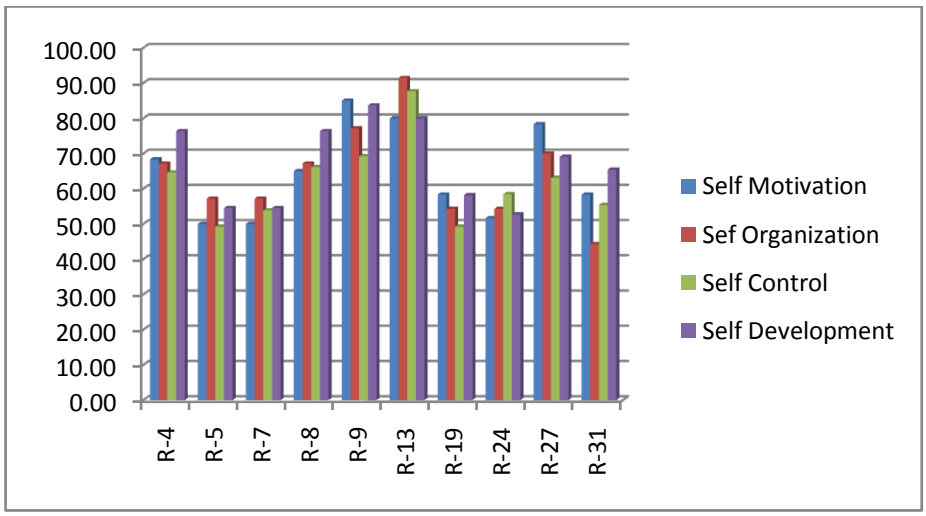
kategori rendah (40%-55%), 4 siswa dalam kategori sedang (55%-70%), 23 siswa dalam kategori tinggi (70%-85%), dan 3 siswa dalam kategori sangat tinggi (85%-100%). Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok diperlukan 10 orang, maka siswa yang dijadikan anggota dalam bimbingan kelompok yaitu 4 siswa yang berada dalam kategori rendah, dan untuk mendapat 6 orang lagi peneliti melibatkan 4 orang siswa yang mempunyai kategori sedang, 1 orang siswa yang berada dalam kategori tinggi, dan 1 orang siswa lagi yang berada dalam kategori sangat tinggi yang dipilih secara acak. Pengambilan sampel di atas sesuai dengan teknik pengambilan sampel pada bab 3 hal 45.

Tabel 4.2
Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa
Sebelum Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

No.	Kode Responden	Jumlah	% Skor	Kriteria
1.	R-04	172	68,8%	Sedang
2.	R-05	132	52,8%	Rendah
3.	R-07	135	54%	Rendah
4.	R-08	171	68,4%	Sedang
5.	R-09	196	78,4%	Tinggi
6.	R-13	213	85,2%	Sangat Tinggi
7.	R-19	137	54,8%	Rendah
8.	R-24	136	54,4%	Rendah
9.	R-27	175	70%	Sedang
10.	R-31	138	55,2%	Sedang
Rata-rata		160,5	64,2%	Sedang

Self management dalam belajar pada penelitian ini terdiri dari empat indikator yaitu: (1) pendorongan diri *(self motivation)* yang terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: minat besar dalam belajar, perhatiannya tidak terganggu oleh lingkungan, mudah memahami bahan pelajarannya, dan ekspresi saat mengerjakan tugas; (2) Penyusunan diri *(self organization)*, terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: pengelolaan pikiran, pengaturan tenaga, pengaturan waktu, dan pengaturan tempat; (3) Pengendalian diri *(self control)* terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: membina tekad, memacu semangat, mengikis keseganan, dan mengerahkan tenaga untuk melaksanakan apa yang harus dilaksanakan; dan (4) Pengembangan diri *(self development)* terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: kecerdasan pikiran, watak kepribadian, rasa kemasyarakatan, dan kesehatan diri. Untuk mengetahui hasil *self management* dalam belajar per indikator akan ditampilkan pada diagram berikut:

Diagram 4.1
Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa per Indikator
Sebelum Pelaksanaan Bimbingan Kelompok



Pada diagram di atas menjelaskan tentang gambaran tingkat *self management* dalam belajar siswa sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok per indikator, dari rata rata seluruh indikator *(self motivation, self organization, self control,* dan *self development)* berada pada kategori sedang (64,20%). Indikator pendorongan diri *(self motivation)* yang terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: minat besar dalam belajar, perhatiannya tidak terganggu oleh lingkungan, mudah memahami bahan pelajarannya, dan ekspresi saat mengerjakan tugas; berada dalam kategori sedang (64,50%). Masing-masing siswa berada dalam kategori sebagai berikut: 3 siswa (R-5, R-7, dan R-24) berada dalam kategori rendah, 4 siswa (R-4, R-8, R-19, dan R-31) berada dalam kategori sedang, dan 3 siswa (R-9, R-13, dan R-27) berada dalam kategori tinggi. Pada indikator penyusunan diri *(self organization)* terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: pengelolaan pikiran, pengaturan tenaga, pengaturan waktu, dan pengaturan tempat; berada dalam kategori sedang (64,00%). Masing-masing siswa berada dalam kategori sebagai berikut: 3 siswa (R-19, R-24, dan R-31) berada dalam kategori rendah, 5 siswa (R-4, R-5, R-7, R-8, dan R-27) berada dalam kategori sedang, dan untuk kategori tinggi dan sangat tinggi masing-masing 1 siswa yaitu R-9 dan R-13. Selanjutnya indikator pengendalian diri *(self control)* terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: membina tekad, memacu semangat, mengikis keseganan, dan mengerahkan tenaga untuk melaksanakan apa yang harus dilaksanakan; berada dalam kategori sedang (61,69%). Masing-masing siswa berada dalam kategori sebagai berikut: 3 siswa (R-5, R-7, dan R-19) berada dalam kategori rendah, 6 siswa (R-4, R-8, R-9, R-24, R-27, dan R-31) berada dalam

kategori sedang, dan 1 siswa (R-13) untuk kategori sangat tinggi. Terakhir indikator pengembangan diri *(self development)* terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: kecerdasan pikiran, watak kepribadian, rasa kemasyarakatan, dan kesehatan diri berada dalam kategori sedang (67,09%). Masing-masing siswa berada dalam kategori sebagai berikut: 3 siswa (R-5, R-7, R-24) berada dalam kategori rendah, 3 siswa (R-19, R-27, dan R-31) berada dalam kategori sedang, dan 4 (R-4, R-8, R-9, dan R-13) siswa untuk kategori tinggi.

4.1.1.2 Hasil Perhitungan Deskriptif Persentase Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa Kelas VIIID SMP Negeri 1 Jakenan sesudah Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok.

Setelah dilaksanakan bimbingan kelompok selama delapan kali pertemuan, kemudian dilaksanakan *post test* untuk mengetahui peningkatan tingkat *self management* dalam belajar siswa. Hasil yang diperoleh dalam *post test* disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

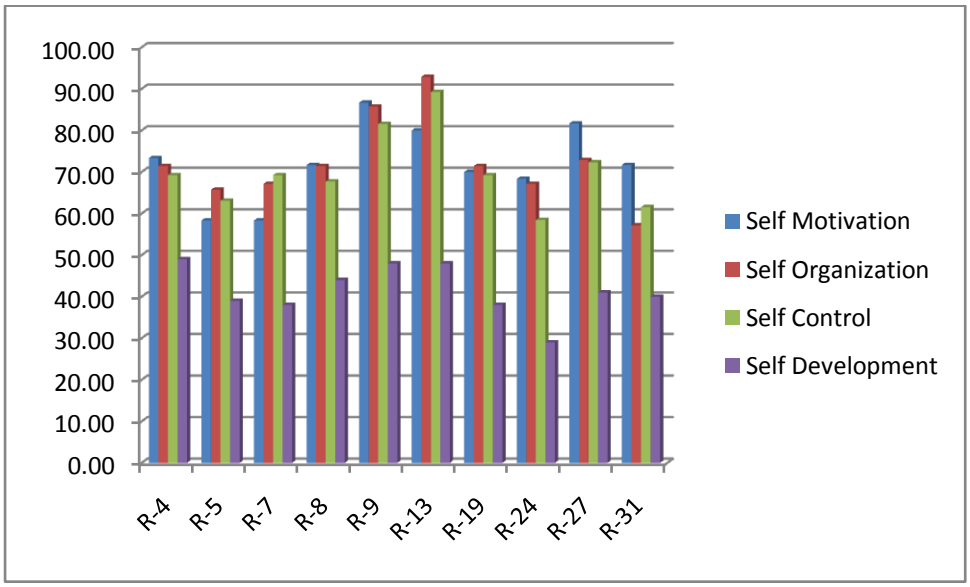
Tabel 4.3
Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa
Setelah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

No.	Kode Responden	Jumlah	% Skor	Kriteria
1.	R-04	188	75,2%	Tinggi
2.	R-05	161	64,4%	Sedang
3.	R-07	165	66%	Sedang
4.	R-08	181	72,4%	Tinggi
5.	R-09	213	85,2%	Sangat Tinggi
6.	R-13	219	87,6%	Sagat Tinggi
7.	R-19	175	70%	Sedang
8.	R-24	155	62%	Sedang
9.	R-27	188	75,2%	Tinggi
10.	R-31	163	65,2%	Sedang
Rata-rata		180,8	72,32%	Tinggi

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 4.3 maka dapat disimpulkan bahwa anggota kelompok yang mengikuti layanan bimbingan kelompok sebanyak 10 siswa berada dalam kategori tinggi dengan rata-rata sebesar 180,8 dan rata-rata prosentasenya sebesar 72,32%. Dengan uraian sebagai berikut: 2 siswa (R-9 dan R-13) dalam kategori sangat tinggi, 3 siswa (R-4, R-8, dan R-27) dalam kategori tinggi, dan 5 siswa dalam kategori sedang. Secara garis besar *Self Management* dalam belajar siswa sudah mengalami peningkatan.

Gambaran tingkat *Self Management* dalam belajar siswa per indikator setelah mendapat layanan bimbingan kelompok dapat dilihat pada diagram di bawah ini:

Diagram 4.2
Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa per Indikator Setelah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok



Pada diagram di atas menjelaskan tentang gambaran tingkat *Self Management* dalam belajar siswa sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok per indikator, dari rata-rata seluruh indikator *(Self Motivation, Self*

Organization, Self Control, dan *Self Development)* berada pada kategori tinggi (72,32%). Indikator pendorongan diri *(Self Motivation)* yang terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: minat besar dalam belajar, perhatiannya tidak terganggu oleh lingkungan, mudah memahami bahan pelajarannya, dan ekspresi saat mengerjakan tugas; berada dalam kategori tinggi (72,00%). Masing-masing siswa berada dalam kategori sebagai berikut: 4 siswa (R-5, R-7, R-19, dan R-24) berada dalam kategori sedang, 5 siswa (R-4, R-8, R-13, R-27, dan R-31) berada dalam kategori tinggi, dan 1 siswa (R-9) berada dalam kategori sangat tinggi. Pada indikator penyusunan diri *(Self Organization)* terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: pengelolaan pikiran, pengaturan tenaga, pengaturan waktu, dan pengaturan tempat; berada dalam kategori tinggi (72,29%). Masing-masing siswa berada dalam kategori sebagai berikut: untuk kategori sedang (R-5, R-7, R-24, dan R-31)dan tinggi (R-4, R-8, R-19, dan R-27) masing-masing 4 siswa, dan 2 siswa (R-9 dan R-13) berada dalam kategori sangat tinggi. Selanjutnya indikator pengendalian diri *(Self Control)* terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: membina tekad, memacu semangat, mengikis keseganan, dan mengerahkan tenaga untuk melaksanakan apa yang harus dilaksanakan; berada dalam kategori tinggi (70,15%). Masing-masing siswa berada dalam kategori sebagai berikut: 7 siswa (R-4, R-5, R-7, R-8, R-19, R-24,dan R-31) berada dalam kategori sedang, 2 siswa (R-9 dan R-27) berada dalam kategori tinggi, dan 1 siswa (R-13) untuk kategori sangat tinggi. Terakhir indikator pengembangan diri *(Self Development)* terdiri dari beberapa deskriptor yaitu: kecerdasan pikiran, watak kepribadian, rasa kemasyarakatan, dan kesehatan diri berada dalam kategori tinggi (75,21%).

Masing-masing siswa berada dalam kategori sebagai berikut: 1 siswa (R-24) berada dalam kategori rendah, 2 siswa (R-7 dan R-19) berada dalam kategori sedang, 4 siswa (R-5, R-8, R-27,dan R-31) untuk kategori tinggi, dan 3 siswa (R-4, R-9, dan R-13) untuk kategori sangat tinggi.

4.1.1.3. Perbedaan yang Signifikan Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa Kelas VIIID SMPN 1 Jakenan Sebelum dan Sesudah diberi Layanan Bimbingan Kelompok.

Setelah siswa yang tergabung dalam anggota kelompok diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok selama delapan kali pertemuan, rata-rata siswa mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil perhitungan *Pre Test* dan hasil *Post Test*. Perbedaan *Self Management* dalam belajar siswa sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.4
Perbedaan Tingkat *Self Management* dalam Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

No.	Kode	*Pre-Test*			*Post-Test*			Perbedaan (%)
		Σ	%	Kriteria	**Σ**	%	Kriteria	
1.	R-4	172	68,8	S	188	75,2	T	6,4
2.	R-5	132	52,8	R	161	64,4	S	11,6
3.	R-7	135	54	R	165	66	S	12
4.	R-8	171	68,4	S	181	72,4	T	4
5.	R-9	196	78,4	T	213	85,2	ST	6,8
6.	R-13	213	85,2	ST	219	87,6	ST	2,4
7.	R-19	137	54,8	R	175	70	S	15,2
8.	R-24	136	54,4	R	155	62	S	7,6
9.	R-27	175	70	S	188	75,2	T	5,2
10.	R-31	138	55,2	S	163	65,2	S	10
Rata-rata			64,2	S	Rata	72,32	T	8,12

Berdasarkan hasil perhitungan tabel di atas diperoleh peningkatan *Self Management* dalam belajar siswa rata-rata 8,12%. Dari 10 responden yang

mengalami peningkatan terbesar yaitu R-19 sebesar 15,2%. Sedangkan peningkatan terkecil pada R-13 sebesar 2,4%. R-13 mengalami peningkatan terkecil karena awalnya dia sudah memiliki *Self Management* dalam Belajar dengan kategori sangat tinggi. Dari hasil tabel perbedaan tingkat *Self Management* dalam belajar di atas maka perlu diketahui bahwa setiap responden mengalami peningkatan.

Selain itu perbandingan antara *Pre Test* dan *Post Test* juga dapat dilihat berdasarkan indikatornya. Adapun tingkat kenaikan *Self Management* dalam belajar jika dilihat dari indikatornya dapat ditunjukkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.5
Perbandingan *Pre Test* dan *Post Test* dari Tiap Indikator

No	Indikator	*Pre Test*		*Post Test*		Tingkat Kenaikan
		%	K	%	K	
1	*Self Motivation*	64,50%	S	72,00%	T	7,50%
2	*Self Organization*	64,00%	S	72,29%	T	8,29%
3	*Self Control*	61,69%	S	70,15%	T	8,46%
4	*Self Development*	67,09%	S	75,27%	T	8,18%

Pada tabel 4.5 dapat dijelaskan bahwa tingkat *Self Management* dalam belajar siswa per indikator yaitu pada indikator *Self Motivation* sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok sebesar 64,50% (sedang) dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok menjadi 72,00% (tinggi). *Self Organization* sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok sebesar 64,00% (sedang) dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok menjadi 72,29% (tinggi). *Self Control* sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok sebesar 61,69% (sedang) dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok menjadi 70,15% (tinggi), dan yang terakhir yaitu pada indikator *Self Development* sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok sebesar 67,09% (sedang) dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok menjadi

75,27% (tinggi). Adapun diagram prosentase kenaikan tingkat *Self Management* dalam belajar dilihat per indikator adalah seperti pada diagram di bawah ini:

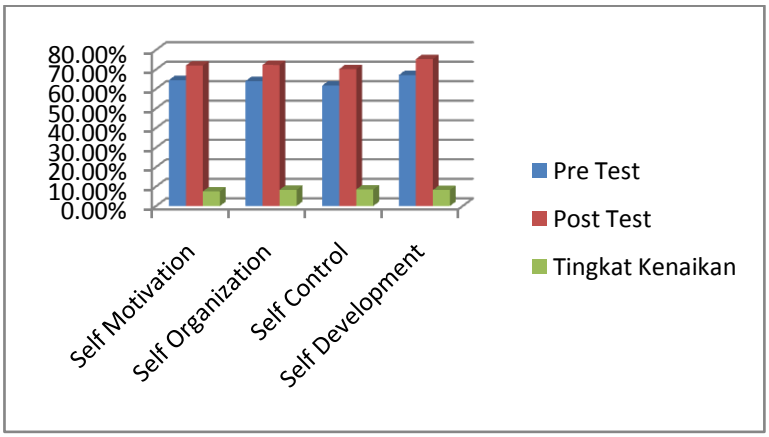


Diagram 4.3

Perbandingan *Pre Test* dan *Post Test* dari tiap Indikator

Analisis data yang digunakan untuk mengetahui adakah peningkatan *Self Management* dalam belajar sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok adalah dengan analisis *statistic non parametric* yaitu uji *Wilcoxon*. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.5
Tabel Penolong untuk Uji *Wilcoxon*

Kode Responden	*Pre-Test* (X1)	*Post-Test* (X2)	Beda (X2-X1)	Tanda Jenjang		
				Jenjang	+	-
R-04	172	188	+16	4	4	0
R-05	132	161	+29	8	8	0
R-07	135	165	+30	9	9	0
R-08	171	181	+10	2	2	0
R-09	196	213	+17	5	5	0
R-13	213	219	+6	1	1	0
R-19	137	175	+38	10	10	0
R-24	136	155	+19	6	6	0
R-27	175	188	+13	3	3	0
R-31	138	163	+25	7	7	0
Jumlah					55	0

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* di atas, dengan taraf signifikan 5% menunjukkan Z_{hitung} =.55 > Z_{tabel}= 8 atau berati H_a diterima dan H_o ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan *Self Management* dalam belajar siswa sesudah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif Kulitatif

Hasil analisis deskriptif kualitatif merupakan uraian mengenai hasil penelitian yang berdasarkan kepada hasil analisis dari pengamatan penelitian pada saat pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok, terdapat pula uraian mengenai evaluasi, pemahaman diri, dan tindakan (UCA) anggota kelompok selama pelaksanan bimbingan kelompok. Evaluasi UCA tersebut dilakukan melalui tanya jawab antar pemimpin kelompok dengan semua anggota kelompok mengenai pemahaman baru apa yang diperoleh dari kegiatan bimbingan kelompok, seperti apa perasaan anggota selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, dan komitmen mengenai tindakan yang akan dilakukan anggota kelompok setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Berikut ini diterangkan hasil pelaksanan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan dengan melakukan pengamatan selama proses pelaksanaan bimbingan kelompok dalam delapan kali pertemuan:

4.1.2.1 Pertemuan I

Pada pertemuan pertama ini topik yang akan dibahas yaitu “meningkatkan motivasi belajar”, sub-sub topik yang dibahas yaitu pengertian motivasi, manfaat

motivasi, dan tips motivasi diri. Pada pertemuan pertama ini anggota masih terlihat malu-malu dalam menyampaikan pendapat, namun ada beberapa siswa yang sudah mau mengutarakan pendapat yaitu R-4, R-9, R-13, R-27, dan R-31. Menurut R-4 motivasi adalah sesuatu yang menjadi pendorong untuk belajar, R-9 menyatakan bahwa motivasi adalah hadiah yang akan kita dapat bila kita mencapai prestasi, contoh bila nanti kita dapat peringkat I maka nanti kita akan dibelikan motor oleh orang tua kita. Menurut R-13 motivasi adalah dorongan yang ada untuk mencapai kesuksesan, R-27 menyatakan bahwa motivasi adalah keinginan atau hal yang ada pada diri seseorang untuk berhasil, sedangkan R-31 mengutarakan motivasi adalah motif atau sesuatu yang dijadikan sebagai penyemangat dalam meraih cita-cita. Pada R-7 masih sering memperhatikan suasana di luar anggota kelompok, sedangkan pada R-5, R-8, dan R-27 melamun dan diam saja. Pada R-24 selalu ikut pendapat anggota lain dan berusaha untuk mengajak ngobrol anggota yang di sebelahnya. Sebelum kegiatan diakhiri pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok kesimpulan dari kegiatan kelompok yang baru saja dilaksanakan. Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok tapi untuk R-5, R-19, R-31 belum mau menyampaikan pesan dan kesan mereka, secara keseluruhan mereka senang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

4.1.2.1 Pertemuan Ke 2

Pada pertemuan ke dua ini topik yang dibahas dalam kegiatan kelompok yaitu ”minat belajar”, sub-sub topik yang dibahas adalah pengertian minat belajar, macam-macam minat dan faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar, ciri-ciri siswa berminat dalam belajar, membangkitkan minat belajar siswa di sekolah. Masing-masing anggota kelompok mengemukakan pendapatnya kecuali R-27. Secara keseluruhan menurut mereka minat belajar adalah ketertarikan kita untuk belajar atau rasa kesukaan kita pada sesuatu sehingga kita akan merasa senang saat menjalaninya. dan ciri-ciri siswa yang berminat dalam belajar adalah mereka yang selalu belajar meskipun tidak ada ulangan dan mereka yang rajin mengerjakan PR di rumah. Untuk R-5, R-7, R-8, R-24, dan R-27 masih terlihat gugup saat berbicara. R-5 dan R-31 melamun dan diam saja namun pemimpin kelompok dan anggota lain berusaha untuk membangkitkan semangat mereka dan akhirnya mereka mau ikut berpendapat. Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, mereka senang. Namun pada R-8 dan R-24 belum mau menyampaikan pesan dan kesan mereka.

4.1.2.3 Pertemuan Ke 3

Pada pertemuan ke 3 ini semua anggota mendengarkan arahan pemimpin kelompok kecuali R-19. Untuk R-4, R-7, R-9, R-13, R-24 dan R-27 menanyakan materi yang akan dibahas pada pertemuan ini. Topik yang akan dibahas yaitu ”*Self Management* dalam belajar paradigma waktu” Kemudian anggota diberi kesempatan untuk bertanya, mengemukakan pendapat, usul, dan saran terkait

tentang topik yang sedang dibahas. Semua anggota sudah memberikan tanggapan terhadap topik yang dibahas tapi untuk R-4 dan R-9 saling berebut saat mengungkapkan pendapat. Untuk R-7 dan R-9 kadang-kadang masih suka memperhatikan suasana luar kelompok. Kesimpulan dari pembahasan topik ini anggota menjadi sadar dan tahu kalau selama ini waktunya banyak yang terbuang sia-sia dan anggota bertekad untuk membuat jadwal kegiatan sehari-hari mereka dengan memprioritaskan tujuan utama mereka yaitu belajar. Pada R-5, R-9, R-13, dan R-24 menanyakan pertemuan selanjutnya.

4.1.2.4 Pertemuan Ke 4

Pada pertemuan kali ini terlihat pada R-5, R-9, dan R-13 sudah tidak sabar untuk mengetahui materi apa yang akan di bahas. Pada pertemuan ini materi yang akan dibahas yaitu”memahami diri sendiri”, sub-sub topik yang dibahas meliputi pengertian memahami diri sendiri, manfaat memahami diri sendiri untukmu. R-19 terlihat melamun dan diam saja. Untuk R-4, R-5, R-7, R-9, R-13, R-24, dan R-31 aktif dalam memberikan tanggapan. Pada R-5, R-7, R-24, dan R-31 terlihat senang diakhir pertemuan karena mereka menjadi lebih tahu tentang dirinya.

4.1.2.5 Pertemuan Ke 5

Pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan dibahas pada bimbingan kelompok kali ini yaitu “Belajar dengan cerdas”. Pada R-4 dan R-9 saling berebut saat mengungkapkan pendapat, sedangkan R-8 sering berbuat gaduh. Untuk R-4 dan R-24 terlihat kadang masih suka memperhatikan suasana luar kelompok. R-8, R-9, R-13, dan R-19 aktif dalam memberikan saran dan tanggapan. R-8, R-9, dan R-13 memberikan kesimpulan dari pembahasan topik di

tahap kegiatan, dengan adanya pembahasan topik ini anggota menjadi tahu kalau cara belajar mereka selama ini salah dan mereka mendapat wawasan dalam belajar yang lebih baik.

4.1.2.6 Pertemuan Ke 6

Pada pertemuan ke 6 ini semua anggota kelompok mendengarkan arahan pemimpin kelompok dengan baik kecuali untuk R-31. Topik yang di bahas yaitu ”menghadapi pengajar dan pelajaran yang tidak disenangi”. Pada saat pembahasan tentang topik, terlihat R-8 dan R-9 saling berbicara dengan anggota lain. masing-masing anggota kelompok mengemukakan pendapatnya. Untuk R-4 dan R-5 terlihat gelisah dan gugup saat menyampaikan pendapatnya. Anggota bersedia memberikan kesimpulan dari pembahasan topik kecuali pada R-5, R-8, R-19, dan R-31. R-9 dan R-24 menanyakan kegiatan bimbingan kelompok lanjutan dan mereka antusias ingin melaksanakan lagi kegiatan bimbingan kelompok.

4.1.2.7 Pertemuan Ke 7

Topik yang akan dibahas pada pertemuan ini yaitu”memahami diri sendiri”, Dilanjutkan pembahasan tentang sub-sub topik diantaranya yaitu pengertian memahami diri sendiri, dan manfaat memahami diri sendiri untukmu. Pada R-5, R19, dan R-27 saling berebut dalam mengutarakan pendapat. Secara keseluruhan semua anggota kelompok sudah berani mengemukakan pendapat, ide, dan pikiran mereka.

4.1.2.8 Pertemuan Ke 8

Pada pertemuan ini terlihat dinamika dan kesiapan setiap anggota untuk melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok. R-8 dan R-9 sudah tidak sabar dan

bertanya kepada pemimpin kelompok topik apa yang akan dibahas. Topik yang akan dibahas yaitu ”Belajar dari kegagalan adalah salah satu pangkal keberhasilan”. R-5, R-9, R-13, R-24 dan R-31 aktif memberikan tanggapan terhadap topik yang sedang dibahas walaupun pada R-5 selalu ikut pendapat orang lain. Menurut R-5 kegagalan merupakan suatu kesuksesan yang tertunda namun dari semua itu kita bisa mengambil manfaatnya, R-9 kegagalan adalah pangkal dari keberhasilan, kita harus lebih tabah dan berfikir positif dalam menghadapai cobaan atau kegagalan untuk meraih kesuksesan, R-13 Kegagalan bukan akhir dari segala-galanya karena kegagalan adalah awal dari suatu keberhasilan. R-24 Kegagalan tidak harus membuat kita terpuruk tapi menjadi motivasi kita untk mencapai kesuksesan. Sedangkan menurut R-31 berfikir positif dapat membuat kita berhasil untuk meraih impian.

Untuk mengetahui perkembangan tiap individu selama proses pemberian layanan bimbingan kelompok akan dijelaskan pada perkembangan tiap aspek yang muncul yang dapat diamati oleh peneliti selama proses pelaksanaan bimbingan kelompok seperti di bawah ini:

Tabel 4.5
Proges Perkembangan Tiap Individu Selama Proses Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok

No	Kode Responden	Proges Perkembangan tiap individu
1	R-4	Pada pertemuan pertama, R-4 belum ada aspek yang muncul dan lebih cenderung malu mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Kemudian pada pertemuan berikutnya aspek yang muncul yaitu sudah ada minat untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dan ikut aktif dalam kelompok. Pada pertemuan ketiga terjadi sedikit peningkatan sudah tidak ragu lagi dalam menyampaikan pendapat, R-4 mampu mengikuti proses bimbingan kelompok dengan baik. Pertemuan keempat mengalami

		sedikit penurunan, R-4 kurang bersemangat untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Pertemuan selanjutnya mengalami peningkatan yaitu: pada aspek memiliki tekad yang tinggi, memacu semangat, dan mengikis keseganan. Pada pertemuan keenam ada aspek yang ikut mengalami peningkatan yaitu mampu mengelola pikirannya. Pertemuan ketujuh semua aspek mengalami perkembangan. Selanjutnya pada pertemuan terakhir seluruh aspek mengalami peningkatan.
2	R-5	Pada pertemuan pertama R-5 belum ada perkembangan dalam setiap aspek. Dalam pertemuan kedua R-5 sudah ada aspek yang muncul yaitu minat dalam belajar. Pertemuan selanjutnya mengalami peningkatan dengan munculnya aspek membina tekad untuk semangat belajar. Pertemuan keempat mengalami perubahan dengan aspek yang muncul mengerahkan tenaga untuk melaksanakan apa yang harus dilaksanakan. Selanjutnya ada aspek yang mengalami penurunan yaitu semangat dalam belajar. Pertemuan keenam ada beberapa aspek yang mengalami peningkatan yaitu memacu semangat dan pengaturan waktu. Pertemuan ketujuh semua aspek hampir mengalami perkembangan. Selanjutnya pada pertemuan terakhir seluruh aspek mengalami perkembangan dengan baik.
3	R-7	Pada pertemuan pertama R-7 belum ada perkembangan yang terlihat begitu menonjol. Pertemuan selanjutnya aspek yang muncul hanya memacu semangat. Pertemuan ketiga R-7 mampu mengungkapkan pendapat dengan baik tanpa rasa ragu-ragu. Pertemuan keempat mengalami sedikit penurunan pada aspek mengerahkan tenaga untuk melaksanakan apa yang harus dilaksanakan, dan pengaturan waktu. Pertemuan selanjutnya R-7 sudah agak menunjukkan adanya peningkatan dibanding dengan pertemuan sebelumnya, peningkatan terjadi pada aspek minat besar dalam belajar. Pada pertemuan keenam terjadi peningkatan pada aspek pengaturan waktu dan mengikis keseganan. Pertemuan ketujuh hampir semua aspek meningkat, dan pertemuan kedelapan semua aspek sudah mengalami perkembangan.
4	R-8	Pada pertemuan pertama R-8 sudah cukup antusias mengikuti kegiatan layanan kelompok dan juga cukup aktif, hal ini ditunjukkan ada beberapa aspek yang sudah baik. Pertemuan kedua R-8 lebih meningkat lagi semangatnya dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Pertemuan ketiga ada penurunan beberapa aspek diantaranya mengikis keseganan, namun pemimpin kelompok dan anggota yang lain mencoba membantu untuk

		memotivasi R-8. Pada pertemuan keempat R-8 mampu memposisikan dirinya dengan baik dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok dan juga mengungkapkan pendapat dan pertanyaan dengan baik. Hal tersebut menunjukkan peningkatan pada aspek rasa kemasyarakatan dan mengerahkan tenaga untuk melakasanakan apa yang harus dilaksanakan. Pertemuan kelima peningkatan juga ada pada aspek pengaturan waktu dan pengaturan tenaga. Pada pertemuan keenam ada sedikit penurunan pada aspek memacu semangat, dikarenakan R-8 mengungkapkan bahwa dirinya sedikit merasa malas dalam mengikuti pelajaran. Pertemuan ketujuh hampir semua aspek menunjukkan peningkatan, dan pada pertemuan terakhir R-8 menunjukkan perkembangan yang baik.
5	R-9	Pada pertemuan pertama R-9 sudah antusias mengikuti kegiatan layanan kelompok dan juga cukup aktif, hal ini ditunjukkan pada beberapa aspek yang sudah baik, diantaranya minat besar dalam belajar, perhatiannya tidak terganggu oleh lingkungan, pengaturan waktu, dan mengikis keseganan. Kemudian pada kegiatan layanan bimbingan kelompok kedua terjadi sedikit peningkatan, R-9 mampu mengikuti proses bimbingan kelompok dengan baik. Pertemuan ketiga sampai kelima R-9 tidak ada masalah dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Pertemuan keenam R-9 mengalami penurunan pada aspek pengelolaan pikiran. Pada pertemuan ketujuh beberapa aspek mengalami peningkatan, dan pertemuan kedelapan R-9 menunjukkan perkembangan yang baik.
6	R-13	Pada pertemuan pertama R-13 sudah antusias mengikuti kegiatan layanan kelompok dan juga aktif, R-13 menunjukkan ada beberapa aspek yang sudah baik, diantaranya minat besar dalam belajar, membina tekad, memacu semangat, dan mengikis keseganan. Kemudian pada kegiatan layanan bimbingan kelompok kedua terjadi peningkatan R-13 mampu mengikuti proses bimbingan kelompok dengan baik. Pertemuan ketiga sampai keenam R-13 tidak ada masalah dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Pada pertemuan ketujuh beberapa aspek mengalami peningkatan, dan pertemuan kedelapan R-13 menunjukkan perkembangan yang baik.
7	R-19	Pertemuan pertama R-19 belum ada perkembangan dalam setiap aspek. Pada pertemuan selanjutnya anggota kelompok lain dan pemimpin kelompok mencoba untuk memberi dorongan agar R-19 mampu mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan baik. Pertemuan ketiga R-19 sudah menunjukkan adanya perkembangan, dia

		mampu menyesuaikan dirinya dalam kelompok, mampu menyampaikan pendapatnya tanpa rasa malu. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan pada aspek minat besar dalam belajar, dan rasa kemasyarakatan. Pertemuan keempat sampai pertemuan keenam R-19 menunjukkan perkembangan yang baik pada beberapa aspek, diantaranya pengaturan waktu, membinat tekad. Pertemuan ketujuh dan kedelapan hampir semua aspek mengalami perkembangan.
8	R-24	Pertemuan pertama R-24 hanya pasif, tidak ada respon yang begitu baik ketika ada pertanyaan dari pemimpin kelompok. Pertemuan kedua masih tidak mau berpendapat bila tidak disuruh oleh pemimpin kelompok. Pertemuan ketiga R-24 sudah begitu tertarik dan semangat mengikuti kegiatan, hal tersebut menunjukkan peningkatan pada aspek minat dalam belajar dan memacu semangat. Pertemuan keempat, mengalami sedikit penurunan R-24 kurang bersemangat untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Namun, pada pertemuan kelima dan keenam R-24 sudah menunjukkan adanya perkembangan lagi yaitu dia mampu berdiskusi dengan baik. Pertemuan ketujuh mengalami peningkatan. Pada pertemuan terakhir, hampir semua aspek mengalami perkembangan yang cukup.
9	R-27	Pertemuan pertama R-27 sudah bersemangat untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Pertemuan selanjutnya, R-27 mulai aktif dalam diskusi yang ada dalam layanan bimbingan kelompok. Pertemuan ketiga sampai pertemuan kelima R-27 menunjukkan sikap yang sangat baik dalam mengikuti bimbingan kelompok. Namun, pada pertemuan keenam R-27 lebih cenderung pasif dan juga kurang bersemangat untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok, dan pemimpin kelompok bersama anggota lain memberi motivasi untuk tetap bersemangat mengikuti layanan bimbingan kelompok. Pertemuan ketujuh dan kedelapan R-27 sudah menunjukkan perkembangan yang baik.
10	R-31	Pada pertemuan pertama sudah ada aspek yang muncul, yaitu adanya minat dalam belajar, R-31 juga merasa santai dan tidak kaku saat kegiatan layanan bimbingan kelompok berlangsung. Pertemuan kedua ada peningkatan pada beberapa aspek diantaranya perhatiannya tidak terganggu oleh lingkungan. Pertemuan ketiga menunjukan sikap yang kurang begitu baik dan menyampaikan pendapat yang kurang baik. Hal tersebut membuat penurunan pada aspek watak kepribadian dan rasa kemasyarakatan. Pada pertemuan selanjutnya ada beberapa aspek yang menurun yaitu membina tekad dan pengelolaan pikiran. Pertemuan

		kelima dan keenam R-31 kurang begitu bersemangat untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok, dan pemimpin kelompok bersama dengan anggota kelompok yang lain mencoba untuk menyemangati R-31. Pertemuan ketujuh R-31 sudah kembali bersemangat lagi dan hampir semua aspek sudah mampu dikuasai oleh R-31. Pertemuan kedelapan semua aspek sudah ada perkembangan yang baik.

4.2 Pembahasan

Data hasil analisis tiap responden dan indikator (*self motivation, self organization, self control, dan self development*) terbukti mengalami kenaikan secara keseluruhan dan berada dalam kriteria *self management* dalam belajar tinggi. Sebelum diberi layanan bimbingan kelompok *self management* dalam belajar siswa berada dalam kategori sedang (64,2%) dan setelah diberi layanan bimbingan kelompok berada dalam kategori tinggi (72,32%). Peneliti juga melakukan observasi untuk mengetahui perubahan perilaku siswa dalam peningkatan *self management* dalam belajar, hasil yang didapat antara lain perubahan sikap siswa yang menunjukkan: (1) *self motivation* siswa tinggi seperti: siswa memliki minat yang besar untuk belajar, siswa menjadi lebih senang untuk mengerjakan PR. (2) *Self organization*: siswa dapat mengelola pikiran, mengatur waktu, tenaga, dan tempat dengan baik. Sehingga siswa tidak lagi datang terlambat, tidak ada buku yang ketinggalan, dan siswa juga mengejakan PR di rumah. (3) *self control*: siswa bertekad untuk selalu bersemangat dalam belajar, akan mengikis keseganan dan mengerahkan tenaga untuk melaksanakan apa yang harus dilaksanakan. (4) *self development*: siswa menjadi lebih cerdas dalam berfikir dan mempunyai watak kepribadian yang lebih baik sehingga siswa dapat

bersosialisasi dengan baik. Dari perilaku yang ditunjukkan tersebut siswa mengalami peningkatan dalam perilakunya yang menunjukkan tingkat *Self Management* dalam belajar yang baik.

Awalnya sebelum siswa diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok, tingkat *self management* dalam belajar siswa belum optimal sehingga perlu ditingkatkan. Setelah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok selama delapan kali pertemuan, akhirnya tingkat *self management* dalam belajar siswa menjadi meningkat. Hasil peningkatan diketahui dari tingkat kenaikan yang signifikan melalui analisa tiap responden dan indikator serta perubahan perilaku siswa yang menunjukkan sikap dalam berperilaku yang lebih optimal.

Self management berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna (Gie, 2000: 77). *Self management* di dalam penelitian ini lebih difokuskan pada *Self management* dalam belajar. *Self management* dalam belajar adalah suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan ketrampilan dimana individu dapat mengelola dan mengatur diri untuk mengarahkan pengubahan tingkahlakunya sendiri untuk belajar dengan pemanipulasian stimulus dan respon baik internal maupun eksternal. *Self management* dalam belajar yang dimaksud ini meliputi: (1) pendorongan diri (*Self motivation*), (2) penyusunan diri (*Self organization*), (3) pengendalian diri (*Self control*), (4) pengembangan diri (*Self development*) (Gie, 2000: 78-80).

Pembahasan selanjutnya tentang aspek-aspek *self management* dalam belajar adalah sebagai berikut:

4.2.1 Pendorongan Diri (*Self Motivation)*

Yaitu dorongan batin dalam diri seseorang yang merangsangnya sehingga mau melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan yang didambakan (Gie, 2000: 78). Dengan adanya pendorongan diri pada individu itu sendiri tanpa dorongan dari orang lain, akan menumbuhkan minat dan keinginan keras untuk belajar kemudian mudah dalam berkonsentrasi selama belajar, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, dapat melakukan kegiatan belajar dalam waktu yang lama serta memperoleh kesenangan batin karena belajar telah membantu meningkatkan wawasan tentang apa saja yang dipelajari. Sebelum diberikan treatmen yang berupa layanan bimbingan kelompok pendorongan diri *(self motivation)* siswa berada dalam kategori sedang. R-5, R-7, dan R-24 berada dalam kategori rendah; R-4, R-8, R-19, dan R-31 berada dalam kategori sedang, dan R-9, R-13, dan R-27 berada dalam kategori tinggi. Namun setelah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok ada peningkatan pada masing-masing respendon seperti R-5, R-7, R-19, dan R-24 berada dalam kategori sedang; R-4, R-8, R-13, R-27, dan R-31 berada dalam kategori tinggi; R-9 berada dalam kategori sangat tinggi. Secara keseluruhan pendorongan diri *(self motivation*) siswa mengalami peningkatan dan berada dalam kategori tinggi.

4.2.2 Penyusunan Diri (*Self Organization*)

Penyusunan diri adalah pengaturan sebaik-baiknya terhadap pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda, dan semua sumberdaya lainnya dalam kehidupan

seorang siswa sehingga tecapai efisiensi pribadi (Gie, 2000: 78). Bisa dikatakan juga pengorganisasian diri yang merupakan suatu usaha dalam mengatur dan mengurus segala hal yang menyangkut pikiran, waktu, tempat, benda, dan sumber daya lainnya yang menunjang pembentukan *self management*, apabila segala sesuatunya telah diatur sebaik mungkin, maka akan tercapai kehidupan individu menjadi lebih efisien. Sebelum diberikan treatmen penyusunan diri (*self organization*) siswa berada pada kategori sedang. R-19, R-24, dan R-31 berada dalam kategori rendah; R-4, R-5, R-7, R-8, dan R-27 berada dalam kategori sedang, dan untuk kategori tinggi dan sangat tinggi masing-masing 1 siswa yaitu R-9 dan R-13. Namun setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok mengalami peningkatan dan berada dalam kategori tinggi seperti pada R-5, R-7, R-24, dan R-31 berada dalam kategori sedang; R-4, R-8, R-19, dan R-27 berada dalam kategori tinggi; dan R-9 dan R-13 berada dalam kategori sangat tinggi.

4.2.3 Pengendalian Diri (*Self Control*)

Pengendalian diri adalah perbuatan manusia membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat mengikis keseganan, dan mengarahkan tenaga untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan di sekolah (Gie, 2000: 79).

Adanya pengendalian diri yang kuat tentunya akan muncul sebuah tekad atau keinginan yang kuat untuk melaksanakan apa yang harus dikerjakan. Keinginan yang kuat akan memacu munculnya semangat untuk bisa memperoleh apa yang ingin dicapainya. Pengendalian diri yang kuat juga bisa memberikan penguatan diri pada individu agar bisa menghindari dirinya pada hal-hal yang

tidak penting dan lebih mengutamakan apa yang menjadi prioritasnya yaitu sebagai seorang siswa adalah belajar. Sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok 3 siswa (R-5, R-7, dan R-19) berada dalam kategori rendah; 6 siswa (R-4, R-8, R-9, R-24, R-27, dan R-31) berada dalam kategori sedang; dan 1 siswa (R-13) untuk kategori sangat tinggi. Setelah diberi perlakuan bimbingan kelompok 7 siswa (R-4, R-5, R-7, R-8, R-19, R-24,dan R-31) berada dalam kategori sedang; 2 siswa (R-9 dan R-27) berada dalam kategori tinggi; dan 1 siswa (R-13) untuk kategori sangat tinggi. Pengendalian diri *(self control)* siswa sebelum dapat layanan bimbingan kelompok berada dalam kategori sedang dan setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok mengalami peningkatan dan berada dalam kategori tinggi.

4.2.4 Pengembangan Diri (*Self Development*)

Pengembangan diri adalah perbuatan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal (Gie, 2000: 80). Pengembangan diri yang lengkap dan penuh mencakup segenap sumberdaya pribadi dalam diri seorang siswa, yaitu: Kecerdasan pikiran, watak kepribadian, Rasa kemasyarakatan, dan memelihara kesehatan jasmani maupun kesejahteraan rohani. Sebelum diberikan treatmen 3 siswa (R-5, R-7, R-24) berada dalam kategori rendah, 3 siswa (R-19, R-27, dan R-31) berada dalam kategori sedang, dan 4 (R-4, R-8, R-9, dan R-13) siswa untuk kategori tinggi. Namun setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok 1 siswa (R-24) berada dalam kategori rendah, 2 siswa (R-7 dan R-19) berada dalam kategori sedang, 4 siswa (R-5, R-8, R-27,dan R-31) untuk kategori tinggi, dan 3 siswa (R-4, R-9, dan R-13) untuk kategori sangat tinggi. Secara

keseluruhan pengembangan diri *(Self Development)* siswa mengalami kenaikan setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dari kategori sedang menjadi tinggi.

Kegiatan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan selama delapan kali pertemuan. Pada awal pertemuan siswa masih telihat malu-malu mengemukakan pendapat, ide, dan tanggapannya, tapi pada pertemuan selanjutnya siswa sudah berani untuk mengeluarkan pendapat terkait dengan materi yang sedang dibahas. Selanjutnya terjadi peningkatan yang signifikan pada masing-masing responden karena pada saat pelakasaanaan bimbingan kelompok mereka megikuti dengan penuh antusias. Anggota kelompok dapat memahami tentang *self management* dalam belajar dan indikator-indikator yang terkait di dalamnya seperti pendorongan diri *(self motivation),* penyusunan diri (*self organization),* pengendalian diri *(self control),* dan pengembangan diri *(self development).* Pemahaman itu membuka pemikiran baru bagi anggota kelompok tentang pengelolaan dirinya selama ini, terutama ketika mengalami kesulitan dan hambatan dalam belajar.

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, anggota kelompok belajar untuk mengutarakan pendapat. Keterlibatan masing-masing anggota membuat topik pembahasan menjadi lebih mendalam dan berdampak baik pada peningkatan tingkat *self management* dalam belajar. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan dengan tepat dan benar terbukti dapat meningkatkan *self management* dalam belajar siswa. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok terdapat empat tahap yaitu: pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakiran.

Tahap pendahuluan adalah tahap pengenalan, tahap pelibatan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok, pada setiap pertemuan pemimpin kelompok mengawali tahapan ini agar siswa merasa nyaman untuk melaksanakan kegiatan ke tahap selanjutnya. Tahapan kedua adalah tahap peralihan yaitu sebagai jembatan untuk masuk ke tahap kegiatan yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok. Selanjutnya yaitu tahap kegiatan ”kegiatan inti” untuk membahas topik atau materi. Tahapan akhir dalam bimbingan kelompok merupakan tahap penutupan dengan menyimpulkan pada setiap pertemuan. Evaluasi yang dilakukan peneliti dalam meningkatkan *self management* dalam belajar siswa melalui observasi dan laiseg disetiap akhir pertemuan layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok dalam penelitian ini merupakan upaya pemberian bantuan kepada siswa secara kelompok untuk mengambil keputusan yang tepat dan mandiri dalam dinamika kelompok untuk mendapatkan informasi tentang meningkatkan *self management* dalam belajar. Layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk mengubah dan mengembangkan sikap dan perilaku yang tidak efektif menjadi lebih efektif (Prayitno 2004: 3). Sebagaimana perilaku yang ada pada individu tidak timbul dengan sendirinya tetapi sebagai akibat dari stimulus yang diterima oleh individu yang bersangkutan baik itu stimulus internal maupun eksternal, Dalam hal ini adalah *self management* dalam belajar siswa.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di dalamnya berisi materi tentang bagaimana agar siswa sebagai anggota kelompok sama-sama menciptakan dinamika kelompok yang dapat menjadikan tempat untuk

meningkatkan tingkat *self management* dalam belajar pada siswa. Dinamika kelompok pada bimbingan kelompok dapat terjalin dengan baik dan terjadi pertukaran wawasan diantara sesama anggota kelompok, melatih untuk berpikir positif dalam menjalani kehidupan, dan memunculkan ide-ide untuk memecahkan masalah. Anggota kelompok mempunyai hak sama untuk melatih diri dalam mengemukakan pendapatnya, membahas topik secara tuntas, dapat saling bertukar informasi, memberi saran dan pengalaman.

Layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini bertujuan untuk membahas topik-topik mengenai *self management* dalam belajar. Di dalamnya mencakup aspek-aspek yang berhubungan dengan *self management* dalam belajar. Aspek-aspek tersebut adalah minat besar dalam belajar, perhatiannya tidak terganggu oleh lingkungan, mudah memahami bahan pelajarannya, ekspresi saat mengerjakan tugas, pengelolaan pikiran, pengaturan tenaga, pengaturan waktu, pengaturan tempat, membina tekad, memacu semangat, mengikis keseganan, mengerahkan tenaga untuk melaksanakan apa yang harus dilaksanakan, kecerdasan pikiran, watak kepribadian, rasa kemasyarakatan, dan kesehatan diri. Melalui dinamika kelompok yang intensif, maka aspek-aspek tersebut mengalami peningkatan. Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang kondusif yang memberikan kesempatan bagi para anggotanya untuk menambah penerimaan diri dari teman yang lain, memberikan ide, perasaan, dorongan bantuan alternatif dalam mengambil keputusan yang tepat, dapat melatih perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihanya sendiri. Dalam kelompok, anggota belajar

mamahami cara pandang baru untuk meningkatkan potensi, menyikapi kesulitan, dan menciptakan kesuksesan.

Layanan bimbingan kelompok efektif sebagai upaya dalam meningkatkan *self management* dalam belajar pada siswa, karena dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok tersebut, siswa diajak untuk berlatih berinteraksi dengan siswa lain dalam satu kelompok yang didalamnya membahas materi bimbingan yang disajikan. Dari hal tersebut siswa akan memperoleh berbagai pengalaman, pengetahuan dan gagasan. Dari topik itu pula siswa dapat belajar mengembangkan nilai-nilai dan menerapkan langkah-langkah bersama dalam menanggapi topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok tersebut.

Untuk dapat menguji hipotesis dalam penelitian ini yaitu mengetahui bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan media untuk meningkatkan *self management* dalam belajar pada siswa, digunakan uji statistik analisis *wilcoxon*. Dari hasil perhitungan analisis uji *wilcoxon* maka dapat diketahui bahwa ada peningkatan perbedaan *self management* dalam belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok. Hasil analisis uji *wilcoxon* diperoleh hasil yang sangat signifikan $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ atau berati H_a diterima dan H_o ditolak. Hal ini menunujukkan ada peningkatan perbedaan *self management* dalam belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

Terkait dengan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa tingkat *self management* dalam belajar siswa sebelum dan sesudah memperoleh layanan bimbingan kelompok adalah berbeda dan mengalami peningkatan.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan *self management* dalam belajar. Meskipun penelitian ini bisa mencapai tujuan yang diinginkan, namun dalam pelaksanaannya penelitian ini masih memiliki keterbatasan. Keterbatasan dan hambatan dalam penelitian ini adalah:

1. Ketebatasan terkait dengan waktu pelaksanaan bimbingan kelompok yang seharusnya dilaksanakan satu kali dalam seminggu, dilaksanakan dua kali dalam seminggu dan menyesuaikan kalender akademik sekolah bersangkutan yang harus tertunda karena adanya ujian semester dan libur semester sehingga siswa banyak yang lupa terkait dengan materi yang sudah dibahas minggu yang lalu.
2. Keterbatasan terkait dengan alat pengumpul data yang menggunakan skala psikologi yang memiliki kemungkinan untuk bias karena ada kecenderungan untuk menilai diri sendiri lebih baik atau lebih buruk dari kondisi sebenarnya.
3. Kaitannya dengan proses penelitian, selama pelaksanan bimbingan kelompok berlangsung anggota kelompok awalanya masih terlihat kaku dan ragu-ragu dalam menyampaikan pendapat karena ini merupakan pemberian layanan bimbingan kelompok untuk yang pertama kalinya di sekolah mereka walaupun sebelumnya mereka sudah mendapat penjelasannya mengenai bimbingan kelompok secara klasikal.

4. Intensitas pertemuan antara peneliti dengan siswa hanya pada saat pemberian layanan bimbingan kelompok saja, maka peneliti kurang dapat memantau perkembangan *Self Management* dalam belajar siswa.
5. Pengambilan sampel, sampel dalam penelitian ini kurang mewakili populasi karena dalam pengambilan sampel peneliti mengambilnya hanya dengan pertimbangan tertentu.

BAB V
PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian tentang Upaya Meningkatkan *Self Management* dalam Belajar melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIIID di SMPN I Jakenan Pati secara umum dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai media untuk meningkatkan *Self Management* dalam belajar siswa. Adapun secara rinci dapat diperoleh kesimpulan bahwa:

1. Tingkat *self management* dalam belajar sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok berada dalam kategori sedang (64,2%). Hal ini terlihat pada beberapa aspek seperti motivasi belajar siswa rendah, siswa tidak dapat mengatur waktu, watak dan kepribadian siswa rendah.
2. Tingkat *self management* dalam belajar siswa sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok berada dalam kategori tinggi (72,32%). Hal ini ditandai dengan semangat belajar siswa meningkat, siswa rajin mengerjakan PR, tidak ada lagi buku yang ketinggalan, siswa datang ke sekolah tepat waktu.
3. Perhitungan uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan tingkat *self management* dalam belajar siswa dimana jumlah jenjang sebesar = 55 dan t_{tabel} untuk 10 responden = 8. Dengan kata lain, $T_{hitung} > T_{tabel}$ maka H_a diterima dan H_o ditolak, sehingga layanan

bimbingan kelompok terbukti dapat meningkatkan *self management* dalam belajar siswa.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang "Upaya Meningkatkan *Self Management* dalam Belajar melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIIID di SMPN I Jakenan Pati" maka dapat disarankan sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Sekolah

   Hendaknya membuat kebijakan untuk memberikan jam pelajaran kepada guru pembimbing sehingga pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dapat berjalan lebih efektif. Memberikan sarana dan prasarana untuk menunjang terlaksananya kegiatan layanan Bimbingan dan Konseling

2. Bagi guru pembimbing

   Hendaknya memiliki inisiatif dan dapat menentukan waktu yang tepat untuk pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok sehingga kegiatan bimbingan kelompok dapat terlaksana secara teratur dan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Edisi Revisi Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Astriyani, Dian Novita. 2010. *Kemampuan Manajemen Diri Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Semarang*. Skripsi: Tidak diterbitkan.

Azwar, Saifuddin. 2005. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.

Gie, The Liang. 2000. *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa edisi kedua*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Jawwad, Ahmad Abdul. 2007. *Manajement Diri*. Bandung: Savei Generation.

Komalasari, Gantina dan Eka Wahyuni. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Pt Indeks.

Kusnadi. 2012. *The Influence of The Application of Self-Management Guidance Towards The Level of StudentsÂ' Autonomy in Learning at SMP Negeri 33 Makassar in The Year 2011*. Master Theses from Universitas Negeri Makassar, 29/6.

Makhfud. 2011. *Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Aktivis Bem Iain Sunan Ampel Surabaya*. Psikologi Pendidikan dan Bimbingan volume 10.

Mugiarso, Heru, dkk. 2004. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.

Prayitno, 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok* . Universitas Negeri Padang.

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

……., 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia.

Qomariyah. 2011. *Efektivitas Pelatihan Self Management untuk meningkatkan motivasi berprestasi Siswa SMP* (http://karya-ilmiah.um.ac.id/index.php/disertasi/article/view/16770 yang diunduh pada tanggal 26 juli 2012).

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: CV. Alfabeta.

……. 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang. Universitas Negeri Semarang Press.

Winkel, WS dan MM Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan.* Yogyakarta: Media Abadi.

Zahrifah dan Darminto. 2011. *Penggunaan Strategi Pengelolan diri untuk meningkatkan disiplin belajar siswa*. Jurnal unesa, 12/6.

LAMPIRAN

KISI-KISI INSTRUMEN *Try Out*

Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomor item		Jumlah
			+	-	
Aspek-aspek kemampuan *self management* dalam belajar siswa	5. Pendorongan diri *(Self Motivation)*	e. Minat besar dalam belajar	1,2,3	4,5,6	6
		f. Perhatiannya tidak terganggu oleh lingkungan	7,8	9,10	4
		g. Mudah memahami bahan pelajarannya	11,12	13,14	4
		h. Ekspresi saat mengerjakan tugas	15,16	17,18	4
	6. Penyusunan diri (*Self Organization*)	e. pengelolaan pikiran	19,20 ,21	22,23, 24	6
		f. Pengaturan tenaga	25,26	27,28	4
		g. Pengaturan waktu	29,30 ,31	32,33, 34	6
		h. Pengaturan tempat	35,36	37,38	4
	7. Pengendalian diri *(Self Control)*	e. Membina tekad	39,40	41,42	4
		f. Memacu semangat	43,44	45,46	4
		g. Mengikis keseganan	47,48	49,50	4
		h. Mengerahkan tenaga	51	52	2

		untuk melaksanakan apa yang harus dilaksanakan			
	8. Pengembangan diri *(Self Development)*	e. Kecerdasan pikiran	53,54	55,56	4
		f. Watak kepribadian	57,58	59,60	4
		g. Rasa kemasyarakatan	61,62	63,64	4
		h. Kesehatan diri	65,66	67,68	4

SKALA PSIKOLOGI *Try Out*

A. Pengantar

Dalam rangka penyelesaian studi dan penulisan skripsi pada program Sarjana Pendidikan, Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, saya bermaksud mengadakan penelitian yang berjudul "Upaya Meningkatkan *Self Management* dalam Belajar melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas VIIID SMPN 1 Jakenan, Pati". Sehubungan dengan hal tersebut, Saudara dimohon untuk mengisi skala *Self Management* dalam Belajar, diharapkan Saudara memberikan informasi yang jujur sesuai dengan keadaan Saudara yang sebenarnya. Jawaban Saudara tidak mempengaruhi nilai akademis. Atas partisipasi dan kerjasama Saudara saya ucapkan terima kasih.

B. Petunjuk pengisian

Bacalah setiap butir pernyataan dengan seksama, kemudian pilihlah jawaban dengan cara memberi tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia. Tidak ada jawaban yang salah, semua pilihan jawaban adalah benar, karena itu pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri Saudara.

SS (Sangat Sesuai), jika sangat sesuai dengan keadaan Saudara
S (Sesuai), jika sesuai dengan keadaan Saudara
KS (Kurang Sesuai), jika kurang sesuai dengan keadaan Saudara
TS (Tidak Sesuai), jika tidak sesuai dengan keadaan Saudara
STS (Sangat Tidak Sesuai), jika sangat tidak sesuai dengan keadaan Saudara

C. Identitas Siswa

Tulislah nama, kelas, dan nomor absen Saudara

1. Nama :
2. Kelas/ No. Abs :

Contoh Soal:

No.	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya mengerjakan sendiri saat ujian				X	

Keterangan:
Dari pernyataan contoh di atas yang disilang pada kolom TS (Tidak Sesuai) berarti responden tidak sesuai dengan pernyataan tersebut atau tidak mengerjakan sendiri saat ujian.

No	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya bertanya pada guru apabila ada materi pelajaran yang belum saya pahami					
2	Saya mengikuti les privat diluar sekolah untuk menambah pengetahuan					
3	Saya membuat catatan saat guru menyampaikan materi					

4	Saya mendapat teguran karena membuat gaduh pada jam pelajaran					
5	Saya membolos sekolah apabila teman-teman yang lain juga membolos					
6	Saya mengobrol dengan teman saat pelajaran berlangsung					
7	Saya bisa memahami materi pelajaran meskipun kondisi kelas dalam suasana ramai					
8	Saya tetap fokus belajar meskipun adik dan orang tua menonton TV					
9	Saya berhenti belajar apabila ada teman yang mengajak bermain					
10	Saya tidak dapat belajar jika di tempat yang ramai					
11	Saya dapat memahami materi pelajaran hanya dengan mendengarkan materi yang disampaikan guru					
12	Saya membuat catatan untuk memahami materi pelajaran					
13	Saya mempelajari lagi materi yang disampaikan guru agar dapat memahami materi pelajaran					
14.	Saya tidak bisa memahami materi kalau guru menerangkan dengan cepat					
15	Saya senang mengerjakan soal-soal meskipun tidak ada PR					
16	Saya mengerjakan soal yang belum diajarkan guru					
17	Saya jengkel bila mendapat banyak tugas yang harus diselesaikan					
18	Saya malas mengerjakan PR yang kelihatannya sulit.					
19	Saya mengerjakan soal yang mudah baru kemudian yang sulit					
20	Saya belajar sambil mendengarkan musik					
21	Saya mempertimbangkan sesuatu secara matang sebelum bertindak					
22	Saya menerima informasi dari orang lain tanpa pertimbangan terlebih dahulu					
23	Saya dalam menyelesaikan masalah tergantung dari pemikiran teman					
24	Saya mencontoh pekerjaan teman apabila tidak bisa mengerjakan soal					
25	Saya menyempatkan diri untuk istirahat					

	sepulang sekolah					
26	Saya tidur siang meskipun cuma sebentar					
27	Saya belajar sampai larut malam sehingga mengantuk waktu di kelas					
28	Saya tidak akan berhenti mengerjakan PR meskipun saya merasa lelah					
29	Saya mengerjakan PR sesegera mungkin setelah PR itu diberikan guru					
30	Saya belajar jauh-jauh hari untuk persiapan menghadapi ujian					
31	Saya mengerjakan latihan latihan soal jika guru yang mengajar tidak masuk					
32	Saya mengerjakan PR jika sudah mendekati waktu pengumpulan					
33	Saya tidak sempat sarapan terlebih dahulu sebelum berangkat sekolah					
34	Saya belajar ketika akan ada ulangan atau ujian saja					
35	Saya merasa nyaman duduk di depan daripada di belakang					
36	Saya mengatur tempat belajar sebaik mungkin agar nyaman dalam belajar					
37	Saya menaruh buku buku di sembarang tempat					
38	Saya belajar di sembarang tempat					
39	Saya belajar sungguh-sungguh agar semester ini dapat peringkat 1					
40	Saya menyelesaikan PR terlebih dahulu setelah itu baru ikut bermain					
41	Saya lebih suka bermain daripada belajar					
42	Saya suka menunda nunda untuk mengerjakan PR					
43	Saya belajar atas keinginan sendiri tanpa disuruh oleh orang lain					
44	Saya tidak mudah putus asa kalau mendapat nilai jelek					
45	Saya memilih untuk tidur saja ketika tidak bisa mengerjakan PR					
46	Saya lebih suka meninggalkan pelajaran apabila di ajar oleh guru yang tidak saya sukai					
47	Saya rajin bertanya pada guru terkait dengan materi yang belum saya pahami					
48	Saya tidak akan berhenti menyelesaikan tugas yang belum saya mengerti					

49	Saya malas belajar apabila tidak ada PR atau Ujian					
50	Saya enggan meminjam buku di perpustakaan walaupun tidak punya buku pelajaran					
51	Saya mempersiapkan materi pelajaran sebelum diterangkan oleh guru					
52	Saya tidak akan belajar bila tidak disuruh oleh orang tua					
53	Saya mencari informasi terkait dengan masalah belajar yang saya hadapi					
54	Saya ingin mencari pengalaman pengalaman baru					
55	Saya malas membaca buku untuk menambah pengetahuan saya					
56	Saya mempunyai sifat pelupa					
57	Saya meminta maaf apabila saya melakukan kesalahan kepada orang lain					
58	Saya menggunakan nada yang sopan saat berbicara dengan orang yang lebih tua					
59	Saya menganggap guru seperti teman saya					
60	Saya tidak bisa memaafkan teman yang melukai hati saya					
61	Saya belajar kelompok untuk bertukar pikiran					
62	Saya menularkan materi pelajaran yang saya pahami kepada teman-teman					
63	Saya meminta bantuan orang lain untuk membantu mengerjakan PR					
64	Saya mengerjakan tugas kelompok sendiri karena tidak percaya dengan anggota kelompok lainnya					
65	Saya memperhatikan pola makan untuk menjaga kesehatan					
66	Saya belajar dan berdoa agar cita-cita saya terkabul					
67	Saya suka makan makanan instan					
68	Saya tidak pernah berdoa pada Allah					

TERIMA KASIH

SATUAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Kelas : VIII D

Semester/ tahun : Ganjil/ 2012

Hari/ tanggal : November 2012

Alokasi waktu : 45 Menit

Tempat : Mushola

Layanan/ bidang : Bimbingan kelompok/ Belajar

Judul/ spesifikasi layanan : Meningkatkan Motivasi Belajar

Fungsi layanan : Pemahaman, dan pengembangan

A. Tujuan : Siswa dapat menjelaskan kembali cara-cara meningkatkan motivasi belajar
Siswa dapat menerapkan cara-cara meningkatkan motivasi belajar

B. Materi : terlampir

C. Metode layanan : Diskusi kelompok

D. Kegiatan layanan :

Tahap	Kegiatan
Pembentukan	1. Praktikan (PK) mengucapkan salam, ucapan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok dan berdoa untuk mengawali kegiatan 2. PK menjelaskan pengertian, manfaat dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok 3. PK menjelaskan azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok 4. PK memperkenalkan diri kepada anggota dan anggota saling memperkenalkan diri 5. Permainan penghangatan/ pengakraban

Peralihan	6. PK menerima kehadiran anggota dengan hangat menjelaskan kembali tentang kegiatan BKP 7. PK menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya 8. PK menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
Kegiatan/ inti	9. PK menjelaskan topik yang akan dibahas oleh anggota kelompok 10. PK mempersilakan anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya 11. PK menyimpukan materi yang telah dibahas 12. Kegiatan selingan
Penutup	13. PK mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera berakhir 14. PK dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan pesan 15. Membahas kegiatan lanjutan 16. PK mengucapkan terima kasih 17. PK memimpin doa dan mengakhiri kegiatan 18. Laiseg tertulis

E. Alat dan media : Daftar hadir anggota kelompok dan laiseg

F. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

a. Penilaian proses : mengamati atensi, respon, dan aktifitas anggota kelompok selama kegiatan layanan berlangsung

b. Penilaian hasil : Memberikan pertayaan lisan secara random/acak untuk mengetahui pemahaman, perasaan/sikap dan komitmen anggota kelompk setelah mengikuti layanan.

c. Tindak lanjut : -

G. Sumber :

Pati, November 2012

Mengetahui :

Guru BK

Peneliti

Indrawati, S. Pd

196405061987032011

Anik Supriyati

1301408049

SATUAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Kelas : VIII D
Semester/ tahun : Ganjil/ 2012
Hari/ tanggal : November 2012
Alokasi waktu : 45 Menit
Tempat : Mushola
Layanan/ bidang : Bimbingan kelompok/ Belajar
Judul/ spesifikasi layanan : Minat Belajar
Fungsi layanan : Pemahaman, dan pengembangan

A. Tujuan : Siswa dapat menjelaskan kembali minat belajar
B. Materi : terlampir
C. Metode layanan : Diskusi kelompok
D. Kegiatan layanan :

Tahap	Kegiatan
Pembentukan	19. Praktikan (PK) mengucapkan salam, ucapan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok dan berdoa untuk mengawali kegiatan 20. PK menjelaskan pengertian, manfaat dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok 21. PK menjelaskan azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok 22. PK memperkenalkan diri kepada anggota dan anggota saling memperkenalkan diri 23. Permainan penghangatan/ pengakraban

Peralihan	24. PK menerima kehadiran anggota dengan hangat menjelaskan kembali tentang kegiatan BKP 25. PK menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya 26. PK menanyakan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.
Kegiatan/ inti	27. PK menjelaskan topik yang akan dibahas oleh anggota kelompok 28. PK mempersilakan anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya 29. PK menyimpukan materi yang telah dibahas 30. Kegiatan selingan
Penutup	31. PK mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera berakhir 32. PK dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan pesan 33. Membahas kegiatan lanjutan 34. PK mengucapkan terima kasih 35. PK memimpin doa dan mengakhiri kegiatan 36. Laiseg tertulis

E. Alat dan media : Daftar hadir anggota kelompok dan laiseg

F. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

a. Penilaian proses : mengamati atensi, respon, dan aktifitas anggota kelompok selama kegiatan layanan berlangsung

b. Penilaian hasil : Memberikan pertayaan lisan secara random/acak untuk mengetahui pemahaman, perasaan/sikap dan komitmen anggota kelompk setelah mengikuti layanan.

c. Tindak lanjut : -

G. Sumber :

Pati, November 2012

Mengetahui :

Guru BK

Peneliti

Indrawati, S. Pd

196405061987032011

Anik Supriyati

1301408049

SATUAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Kelas : VIII D

Semester/ tahun : Ganjil/ 2012

Hari/ tanggal : Desember 2012

Alokasi waktu : 45 Menit

Tempat : Mushola

Layanan/ bidang : Bimbingan kelompok/ Belajar

Judul/ spesifikasi layanan : *Self Management* dalam Belajar Paradigma Waktu

Fungsi layanan : Pemahaman, dan pengembangan

A. Tujuan : Siswa dapat membuat jadwal belajar.

B. Materi : terlampir

C. Metode layanan : Diskusi kelompok

D. Kegiatan layanan :

Tahap	Kegiatan
Pembentukan	37. Praktikan (PK) mengucapkan salam, ucapan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok dan berdoa untuk mengawali kegiatan 38. PK menjelaskan pengertian, manfaat dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok 39. PK menjelaskan azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok 40. PK memperkenalkan diri kepada anggota dan anggota saling memperkenalkan diri 41. Permainan penghangatan/ pengakraban

Peralihan	42. PK menerima kehadiran anggota dengan hangat menjelaskan kembali tentang kegiatan BKP 43. PK menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya 44. PK menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
Kegiatan/ inti	45. PK menjelaskan topik yang akan dibahas oleh anggota kelompok 46. PK mempersilakan anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya 47. PK menyimpukan materi yang telah dibahas 48. Kegiatan selingan
Penutup	49. PK mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera berakhir 50. PK dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan pesan 51. Membahas kegiatan lanjutan 52. PK mengucapkan terima kasih 53. PK memimpin doa dan mengakhiri kegiatan 54. Laiseg tertulis

E. Alat dan media : Daftar hadir anggota kelompok dan laiseg

F. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

a. Penilaian proses : mengamati atensi, respon, dan aktifitas anggota kelompok selama kegiatan layanan berlangsung

b. Penilaian hasil : Memberikan pertayaan lisan secara random/acak untuk mengetahui pemahaman, perasaan/sikap dan komitmen anggota kelompk setelah mengikuti layanan.

c. Tindak lanjut : -

G. Sumber :

Pati, Desember 2012

Mengetahui :

Guru BK

Peneliti

Indrawati, S. Pd

196405061987032011

Anik Supriyati

1301408049

SATUAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Kelas : VIII D

Semester/ tahun : Ganjil/ 2012

Hari/ tanggal : Desember 2012

Alokasi waktu : 45 Menit

Tempat : Mushola

Layanan/ bidang : Bimbingan kelompok/ Belajar

Judul/ spesifikasi layanan : Memahami Diri Sendiri

Fungsi layanan : Pemahaman, dan pengembangan

A. Tujuan : Siswa dapat menjelaskan manfaat memahami diri sendiri

B. Materi : terlampir

C. Metode layanan : Diskusi kelompok

D. Kegiatan layanan :

Tahap	Kegiatan
Pembentukan	55. Praktikan (PK) mengucapkan salam, ucapan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok dan berdoa untuk mengawali kegiatan 56. PK menjelaskan pengertian, manfaat dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok 57. PK menjelaskan azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok 58. PK memperkenalkan diri kepada anggota dan anggota saling memperkenalkan diri 59. Permainan penghangatan/ pengakraban

Peralihan	60. PK menerima kehadiran anggota dengan hangat menjelaskan kembali tentang kegiatan BKP 61. PK menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya 62. PK menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
Kegiatan/ inti	63. PK menjelaskan topik yang akan dibahas oleh anggota kelompok 64. PK mempersilakan anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya 65. PK menyimpukan materi yang telah dibahas 66. Kegiatan selingan
Penutup	67. PK mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera berakhir 68. PK dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan pesan 69. Membahas kegiatan lanjutan 70. PK mengucapkan terima kasih 71. PK memimpin doa dan mengakhiri kegiatan 72. Laiseg tertulis

E. Alat dan media : Daftar hadir anggota kelompok dan laiseg

F. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

a. Penilaian proses : mengamati atensi, respon, dan aktifitas anggota kelompok selama kegiatan layanan berlangsung

b. Penilaian hasil : Memberikan pertayaan lisan secara random/acak untuk mengetahui pemahaman, perasaan/sikap dan komitmen anggota kelompk setelah mengikuti layanan.

c. Tindak lanjut : -

G. Sumber :

Pati, Desember 2012

Mengetahui :

Guru BK

Peneliti

Indrawati, S. Pd

196405061987032011

Anik Supriyati

1301408049

SATUAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Kelas : VIII D

Semester/ tahun : Ganjil/ 2013

Hari/ tanggal : Januari 2013

Alokasi waktu : 45 Menit

Tempat : Mushola

Layanan/ bidang : Bimbingan kelompok/ Belajar

Judul/ spesifikasi layanan : Belajar Lebih Cerdas

Fungsi layanan : Pemahaman, dan pengembangan

A. Tujuan : Siswa dapat menjelaaskan kembali cara-cara belajar dengan cerdas

B. Materi : terlampir

C. Metode layanan : Diskusi kelompok

D. Kegiatan layanan :

Tahap	Kegiatan
Pembentukan	73. Praktikan (PK) mengucapkan salam, ucapan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok dan berdoa untuk mengawali kegiatan 74. PK menjelaskan pengertian, manfaat dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok 75. PK menjelaskan azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok 76. PK memperkenalkan diri kepada anggota dan anggota saling memperkenalkan diri 77. Permainan penghangatan/ pengakraban

Peralihan	78. PK menerima kehadiran anggota dengan hangat menjelaskan kembali tentang kegiatan BKP 79. PK menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya 80. PK menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutny
Kegiatan/ inti	81. PK menjelaskan topik yang akan dibahas oleh anggota kelompok 82. PK mempersilakan anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya 83. PK menyimpukan materi yang telah dibahas 84. Kegiatan selingan
Penutup	85. PK mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera berakhir 86. PK dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan pesan 87. Membahas kegiatan lanjutan 88. PK mengucapkan terima kasih 89. PK memimpin doa dan mengakhiri kegiatan 90. Laiseg tertulis

E. Alat dan media : Daftar hadir anggota kelompok dan laiseg

F. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

a. Penilaian proses : mengamati atensi, respon, dan aktifitas anggota kelompok selama kegiatan layanan berlangsung

b. Penilaian hasil : Memberikan pertayaan lisan secara random/acak untuk mengetahui pemahaman, perasaan/sikap dan komitmen anggota kelompk setelah mengikuti layanan.

c. Tindak lanjut : -

G. Sumber :

Pati, Januari 2013

Mengetahui :

Guru BK

Peneliti

Indrawati, S. Pd

196405061987032011

Anik Supriyati

1301408049

SATUAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Kelas : VIII D

Semester/ tahun : Ganjil/ 2013

Hari/ tanggal : Januari 2013

Alokasi waktu : 45 Menit

Tempat : Mushola

Layanan/ bidang : Bimbingan kelompok/ Belajar

Judul/ spesifikasi layanan : Menghadapi Pengajar dan Pelajaran tidak disenangi

Fungsi layanan : Pemahaman, pencegahan, dan pengentasan

A. Tujuan : Siswa dapat menjelaskan kembali tips menghadapi pengajar dan pelajaran yang tidak disenangi

B. Materi : terlampir

C. Metode layanan : Diskusi kelompok

D. Kegiatan layanan :

Tahap	Kegiatan
Pembentukan	91. Praktikan (PK) mengucapkan salam, ucapan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok dan berdoa untuk mengawali kegiatan 92. PK menjelaskan pengertian, manfaat dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok 93. PK menjelaskan azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok 94. PK memperkenalkan diri kepada anggota dan anggota saling memperkenalkan diri 95. Permainan penghangatan/ pengakraban

Peralihan	96. PK menerima kehadiran anggota dengan hangat menjelaskan kembali tentang kegiatan BKP 97. PK menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya 98. PK menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
Kegiatan/ inti	99. PK menjelaskan topik yang akan dibahas oleh anggota kelompok 100. PK mempersilakan anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya 101. PK menyimpukan materi yang telah dibahas 102. Kegiatan selingan
Penutup	103. PK mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera berakhir 104. PK dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan pesan 105. Membahas kegiatan lanjutan 106. PK mengucapkan terima kasih 107. PK memimpin doa dan mengakhiri kegiatan 108. Laiseg tertulis

E. Alat dan media : Daftar hadir anggota kelompok dan laiseg

F. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

a. Penilaian proses : mengamati atensi, respon, dan aktifitas anggota kelompok selama kegiatan layanan berlangsung

b. Penilaian hasil : Memberikan pertayaan lisan secara random/acak untuk mengetahui pemahaman, perasaan/sikap dan komitmen anggota kelompk setelah mengikuti layanan.

c. Tindak lanjut : -

G. Sumber :

Pati, Januari 2013

Mengetahui :

Guru BK

Peneliti

Indrawati, S. Pd

196405061987032011

Anik Supriyati

1301408049

SATUAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Kelas : VIII D

Semester/ tahun : Ganjil/ 2013

Hari/ tanggal : Januari 2013

Alokasi waktu : 45 Menit

Tempat : Mushola

Layanan/ bidang : Bimbingan kelompok/ Belajar

Judul/ spesifikasi layanan : Belajar dari kegagalan adalah salah satu pangkal keberhasilan

Fungsi layanan : Pemahaman, dan pengembangan

A. Tujuan : Siswa dapat menjelaskan sikap positif dalam menghadapi kegagalan
B. Materi : terlampir
C. Metode layanan : Diskusi kelompok
D. Kegiatan layanan :

Tahap	Kegiatan
Pembentukan	109. Praktikan (PK) mengucapkan salam, ucapan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok dan berdoa untuk mengawali kegiatan 110. PK menjelaskan pengertian, manfaat dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok 111. PK menjelaskan azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok 112. PK memperkenalkan diri kepada anggota dan anggota saling memperkenalkan diri 113. Permainan penghangatan/ pengakraban

Peralihan	114. PK menerima kehadiran anggota dengan hangat menjelaskan kembali tentang kegiatan BKP 115. PK menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya 116. PK menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
Kegiatan/ inti	117. PK menjelaskan topik yang akan dibahas oleh anggota kelompok 118. PK mempersilakan anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya 119. PK menyimpukan materi yang telah dibahas 120. Kegiatan selingan
Penutup	121. PK mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera berakhir 122. PK dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan pesan 123. Membahas kegiatan lanjutan 124. PK mengucapkan terima kasih 125. PK memimpin doa dan mengakhiri kegiatan 126. Laiseg tertulis

E. Alat dan media : Daftar hadir anggota kelompok dan laiseg

F. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

a. Penilaian proses : mengamati atensi, respon, dan aktifitas anggota kelompok selama kegiatan layanan berlangsung

b. Penilaian hasil : Memberikan pertayaan lisan secara random/acak untuk mengetahui pemahaman, perasaan/sikap dan komitmen anggota kelompk setelah mengikuti layanan.

c. Tindak lanjut : -

G. Sumber :

Pati, Januari 2013

Mengetahui :

Guru BK

Peneliti

Indrawati, S. Pd

196405061987032011

Anik Supriyati

1301408049

SATUAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Kelas : VIII D

Semester/ tahun : Ganjil/ 2013

Hari/ tanggal : Januari 2013

Alokasi waktu : 45 Menit

Tempat : Mushola

Layanan/ bidang : Bimbingan kelompok/ Belajar

Judul/ spesifikasi layanan : Kekuatan impian untuk meraih impian dan kesuksesan

Fungsi layanan : Pemahaman, dan pengembangan

A. Tujuan : Siswa dapat menjelaskan kembali langkah mencapai impian

B. Materi : terlampir

C. Metode layanan : Diskusi kelompok

D. Kegiatan layanan :

Tahap	Kegiatan
Pembentukan	127. Praktikan (PK) mengucapkan salam, ucapan terima kasih atas kehadiran anggota kelompok dan berdoa untuk mengawali kegiatan 128. PK menjelaskan pengertian, manfaat dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok 129. PK menjelaskan azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok 130. PK memperkenalkan diri kepada anggota dan anggota saling memperkenalkan diri 131. Permainan penghangatan/ pengakraban

Peralihan	132. PK menerima kehadiran anggota dengan hangat menjelaskan kembali tentang kegiatan BKP 133. PK menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya 134. PK menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
Kegiatan/ inti	135. PK menjelaskan topik yang akan dibahas oleh anggota kelompok 136. PK mempersilakan anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya 137. PK menyimpukan materi yang telah dibahas 138. Kegiatan selingan
Penutup	139. PK mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera berakhir 140. PK dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan pesan 141. Membahas kegiatan lanjutan 142. PK mengucapkan terima kasih 143. PK memimpin doa dan mengakhiri kegiatan 144. Laiseg tertulis

E. Alat dan media : Daftar hadir anggota kelompok dan laiseg

F. Rencana penilaian dan tindak lanjut:

a. Penilaian proses : mengamati atensi, respon, dan aktifitas anggota kelompok selama kegiatan layanan berlangsung

b. Penilaian hasil : Memberikan pertayaan lisan secara random/acak untuk mengetahui pemahaman, perasaan/sikap dan komitmen anggota kelompk setelah mengikuti layanan.

c. Tindak lanjut : -

G. Sumber :

Pati, Januari 2013

Mengetahui :

Guru BK

Peneliti

Indrawati, S. Pd

196405061987032011

Anik Supriyati

1301408049

LAPORAN

PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Hari/ tanggal : Rabu, 28 November 2012

B. Tempat : Mushola

C. Waktu : 45 menit

D. Anggota kelompok : (terlampir)

E. Pemimpin kelompok : Anik Supriyati

F. Jenis topik : Tugas

G. Topik : Meningkatkan motivasi belajar

H. Tahap kegiatan :

1. Tahap Pembentukan

Pemimpin kelompok membuka kegiatan dengan mengucapkan salam, sebelum kegatan bimbingan kelompok dimulai pemimpin kelompok memimpin doa supaya kegiatan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lancar, kemudian pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih atas kesedian anggota kelompok untuk mengikuti kegitan layanan bimbingan kelompok. Selanjutnya Pemimpin kelompok dan anggota kelompok saling memperkenalkan diri, perkenalan diawali dari pemimpin kelompok, kemudian dilanjutkan oleh anggota kelompok secara bergantian mulai dari nama, alamat dan hobi.

Pada pertemuan pertama ini pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok apakah ada yang sudah pernah mengikui layanan bimbingan kelompok, ternyata anggota kelompok belum pernah mengikuti dan tidak mengetahui apa itu layanan bimbingan kelompok.

Pemimpin kelompok menjelaskan arti, tujuan, azas serta tata cara pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok kepada anggota kelompok. Pada tahap ini terlihat antusias siswa mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok mengadakan kontrak waktu pelaksanaan kegiatan dengan anggota kelompok dan disepakati 45 menit. Pada tahap pembentukan ini dilaksanakan permainan tiga dot, dimana setiap kelipatan 3 diganti kata dot. Hal ini dilakukan

agar suasana bimbingan kelompok tidak tegang dan untuk mengakrabkan anggota kelompok dengan pemimpin kelompok.

2. Tahap Peralihan

Pemimpin kelompok menjelaskan kembali secara singkat kegiatan bimbingan kelompok. Setelah semua anggota merasa siap memasuki kegiatan berikutnya maka kegiatan bimbingan kelompok segera dimulai.

3. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan dibahas dalam kegiatan kelompok ini yaitu "meningkatkan motivasi belajar", dan menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas.

Sebelum kegiatan diakhiri pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok kesimpulan dari kegiatan kelompok yang baru saja dilaksanakan. Tahap kegiatan berlangsung lancar dan terjadi dinamika kelompok yang aktif.

4. Tahap Pengakhiran

Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, mereka senang. Pemimpin kelompok membagikan laiseg, menanyakan kegiatan bimbingan kelompok lanjutan dan mereka antusias ingin melaksanakan lagi kegiatan bimbingan kelompok. Terakhir pemimpin kelompok mengucapkan terima kasih, berdoa untuk menutup kegiatan, dan mengucapkan salam.

I. Sub- sub topik yang dibahas :

1. Pengertian motivasi
2. Manfaat motivasi
3. Tips motivasi diri

J. Suasana kegiatan :

Suasana kegiatan sangat dinamis, meskipun awalnya anggota kelompok masih malu-malu dalam menyampaikan pendapat tapi lama-kelamaan masing-masing anggota kelompok aktif memberikan tanggapan dan pendapat terhadap topik yang sedang dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok.

K. Komitmen anggota/UCA (*Understand, Comfort, Action)*:

Berdasarkan hasil laiseg bimbingan kelompok yang disebarkan kepada anggota tingkat pemahaman anggota terhadap kebermanfaatan kegiatan bimbingan kelompok setelah mengikuti kegiatan yaitu sebagai berikut:

a. Semua anggota merasa senang mengikuti kegiatan, dan menginginkan kegiatan bimbingan kelompok lanjutan.
b. Anggota kelompok dapat menjelaskan kembali pengertian motivasi belajar, manfaat motivasi belajar, dan cara-cara meningkatkan motivasi belajar.
c. Anggota kelompok akan berusaha memotivasi diri mereka sendiri agar dapat meningkatkan prestasi akademik maupun non akademik.
d. Melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok lanjutan sesuai dengan jadwal yang sudah disepakati bersama.

L. Catatan khusus :

Pati, 28 November 2012
Peneliti,

Anik Supriyati
1301408049

LAPORAN

PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Hari/ tanggal : Jumat, 30 November 2012

B. Tempat : Mushola

C. Waktu : 45 menit

D. Anggota kelompok : (terlampir)

E. Pemimpin kelompok : Anik Supriyati

F. Jenis topik : Tugas

G. Topik : Minat Belajar

H. Tahap kegiatan :

1. Tahap Pembentukan

Pemimpin kelompok menjelaskan pengertian dan tujuan serta tata cara pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok kepada anggota kelompok. Pada tahap ini terlihat antusias siswa mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok mengadakan kontrak waktu pelaksanaan kegiatan dengan anggota kelompok dan disepakati 45 menit.

Pada tahap pembentukan ini dilaksanakan permainan membuat kapal-kapalan, dibagi menjadi dua kelompok, dimana setiap anggota kelompok diberi satu kesempatan untuk melipat kertas dan bila kertas sudah terlipat tidak boleh diganti lipatan tersebut dan bagi kelompok yang sudah selesai membuat kapal terlebih dahulu itulah pemenangnya. Permainan ini bertujuan untuk melatih kekompakkan antar anggota kelompok.

2. Tahap Peralihan

Pemimpin kelompok menjelaskan kembali secara singkat gambaran umum kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota kelompok dan menjelaskan batasan topik yang dibahas. Setelah semua anggota merasa siap memasuki kegiatan berikutnya maka kegiatan kelompok segera dimulai.

3. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan dibahas dalam kegiatan kelompok ini yaitu ”minat belajar”, dan menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas dalam kelompok, semua anggota kelompok setuju, karena mereka merasa perlu mengetahui tentang minat belajar. Dilanjutkan pembahasan tentang topik, masing-masing anggota kelompok mengemukakan pendapatnya. Sebelum kegiatan diakhiri pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok kesimpulan dari kegiatan kelompok yang baru saja dilaksanakan. Tahap kegiatan berlangsung lancar dan terjadi dinamika kelompok yang aktif.

4. Tahap Pengakhiran

Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, mereka senang. Pemimpin kelompok menanyakan kegiatan bimbingan kelompok lanjutan dan mereka antusias ingin melaksanakan lagi kegiatan bimbingan kelompok. Terakhir pemimpin kelompok mengucapkan terima kasih, berdoa untuk menutup kegiatan, dan mengucapkan salam.

I. Sub- sub topik yang dibahas :

1. Pengertian minat belajar
2. Macam-macam minat dan faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar
3. Ciri-ciri siswa berminat dalam belajar
4. Membangkitkan minat belajar siswa di sekolah

J. Suasana kegiatan :

Suasana kegiatan sangat dinamis, masing-masing anggota kelompok aktif memberikan tanggapan dan pendapat terhadap topik yang sedang dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok.

K. Komitmen anggota/UCA (*Understand, Comfort, Action)*:

Berdasarkan hasil laiseg bimbingan kelompok yang disebarkan kepada anggota tingkat pemahaman anggota terhadap kebermanfaatan kegiatan bimbingan kelompok setelah mengikuti kegiatan yaitu semua anggota dapat menjelaskan kemabali tentang minat belajar.

L. Catatan khusus : Siswa terlihat antusias dalam mengungkapkan pikiran dan perasaan mereka akan minat mereka dalam belajar.

Pati, 30 November 2012
Peneliti

Anik Supriyati
1301408049

LAPORAN

PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Hari/ tanggal :Rabu, 12 Desember 2012

B. Tempat : Mushola

C. Waktu : 45 Menit

D. Anggota kelompok : (terlampir)

E. Pemimpin kelompok : Anik Supriyati

F. Topik Tugas : *Self Management* dalam Belajar Paradigma Waktu

G. Tahap Kegiatan :

1. Tahap Pembentukan :

Pada tahap pembentukan masing–masing anggota kelompok menyambut positif pelaksanaan bimbingan kelompok, hal ini karena mereka telah mendapat layanan bimbingan kelompok sebelumnya dan anggota kelompok merasa bahwa layanan bimbingan kelompok sangat diperlukan buat mereka. Pemimpin kelompok mengadakan kontrak waktu pelaksanaan kegiatan dengan anggota kelompok dan disepakati 45 menit.

2. Tahap Peralihan :

Pada tahap peralihan terlihat dinamika dan kesiapan setiap anggota untuk melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok, sehingga memudahkan pemimpin kelompok untuk melanjutkan tahap berikutnya, yaitu tahap kegiatan.

3. Tahap Kegiatan :

Kegiatan ini berjalan dengan baik dan tidak ada kendala yang cukup berarti. Pemimpin kelompok mengungkapkan topik yang akan dibahas yaitu ”*Self Management* dalam Belajar Paradigma Waktu” Kemudian anggota diberi kesempatan untuk bertanya, mengemukakan pendapat, usul, dan saran terkait tentang topik yang sedang dibahas.

4. Tahap Pengakhiran:

Sebelum melaksanakan kegiatan kelompok, ada kesepakatan tentang lamanya waktu yang akan digunakan,maka menjelang berakhirnya kegiatan, masing-masing peserta mengungkapkan kesan dan pesan selama kegiatan, mereka

semua senang mengikuti kegiatan dan ingin melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok kembali. Tidak lupa pemimpin mengucapkan terimakasih kepada para anggota kelompok yang telah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan baik dan lancar. Selanjutnya berdoa untuk menutup kegiatan dan mengucapkan salam.

H. Sub-Sub Topik yang dibahas:

Langkah-langkah manajemen waktu atau mengatur waktu untuk belajar yaitu:

1. Tentukan prioritas kamu
2. Rencana mingguan
3. Analisis penggunaan waktu kamu
4. Jadwal master mingguan
5. Daftar harian
6. Komitmen tetapi fleksibel
7. Monitoring dan evaluasi

I. Suasana Kegiatan:

Suasana kegiatan sangat dinamis, masing-masing anggota kelompok merasa membutuhkan topik tersebut, sehingga terjalin keakraban dan terlibat aktif dalam kegiatan.

J. Komitmen Anggota/UCA (*Understand, Comfort, Action)*:

Berdasarkan hasil laiseg bimbingan kelompok yang disebarkan kepada anggota tingkat pemahaman anggota terhadap kebermanfaatan kegiatan bimbingan kelompok setelah mengikuti kegiatan yaitu sebagai berikut:

1. Semua anggota merasa senang mengikuti kegiatan, dan menginginkan kegiatan dilaksanakan secara rutin.
2. Anggota kelompok dapat membuat jadwal belajar

K. Hasil yang Dirasakan Pemimpin Kelompok

Hasil yang diperoleh dari kegiatan bimbingan kelompok ini adalah anggota dapat belajar mengemukakan pendapat dan tanggapannya secara terbuka. Selain itu anggota juga dapat mengetahui bahwa sebenarnya bimbingan kelompok tidak hanya menasehati saja, melainkan dapat membantu memberikan informasi, manambah wawasan, bertukar pikiran dan membahas topik yang menarik.

L. Catatan khusus :

Pati, 12 Desember 2012

Peneliti

Anik Supriyati

1301408049

LAPORAN

PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Hari/ tanggal : Sabtu, 14 Desember 2012

B. Tempat : Mushola

C. Waktu : 45 Menit

D. Anggota kelompok : (terlampir)

E. Pemimpin kelompok : Anik Supriyati

F. Topik tugas : Memahami Diri Sendiri

G. Tahap Kegiatan :

1. TahapPembentukan :

Pada tahap pembentukan masing-masing anggota kelompok menyambut positif pelaksanaan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok mengawalinya dengan berdoa supaya kegiatan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lancar dan bermanfaat. Pemimpin kelompok mengadakan kontrak waktu pelaksanaan kegiatan dengan anggota kelompok dan disepakati 45 menit.

2. Tahap Peralihan :

Pada tahap peralihan terlihat dinamika dan kesiapan setiap anggota untuk melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok, sehingga memudahkan pemimpin kelompok untuk melanjutkan tahap berikutnya, yaitu tahap kegiatan.

3. Tahap Kegiatan :

Pada tahap kegiatan pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan dibahas dalam kegiatan kelompok ini yaitu”Memahami Diri Sendiri”, dan menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas, semua anggota kelompok setuju, karena mereka merasa perlu mengetahui tentang dirinya sendiri. Dilanjutkan pembahasan tentang topik, masing-masing anggota kelompok mengemukakan pendapatnya. Sebelum kegiatan diakhiri pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok kesimpulan dari kegiatan kelompok yang baru saja dilaksanakan. Tahap kegiatan berlangsung lancar dan terjadi dinamika kelompok yang aktif.

4. Tahap Pengakhiran:

Sebelum melaksanakan kegiatan kelompok, ada kesepakatan tentang lamanya waktu yang akan digunakan, maka menjelang berakhirnya kegiatan ,masing-masing peserta mengungkapkan kesan dan pesan selama kegiatan, mereka semua senang mengikuti kegiatan dan ingin mengulangi kegiatan bimbingan kelompok kembali. Tidak lupa pemimpin mengucapkan terimakasih kepada para anggota kelompok yang telah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan baik dan lancar.

H. Sub-sub Topik yang dibahas:

1. Pengertian memahami diri sendiri
2. Manfaat memahami diri sendiri untukmu

I. Suasana Kegiatan:

Suasana kegiatan sangat dinamis, masing-masing anggota kelompok merasa membutuhkan, sehingga terjalin keakraban dan terlibat aktif dalam kegiatan.

J. Komitmen Anggota/UCA (*Understand, Comfort, Action)*:

Berdasarkan hasil laiseg bimbingan kelompok yang disebarkan kepada anggota tingkat pemahaman anggota terhadap kebermanfaatan kegiatan bimbingan kelompok setelah mengikuti kegiatan yaitu sebagai berikut:

1. Anggota dapat menjelaskan tentang dirinya sendiri dan manfaat memahami diri sendiri
2. Semua anggota merasa senang mengikuti kegiatan, dan menginginkan kegiatan dilaksanakan secara rutin.
3. Semua anggota akan berusaha memperbaiki perilaku dan bersikap baik.

K. Catatan khusus :

Pati, 14 Desember 2012

Peneliti

Anik Supriyati

1301408049

LAPORAN

PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Hari/ tanggal : Jumat, 4 Januari 2013

B. Tempat : Mushola

C. Waktu : 45 menit

D. Anggota kelompok : (terlampir)

E. Pemimpin kelompok : Anik Supriyati

F. Jenis topik : Tugas

G. Topik : Belajar dengan Cerdas

H. Tahap kegiatan :

1. Tahap Pembentukan

Pemimpin kelompok membuka kegiatan dengan mengucapkan salam, sebelum kegatan bimbingan kelompok dimulai pemimpin kelompok memimpin doa supaya kegiatan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lancar, kemudian pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih atas kesedian anggota kelompok untuk mengikuti kegitan layanan bimbingan kelompok.

Pemimpin kelompok mengadakan kontrak waktu pelaksanaan kegiatan dengan anggota kelompok dan disepakati 45 menit. Pada tahap pembentukan ini dilaksanakan permainan komunikata, dimana pemimpin kelompok memberikan rangkaian kata atau kalimat kemudian anggota kelompok membisikkan kata tersebut kepada temannya secara berkelanjutan.

2. Tahap Peralihan

Pemimpin kelompok menjelaskan kembali secara singkat kegiatan bimbingan kelompok. Setelah semua anggota merasa siap memasuki kegiatan berikutnya maka kegiatan kelompok segera dimulai.

3. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan dibahas dalam kegiatan kelompok ini yaitu “Belajar dengan Cerdas”, dan menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas, anggota kelompok saling memberikan pendapatnya. Sebelum kegiatan diakhiri pemimpin kelompok

menanyakan kepada anggota kelompok kesimpulan dari kegiatan kelompok yang baru saja dilaksanakan. Tahap kegiatan berlangsung lancar dan terjadi dinamika kelompok yang aktif.

4. Tahap Pengakhiran

Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, mereka senang. Pemimpin kelompok membagikan laiseg, menanyakan kegiatan bimbingan kelompok lanjutan dan mereka antusias ingin melaksanakan lagi kegiatan bimbingan kelompok. Terakhir pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih, berdoa untuk menutup kegiatan, dan mengucapkan salam.

I. Sub- sub topik yang dibahas :

Menguraikan tentang hal-hal apa saja yang perlu kamu lakukan agar bisa mulai belajar dengan cerdas dan berhasil.

J. Suasana kegiatan :

Suasana kegiatan sangat dinamis, masing-masing anggota kelompok aktif memberikan tanggapan dan pendapat terhadap topik yang sedang dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok.

K. Komitmen anggota/UCA (*Understand, Comfort, Action)*:

Berdasarkan hasil laiseg bimbingan kelompok yang disebarkan kepada anggota tingkat pemahaman anggota terhadap kebermanfaatan kegiatan bimbingan kelompok setelah mengikuti kegiatan yaitu sebagai berikut:

a. Semua anggota merasa senang mengikuti kegiatan, dan menginginkan kegiatan bimbingan kelompok lanjutan.
b. Anggota kelompok dapat menjelaskan kembali cara-cara belajar dengan cerdas

L. Catatan khusus :.

Pati, 4 Januari 2013
Peneliti,

Anik Supriyati
1301408049

LAPORAN

PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Hari/ tanggal : Sabtu, 5 Januari 2013

B. Tempat : Mushola

C. Waktu : 45 Menit

D. Anggota kelompok : (terlampir)

E. Pemimpin kelompok : Anik Supriyati

F. Jenis topik : Tugas

G. Topik : Menghadapi Pengajar dan Pelajaran yang Tidak disenangi

H. Tahap kegiatan :

1. Tahap Pembentukan

Pemimpin kelompok menjelaskan pengertian dan tujuan serta tata cara pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok kepada anggota kelompok. Pada tahap ini terlihat antusias siswa mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok mengadakan kontrak waktu pelaksanaan kegiatan dengan anggota kelompok dan disepakati 45 menit..

2. Tahap Peralihan

Pemimpin kelompok menjelaskan kembali secara singkat gambaran umum kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota kelompok dan menjelaskan batasan topik yang dibahas. Setelah semua anggota merasa siap memasuki kegiatan berikutnya maka kegiatan kelompok segera dimulai.

3. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan dibahas dalam kegiatan kelompok ini yaitu ”Menghadapi Pengajar dan Pelajaran yang Tidak disenangi”, dan menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas dalam kelompok, semua anggota kelompok setuju, karena mereka merasa perlu mengetahui tentang cara menghadapi pengajar dan pelajaran yang tidak disenangi. Dilanjutkan pembahasan tentang topik, masing-masing anggota kelompok

mengemukakan pendapatnya. Sebelum kegiatan diakhiri pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok kesimpulan dari kegiatan kelompok yang baru saja dilaksanakan. Tahap kegiatan berlangsung lancar dan terjadi dinamika kelompok yang aktif.

4. Tahap Pengakhiran

Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, mereka senang. Pemimpin kelompok menanyakan kegiatan bimbingan kelompok lanjutan dan mereka antusias ingin melaksanakan lagi kegiatan bimbingan kelompok. Terakhir pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih, berdoa untuk menutup kegiatan, dan mengucapkan salam.

I. Sub- sub topik yang dibahas :

1. Menghadapi guru mata pelajaran yang tidak disenangi
2. Mengahadapi pelajaran yang tidak disenangi

J. Suasana kegiatan :

Suasana kegiatan sangat dinamis, masing-masing anggota kelompok aktif memberikan tanggapan dan pendapat terhadap topik yang sedang dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok.

K. Komitmen anggota/UCA (*Understand, Comfort, Action)*:

Berdasarkan hasil laiseg bimbingan kelompok yang disebarkan kepada anggota tingkat pemahaman anggota terhadap kebermanfaatan kegiatan bimbingan kelompok setelah mengikuti kegiatan yaitu semua anggota merasa senang dan dapat menjelaskan kembali bagaimana caranya menghadpi pengajar dan pelajaran yang tidak disenangi

L. Catatan khusus :.

Pati, 5 Januari 2013

Peneliti

Anik Supriyati

1301408049

LAPORAN

PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Hari/ tanggal : Rabu, 9 Januari 2013

B. Tempat : Mushola

C. Waktu : 45 menit

D. Anggota kelompok : (terlampir)

E. Pemimpin kelompok : Anik Supriyati

F. Topik Tugas : Belajar dari kegagalan adalah salah satu pangkal keberhasilan

G. Tahap Kegiatan :

1. Tahap Pembentukan :

Pada tahap pembentukan masing-masing anggota kelompok menyambut positif pelaksanaan bimbingan kelompok, hal ini karena mereka telah mendapat layanan bimbingan kelompok sebelumnya dan anggota kelompok merasa bahwa layanan bimbingan kelompok sangat diperlukan buat mereka. Pemimpin kelompok mengadakan kontrak waktu pelaksanaan kegiatan dengan anggota kelompok dan disepakati 45 menit.

2. Tahap Peralihan :

Pada tahap peralihan terlihat dinamika dan kesiapan setiap anggota untuk melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok, sehingga memudahkan pemimpin kelompok untuk melanjutkan tahap berikutnya, yaitu tahap kegiatan.

3. Tahap Kegiatan :

Kegiatan ini berjalan dengan baik dan tidak ada kendala yang cukup berarti. Pemimpin kelompok mengungkapkan topik yang akan dibahas yaitu ” Belajar dari kegagalan adalah salah satu pangkal keberhasilan” Kemudian anggota diberi kesempatan untuk bertanya, mengemukakan pendapat, usul, dan saran terkait tentang topik yang sedang dibahas.

4. Tahap Pengakhiran:

Sebelum melaksanakan kegiatan kelompok, ada kesepakatan tentang lamanya waktu yang akan digunakan,maka menjelang berakhirnya kegiatan,

masing-masing peserta mengungkapkan kesan dan pesan selama kegiatan, mereka semua senang mengikuti kegiatan dan ingin melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok kembali. Tidak lupa pemimpin mengucapkan terimakasih kepada para anggota kelompok yang telah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan baik dan lancar. Selanjutnya berdoa untuk menutup kegiatan dan mengucapkan salam.

H. Sub-sub Topik yang dibahas:

1. Selalu berpikir positif untuk meraih hal positif dalam hidup
2. Ratapi dan renungkan kesalahan dan kegagalan kita sampai sebelum matahari terbit keesokan harinya
3. Hapus air mata dan bangkitkan minat mencoba

I. Suasana Kegiatan:

Suasana kegiatan sangat dinamis, masing-masing anggota kelompok merasa membutuhkan topik tersebut, sehingga terjalin keakraban dan terlibat aktif dalam kegiatan.

J. Komitmen Anggota/UCA (*Understand, Comfort, Action)*:

Berdasarkan hasil laiseg bimbingan kelompok yang disebarkan kepada anggota tingkat pemahaman anggota terhadap kebermanfaatan kegiatan bimbingan kelompok setelah mengikuti kegiatan yaitu sebagai berikut:

1. Semua anggota merasa senang mengikuti kegiatan
2. Anggota kelompok merasa termotivasi atas kegagalan yang pernah dialaminya

K. Hasil yang Dirasakan Pemimpin Kelompok

Hasil yang diperoleh dari kegiatan bimbingan kelompok ini adalah anggota dapat belajar mengemukakan pendapat dan tanggapannya secara terbuka. Selain itu anggota juga dapat mengetahui bahwa sebenarnya bimbingan kelompok tidak hanya menasehati saja, melainkan dapat membantu memberikan informasi, manambah wawasan, bertukar pikiran dan membahas topik yang menarik.

L. Catatan khusus :

Pati, 9 Januari 2013

Peneliti

Anik Supriyati

1301408049

LAPORAN

PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Hari/ tanggal : Kamis, 10 Januari 2013

B. Tempat : Mushola

C. Waktu : 45 Menit

D. Anggota kelompok : (terlampir)

E. Pemimpin kelompok : Anik Supriyati

F. Topik tugas : Kekuatan impian untuk meraih impian dan kesuksesan

G. Tahap Kegiatan :

1. Tahap Pembentukan :

Pada tahap pembentukan masing-masing anggota kelompok menyambut positif pelaksanaan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok mengawalinya dengan berdoa supaya kegiatan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lancar dan bermanfaat. Pemimpin kelompok mengadakan kontrak waktu pelaksanaan kegiatan dengan anggota kelompok dan disepakati 45 menit.

2. Tahap Peralihan :

Pada tahap peralihan terlihat dinamika dan kesiapan setiap anggota untuk melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok, sehingga memudahkan pemimpin kelompok untuk melanjutkan tahap berikutnya, yaitu tahap kegiatan.

3. Tahap Kegiatan :

Pada tahap kegiatan pemimpin kelompok mengemukakan topik yang akan dibahas dalam kegiatan kelompok ini yaitu”Kekuatan impian untuk meraih impian dan kesuksesan”, dan menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas, semua anggota kelompok setuju, karena mereka merasa perlu mengetahui tentang dirinya sendiri. Dilanjutkan pembahasan tentang topik, masing-masing anggota kelompok mengemukakan pendapatnya. Sebelum kegiatan diakhiri pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok kesimpulan dari kegiatan kelompok yang baru saja dilaksanakan. Tahap kegiatan berlangsung lancar dan terjadi dinamika kelompok yang aktif

4. Tahap Pengakhiran:

Sebelum melaksanakan kegiatan kelompok, ada kesepakatan tentang lamanya waktu yang akan digunakan ,maka menjelang berakhirnya kegiatan, masing-masing peserta mengungkapkan kesan dan pesan selama kegiatan, mereka semua senang mengikuti kegiatan dan ingin mengulangi kegiatan kegiatan bimbingan kelompok kembali. Tidak lupa pemimpin mengucapkan terimakasih kepada para anggota kelompok yang telah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan baik dan lancar.

H. Sub-Sub Topik yang dibahas:

1. Masukkan impian ke dalam bawah sadar
2. Program rencana tindakan dengan pikiran sadar
3. Jalankan rencana (*Action)* untuk mencapai impian
4. Sukses, nikmati hasil kerja

I. Suasana Kegiatan:

Suasana kegiatan sangat dinamis, masing- masing anggota kelompok merasa membutuhkan , sehingga terjalin keakraban dan terlibat aktif dalam kegiatan.

J. Komitmen Anggota/UCA (*Understand, Comfort, Action)*:

Berdasarkan hasil laiseg bimbingan kelompok yang disebarkan kepada anggota tingkat pemahaman anggota terhadap kebermanfaatan kegiatan bimbingan kelompok setelah mengikuti kegiatan yaitu sebagai berikut:

1. Anggota dapat menjelaskan tentang impiannya
2. Semua anggota merasa senang mengikuti kegiatan
3. Semua anggota akan berusaha untuk meraih impiannya.

K. Catatan khusus :

Pati, 10 Januari 2013

Peneliti

Anik Supriyati

1301408049

TABEL HASIL EVALUASI PENILAIAN SEGERA (UCA)
LAYANAN BIMBINGAN KELOPOK

1. **Pertemuan : I**
2. **Topik : Meningkatkan Motivasi Belajar**
3. **Hari, tanggal : Rabu, 28 November 2012**

No	Anggota	Aspek Penilaian Segera (UCA)		
		Understanding	**Comfortable**	**Action**
1	R-4	Saya jadi lebih paham mengenai motivasi belajar	Senang jadi lebih paham tentang motivasi belajar	Akan memotivasi diri sendiri untuk lebih giat dalam belajar
2	R-5	Saya jadi mengerti bagaimana meningkatkan motivasi	Senang	Akan meningkatkan motivasi belajar
3	R-7	Saya lebih tahu apa itu motivasi	Senang dan ingin menjadi orang yang mempunyai semangat tinggi	Ingin menjadi orang yang selalu termotivasi
4	R-8	Saya menjadi tahu apa arti motivasi belajar	Senang dapat lebih termotivasi	Ingin lebih bisa memotivasi diri sendiri
5	R-9	Saya jadi lebih paham mengenai motivasi	Senang menjadi lebih tahu tentang pentingnya motivasi	Ingin menjadi orang yang memiliki motivasi belajar tinggi
6	R-13	Saya jadi tahu cara meningkatkan motivasi	Merasa senang dan termotivasi dengan bimbingan kelompok ini	Memberikan dorongan-dorongan baru dalam hidup saya.
7	R-19	Saya menjadi tahu pentingnya motivasi belajar	Sangat senang	Memberikan motivasi baru bagi diri sendiri
8	R-24	Saya jadi mengerti tentang faktor-faktor motivasi	Senang	Memperhatikan siswa lain yang mempunyai motivasi belajar tinggi
9	R-27	Saya menjadi lebih mengerti cara meningkatkan motivasi belajar	Bersemangat untuk memotivasi diri untuk belajar	Ingin menjadi orang yang memiliki motivasi

10	R-31	Saya menjadi lebih tahu tentang motivasi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya	Senang karena dapat motivasi baru	Tetap maju dengan motivasi baru

1. **Pertemuan : II**
2. **Topik : Minat Belajar**
3. **Hari/ tanggal : Jumat, 30 November 2012**

No	R	Understanding	Comfortable	Action
1	R-4	Saya dapat memahami tentang minat, dan dapat bertukar pikiran dengan teman	Saya merasa senang mengikuti bimbingan kelompok ini karena dapat membantu saya dalam mengatasi masalah belajar	Meningkatkan belajar supaya dapat mencapai cita-cita yang diimpikan
2	R-5	Lebih mengerti tentang minat belajar	Sangat senang dan lebih percaya diri dalam mengungkapakan pendapat	Lebih meningkatkan belajar, dan lebih percaya diri
3	R-7	Saya menjadi tahu dan mengerti tentang minat belajar	Senang	Lebih meningkatkan minat belajar
4	R-8	Menjadi lebih tahu tentang minat dan faktor-faktor yang mempengaruhi minat	Senang karena dapat pengalaman dan pengetahuan baru	Meningkatkan minat dalam belajar supaya mendapat nilai bagus dan orangtua bangga kepada kita
5	R-9	Bisa mengerti tentang minat dan apa saja yang terkandung dalam minat	Senang	Meningkatkan untuk belajar lebih giat
6	R-13	Menjadi lebih tahu mengenai minat belajar	Merasa senang karena dapat pengalaman dan ilmu baru	Saya akan belajar dengan lebih giat
7	R-19	Saya tahu tentang minat dan faktor-faktor yang mempengaruhi minat	Lega, dari pembahasan tersebut lebih berkeinginan atau bertekad untuk rajin belajar	Menjadi lebih giat belajar
8	R-24	Menjadi lebih tahu tentang minat	Senang	Dapat lebih berminat untuk belajar

9	R-27	Mengerti pentingya minat belajar bagi siswa	Merasa senang karena telah diberi pemahaman tentang minat belajar	Mengembangkan minat dalam belajar
10	R-31	Menjadi mengerti pentingnya minat	Senang	Saya akan mengelola minat belajar dengan lebih baik

1. Pertemuan : III

2. Topik : *Self Management* dalam Belajar Paradigma Waktu

3. Hari/ Tanggal : Rabu, 12 Desember 2012

No	R	Understanding	Comfortable	Action
1	R-4	Saya menyadari bahwa saya belum bisa mengatur waktu belajar saya secara efisien	Senang karena bisa mengatur waktu belajar	Menyusun daftar kegiatan belajar
2	R-5	Saya tahu dan paham bahwa saya masih belum bisa belajar secara optimal	Senang karena menambah pengetahuan dan pengalaman	Merubah kebiasaan untuk lebih fokus dalam mencapai tujuan
3	R-7	Saya dapat mengetahui langkah-langkah mengatur waktu belajar	Senang	Menyusun jadwal belajar
4	R-8	Saya memahami cara mengatur waktu belajar	Senang	Meluangkan waktu untuk belajar
5	R-9	Saya sadar bahwa waktu itu akan habis	Senang	Menetapkan waktu belajar
6	R-13	Saya dapat mengetahui penyebab mengapa tidak dapat mengatur waktu belajar secara efisien	Senang	Memberi waktu belajar yang cukup
7	R-19	Saya jadi tahu selama ini waktu saya sudah terbuang cuma-cuma	Senang karena menambah pengalaman	Saya akan mengelola waktu dengan baik
8	R-24	Saya lebih tahu bagaimana agar dapat mengatur waktu belajar	Senang karena menambah wawasan dan hal yang baru	Tidak menyia-nyiakan waktu luang
9	R-27	Jadi tahu langkah langkah mengatur waktu	Senang	Menentukan waktu belajar
10	R-31	Saya lebih tahu bagaimana supaya kita dapat mengatur waktu untu belajar	Senang	Menyusun daftar kegiatan belajar

1. Pertemuan : IV

2. Topik : Memahami Diri Sendiri

3. Hari/ Tanggal : Jumat, 14 Desember 2012

No	R	Understanding	Comfortable	Action
1	R-4	Saya menjadi lebih paham tentang siapa saya	Cukup senang	Saya akan belajar dari kesalahan saya
2	R-5	Saya jadi tahu manfaat memahami diri sendiri	Senang karena menambah pengetahuan	Belajar agar dapat meraih cita-cita
3	R-7	Saya tahu perlunya memahami diri sendiri	Senang	Belajar untuk memahami diri sendiri dan interopeksi diri
4	R-8	Saya tahu bahwa mengenal diri sendiri itu penting	Senang	Belajar memperbaiki sikap
5	R-9	Saya memahami perlunya memhami diri sendiri	Cukup senang	Melakukan apa saja untuk memperbaiki kesalahan
6	R-13	Mengerti manfaat memahami diri sendiri	Senang	Saya akan terus belajar agar berhasil dalam meraih cita-cita
7	R-19	Saya jadi tahu bagaimana memahami diri sendiri	Senang karena menambah pengetahuan	Belajar interopeksi diri
8	R-24	Saya jadi mengerti manfaat memahami diri sendiri	Senang	Tidak malu dan akan lebih percaya diri
9	R-27	Saya jadi tahu kelemahan dan kebihan saya	Senang, menambah wawasan	Bersemangat dalam belajar

1. Pertemuan : V

2. Topik : Belajar dengan Cerdas

3. Hari/ Tanggal : Jumat, 4 Januari 2013

No	R	Understanding	Comfortable	Action
1	R-4	Saya bisa berfikir lebih positif dan akan belajar dengan giat	Senang dan bahagia	Belajar dengan baik dan tidak membuang-buang waktu
2	R-5	Saya jadi lebih paham mengenai cara-cara belajar yang cerdas	Senang	Mulai belajar untuk mencapai cita-cita
3	R-7	Saya tahu dan paham bahwa saya masih belum	Senang	Belajar dengan sungguh-sungguh

		bisa belajar secara optimal		
4	R-8	Saya mengetahui bagaimana cara belajar dengan cerdas	Senang sekali	Ingin belajar dengan cerdas
5	R-9	Saya dapat mengetahui tips belajar dengan cerdas tidak hanya sekedar belajar saja	Senang karena mendapat pengetahuan dan wawasan baru	Saya akan belajar menumbuhkan motivasi pada diri saya
6	R-13	Saya menjadi tahu dan paham tentang apa itu belajar dengan cerdas	Senang sekali	Menumbuhkan semangat baru dalam belajar
7	R-19	Saya lebih menyadari bahwa belajar itu sangat penting	Senang	Memotivasi diri untuk belajar dengan lebih baik lagi
8	R-24	Saya paham bagaiamana supaya dapat berhasil dalam belajar	Senang	Akan belajar lebih giat lagi dan dengan cara belajar cerdas
9	R-27	Saya tahu bagaiamana cara efektif untuk belajar	Senang karena menadapat pengetahuan baru	Akan belajar dengan efektif dan cerdas
10	R-31	Lebih paham tentang belajar yang baik	Senag sekali	Belajar dengan tekun dan cerdas

1. **Pertemuan : VI**
2. **Topik : Menghadapi Pengajar dan Pelajaran yang Tidak Disenangi**
3. **Hari/ Tanggal : Sabtu, 5 Januari 2013**

No	R	Understanding	Comfortable	Action
1	R-4	Saya menyadari bahwa tidak menyukai guru yang mengajar itu akan merugikan diri sendiri	Senang	Mencoba berfikir positif terhadap semua guru yang mengajar
2	R-5	Saya tahu dan paham bagaimana menyukai pelajaran yang tidak saya senangi	Senang karena menambah pengetahuan dan pengalaman	Mencoba menyukai pelajaran tersebut dan melakukan hal-hal yang bermanfaat
3	R-7	Saya dapat mengetahui penyebab saya tidak suka terhadap guru yang mengajar	Senang	Berusaha untuk merubah kebiasaan diri dan menyukai guru yang mengajar

4	R-8	Saya memahami kenapa saya tidak suka terhadap guru yang mengajar	Senang	Introspeksi diri
5	R-9	Saya sadar bahwa yang menyebabkan tidak bisa dalam pelajaran itu adalah saya sendiri	Senang	Merubah sikap dan belajar menyukai pelajaran tersebut
6	R-13	Saya dapat mengetahui penyebab mengapa tidak senang terhadap mata pelajaran tertentu	Senang	Memberi waktu belajar yang cukup untuk mata pelajaran itu
7	R-19	Saya jadi tahu penghambat mengapa tidak dapat menguasai pelajaran itu	Senang karena menambah pengalaman	Mengulangi pelajaran yang baru saja diberikan di kelas
8	R-24	Saya lebih tahu bagaimana agar dapat menghadapi guru dan pelajaran yang tidak saya sukai	Senang karena menambah wawasan dan hal yang baru	Akan berfikir positif terhadap guru yang mengajar dan tidak menyia-nyiakan waktu untuk belajar
9	R-27	Jadi tahu cara menghadapi pengajar dan pelajaran yang tidak dicintai	Senang	Belajar lebih baik lagi
10	R-31	Saya lebih tahu bagaimana supaya kita dapat suka terhadap guru dan pelajaran yang tidak saya sukai	Senang	Akan menganggap penting semua mata pelajaran dan berfikiran positif tentang guru yang mengajar

1. Pertemuan : VII

2. Topik : Belajar dari kegagalan adalah salah satu pangkal keberhasilan

3. Hari/ Tanggal : Rabu, 9 Januari 2013

No	R	Understanding	Comfortable	Action
1	R-4	Saya mendapat cara untuk menghadapi kegagalan	Senang	Saya akan lebih berusaha dan tidak mudah putus asa
2	R-5	Saya tahu tentang cara untuk mencapai kesuksesan dari kegagalan dengan cara berpikir positif	Senang dan memberikan motivasi dan semangat untuk terus giat belajar mencapai kesuksesan	Berusaha untuk lebih giat belajar dan berpikir positif
3	R-7	Pemahaman tentang apa arti kegagalan dan dan	Senang	Akan lebih bekerja keras dan mengambil

		bangkit dari kegagalan itu sendiri		nilai positif dari kegagalan yang dulu pernah terjadi terhadap saya
4	R-8	Saya memahami cara mengatasi kegagalan	Senang	Saya akan lebih berusaha agar kegagalan tidak terus terjadi
5	R-9	Saya menjadi paham untuk mencapai kesuksesan, dan tidak selalu terpuruk dari kegagalan	Senang dan lebih semangat lagi	Semangat untuk meraih kesuksesan, tidak selalu terpuruk dari kegagalan
6	R-13	Kegagalan bukan akhir dari segalanya	Lebih lega, tenang, dan berfikir positif agar selalu siap dalam menghadapai suatu kegagalan	Selalu berfikir positif bahwa kegagalan adalah awal dari keberhasilan
7	R-19	Lebih tabah menghadapi suatu cobaan untuk meraih kesuksesan	Senang dan terpacu untuk maju	Selalu berfikir positif
8	R-24	Kegagalan merupakan suatu kesuksesan yang tertunda namun dari semua itu kita bisa mengambil manfaatnya	Senang dan bisa menambah pengalaman	Lebih berusaha dan semangat untuk mencapai keberhasilan
9	R-27	Lebih giat lagi melakukan hal-hal yang berguna untuk diri kita, teman, dan orang disekitar kita	Senang	Lebih giat untuk belajar melakukan hal-hal yang tidak merugikan
10	R-31	Saya lebih tahu bagaimana menghadapi kegagalan	Senang	Segera bangkit bila menghadapi kegagalan

1. Pertemuan : VIII

2. Topik : Kekuatan Impian untuk Meraih Impian dan Kesuksesan

3. Hari/ Tanggal : Kamis, 10 Januari 2013

No	R	Understanding	Comfortable	Action
1	R-4	Saya menjadi tahu cara meraih impian	Senang	Saya akan lebih berusaha dan tidak mudah putus asa
2	R-5	Saya tahu tentang cara untuk mencapai kesuksesan dari kegagalan	Senang dan memberikan motivasi dan semangat untuk terus giat belajar	Saya akan selalu berfikir optimis terhadap segala hal

		dengan cara berpikir positif	mencapai kesuksesan	yang kita lakukan
3	R-7	Pemahaman tentang apa arti kegagalan dan dan bangkit dari kegagalan itu sendiri	Senang	Akan lebih bekerja keras dan mengambil nilai positif dari kegagalan yang dulu pernah terjadi terhadap saya
4	R-8	Saya memahami cara mengatasi kegagalan	Senang	Saya akan lebih berusaha agar kegagalan tidak terus terjadi
5	R-9	Saya menjadi paham untuk mencapai kesuksesan, dan tidak selalu terpuruk dari kegagalan	Senang dan lebih semangat lagi	Semangat untuk meraih kesuksesan, tidak selalu terpuruk dari kegagalan
6	R-13	Kegagalan bukan akhir dari segalanya	Lebih lega, tenang, dan berfikir positif agar selalu siap dalam menghadapai suatu kegagalan	Selalu berfikir positif bahwa kegagalan adalah awal dari keberhasilan
7	R-19	Lebih tabah menghadapi suatu cobaan untuk meraih kesuksesan	Senang dan terpacu untuk maju	Selalu berfikir positif
8	R-24	Kegagalan merupakan suatu kesuksesan yang tertunda namun dari semua itu kita bisa mengambil manfaatnya	Senang dan bisa menambah pengalaman	Lebih berusaha dan semangat untuk mencapai keberhasilan
9	R-27	Lebih giat lagi melakukan hal-hal yang berguna untuk diri kita, teman, dan orang disekitar kita	Senang	Lebih giat untuk belajar melakukan hal-hal yang tidak merugikan
10	R-31	Saya lebih tahu bagaimana menghadapi kegagalan	Senang	Segera bangkit bila menghadapi kegagalan

Peneliti

Anik Supriyati

1301408049

DOKUMENTASI PENELITIAN