PANDUAN KELOMPOK PSIKOEDUKASI

BERMUATAN NILAI CERITA RAKYAT KUDUS DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

(STUDI PENGEMBANGAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING MULTIKULTURAL)

Indah Lestari
Prof. Dr. DYP Sugiharto, M.Pd., Kons.
Prof.Dr.Muhammad Japar, M.Si., Kons.
Mulawarman, M.Pd., Ph.D

BADAN PENERBIT
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2022

Panduan Pedoman Kelompok Psikoedukasi Bermuatan Cerita Rakyat Kudus dalam Meningkatkan Kepercayaan diri Remaja

Penulis
Indah Lestari
Prof. Dr. DYP. Sugiharto,M.Pd,Kons
Prof. Dr.Muhammad Jafar, M.Si, Kons
Mulawarman, M.Pd., Ph.D

ISBN;
978-623-7312-94-9

Cetakan Pertama, Juni 2022

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak bahan ajar ini dalam bentuk dan
Dengan cara apapun tanpa seijin tertulis dari penerbit
Copyright@2022

Penerbit
Badan Penerbit Universitas Muria Kudus
Anggota APPTI No.003.030.1.03.2018

Gondangmanis, Bae Kudus, Kode Pos 59327
Po.Box 53
Jawa Tengah-Indonesia
Telp: 0291-438229
Fax : 0291-437198
Email: penerbit@umk.ac.id

PRAKATA

Panduan ini merupakan petunjuk teknis mengenai pelaksanaan model kelompok psikoedukasi bermuatan nilai cerita rakyat kudus dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja (studi pengembangan layanan bimbingan dan konseling multikultural).

Psikoedukasi merupakan serangkaian kegiatan yang berfokus pada aspek psikologis untuk meningkatkan perkembangan individu. Dengan kata lain, program psikoedukasi diberikan secara terfokus pada perkembagnan kognitif dan ketrampilan baru yang dikehendaki yaitu ketrampilan dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja melalui nilai kearifan lokal cerita rakyat kudus.

Adapun pelaksanaan kelompok psikoeduasi ini dilakukan dalam 4 (empat) tahapan yaitu tahapan *Beginning Folkrore*, *Conflict and controversy Folkrore*, *Working and Cohesion Folkrore* dan *Termination Folkrore*. Panduan ini akan menjelaskan secara terperinci mengenai hal-hal teknis seperti tata cara pelaksanaan intervensi sampai kepada evaluasi dan tindak lanjut. Sasaran layanan dalam kelompok psikoedukasi ini adalah siswa sekolah menenggah atas sederajat di kabupaten kudus.

Kudus, Juni 2022

Penulis

DAFTAR ISI

Cover i
Prakata.....iii
Daftar Isi iv
Daftar Lampiran.....v
A. Pengantar 1
B. Petunjuk Penggunaan..... 3
C. Persiapan Implementasi Model..... 4
D. Petunjuk Teknis Pelaksanaan Model 6
   a. Tahapan *Beginning Folkrore* 7
   b. Tahapan *Conflict and controversy Folkrore*..... 7
   c. Tahapan *Working and Cohesion Folkrore*..... 8
   d. Tahapan *Termination Folkrore*..... 9
E. Kompetensi Konselor untuk Impelementasi Model 11
F. Materi 11
G. Evaluasi dan Tindak Lanjut 20
Daftar Pustaka..... 22

DAFTAR LAMPIRAN

Tabel 1. Pertemuan, Alokasi Waktu, Materi dan Indikator 7
Tabel 2. Uraian Kegaitan dalam *experiential learning* 9
Tabel 3. Pertemuan 1 Mengenali Kekurangan dan Kelebihan Diri 15
Tabel 4. Pertemuan 2 Membangun Pola Pikir Positif 16
Tabel 5. Pertemuan 3 Kesadaran Tangung Jawab 17
Tabel 6. Pertemuan 4 *impossible is nothing* 18
Tabel 7. Pertemuan 5 Melatih diri dalam membangun sikap bergaul dengan orang lain (Komunikasi) 19
Lampiran 1. RPL.....24
Lampiran 2. *Informed Consent* 29
Lampiran 3. Lembar Kerja 1.....30
Lampiran 4. RPL 2.....31
Lampiran 5. Lembar Kerja 2.....36
Lampiran 6. RPL 3.....37
Lampiran 7. Lembar Kerja 3.....42
Lampiran 8. RPL 4.....43
Lampiran 9. Lembar Kerja 4.....49
Lampiran 10. RPL 5.....50
Lampiran 11. Lember Kerja 5.....55
Lampiran 12. Laiseg 56
Lampiran 13. Skala Kepercayaan Diri.....57

KELOMPOK PSIKOEDUKASI BERMUATAN NILAI CERITA RAKYAT KUDUS DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

(Studi Pengembangan Layanan Bimbingan dan Konseling Multikultural)

A. Pengantar

Panduan Kelompok psikoedukasi bermuatan nilai cerita rakyat kudus merupakan seperangkat intervensi yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling yang diperuntukkan bagi siswa sekolah menenggah atas sederajat guna meningkatkan kepercayaan dirinya dengan berlandaskan nilai dari cerita rakyat kudus. Pelaksanaan psikoedukasi dimulai dengan menyusun model dan panduan serta perangkat rencana pelaksanaan layanan (RPL) sebagai pedoman pelaksanaan kegiatan psikoedukasi, tidak hanya materi, disiapkan juga beberapa ice breaking sebagai media agar siswa tidak merasa bosan dan suasana kelas menjadi interaktif.

Remaja yang puas pada kualitas dirinya akan cenderung merasa aman, tidak kecewa dan tahu apa yang dibutuhkannya, sehingga dapat mandiri dan tidak bergantung pada orang lain dalam memutuskan segala sesuatu secara objektif. Remaja yang percaya diri juga cenderung mempunyai gambaran dan konsep diri yang positif.

Sedangkan masalah kepercayaan diri yang rendah lebih banyak disebabkan selain faktor kognitif atau pola pikirnya yang tidak realistis, kurang terkontrol dan cara berfikirnya kurang terstruktur dengan baik, juga disebabkan karena faktor ekternal yaitu bullying. Sehingga diperlukan intervensi yang efektif dalam mengatasi permasalahan tersebut melalui kelompok psikoedukasi dimana memiliki tiga tujuan utama yaitu pemberian informasi, berlatih ketrampilan dan proses komunikasi. Berfokus pada topik-topik seperti sikap, kepercayaan, kerja sama, komunikasi dan membangun ketrampilan

Proses membangun ketrampilan tersebut, perlu diberikan media yang tepat agar remaja menjadi tertarik yaitu melalui media komik yang dikonstruk dalam cerita rakyat. Cerita rakyat yang merupakan bagian dari karya sastra merupakan gambaran otentitas masyarakat yang mencerminkan prilaku dan budaya setempat. Nilai-nilai yang terkadung di dalam cerita rakyat diresepsi oleh individu dan menkonstruksi sikap dan kepribadian mereka. Nilai-nilai yang kaji mencakupi nilai kearifan lokal dan nilai pendidikan. Nilai kearifan lokal yang mencakupi nilai kepemimpinan, pengabdian, tradisi, kebudayaan, dan sosial. Adapun nilai psikoedukasi mencakupi nilai etika dan moral, budi pekerti, keteladanan dan kepahlawanan, serta religious, yang akan bermuara kepada kepercayaan diri remaja. Adapun cerita rakyat kudus yang akan dijadikan materi dalam penelitian ini adalah cerita kyai telingsing, dimana cerita rakyat tersebut telah mampu mewakili dalam

pemberian intervensi untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja. nilai-nilai dan falsafah dari cerita rakyat akan menjadi pendorong dalam memiliki kepercayaan diri yang memiliki daya juang yang tangguh.

Dengan menginternalisasikan falsafah dan nilai dari cerita rakyat, akan memiliki karakter percaya diri yang kuat serta mampu mengendalikan diri sesuai aturan dan tujuan dan makna dalam hidupnya. (Ma'mun, 2000, Kanzunnudin, 2019), Dengan mengkonstruk cerita rakyat bermuatan kearifan lokal dengan melihat ketokohan dari masing-masing cerita rakyat dapat memberikan kontribusi besar dalam perkembangan individu untuk berimajinasi untuk pembentukan konsep dan pemikiran dalam hubungan sosial dan berdampak pada kepercayaan diri mereka (Joseph et al, 2017).

Proses indigenous konseling pada penelitian ini mengikuti proses indegenisasi dari jalur dalam dimana memulainya dari landasan filosofis dan fokus yang jelas sebagai pijakan landasan indigenous, landasan filosofis sebuah budaya harus dipahami secara komprehensif, diantaranya pemahaman tentang konsep manusia itu sendiri serta nilai-nilai yang ada didalamnya, untuk itu dalam proses ini akan sangat mudah jika dilakukan oleh orang yang berasal dari budaya setempat, dalam hal ini peneliti akan mengambil nilai yang ada dalam cerita rakyat kota asal peneliti sendiri, tahap berikutnya dilakukan analisis emik dan etik. Proses emic dilakukan agar keaslian informasi cerita rakyat tetap terjaga diikuti proses etic ke dalam kontruk layanan psikoedukasi. Dalam studi antropologis diketahui bahwa sumber-sumber *indigenous* dapat dilihat dari tradisi lisan maupun tulisan. Dalam tradisi lisan dapat diperoleh sumber *indigenous* dari cerita yang masih diyakini dan terpelihara dari tradisi dan ritual yang dilakukan oleh masyarakat setempat, dalam hal ini ketokohan kyai telingsing yang masih sangat kuat dalam masyarakat kudus. Dalam tradisi tulisan dapat dipelajari naskah cerita rakyat yang sudah terpublikasikan. Sehingga diperlukankan proses lebih lanjut dalam verifikasi secara empirik dalam pengembangan model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus.

B. Petunjuk Penggunaan

Beberapa hal yang perlu diperhatikan sebelum mengunakan kelompok psikoedukasi bermunatan cerita rakyat kudus untuk meningkatkan kepercayaan diri, hal tersebut diantaranya;

1. Panduan Panduan ini terdiri dari beberapa bagian, yaitu: (1) pengantar, (2) petunjuk penggunaan panduan, (3) kesiapan implementasi model, (4) petunjuk teknis model, (5) materi, serta (6) lampiran-lampiran yang diperlukan (RPL, *Informend consent*, laiseg, lembar tugas (*worksheet*), media komik strip dan skala kepercayaan diri
2. Panduan ini diawali dengan pemahaman tentang konsep model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja sebelum membaca panduan ini lebih lanjut
3. Panduan ini diperuntukkan bagi konselor sekolah yang bekerja di setting pendidikan formal yang telah memenuhi kualifikasi dalam mengimplementasikan model ini, sedangkan penggunaan model ini bekerja di luar lingkungan pendidikan tidak di atur dalam panduan ini.
4. Konselor diharapkan untuk membaca panduan ini secara keseluruhan serta memahaminya dengan baik sebelum melaksanakan model ini agar dapat mencapai efisiensi dan efektifitas yang baik
5. Panduan ini merupakan rancangan dasar dari tata cara pelaksanaan model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakya kudus dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja, sedangkan pelaksanaan secara langsung dilapangan, perlu adanya kedinamisan untuk dapat disesuaikan dengan kondisi sekolah dimana model ini akan diaplikasikan. Selain itu, kedinamisan juga diperlukan untuk mengatasi kendala-kendala teknis yang belum diataur dalam pedoman ini
6. Sebelum model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakya kudus ini diimplementasikan disekolah, perlu adanya koordinasi dengan berbagai pihak terkait disekolah untuk mengkomunikasikan hal-hal teknik dan kebijakan-kebijakan yang terkait seperti waktu, tempat pelaksanaan, durasi pertahapan, sarana dan prasarana, keterlibatan siswa serta peranan pendidik dan staf kependidikan sebagai pendamping.
7. Keberhasilan implementasi model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus ini bergantung pada pengetahuan dan kemampuan konselor dalam mengkolaborasikan

petunjutk-petunjuk teknik dalam panduan ini dengan ketrampilan praktis yang dimiliki konselor serta kebijakan yang terdapat dilingkungan sekolah tempat pelaksanaan model kelompok psikoedukasi ini.

C. Persiapan Implementasi Model

Pada pelaksanaan proses intervensi model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus dalam meningkatkan kepercayaan diri, terdaapat beberapa hal yang harus dipersiapkan sebelumnya oleh konselor. hal ini dimaksudkan agar model kelompok psikoedukasi ini mampu secara efektif dan efisien dilaksanakan dalam upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri pada remaja.

Persiapan yang dimaksud dapat dijelaskan dalam bentuk langkah-langkah sistematis berikut ini;

Langkah 1 : memahami model dan panduannya

Pemahaman terhadap konsep dasar model dan panduan kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus dalam meningkatkan kepercayaan diri merupakan hal yang penting sebelum mengimplementasikan model ini. konselor harus memiliki modal awal berupa kepemilikian pengetahuan mengenai model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus, karena model ini memiliki bentuk pelayanan yang berbeda dengan pelayanan konseling pada umumnya, selain itu pelibatan nilai kearifan lokal berupa cerita rakyat kudus dalam kelompok psikoedukasi untuk meningkatkan kepercayaan diri.

Langkah 2 : memilih dan menentukan konseli dan sasaran model

Pelaksanaan model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus memiliki karakteristik konseli dan sasaran yang khas. Persiapan skala kepercayaan diri bagi siswa menjadi hal penting untuk dipersiapkan, serta *informend consent* yang akan di isi oleh calon konseli.

Skala kepercayaan diri disebarkan kepada siswa sekolah menennggah atas sederajat di kudus. Skala tersebut sebelumnya telah mendapatkan uji instrument dengna hasil validasi dan reliabilitas yang cukup baik, sehingga sesuai dengan karakteristik siswa. Hasil dari instrument tersebut akan dianalisis untuk mengetahui tingkatan kepercayaan diri dalam diri siswa.

Langkah 3: Menyiapkan *Asesment Pretest*, materi, lembar kerja dan evaluasi lainnya

Siswa yang sudah terpilih dan bersedia memjadi peserta kelompok dalam kegiatan intervensi kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja perlu mendapatkan *assessment* lebih mendalam sebagai penunjang dari kegaitan ini. instrument yang digunakan dalam assessment ini perlu disiapkan oleh konselor. instrument yang perlu disiapkan adalah instrument untuk assessment awal (*pre-test*) dan asesement akhir (*Post-tes*). Assessment ini digunakan untuk mengetahui kondisi tingkatan kepercayaan diri siswa sebelum mereka mengikuti kegiatan intervensi model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus. Instrument tersebut berupa skala kepercayaan diri yang telah dipersiapkan dan dilakukan uji coba instrument, instrument yang telah dilakukan pada tahapan pre-test, selanjutnya akan mendapatkan pengecekan nomor untuk selanjutnya dapat digunakan dalam kegaitan post-tes. Hal ini dilakukan untuk menjaga validitas internal dari data yang didapatkan di kegiatan *post-tes*t.

Hal selanjutnya yang perlu disiapkan oleh konselor di tahapan ini adalah metode penyampaian pemahaman (materi), oleh sebab itu konselor perlu membangun kesadaran konseli, agar mereka mencapai tujuan yang telah ditetapkan di setiap tahapan dengan metode yang tepat. Metode ini disiapkan agar kegiatan intervensi ini memiliki tujuan yang terarah di setiap sesinya. Selanjutnya konselor juga perlu menyiapkan lembar evaluasi seperti lembar refleksi tiap tahapan, dan juga *worksheet* sebagai tugas yang harus dipenuhi oleh siswa setiap kali kegiatan psikoedukasi berakhir. Secara garis besar, lembar evaluasi yang digunakan dalam model ini mencakup dua hal, yaitu evaluasi proses dan evaluasi hasil. Hal ini seperti yang telah dijabarkan dalam bagian model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus sebelumnya.

Langkah 4: Menyusun rencana pelaksanaan layanan

Rencana pelaksanaan layanan (RPL) menjadi bagian yang harus dipersiapkan oleh konselor. RPL merupakan lembar perencanaan dalam bimbingan koneling yang menjadi acuan dasar bagi pelaksanaan layanan. Oleh sebab itu, RPL disusun sebelum pelaksanaan layanan ini berlangsung. Secara umum, RPL berisi tentang; (1) sasaran kegiatan, (2) waktu pelaksanaan kegiatan, (3) alokasi waktu dan tempat, (4) topik bahasan, (5) fungsi dan tujuan kegiatan, (6) bentuk perlakuandan teknik yang digunakan, (7) tahapan pelaksanaan kegiatan, serta (8) bentuk evaluasi dan tindak lanjut. RPL yang telah disusun ini akan

menggambarkan wujud dari pelaksanaan intervensi pada setiap sesinya, sehingga memudahkan konselor untuk mengkomunikasikan rencananya kepada pihak lain yang terkait. RPL yang digunakan dalam model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus akan dicantumkan di bagian akhir.

Langkah 5: Komunikasi dengan *stakeholder* sekolah

Setelah bentuk pelaksanaan intervensi model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus telah tergambar dalam bentuk RPL, selanjutnya konselor perlu untuk mengkomunikasikannya dengan *stakeholder* yang terdapat di sekolah. Tujaan dari kegiatan komunikasi ini adalah untuk menyamakan persepsi mengenai bentuk kegiatan yang akan dilaksanakan di setiap tahapannya dan kolaborasi yang terbentuk selama kegiatan berlangsung. Komunikasi ini akan bersama-sama menentukan kebijakan-kebijakan yang perlu dirumuskan terkait impelementasi model. Dengan demikian dapat terjalin hubungan yang baik antara konselor dengan sistem pendidikan yang ada di sekolah.

Mengingat bahawa pendidik dan staf kependidikan tidak selalu berasal dari latar belakang profesi yang sama, maka komunikasi ini perlu mendapatkan perhatian serius bagi koselor sebab hal ini akan berkaitan langsung dengan implementasi dari model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus.beberpaa hal yang perlu dibahas dengan *stakeholder* sekolah adalah (1) waktu dan tempat kegiatan, (2) kode etik konselor dan asas-asas dalam pelayanan kelompok psikoedukasi , (3) peran, tugas pokok, dan fungsi guru dan konselor selama kegiatan intervensi ini berlangsung, (4) pemahaman mengenai intervensi yang akan dilakukan, (5) koordinasi dalam mengkondisikan peserta layanan, (6) sarana dan prasarana yang dibutuhkan.

D. Petunjuk Teknik Pelaksanaan Model

Model intervensi kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus ini disusun dalam empat tahapan yaitu tahapan *Beginning Folkrore*, *Conflict and controversy Folkrore*, *Working and Cohesion Folkrore* dan *Termination Folkrore*. Setiap tahapan akan mendukung upaya pemahaman siswa mengenai nilai-nilai kearifan dari cerita rakyat kudus, pelibatan permainan-permainan *ice breaking* yang terkait dengan tema/topik juga dilibatkan dalam setiap pertemuan.

Selanjutnya tahapan model berisi tentang gambaran langkah kerja atau kegiatan yang dilakukan untuk mengimplementasikan model dari setiap sesi intervensi dan akan dilaksanakan dalam 5 sesi. Berikut disajikan petunjuk teknis kegiatan untuk setiap tahapan dalam setiap bentuk intervensi yang dimaksud;

Tabel 1 ; Pertemuan, Alokasi Waktu, Materi dan Indikator Psikoedukasi Bermuatan Cerita Rakyat Kudus dalam Meningkatkan Kepercayaan diri Siswa

Pertemuan	Alokasi Waktu	Materi Psikoedukasi	Indikator
1	1x60 menit	Mengenali Kekurangan dan Kelebihan diri (Kognitif)	Realisits
2	1x60 menit	Membangun Pola Pikir Positif (Kognitif)	Optimis
3	1x60 menit	Kesadaran Tangung Jawab (Kognitif)	Tangung Jawab
4	1x60 menit	Melatih diri dalam merancang strategi *impossible is nothing* (Ketrampilan Baru)	Yakin pada Kemampuan diri sendiri
5	1x60 menit	Melatih diri dalam membangun sikap bergaul dengan orang lain atau komunikasi (Ketrampilan Baru)	Memiliki dorongan positif untuk bertindak

1. **Tahap *Beginning Folkrore***
   a. Mengucapkan salam dan selamat datang kepada anggota kelompok
   b. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih atas kehadiran dan kesediaan anggota kelompok psikoedukasi melaksanakan kegiatan.
   c. Berdoa secara bersama, sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing.
   d. Menyematkan papan nama peserta (nama diganti dengan nama tokoh cerita rakyat atau nama kehormatan untuk memunculkan kognisi positif contoh : sultan hadirin, kyai telingsing atau nama sebuah profesi seperti polisi, dokter, direktur, bupati, dan sebagainya).
   e. Mengatur tempat duduk konseli sesuai dengan nama-nama kehormatannya.
   f. Mempersilahkan setiap anggota kelompok psikoedukasi mengucapkan pernyataan diri sesuai dengan nama-nama kehormatannya (contoh: Saya seorang polisi harus tegas dan berani, Saya Sultan hadirin pintar dalam mengukir, Saya dokter harus pandai dan teliti, dan sebagainya)

g. Menjelaskan pengertian dan tujuan dari kegiatan kelompok psikoedukasi
h. Menjelaskan cara pelaksanaan kelompok psikoedukasi dan memotivasi konseli untuk tidak takut dan ragu dalam mengungkapkan segala yang dialami dan dirasakan.
i. Pimpinan kelompok menyampaikan persoalan yang akan dibahas dalam beberapa pertemuan kelompok selanjutnya
j. Pimpinan kelompok menjelaskan maksud dan tujuan serta menegaskan komitmen konseli
k. Sebelum melangkah pada tahap berikutnya, sambil mengamati respon konseli, Pimimpinan kelompok menyampaikan kesepakatan waktu yang digunakan
l. Untuk menghidupkan dinamika kelompok psikoedukasi, konselor memberikan selingan *ice breaking* yang mengarah pada pembentukan kepercayaan diri konseli.

2. Tahap *Conflict and controversy Folkrore*

a. Menegaskan kembali pentingnnya kegiatan psikoeduaksi dilaksanakan dengan penuh semangat dan terbuka dalam mengekspresikan perasaaan anggota kelompok melalui cerita.
b. Menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan selanjutnya
c. Mengamati interaksi dan sikap kepercayaan diri antar anggota kelompok dalam mengekplorasi ketrampilan dan kemampuan kognitifnya.

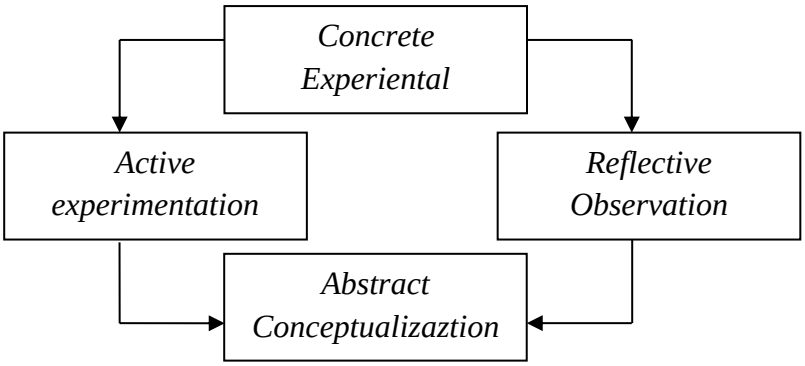
3. Tahap *Working and Cohesion Folkrore*

a. Pimpinan kelompok menjelaskan secara umun persoalan kepercayaan diri dan deskripsi cerita rakyat kudus
b. Selanjutnya mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan pengalaman kepercayaan diri yang pernah atau sedang dialami
c. Pimpinan kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan secara detail permasalahan tentang kepercayaan diri dan mengkaitkan dengan nilai-nilai kearifan lokal cerita rakyat kudus.
d. Pimpinan kelompok memandu anggota kelompok untuk membahas kepercayaan diri yang mengacu pada *experiential learning* dengan tujuan agar dapat mempengaruhi

anggota kelompok mengubah stuktur kognitifnya, mengubah sikap dan memperluas ketrampilan-ketrampilan konseli, melalui prosedur sebagai berikut;

1) Tahap Pengalaman Nyata
2) Tahap Observasi Refleksi
3) Tahap Konseptualisasi
4) Tahap Implementasi

Keempat tahap tersebut oleh Kolb (1984) kemudian digambarkan dalam bentuk lingkaran seperti pada gambar berikut



Melalui gambar tersebut dapat diuraikan kedalam proses kegiatan sebagai berikut, Tabel 2 ;

No	Tahap	Kegiatan Pimpinan Kelompok	Kegiatan Anggota Kelompok
1	*Concrete Experience(CE)*/ tahap pengalaman Konkrit	Pimpinan kelompok memfasilitasi konseli melibatkan diri sepenuhnya dalam pengalaman baru melalui media komik	Anggota kelompok melibatkan diri sepenuhnya dalam pengalaman baru melalui media komik
2	*Reflection Observation*(RO)/ Tahap pengalaman refleksi observasi	Pimpinan kelompok membantu dan membimbing konseli dalam melakukan observasi dan merefleksikan atau memikirkan pengalaman dari berbagai segi melalui media komik	Anggota kelompok mengobservasi dan merefleksikan Atau memikirkan pengalaman dari berbagai segi melalui media komik
3	*Abstract Conceptualization (AC)/* tahap konseptualisasi Abstrak	Pimpinan kelompok menjelaskan kepada konseli menciptakan konsep- konsep yang mengintegrasikan observasinya menjadi dasar peningkatan kepercayaan diri	Anggota kelompok menciptakan konsep-konsep yang mengintegrasikan observasinya menjadi dasar peningkatan kepercayaan diri

4	*Active Experimentation (AE)/* tahap implementasi	Pimpinan kelompok membimbing konseli menggunakan media komik untuk memecahkan masalah-kepercayaan diri dan mengambil keputusan yang berdasarkan pengalaman.	Anggota kelompok menggunakan media komik untuk memecahkan masalah- kepercayaan diri dan mengambil keputusan yang tepat.

e. Pimpinan Kelompok menyampaikan rangkuman hasil interpretasi anggota kelompok dan menyimpulkan kesimpulan dari hasil olah pikir, olah rasa dan olah hati dari cerita rakyat kudus tersebut.

f. Pimpinan Kelompok memberikan motivasi kepada anggota kelompok yang dibahas masalahnya untuk bisa melaksanakan tahapan-tahapan penyelesaian masalah kepercayaan diri sebagaimana yang telah dibahas tadi untuk menjadi pekerjaan rumah anggota kelompok untuk mengoptimalkan potensi diri dengan tetap menjunjung nilai-nilai kearifan lokal yang menjadi pengharapan adat ketimuran.

g. Pimpinan Kelompok mengkaitkan langkah-langkah penyelesaian masalah dengan upaya peningkatan kepercayaan diri anggota kelompok dengan berfokus pada indikator-indikator kepercayaan diri.

h. Untuk menggairahkan suasana, konselor memberikan *ice breaking* atau nyanyian untuk mendukung tumbuhnya kepercayaan diri siswa.

4. Tahap Terminasi

a. Pimpinan Kelompok mengemukaan bahwa kegiatan akan segera diakhiri.

b. Pimpinan Kelompok memberikan tugas rumah (*home work*) tentang penyelesaian masalah yang berkaitan dengan indikator kepercayaan diri yang telah dibahas dan memberi penjelasan bagaimana cara mengerjakannya serta mengekplorasi kembali konsekuensi-konsekuensi, rencana perubahan kognitif dan ketrampilan baru yang produktif dengan konsisten melaksanakan rencana tindakan yang telah disusun.

c. Pimpinan Kelompok melakukan penilaian segera (mengacu pada UCA)

d. Mengemukakan kesan, harapan dan rasa terima kasih.

e. Pimpinan Kelompok mengakhiri kegiatan kelompok psikoedukasi dengan berdoa bersama.

f. Kegiatan diakhiri dengan TOS khusus ciri khas percaya diri. “Saya Pede , Kamu Pede,

Kita: PD “, (dengan gerakan khas) dengan sambil menyebutkan pula nama tokoh cerita rakyat atau nama kehormatan yang lainnya.

E. Kompetensi Konselor untuk Implementasi Model

Kompetensi konselor yang dimaksud dalam model ini adalah kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh konselor untuk mengimplementasikan model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa . Indikator yang dinilai adalah rumusan kompetensi sudah mengacu pada **model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja**, kompetensi sebagai barometer dan kekhasan dalam pendekatan model dan kompetensi menunjukkan bahwa implementasi model merupakan suatu upaya professional.

Untuk mendukung implementasi kompetensi konselor yang telah dijabarkan pada model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa memerlukan seperangkat keahlian khusus yang dapat dijabarkan lagi sebagai berikut.

1. Memahami terbentuknya asumsi dasar dan keyakinan dasar konseli dalam perspektif teori belajar dan sistem kerja memori yang menjadi penyebab munculnya rasa kurang percaya diri.
2. Memahami interaksi pikiran, perasaan, tindakan, reaksi fisik dan kondisi lingkungan konseli yang menjadi pendorong bagi konseli berperilaku kurang percaya diri.
3. Mengenali pikiran otomatis dan pola pikir yang mengganggu sebagai faktor penyebab kurang percaya diri.
4. Menjelaskan pikiran yang mengganggu berdasarkan bukti-bukti nyata dan merancang eksperimen untuk menguji pikiran otomatis.
5. Karena proses model ini mengandalkan kekuatan dinamika kelompok dan kemampuan konseli dalam mentransfer pengalaman belajar dalam penyelesaian masalah pribadi, maka dibutuhkan kompetensi seorang konselor untuk bisa menghidupkan dinamika kelompok dan mengefektifkan kemampuan belajar konseli dalam mentrasformasi pengalamannya.

F. Materi Nilai Kearifan Lokal

Nilai kearifan merupakan nilai-nilai luhur yang terkandung dalam kekayaan budaya lokal yang berupa tradisi, pepatah-petitih dan semboyan hidup. Nilai kearifan lokal

dapat dijadikan perekat dan acuan dalam hidup berdampingan dengan masyarakat, Adapun nilai kearifan yang diangkat dalam meningkatkan kepercayaan diri ini adalah nilai cerita rakya kyai telingsing. diungkapkan melalui kisah bahwa Telingsing (nama sebenarnya The Ling Sing) setelah dewasa, menguasai ilmu agama Islam, cakap, pandai, dan kuat fisiknya; ia disuruh ayahnya untuk meninggalkan Tiongkok. Ayahnya menyuruh Telingsing pergi menyebarkan agama Islam ke wilayah nusantara, yakni di kota Kudus. Atas perintah ayahnya, akhirnya Telingsing pergi ke kota Kudus. Kisah tersebut sekaligus menunjukkan adanya keyakinan pada diri sendiri serta tanggung jawab, hal itu ditunjukkan bahwa Telingsing menjalankan perintah ayahnya, meninggalkan Tiongkok untuk melakukan perjalanan menuju Kudus. Setelah sampai di Kudus, ia melaksanakan amanah ayahnya, yakni menyebarkan agama Islam.

Dijelaskan bahwa Kyai Telingsing merupakan ulama yang memiliki kepandaian dalam melukis dan mengukir atau menyungging. Kedua keahlian tersebut telah melekat pada diri Kyai Telingsing. Oleh sebab itu, desa tempat tinggal Kyai Telingsing dinamakan desa Sunggingan. Yang sampai saat ini masih dijadikan sebagai tempat ziarah dan ritual keagamaan warga setempat.

Tugas sulit yang dikisahkan pada Kyai Telingsing yang disuruh melukis putri Raja Majapahit. Lukisan yang dibuat oleh Kyai Telingsing harus sesuai dengan kenyataan fisik putri raja. Apabila lukisan Kyai Telingsing tidak sesuai dengan keadaan fisik yang sebenarnya Putri Majapahit, maka ia dibunuh. Permintaan Raja Majapahit tersebut merupakan hal yang sangat sulit bagi Kyai Telingsing karena ia tidak pernah melihat secara langsung keadaan fisik Putri Majapahit. Kisah ini mengambarkan adanya karakter optimis pada diri kyai telingsing untuk menyelesaikan tugas yang di berikan kepadanya.

Setelah Kyai Telingsing menyelesaikan lukisan Putri Majapahit, maka lukisan yang bersangkutan diserahkan kepada Raja Majapahit. Akan tetapi, alangkah kagetnya Kyai Telingsing. Lukisan Putri Majapahit tersebut dikembalikan karena menurut Raja majapahit tidak sesuai dengan keadaan fisik Putri Majapahit yang sebenarnya. Raja Majapahit meminta kepada Kyai Telingsing agar menyempurnakan lukisannya. Apabila Kyai Telingsing tidak dapat menyempurnakan lukisannya, maka ia akan dibunuh. Hal ini merupakan “ujian” yang teramat berat bagi Kyai Telingsing karena

ia tidak pernah melihat fisik Putri Majapahit, dari ini Kyai Telingsing mencari informasi sebanyak-banykanya tentang sang Putri Majapahit, sehingga ada karakter bersunguh-sungguh yang kyai telingsing perlihatkan agar lukisan tersebut tetap bisa ia kerjakan.

Setelah lukisannya dikembalikan oleh Raja Majapahit, Kyai Telingsing menjadi bingung. Bagi Kyai Telingsing bahwa lukisan yang sudah jadi tersebut dikerjakan dengan optimal. Dalam situasi kristis itu, kemudian Kyai Telingsing mendekatkan diri kepada Allah SWT. Ia berdoa memohon bimbingan dan petunjuk untuk menyempurnakan lukisannya sesuai dengan permintaan Raja Majapahit. Kyai Telingsing berdoa kepada Tuhan sambil memegang alat lukis dan lukisan Putri Majapahit.

Setelah berdoa dan memperbaki kembali, Kyai Telingsing menyadari bahwa lukisan ini sudah merupakan hasil yang terbaik yang belio kerjakan, kemudian ia menyerahkan kembali lukisan Putri Majapahit kepada raja dan ternyata lukisan Kyai Telingsing tersebut sesuai dengan keadaan fisik Putri Raja Majapahit setelah sang putri diminta untuk melihat secara langsung lukisan tersebut. Kisah tersebut membuktikan adanya dorongan positif untuk bertindak dalam menyelesaikan tugas dengan sebaik-baiknya.

Akhirnya Raja Majapahit mengakui kehebatan yang dimiliki oleh Kyai Telingsing. Selanjutnya, Raja Majapahit memerintahkan para prajuritnya untuk mengawal dan mengantarkan Kyai Telingsing pulang ke desanya di wilayah Kudus, yakni di desa Sunggingan. Para prajurit Majapahit mengawal kepulangan Kyai Telingsing sampai di desa Sunggingan.

a. Nilai Kepemimpinan

Cerita “Kyai Telingsing” juga mengisahkan tentang keberadaan nilai kepemimpinan melalui kisah tokoh Kyai Telingsing dan Sunan Kudus. Kedua tokoh ini dalam memimpin kelompok-kelompok masyarakat di Kudus dengan sikap bijaksana. Sikap bijaksana juga ditunjukan oleh Kyai Telingsing dan Sunan Kudus dalam menerima tamu dari Tiongkok. Kedua tokoh tersebut sangat menghormati tamu dari Tiongkok. Bahkan tamunya dari Tiongkok diberi cendera

mata berupa ukir-ukiran dari kayu yang bertulisan Kalimat Syahadat. Ukiran-ukiran yang bertulisan Kalimat Syahadat dibuat oleh Kyai Telingsing.

b. Nilai Pengabdian

Nilai pengabdian juga terkandung dalam cerita Kyai telingsing, ditunjukkan dengan mengabdikan diri dalam menyebarkan ajaran agama islam di kudus dan sekitarnya, juga diungkapkan melalui sikap patuh kepada orang tuanya, yakni mbah sunging, ia diperintahkan untuk hijrah ke kota kudus.

c. Nilai Tradisi

Kisah "Kyai Telingsing" juga memiliki nilai tradisi. Hal ini dikisahkan melalui tokoh Kya Telingsing. Kyai Telingsing memiliki kemahiran mengukir (menyungging). Kemahiran tersebut diwariskan kepada masyarakat desa Sunggingan, dan bahkan menyebar sampai waliyah sekitar Kudus. Akhirnya seni ukir menjadi tradisi masyarakat desa Sunggingan. Sebagai keterampilan hidup bagi masyarakat Sunggingan. Begitu juga, makam Kyai Telingsing juga melahirkan tradisi ziarah bagi masyarakat setempat maupun masyarakat dari desa lain serta dari kota lain.

d. Nilai Kebudayaan

Nilai kebudayaan juga dijelaskan melalui cerita "Kyai Telingsing". Nilai kebudayaan, diungkapkan melalui tokoh Kyai Telingsing yang memiliki kemahiran dalam seni mengukir dan melukis. Kedua kemahiran ini diwariskan kepada masyarakat sehingga untuk mengenang kemahiran Kyai Telingsing, wilayah yang ditempati untuk penyebaran agama Islam dan untuk mengajarkan mengukir atau menyungging, dinamakan desa Sunggingan. Pengembangan seni lukis dan seni ukir yang dilakukan oleh Kyai Telingsing merupakan pengembangan aspek-aspek nilai kebudayaan.

e. Nilai Sosial

Kemampuan kyai telingsing merupakan *softskill* yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, setiap individu harus mempunyai keahlian atau softskill sebagai bekal dalam meniti perjalanan hidup. Kemampuan yang dimiliki oleh kyai telingsing merupakan pelajaran berharga bahwa manusia hidup harus bersunguh-sungguh dan konsisten terhadap pekerjaan dan keahliaanya, hal

tersebut sangatlah penting untuk dimiliki jika manusia ingin memperoleh keberhasilan. Selain sunguh-sunguh, konsisten, optimis, manusia juga tidak boleh mudah tergiur terhadap godaan-godaan yang kelihatanya menjanjikan kemewahan, oleh karena itu keseriusan dan fokus adalah syarat mutlah untuk memperoleh keberhasilan.

Kyai telingsing merupakan sosok yang toleran terhadap perbedaan, hal ini ditunjukkan dalam mensikapi perbedaan keyakinan di masyarakat pada saat itu, artinya bahwa setiap manusia dalam berinteraksi dan melakukan aktivitas yang berhubungan dengan orang lain, tidak boleh merasa pintar dan ingin menang sendiri. supaya individu memperoleh keberhasilan dan mendapat simpati dari masyarakat, ini juga merupakan salah satu ketertarikan dari sunan kudus untuk belajar kepada kyai telingsing. Pada saat ini sikap toleransi yang diajarkan kyai telingsing masih di implementasikan oleh pengikutnya di desa sungging yaitu tidak membeda-bedakan dan menerima peziarah dari berbagai agama yang datang ke makam ini.

Matrik materi dalam model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus dalam setiap sesinya adalah sebagai berikut;

Tabel 3 : Pertemuan 1 (Kognitif) Mengenali Kekurangan dan Kelebihan Diri

Tahapan	Bentuk Kegiatan	Tujuan	Strategi Psikoedukasi	Durasi/Waktu	Instrumen
1	Tahap *Beginning Folkrore*	Memberkan pemahaman kepada siswa mengenai kegaitan yang akan dilaksanakan Menyampaikan *informed concent* kepada siswa mengeai penyelenggaraan kegiatan Memotivasi siswa untuk mampu mengungkapan hal-hal yang dirasakan berkenaan degnan kepercayaan diri	*Icebreaking games* (perkenalan) *Group discussion* (mengidentifikasi tujuan anggota, menyampaikan aturan dalam berinteraksi dalam kelompok)	1 x 10 Menit	*RPL 1 Lampiran 1)* *informed concent* (lampiran 2)

2	Tahap *Conflict and controversy Folkrore*	Memberikan keyakinan kepada siswa bahwa kegaitan ini penting dan segera dimulai	*Diskusi Kasus*	1 x 5 Menit	
3	Tahap *Working and Cohesion Folkrore* Tema : Mengenali Kelebihan dan Kekuarangan	Memberikan pemahaman bahwa setiap individu memiliki kekurgangan dan kelebihan masing-masing	*Experiential Learning*	1 x 35 Menit	LK 1 (lampiran 3)
4	Tahap *Termination Folkrore*	Memotivasi siswa untuk dapat terus berubah kearah yang lebih baik Menganalis hambatan dan menentukan homework yang ditugaskan	*UCA*	1 x 10 Menit	Laiseng (lampiran 12)

Tabel 4 : Pertemuan 2 (Kognitif) Membangun Pola Pikir Positif

Tahapan	Bentuk Kegiatan	Tujuan	Strategi Psikoedukasi	Durasi/Waktu	Instrumen
1	Tahap *Beginning Folkrore*	Memberikan pemahaman kepada siswa mengenai kegaitan yang akan dilaksanakan Menyampaikan *informed concent* kepada siswa mengeai penyelenggaraan kegiatan Memotivasi siswa untuk mampu mengungkapan hal-hal yang dirasakan	*Icebreaking games* (perkenalan) *Group discussion* (mengidentifikasi tujuan anggota, menyampaikan aturan dalam berinteraksi dalam kelompok)	1 x 10 Menit	*RPL 2 Lampiran 4)* *informed concent* (lampiran 2)

		berkenaan degnan kepercayaan diri			
2	Tahap *Conflict and controversy Folkrore*	Memberikan keyakinan kepada siswa bahwa kegaitan ini penting dan segera dimulai	*Diskusi Kasus*	1 x 5 Menit	
3	Tahap *Working and Cohesion Folkrore* Tema : Membangun Pola Pikir Positif	Memberikan pemahaman bahwa dengan berfikir positif maka akan fokus memperbaiki masalah dan membentuk optimisme	*Experiential Learning*	1 x 35 Menit	LK 2 (lampiran 5)
4	Tahap *Termination Folkrore*	Memotivasi siswa untuk dapat terus berubah kearah yang lebih baik Menganalis hambatan dan menentukan homework yang ditugaskan	*UCA*	1 x 10 Menit	Laiseng (lampiran 12)

Tabel 5 : Pertemuan 3 (Kognitif) Kesadaran Tangung Jawab

Tahapan	Bentuk Kegiatan	Tujuan	Strategi Psikoedukasi	Durasi/Waktu	Instrumen
1	Tahap *Beginning Folkrore*	Memberkan pemahaman kepada siswa mengenai kegaitan yang akan dilaksanakan Menyampaikan *informed concent* kepada siswa mengeai penyelenggaraan kegiatan Memotivasi siswa untuk mampu mengungkapan hal-	*Icebreaking games* (perkenalan) *Group discussion* (mengidentifikasi tujuan anggota, menyampaikan aturan dalam berinteraksi dalam kelompok)	1 x 10 Menit	*RPL 3 Lampiran 6) informed concent* (lampiran 2)

		hal yang dirasakan berkenaan degnan kepercayaan diri			
2	Tahap *Conflict and controversy Folkrore*	Memberikan keyakinan kepada siswa bahwa kegaitan ini penting dan segera dimulai	*Diskusi Kasus*	1 x 5 Menit	
3	Tahap *Working and Cohesion Folkrore* Tema : Kesadaran Tangung Jawab	Memberikan pemahaman agar siswa siap menangung resiko dan perbuatannya	*Experiential Learning*	1 x 35 Menit	LK 3 (lampiran 7)
4	Tahap *Termination Folkrore*	Memotivasi siswa untuk dapat terus berubah kearah yang lebih baik Menganalis hambatan dan menentukan homework yang ditugaskan	*UCA*	1 x 10 Menit	Laiseng (lampiran 12)

Tabel 6 : Pertemuan 4 (Ketrampilan Baru) *impossible is nothing*

Tahapan	Bentuk Kegiatan	Tujuan	Strategi Psikoedukasi	Durasi/Waktu	Instrumen
1	Tahap *Beginning Folkrore*	Memberkan pemahaman kepada siswa mengenai kegaitan yang akan dilaksanakan Menyampaikan *informed concent* kepada siswa mengeai penyelenggaraan kegiatan Memotivasi siswa untuk mampu mengungkapan hal-hal yang dirasakan	*Icebreaking games* (perkenalan) *Group discussion* (mengidentifikasi tujuan anggota, menyampaikan aturan dalam berinteraksi dalam kelompok)	1 x 10 Menit	*RPL 4 Lampiran 8) informed concent* (lampiran 1)

		berkenaan degnan kepercayaan diri			
2	Tahap *Conflict and controversy Folkrore*	Memberikan keyakinan kepada siswa bahwa kegaitan ini penting dan segera dimulai	*Diskusi Kasus*	1 x 5 Menit	
3	Tahap *Working and Cohesion Folkrore* Tema : *impossible is nothing*	Memberikan pelatihan kepada siswa agar yakin terhadap apa yang diperbuat dengan menyukai terlebih dahulu aktivitas yang dilakukannya	*Experiential Learning*	1 x 35 Menit	LK 4 (lampiran 9)
4	Tahap *Termination Folkrore*	Memotivasi siswa untuk dapat terus berubah kearah yang lebih baik Menganalis hambatan dan menentukan homework yang ditugaskan	*UCA*	1 x 10 Menit	Laiseng (lampiran 12)

Tabel 7 : Pertemuan 5 (Ketrampilan Baru) Melatih diri dalam membangun sikap bergaul dengan orang lain (Komunikasi)

Tahapan	Bentuk Kegiatan	Tujuan	Strategi Psikoedukasi	Durasi/Waktu	Instrumen
1	Tahap *Beginning Folkrore*	Memberkan pemahaman kepada siswa mengenai kegaitan yang akan dilaksanakan Menyampaikan *informed concent* kepada siswa mengeai penyelenggaraan kegiatan Memotivasi siswa untuk mampu mengungkapan hal-	*Icebreaking games* (perkenalan) *Group discussion* (mengidentifikasi tujuan anggota, menyampaikan aturan dalam berinteraksi dalam kelompok)	1 x 10 Menit	*RPL 5 Lampiran 10) informed concent* (lampiran 1)

		hal yang dirasakan berkenaan degnan kepercayaan diri			
2	Tahap *Conflict and controversy Folkrore*	Memberikan keyakinan kepada siswa bahwa kegaitan ini penting dan segera dimulai	*Diskusi Kasus*	1 x 5 Menit	
3	Tahap *Working and Cohesion Folkrore* Tema : Membangun sikap bergaul dengan orang lain	Memberikan pelatihan kepada siswa agar mulai berinteraksi dengan orang lain disekitarnya sehingga mulai mendorogam hal-hal positif pada dirinya	*Experiential Learning*	1 x 35 Menit	LK 5 (lampiran 11)
4	Tahap *Termination Folkrore*	Memotivasi siswa untuk dapat terus berubah kearah yang lebih baik Menganalis hambatan dan menentukan homework yang ditugaskan	*UCA*	1 x 10 Menit	Laiseng (lampiran 12) Skala (Lampiran 13)

G. **Evaluasi dan Tindak Lanjut**

Kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus ini dapat ditempatkan sebagai bentuk bantuan awal sebelum diberikan intervensi yang lebih spesifik melalui konseling individual. Dalam konteks masalah kepercayaan diri, evaluasi terhadap intervensi dilakukan pada setiap sesi intervensi dan setelah seluruh program intervensi selesai.

Evaluasi pada setiap sesi intervensi berfokus pada adanya peningkatan yang positif dan realistis pada indikator kepercayaan diri sebagai target intervensi setiap sesi. Sumber utama untuk evaluasi ini adalah analisis hasil *homework* yang ditugaskan kepada setiap konseli pada setiap sesi intervensi. Analisis *homework* ini dijadikan parameter untuk mengetahui kemampuan konseli dalam menemukan kognisi negatif yang menimbulkan masalah, menentukan kognisi positif untuk mengatasi masalah serta merumuskan *coping*

touhgt dan *coping statement* untuk menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan indikator munculnya perilaku kurang percaya diri. Di samping itu juga didasarkan atas hasil observasi yang dilakukan oleh konselor pada setiap konseli dengan menggunakan pedoman observasi. Observasi ditujukan terhadap perubahan sikap dan perilaku konseli selama dan sesudah pelaksanaan layanan kelompok psikoedukasi. Sikap dan perilaku yang diamati adalah sikap dan perilaku yang menggambarkan indikator-indikator kepercayaan diri.

Indikator keberhasilan program intervensi pelayanan psikoedukasi secara keseluruhan adalah adanya peningkatan kepercayaan diri konseli sebagai target intervensi melalui skala kepercayaan diri (lampiran 13).

Selain itu, indikator keberhasilan setiap tahapan dan materi ditentukan oleh penguasaan konseli terhadap pengetahuan dan ketrampilan tertentu sebagaimana disebutkan dalam garis besar isi intervensi ini yaitu;

a. Kriteria Proses

   Siswa mampu memustukan untuk memulai melakukan perubahan secara sadar atas keingginannya sendiri, evaluasi didapati dari hasil observasi yang dilakukan selama proses kegaitan intervensi berlangsung, serta tanggapan dari pada siswa di tahapan *termination folkrore*.

b. Kriteria Hasil

   Evaluasi hasil dalam model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus berkaitan dengan dampak yang dimiliki oleh siswa berkaitan dalam perkembangan kepercayaan diri mereka, evaluasi hasil dilakukan melalui format penilaian segera (laiseg). Laiseg digunakan untuk mengetahui: (1) pemahaman baru yang diperoleh siswa dari topik yang dibahas; (2) perasaan yang dialami siswa setelah mengikuti kegiatan; (3) rencana perilaku konkrit siswa di masa depan.

   Sedangkan Tindak lanjut dari model kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus ini dilakukan untuk melihat bagaimanan keberlanjutkan dari apa yang telah didapatkan siswa selama pelaksanaan intervensi, beberapa cara dilakukan dalam proses tindak lanjut meliputi pengamatan, wawancara, dan laporan dari pendidik lainnya disekolah mengenai perkembangan siswa dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Daftar Pustaka

Brown, Nina W. 2011. *Psychoeducational Groups 3rd Edition: Process and Practice*. New York: Routledge Taylor & Francis Group

Bryan, J., Steen, S., & Day-Vines, N. L. (2016). Psychoeducational groups in schools. In B. T. Erford (Ed.), Group work in schools. New York: Routledge.

B-hurlock, E. (1988). *Child Development* (M. M. S. P. John Hendry and Ellen Simon (ed.); Fifth Edit). McGraw-Hill.Inc.

Bandura, A., & Wessels,S. (1997). *Self-effficacy*. W.H.Freeman&Company

Deni, A. U. (2016). KONSEP KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTRI. *Educatio, Jurnal Pendidikan Indonesia*, *2*(2), 43–52. http://jurnal.iicet.org

Dyesi Kumalasari. (2017). Konsep Behavioral Therapy dalam Meingkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Terisolir. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, *14*(1), 15–24. ejournal.uin-suka.ac.id

Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, *4*(1), 1. https://doi.org/10.29210/02017182

House, D., & Raja, M. K. (2019). Phishing : message appraisal and the exploration of fear and self-confidence. *Behaviour & Information Technology*, *0*(0), 1–21. https://doi.org/10.1080/0144929X.2019.1657180

Harding, L. (2017). Building positive thinking habits: increasing self-confidence & resilience in young people through CBT. *Educational Psychology in Practice*, *33*(3), 335–336. https://doi.org/10.1080/02667363.2017.1295603

Joseph S. Agbenyegaa, Deboraj E. Tamakloeb and Sunanta Klibthongc. 2017. *Folklore epistemology; How does traditional folklore contribute and concept development? International journal of early years education.* http://dx.doi.org/10.1080/09669760.2017.1287062

Kanzunnudin. 2019. Cerita rakyat pesisir timur jawa tengah. Semarang: Cipta prima nusantara

Kim. U., Yang. K-S.,& Hwang,K-K (2006). T*he scientific foundation of indigenous and culture* psychology *Indiginous and cultural psychology.* (pp 3-25): Spinger

Komara, I. B. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa. *Jurnal Psikopedagogia*, *5*(1), 33–42. journal.uad.ac.id

Lawal, A. M., Idemudia, E. S., & Adewale, O. P. (2017). Academic self-confidence effects on test anxiety among nigerian university students. *Journal of Psychology in Africa*, *27*(6), 507–

510. https://doi.org/10.1080/14330237.2017.1375203

Muimin, Ma'mun. 2020. Peran Kyai telingsing dalam pengembangan muslin di daerang tajung kudus. *Community Develompment Jurnal* Pengembangan Masyarakat. ISSN 2541-0563

OKSUZOGLU-GUVEN, E. O. A. G. (2015). Confidence: a critical review of the literature and an alternative perspective for general and specific self-confidence 1. *Psychological Reports: Mental & Physical Heal*, *116*(1), 149–163. https://doi.org/10.2466/07.PR0.116k14w0

Powers, K. (2020). Nurse Education Today Bringing simulation to the classroom using an unfolding video patient scenario : A quasi-experimental study to examine student satisfaction , self- con fi dence , and perceptions of simulation design. *Nurse Education Today*, *86*(October 2019), 104324. https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.104324

Pranoto, H. (2016). Upaya Meningkatkan Percaya diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. *Lentera Jurnal Pendidikan Pusat Penelitian LPPM UM Metro*, *1*(1), 100–111. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24127/jlplppm.v1i1.108

Pratiwi, I. D., & Laksmiwati, H. (2016). Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri "X" Iffa Dian Pratiwi, dan Hermien Laksmiwati Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, *7*(1), 43–49.

Stufflebeam, D. L. (1981). *Standards for evaluations of educational programs, projects, and materials*. McGraw-Hill Book Co., PO Box 400, Hightstown, NJ 08520.

Walid, A., Gamal, R., Kusumah, T., Doktoral, P., & Doktoral, P. (2015). Pengaruh Rasa Percaya Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa pada Mata Pelajaran IPA. *Repository Iain Bengkulu*, 217–226.

Waack, DeLucia & Janice, L. (2006). Leading Psychoeducational Gruops For Children and Adolescents. United States of America: Sage Publikations, Inc.

Walsh, Joseph. 2010. *Psycheducation In Mental Health*. Chicago: Lyceum Books, Inc.

Zapko, K. A., Ferranto, M. Lou, Blasiman, R., & She-, D. (2017). Evaluating best educational practices, student satisfaction, and self-confidence in simulation: A descriptive study. *Nurse Education Today*. https://doi.org/10.1016/j.nedt.2017.09.006

Zhang, H., & Zhang, H. (2020). *Javnost - The Public Journal of the European Institute for Communication and Culture Chinese Blockbusters and Culture Self-Confidence Self-Confidence*. *3222*. https://doi.org/10.1080/13183222.2020.1727272

Lampiran I

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) 1

KELOMPOK PSIKOEDUKASI

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar	
B	Bidang Layanan	Pribadi	
C	Topik / Tema Layanan	Mengenali Kekurangan dan Kelebihan Diri	
D	Fungsi Layanan	Pemahaman	
E	Tujuan Umum	Anggota kelompok mampu memahami kekurangan dan kelebihannya	
F	Tujuan Khusus	1. Anggota kelompok dapat mengerti dan memahami tentang kelebihan dan kekurangannya 2. Anggota kelompok dapat mengetahui cara menutupi kekurangan dan mengembangkan kelebihannya	
G	Sasaran Layanan	Siswa dengan kepercayaan diri yang rendah	
H	Materi	Mengenali Kekurangan dan Kelebihan Diri	
I	Waktu	1 x 60 Menit	
J	Sumber Materi	Santrock, Jhon, W. (2003). Adolescene: Perkembangan Remaja. terjemahan oleh Shinto B. Adelar dan Sherly Siragih. Jakarta:erlangga	
K	Metode/Teknik	*Experiential Learning*	
L	Media / Alat	Kertas HVS, Spidol	
M	Pelaksanaan		
	1. Tahap Opening	Kegiatan PK	Kegiatan AK
	a. Pernyataan Tujuan	1. Pimpinan kelompok membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, Hobi, *Ice breaking game*) 3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai	1.Anggota kelompok menyapa dan mengucapkan salam kepada pimpinan kelompok dengan ceria dan semangat 2.Anggota kelompok menjawab dengan penuh antusias keadaannya, hobi dan bersemangat dalam melakukan *Ice breaking* 3.Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusia penegasan tujuan yang disampaikan pimpinan kelompok
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	1. Memberikan langkah-langkah kegiatan	1.Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusia

		2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan) melalui *informed consent*	langkah-langkah kegiatan kelompok psikoedukasi 2.Anggota Kelompok menyetujui kontrak yang telah disepakati bersama
	c. Mengarahkan kegiatan	Pimpinan kelompok memberikan penejelasan tentang tema yang akan dibicarakan	Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusias tema kegaitan
	2. Tahap Working	Pimpinan kelompok memotivasi dan memastikan anggota siap ke tahap berikutnya	Anggota kelompok bersemangat mengikuti kegaitan selanjutnya
	3. Tahap Procecing		
	a. Pengalaman Nyata (*Concrete Experience*)	1. Melakukan kegiatan berfikir tentang sebuah pengalaman yang terjadi pada masing- masing anggota kelompok 2. Menuliskan sebuah pengalaman tersebut di kertas yang sudah disediakan (Lembar Kerja 2)	1. Anggota kelompok menyampaikan pengalaman di depan anggota kelompok yang lain 2. Anggota kelompok mengerjakan tugas dari pimpinan kelompok
	b. Refleksi Observasi (*Reflective Observation*)	1. Melakukan pengamatan terhadap sebuah pengalaman di lingkungan sekolah 2. Mengajak anggota kelompok untuk brainstorming/curah pendapat tentang sebuah pengalaman yang dirasakan 3. Anggota kelompok bercerita tentang pengalaman yang dialami 4. Membantu anggota kelompok mengaplikasikan pengalamannya sehingga akan menjadikan pengalaman tersebut sebagai pembelajaran	1. Anggota kelompok dengan penuh kosentrasi memikirkan prilaku yang ia lakukan sehari-hari disekolah 2. Anggota kelompok bersedia menyampaikan pengalaman yang dirasakannya 3. Anggota kelompok menceritakan dengan penuh penghayatan 4. Anggoa kelompok mengaplikasikan pengalaman yang diperoleh sebagai bahan pembelajran untuk keh
	c. Konsep Abstrak (*Abstract Conceptualization*)	1. Pimpinan kelompok membantu mencari tahu hubungan dari pengalaman yang diperolehnya 2. Pempinan kelompok membantu untuk mengabungkan pengalaman yang dilihat dengan pengalaman sebelumnya	1. Anggota kelompok mencari tahu hubungan dari pengalaman yang diperolehnya 2.Anggota kelompok dapat mengabungkan pengalaman yang dilihat dengan pengalaman sebelumnya

	d. Eksperimen Aktif (*Active Experimentation*)	Pimpinan kelompok memberikan kesempaan untuk belajar dari pengalaman sebelumnya agar dapat diaplikasikan kedalam pengalaman baru	Anggota kelompok dapat belajar dari pengalaman sebelumnya agar dapat diaplikasikan kedalam pengalaman baru
	4. Tahap Closing	1. Pimpinan kelompok memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 2. Pimpinan kelompok menutup kegiatan layanan dengan mengajak anggota kelompok bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam	1. Anggota kelompok menyimpulkan hasil kegiatan 2. Anggota kelompok merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan
N	Evaluasi		
	1. Evaluasi Proses	Pimpinan kelompok melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap anggota kelompok menuliskan dikertas yang sudah disiapkan. 2. Mengamati sikap atau atusias anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara anggota kelompok dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara anggota kelompok dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Pimpinan kelompok	
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan Laiseng yang sudah disiapkan, untuk mengetahui : 1. Pemahaman baru yang diperoleh siswa dari topik yang dibahas 2. Perasaan yang dialami siswa setelah mengikuti kegiatan 3. Rencana perilaku konkrit siswa di masa depan	

Uraian Materi

Sebenaranya tidak ada manusia itu yang sempurna, pasti mereka semua memiliki kelebihan dan kekurangan masing. Dan kebanyakan orang yang berhasil itu adalah orang yang bisa mengatasi kekurangannya dan bisa mengasah dan mengoptimalkan kelebihannya. Tapi bagaimana menyikapi kekurangan dalam diri kita? Jangan sampai keterbatasan yang kita miliki ini menyebabkan menurunnya performa dan prestasi kita.

Kenapa kita harus mengetahui kelemahan pada diri? Jawaban nya agar kita bisa menjadi pribadi yang lebih baik. Dengan mengetahui kelemahan, kita dapat merubahnya atau menutupinya dengan kelebihan kita. Cara mengetahui kelemahan pada diri

1. Intropeksi diri, kita adalah orang yang paling tau akan diri kita sendiri. Jadi untuk mengetahui kelemahan pada diri, kita harus intropeksi. Kenali dimana letak kesalahan/kekurangan yang kita

perbuat sehari hari. Bercermin lah dan bicara pada diri kita sendiri, sebutkan lah apa yang menjadi kelemahan kita.

2. Buat catatan tentang apa saja yang menjadi kelemahan, setelah menyebutkan kelemahan tadi, kita buat list tentang apa saja yang menjadi kelemahan kita.
3. Bertanya kepada orang lain, jangan hanya menyimpulkan dari diri sendiri saja, Tanya lah orang lain tentang apa saja yang menjadi kelemahanmu
4. Terbuka terhadap kritikan orang lain, jika orang lain sudah mengemukakan pendapat, jangan keras kepala dan tidak menerimanya. Terima pendapat orang lain. Hal itu akan dapat membangun pribadi mu menjadi pribadi yang lebih baik. Terbuka lah supaya orang lain bisa mengemukakan pendapat tentang diri mu secara jujur.

Cara menyikapi kelemahan diri

1. Bersikap ikhlas dan bersyukur, terimalah apa yang menjadi kekurangan mu. Ikhlas kan pula apa yang menjadi kelemahan dirimu. Karena dengan keikhlasan akan membuat semuanya menjadi mudah. Sukuri pula kekurangan dan kelebihan yang kamu miliki. Karena semua manusia tidak ada yang diciptakan sempurna, jadi jangan kawatir.
2. Memperbaiki yang masih bisa diperbaiki, perbaiki kekurangan atau kelemahan yang ada pada diri mu. Jika masih bisa memperbaikinya kenapa kamu harus menyimpan kekurangan mu. Ketika kekuranagn mu masih bisa dirubah kenapa tidak, apalagi jika kekurangan itu dapat menjadi kelebihan. Perbaiki lah, maka kamu akan menjadi pribadi yang lebih baik
3. Tetap percaya diri, ketika suatu kelemahan mu tidak didasari dengan percaya diri, itu hanya akan membuat mu semakin terpuruk. Maka dari itu busungkan dada mu dan tetap lah percaya diri, jangan hiraukan ejekan orang lain. Tetap lah percaya diri bahwa kamu bisa menunjukan kelebihan meski kamu mempunyai kelemahan. Karena kelemahan/kekurangan itu bukan lah suatu penghambat kesuksesan.
4. Percaya kepada tuhan yang maha adil, ingat lah bahwa tuhan menciptakan manusia dengan kelebihan dan kekurangan nya masing-masing, ingat lah pula jika tuhan tidak akan menciptakan manusia yang sempurna. Semua manusia pastilah memiliki kelebihan dan kekurangan. Percaya lah pada tuhan dan bersukurlah atas kehidupan yang telah kalian jalani.

Cara merubah kelemahan menjadi kelebihan

1. Kenali diri lebih dalam, kamu harus mengenal dirimu secara mendalam supaya bisa lebih mengetahui apa saja yang menjadi kelemahan dan kekurangan pada diri mu. Dengan mengenal

diri secara mendalam, kamu dapat menempatkan suatu kelebihan dan kekurangan pada tempatnya. Kamu bisa lebih mengerti tentang kelemahanmu adalah hal bagus untuk merubah menjadi pribadi yang lebih baik.

2. Berfikir positif tentang diri anda, jangan biarkan pikiran negative menguasai pikiran mu, cobalah berfikir positif tentang kemampuan yang kamu miliki dan berfikir positif pula tentang apa yang menjadi kelemahanmu.
3. Perbanyak teman untuk menyeimbangkan kelemahan mu, perbanyak teman maka kamu akan tau apa saja yang menjadi kelemahan mu, kamu juga akan tau kelebihan mu. Dengan teman kamu bisa memintanya untuk menetralisir kekurangan yang kamu miliki. Minta lah pendapatnya dan minta bantuan dari nya. Contoh lah teman mu jika dia mempunyai suatu kelebihan yang tidak kamu miliki. Contoh, kamu kurang bisa pelajaran matematika. Cari lah teman yang pintar pelajaran matematika agar kelemahan mu dapat diperbaiki.
4. Jangan putus asa, kita tidak akan pernah tau jika kita tidak mencobanya, jangan putus asa dan berhenti ditengan jalan. Berusahalah untuk terus menjadi pribadi yang lebih baik, kenali kekurangan mu dan atasi masalah itu jangan sampai kekurangan itu menghambat kesuksesan mu terus lah gali dan kembangan apa yang menjadi kekuatan/ kelebihan pada diri mu.

Lampiran 2

Informed Consent

Setelah mendengarkan paparan pentingnya kepercayaan diri remaja dan keadaan itu dapat dicapai melalui kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus maka,

Yang bertanda tangan di bawah ini ;

Nama :

Kelas :

Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa saya bersedia mengikuti kegiatan kelompok psikoedukasi bermuatan cerita rakyat kudus dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja mulai dari awal sampai akhir.

Kudus, ...2022

.....

Lampiran 3

LEMBAR KERJA 1
"Refleksi Diri"

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Cita-cita masa depan	
2	Kelebihan yang dimiliki	
3	Kekurangan yang dimiliki	
4	Usaha apa yang dilakukan untuk mencapai cita-cita	
5	Faktor apa yang menjadi penghalang	

Lampiran 4

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) 2

KELOMPOK PSIKOEDUKASI

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar	
B	Bidang Layanan	Pribadi	
C	Topik / Tema Layanan	Membangun Pola Pikir yang Positif	
D	Fungsi Layanan	Pemahaman	
E	Tujuan Umum	Anggota kelompok mampu membangun pola pikir dan sikap positif	
F	Tujuan Khusus	1. Anggota kelompok dapat mengembangkan pola pikir dan sikap positif dalam manatap masa depan dan tidak mudah putus asa Ketika mengalami kegagalan 2. Anggota kelompok dapat mengaplikasikan pola pikir dan sikap positif dalam manatap masa depan dan tidak mudah putus asa Ketika mengalami kegagalan	
G	Sasaran Layanan	Siswa dengan kepercayaan diri yang rendah	
H	Materi	Pola Pikir yang Positif	
I	Waktu	1 x 60 Menit	
J	Sumber Materi	Harefa, Andrias (2010). Mindset therapy. Gramedia; Pustaka Utama	
K	Metode/Teknik	*Experiential Learning*	
L	Media / Alat	Kertas HVS, Spidol	
M	Pelaksanaan		
	1. Tahap Opening	Kegiatan PK	Kegiatan AK
	a. Pernyataan Tujuan	1. Pimpinan kelompok membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, Hobi, *Ice breaking game*) 3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai	1.Anggota kelompok menyapa dan mengucapkan salam kepada pimpinan kelompok dengan ceria dan semangat 2.Anggota kelompok menjawab dengan penuh antusias keadaannya, hobi dan bersemangat dalam melakukan *Ice breaking* 3.Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusia penegasan tujuan yang disampaikan pimpinan kelompok
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	1. Memberikan langkah-langkah kegiatan	1.Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusias

		2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan) melalui *informed consent*	langkah-langkah kegiatan kelompok psikoedukasi 2.Anggota Kelompok menyetujui kontrak yang telah disepakati bersama
	c. Mengarahkan kegiatan	Pimpinan kelompok memberikan penejelasan tentang tema yang akan dibicarakan	Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusias tema kegaitan
	2. Tahap Working	Pimpinan kelompok memotivasi dan memastikan anggota siap ke tahap berikutnya	Anggota kelompok bersemangat mengikuti kegaitan selanjutnya
	3. Tahap Procecing		
	Pengalaman Nyata (*Concrete Experience*)	1.Melakukan kegiatan berfikir tentang sebuah pengalaman yang terjadi pada masing- masing anggota kelompok 2. Menuliskan sebuah pengalaman tersebut di kertas yang sudah disediakan	1. Anggota kelompok menyampaikan pengalaman di depan anggota kelompok yang lain 2. Anggota kelompok mengerjakan tugas dari pimpinan kelompok
	Refleksi Observasi (*Reflective Observation*)	1.Melakukan pengamatan terhadap sebuah pengalaman di lingkungan sekolah 2.Mengajak anggota kelompok untuk brainstorming/curah pendapat tentang sebuah pengalaman yang dirasakan 3. Anggota kelompok bercerita tentang pengalaman yang dialami 5. Membantu anggota kelompok mengaplikasikan pengalamannya sehingga akan menjadikan pengalaman tersebut sebagai pembelajaran	1. Anggota kelompok dengan penuh kosentrasi memikirkan prilaku yang ia lakukan sehari-hari disekolah 2. Anggota kelompok bersedia menyampaikan pengalaman yang dirasakannya 3. Anggota kelompok menceritakan dengan penuh penghayatan 4. Anggoa kelompok mengaplikasikan pengalaman yang diperoleh sebagai bahan pembelajran untuk keh
	Konsep Abstrak (*Abstract Conceptualization*)	1. Pimpinan kelompok membantu mencari tahu hubungan dari pengalaman yang diperolehnya 2. Pempinan kelompok membantu untuk mengabungkan pengalaman yang dilihat dengan pengalaman sebelumnya	1. Anggota kelompok mencari tahu hubungan dari pengalaman yang diperolehnya 2.Anggota kelompok dapat mengabungkan pengalaman yang dilihat dengan pengalaman sebelumnya

	Eksperimen Aktif (*Active Experimentation*)	Pimpinan kelompok memberikan kesempaan untuk belajar dari pengalaman sebelumnya agar dapat diaplikasikan kedalam pengalaman baru	Anggota kelompok dapat belajar dari pengalaman sebelumnya agar dapat diaplikasikan kedalam pengalaman baru
	4. Tahap Closing	1. Pimpinan kelompok memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 2. Pimpinan kelompok menutup kegiatan layanan dengan mengajak anggota kelompok bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam	1. Anggota kelompok menyimpulkan hasil kegiatan 2. Anggota kelompok merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan
N	Evaluasi		
	1. Evaluasi Proses	Pimpinan kelompok melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap anggota kelompok menuliskan dikertas yang sudah disiapkan. 2. Mengamati sikap atau atusias anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara anggota kelompok dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara anggota kelompok dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Pimpinan kelompok	
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan Laiseng yang sudah disiapkan, untuk mengetahui : 1. Pemahaman baru yang diperoleh siswa dari topik yang dibahas 2. Perasaan yang dialami siswa setelah mengikuti kegiatan 3. Rencana perilaku konkrit siswa di masa depan	

Uraian Materi

Menurut bahasa, pola pikir terdiri dari dua kata, yaitu pola dan pikir. Dalam pengertiannya pola adalah cara, model atau sistem, sementara pikir yakni akal budi atau ingatan, jadi pola pikir adalah proses mental yang melibatkan otak dalam menilai tentang baik dan buruk suatu pilihan. Dalam*American Heritage Dictionary*, pola pikir atau *mindset* didefinisikan sebagai ? *a fixed mental attitude or disposition that predetermines a person?s responses to and interpretation of situation*? (suatu sikap mental atau disposisi tertentu yang menentukan respons dan pemaknaan seseorang terhadap situasi yang dihadapinya)

Menurut James Arthur Ray dengan karyanya *The Science of Success* yang ditulis oleh Andreas Harefa dalam buku mindset therapy menjelaskan bahwa mindset merupakan gugusan keyakinan,

nilai-nilai, identitas, ekspektasi, sikap, kebiasaan, opini, dan pola pikir tentang diri anda, orang lain dan kehidupan.

pikiran bawah sadar adalah gudang dimana seluruh informasi tersimpan. Pengalaman-pengalaman sejak masa kecil di rekam secara permanen. Pengalaman yang direkam dalam pikiran bawah sadar inilah yang membentuk pola pikir seseorang. Rekaman bawah sadar ini berasal dari lingkungan dimana dia berada. Beberapa pengaruh lingkungan yang terekam dalam pikiran bawah sadar seseorang bisa positif dan juga negatif. Pengaruh lingkungan tersebut di antaranya adalah lingkungan keluarga di mana seseorang tersebut di besarkan, lingkungan sosial, nilai tradisi budaya setempat, serta lingkungan pergaulan masyarakat sekitarnya.

esemuanya tersebut direkam secara permanen dalam pikiran bawah sadarnya. Rekaman akan muncul dalam pikiran apabila ada rangsangan yang membangkitkan rekaman tersebut untuk berputar kembali secara utuh. Pertanyaannya adalah pola pikir yang bagaimanakah yang terekam dalam diri seseorang ? Hal ini sangat tergantung dari input (masukan) ke dalam otak seseorang. Pola pikir yang telah tertanam dan mengakar dalam dirinya tersebut akan terlihat dalam pola perilaku sehari-hari. Dengan demikian faktor dominan yang membentuk pola pikir seseorang adalah lingkungan dimana dia berada. Pola pikir ini dapat memicu pelaksanaan pekerjaan sekaligus juga menghambat pelaksanaan pekerjaan. Pola pikir yang kemudian membentuk seseorang bersikap dan bertindak. Bila seseorang lebih dominan pola pikir negatifnya maka yang tampak adalah sikap dan perilaku negatif. Sebaliknya bila seseorang lebih cenderung berpola pikir positif, maka orang tersebut lebih bersikap dan berperilaku positif.

Jika kita seorang yang berpikiran positif, kita pasti mampu menghasilkan sesuatu. Kita akan lebih banyak berkreasi daripada bereaksi. Jelasnya, kita lebih berkonsentrasi untuk berjuang mencapai tujuan-tujuan yang positif daripada terus saja memikirkan hal-hal negatif yang mungkin saja terjadi dalam kehidupan kita seharihari. Dengan bersikap positif bukan berarti telah menjamin tercapainya suatu keberhasilan. Namun, bila sikap kita positif, setidak-tidaknya kita sudah berada di jalan menuju keberhasilan.

Cobalah untuk menjalankan kegiatan-kegiatan berikut ini ;

1. Pilihlah sebuah kutipan yang bernada positif setiap minggunya dan tulislah kutipan tadi pada selembar kartu berukuran 3 x 5. Bawalah kartu tadi setiap hari selama seminggu. Baca dan camkanlah kutipan

2. tadi secara berkala dalam sehari dan jadikan afirmasi, misalnya di meja kerja Anda, di dashboard mobil, atau di cermin kamar mandi. Jadikanlah setiap kutipan tersebut bagian pemikiran Anda selama seminggu itu.
3. Pilihlah seseorang yang Anda anggap berpikiran negatif. Cobalah cari hal-hal yang positif dalam diri orang itu dan ubahlah pikiran-pikiran negatif Anda mengenai orang tersebut dengan hal-hal positif tadi.
4. Pilih satu hari istimewa dalam seminggu dan jadikanlah hari itu sebagai "hari 10″. Bangunlah pada pagi hari dan yakinlah bahwa setiap orang yang akan Anda temui bernilai "10″, dan perlakukanlah mereka secara demikian. Anda pasti akan heran sendiri melihat tanggapan yang akan Anda peroleh dari orangorang yang selama ini Anda anggap remeh.
5. Tandai suatu hari dalam seminggu sebagai "hari berpikiran positif." Hapuslah kata-kata "tidak dapat," "tidak pernah," / kata-kata lain yang senada, usahakan agar Anda menemukan cara untuk mengatakan apa yang bisa Anda lakukan.
6. Paling tidak sekali dalam seminggu, carilah suatu kesempatan untuk bisa memberi kepada orang lain dengan tulus. Lakukanlah suatu yang khusus pada saudara ataupun teman anda. Berbuatlah suatu kebaikan pada seseorang yang belum Anda kenal.

   Kuncinya jangan pernah sekali-kali berpikiran negatif ! Buang jauh-jauh hal-hal negatif ;juga kalimat-kalimat negatif dari pikiran Anda !Jangan pernah ada lagi kalimat-kalimat seperti :"Pasti gagal; Kami belum pernah melakukannya; Kami tak sanggup melakukannya; Saya belum siap melakukannya; Itu bukan tanggung jawab kami;dan sebagainya".

Lampiran 5

LEMBAR KERJA 2
"Refleksi Diri"

Pertanyaan	Jawaban
Dalam berinteraksi sosial kita mungkin sering berprasangka terhadap sesama, coba kamu refleksikan apakah kamu sering melakukannya atau sudah menerapkan pola pikir dan sikap positif	

Lampiran 6

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) 3

KELOMPOK PSIKOEDUKASI

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar	
B	Bidang Layanan	Pribadi	
C	Topik / Tema Layanan	Kesadaran Tangung Jawab	
D	Fungsi Layanan	Pemahaman	
E	Tujuan Umum	Anggota kelompok mampu memahami kesadaran akan tangung jawabnya serta peran dirinya sesuai dengan lingkungan dimana anggota kelompok berada, terutama dilingkungan sekolah	
F	Tujuan Khusus	1. Anggota kelompok mampu menyimpulkan materi tentang kesadaran tangung jawab 2. Anggota kelompok dapat meningkatkan kesadaran tangung jawab 3. Anggota kelompok dapat membuktikan bahwa dirinya memiliki kesadaran tangung jawab 4. Anggota kelompok dapat menerapkan kesadaran tanggung jawab dimanapun berada terutama disekolah	
G	Sasaran Layanan	Siswa dengan kepercayaan diri yang rendah	
H	Materi	Kesadaran Tangung Jawab	
I	Waktu	1 x 60 Menit	
J	Sumber Materi	Lickona Thomas (2012). Mendidik untuk membentuk karakter: Bagaimana sekolah dapat memberikan pendidikan tentang sikap hormat dan bertangung jawab. Jakarta ; Bumi Aksara	
K	Metode/Teknik	*Experiential Learning*	
L	Media / Alat	Kertas HVS, Spidol	
M	Pelaksanaan		
	1. Tahap Opening	Kegiatan PK	Kegiatan AK
	a. Pernyataan Tujuan	1. Pimpinan kelompok membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, Hobi, *Ice breaking game*) 3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai	1.Anggota kelompok menyapa dan mengucapkan salam kepada pimpinan kelompok dengan ceria dan semangat 2.Anggota kelompok menjawab dengan penuh antusias keadaannya, hobi dan bersemangat dalam melakukan *Ice breaking* 3.Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusia penegasan tujuan yang

			disampaikan pimpinan kelompok
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	1. Memberikan langkah-langkah kegiatan 2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan) melalui *informed consent*	1.Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusia langkah-langkah kegiatan kelompok psikoedukasi 2.Anggota Kelompok menyetujui kontrak yang telah disepakati bersama
	c. Mengarahkan kegiatan	Pimpinan kelompok memberikan penejelasan tentang tema yang akan dibicarakan	Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusias tema kegaitan
	2. Tahap Working	Pimpinan kelompok memotivasi dan memastikan anggota siap ke tahap berikutnya	Anggota kelompok bersemangat mengikuti kegaitan selanjutnya
	3. Tahap Procecing		
	Pengalaman Nyata (*Concrete Experience*)	1. Melakukan kegiatan berfikir tentang sebuah pengalaman yang terjadi pada masing- masing anggota kelompok 2. Menuliskan sebuah pengalaman tersebut di kertas yang sudah disediakan	1. Anggota kelompok menyampaikan pengalaman di depan anggota kelompok yang lain 2. Anggota kelompok mengerjakan tugas dari pimpinan kelompok
	Refleksi Observasi (*Reflective Observation*)	1.Melakukan pengamatan terhadap sebuah pengalaman di lingkungan sekolah 2.Mengajak anggota kelompok untuk brainstorming/curah pendapat tentang sebuah pengalaman yang dirasakan 3. Anggota kelompok bercerita tentang pengalaman yang dialami 4. Membantu anggota kelompok mengaplikasikan pengalamannya sehingga akan menjadikan pengalaman tersebut sebagai pembelajaran	1. Anggota kelompok dengan penuh kosentrasi memikirkan prilaku yang ia lakukan sehari-hari disekolah 2. Anggota kelompok bersedia menyampaikan pengalaman yang dirasakannya 3. Anggota kelompok menceritakan dengan penuh penghayatan 4. Anggoa kelompok mengaplikasikan pengalaman yang diperoleh sebagai bahan pembelajran untuk keh
	Konsep Abstrak (*Abstract Conceptualization*)	1. Pimpinan kelompok membantu mencari tahu hubungan dari pengalaman yang diperolehnya	1. Anggota kelompok mencari tahu hubungan dari pengalaman yang diperolehnya

		2. Pempinan kelompok membantu untuk mengabungkan pengalaman yang dilihat dengan pengalaman sebelumnya	2.Anggota kelompok dapat mengabungkan pengalaman yang dilihat dengan pengalaman sebelumnya
	Eksperimen Aktif (*Active Experimentation*)	Pimpinan kelompok memberikan kesempaan untuk belajar dari pengalaman sebelumnya agar dapat diaplikasikan kedalam pengalaman baru	Anggota kelompok dapat belajar dari pengalaman sebelumnya agar dapat diaplikasikan kedalam pengalaman baru
	4. Tahap Closing	1. Pimpinan kelompok memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 2. Pimpinan kelompok menutup kegiatan layanan dengan mengajak anggota kelompok bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam	1. Anggota kelompok menyimpulkan hasil kegiatan 2. Anggota kelompok merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan
N	Evaluasi		
	1. Evaluasi Proses	Pimpinan kelompok melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap anggota kelompok menuliskan dikertas yang sudah disiapkan. 2. Mengamati sikap atau atusias anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara anggota kelompok dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara anggota kelompok dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Pimpinan kelompok	
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan Laiseng yang sudah disiapkan, untuk mengetahui : 1. Pemahaman baru yang diperoleh siswa dari topik yang dibahas 2. Perasaan yang dialami siswa setelah mengikuti kegiatan 3. Rencana perilaku konkrit siswa di masa depan	

Uraian Materi

Apakah kesadaran tanggung jawab itu? Apakah kamu sudah memiliki kesadaran bertanggung jawab? Pastinya kamu bingung dan muncul pertanyaan “bertanggung jawab atas apa dan dimana saya harus bertanggung jawab?. Kesadaran berawal dari kata sadar yang artinya merasa, tahu atau mengerti dan ingat. Sedangkan tanggung jawab adalah keadaan wajib menanggung segala sesuatu akan perbuatannya baik yang disengaja maupun tidak disengaja. Sadar merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengerti dengan apa yang ada dalam fikiran, keinginan, harapan serta ucapannya dan paham dengan apa yang sedang dan yang akan dilakukkannya sekaligus

kesangupan diri dalam mengikuti berbagai keputusan dengan rasa bertangung jawab serta siap menerima berbagai kemungkinan dalam kehidupan.

Tanggung jawab adalah hal besar yang dipikul oleh seseorang dalam hidupnya. Setiap individu di dunia ini, memiliki tanggung jawab tersendiri baik untuk dirinya dan untuk orang lain. Tangungn jawab bukanlah hal yang main-main. Seorang siswa harus memiliki kesadaran tanggung jawab. Sadar akan tugas dan kewajiban sesuai dengan usianya, rasa tanggun jawab itu muncul karena seseorang itu menyadari akibat baik dan buruk perbuatannya. Rasa tangung jawab juga muncul karena ada rasa pedulo dan sesuatu yang dibebankan untuk dirinya.

Kesadaran tanggung jawab siswa yaitu kesadaran dan tangugn jawab akan tugasnya sebagai pelajar, kesadaran dan tangung jawabnya sebagai anak di rumah dan sebagainya. Ada 4 jenis tangung jawab yang perlu diketahui yaitu bertangungn jawab terhadap diri sendiri, keluarga, sekolah dan masyarakat

3. Tangung Jawab Terhadap diri sendiri

   Tanggung jawab terhdap diri sendiri merupakan dasar untuk melaksanakan kewajiban-kewajiban lainnya. Tanggung jawab terhadap diri sendiri berarti kita melaksaakan tugas dan kewajiban sehari-hari untuk kepentingan diri sendiri secara rutin. Jika melailaikan tanggung jawab terhadap diri sendiri, bagaimana mungkin kita melaksanakan tanggung jawab terhadap yang lainnya.orang yang terbiasa melaksanakan tanggung jawab dengan suka rela maka tidak akan kesulitan untuk melakukan tanggun jawab yang lainnya. Oleh karena itu sebagai remaja yang akan menjadi dewasa maka harus mulai belajar bertanggung jawab.

4. Tangung jawab terhadap keluarga

   Tanggung jawab terhadap keluarga merupakan tanggung jawab untuk semua anggota keluarga. Keluarga meruapkan masyarakat kecil yang terdiri dari ayah, ibu dan anak. Tiap anggota keluarga wajib bertanggung jawab kepada keluarga. Tanggung jawab ini menyangkut nama baik keluarga. Saling menghormati, menghargai dan menyanyangi sesame anggota keluarga, mematuhi peraturan keluarga, menjaga kebersihan dan keindahah rumah dan melakukan hal baik dimanapun berada demi menjaga nama baik keluarga

5. Tanggung Jawab terhadap sekolah

   Sekolah merupakan tempat kedua setelah keluarga. Disekolah kamu merupakan seoang siswa yang memiliki kewajban untuk belajar, sebagai siswa kamu harus bisa menjadi contoh teladan bagi teman yang lain. Siswa yang bertanggung jawab akan menunjukkan kecintaannya pada

sekolah dengan selalu bersaha disiplin, baik dalam perkataan maupun tingkah laku. Seperti memahtuhi peratusan yang ada di sekolah, belajar dengan sungguh-sungguh, menghormati guru dan menyanyangi teman, menjaga kebersihan dan keindahan lingkungan sekolah

6. Tangung jawab terhadap masyarakat

   Pada hakekatnya manusia tidak bisa hidup tanpa bantuan manusia lain, sesuai dengan kedudukannya sebagai makhluk sosial. Karena membutuhkan manusia lain, maa manusia harus berkomunikasi dengan manusia lainnya. Sehingga dengan demikian manusia disini merupakan anggota masarakaty yang tentunya mempunyai tanggung jawab seperti anggota masyarakat yang lain agar dapat melansaungkan hidupnya dalam masyarakat tersebut. wajarlah jika segala tingkah laku dan perbuatannya dipertangggun jawabkan kepada masyarakat.

   Masa remaja memang masa yang penuh tantangan. Akan tetapi haruskan itu dilalui dengan tanpa rasa tanggung jawab?, kebut-kebutan dijalan, coret-coret tembok dst. Kegaitan remaja seperti ini bisa merugikan diri sendiri dan orang lain. Tanggun jawab remaja terhadap masyarakat dan lingkungan sekitar diwujudkan dalam bentuk bagaimana kamu menjalin hubungan yang baik dengan tetangga, aktif dalam kegaitan sosial dan ikut serta dalam menjaga keamanan. Semua itu bisa mendatangkan pengakuan akan diri kamu di mata masyarakat dan dapat menunjukkan diri sebagai pribadi yang memiliki tanggung jawab sosial.

Lampiran 7

LEMBAR KERJA 3
"Refleksi Diri"

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Berikan contoh nyata kesadaran tanggung jawab yang sudah kamu lakukan selama ini? a. Tanggung jawab terhadap diri sendiri b. Tanggung jawab terhadap keluarga c. Tanggung jawab terhadap sekolah d. Tanggung jawab terhadap masyarakat	
2	Bagaimana reaksi orang tuanmu, gurumu dan temanmu ketika kamu melakukan tanggung jawab tersebut a. Orang tua b. Guru c. Teman	
3	Usaha apa yang kamu lakukan untuk meningkatkan tanggung jawab	
4	Bagaiamana cara kamu membuktikan bahwa kamu memiliki rasa tanggung jawab	

Lampiran 8

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) 4

KELOMPOK PSIKOEDUKASI

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar	
B	Bidang Layanan	Pribadi	
C	Topik / Tema Layanan	Yakin pada kemampuan diri sendiri	
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pengembangan	
E	Tujuan Umum	Anggota Kelompok dapat membuktikan bahwa semua masalah pasti ada jalan keluarnya.	
F	Tujuan Khusus	1. Anggota kelompok melalui kisah renungan, dapat melihat bahwa masalah dapat diselesaikan 2. Anggota kelompok melalui cerita rakyat dapat menyakinkan diri sendiri bahwa semua itu mungkin 3. Anggota kelompok melalui diskusi dapat merancang strategi dalam menyakinkan terhadap kemampuan dirinya	
G	Sasaran Layanan	Siswa dengan kepercayaan diri yang rendah	
H	Materi	*impossible is nothing*	
I	Waktu	1 x 60 Menit	
J	Sumber Materi	Kanzunnudin. 2019. Cerita rakyat pesisir timur jawa tengah. Semarang: Cipta prima nusantara	
K	Metode/Teknik	*Experiential Learning*	
L	Media / Alat	Komik, Kertas HVS, Spidol	
M	Pelaksanaan		
	1. Tahap Opening	Kegiatan PK	Kegiatan AK
	a. Pernyataan Tujuan	1. Pimpinan kelompok membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, Hobi, *Ice breaking game*) 3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai	1.Anggota kelompok menyapa dan mengucapkan salam kepada pimpinan kelompok dengan ceria dan semangat 2.Anggota kelompok menjawab dengan penuh antusias keadaannya, hobi dan bersemangat dalam melakukan *Ice breaking* 3.Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusia penegasan tujuan yang disampaikan pimpinan kelompok

	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	1. Memberikan langkah-langkah kegiatan 2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan) melalui *informed consent*	1.Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusia langkah-langkah kegiatan kelompok psikoedukasi 2.Anggota Kelompok menyetujui kontrak yang telah disepakati bersama
	c. Mengarahkan kegiatan	Pimpinan kelompok memberikan penejelasan tentang tema yang akan dibicarakan	Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusias tema kegaitan
	2. Tahap Working	Pimpinan kelompok memotivasi dan memastikan anggota siap ke tahap berikutnya	Anggota kelompok bersemangat mengikuti kegaitan selanjutnya
	3. Tahap Procecing		
	b. Pengalaman Nyata (*Concrete Experience*)	1. Melakukan kegiatan berfikir tentang sebuah pengalaman yang terjadi pada masing- masing anggota kelompok 2. Menuliskan sebuah pengalaman tersebut di kertas yang sudah disediakan	1. Anggota kelompok menyampaikan pengalaman di depan anggota kelompok yang lain 2. Anggota kelompok mengerjakan tugas dari pimpinan kelompok
	c. Refleksi Observasi (*Reflective Observation*)	1.Melakukan pengamatan terhadap sebuah pengalaman di lingkungan sekolah 2. Mengajak anggota kelompok untuk brainstorming/curah pendapat tentang sebuah pengalaman yang dirasakan 3. Anggota kelompok bercerita tentang pengalaman yang dialami 5. Membantu anggota kelompok mengaplikasikan pengalamannya sehingga akan menjadikan pengalaman tersebut sebagai pembelajaran	1. Anggota kelompok dengan penuh kosentrasi memikirkan prilaku yang ia lakukan sehari-hari disekolah 2. Anggota kelompok bersedia menyampaikan pengalaman yang dirasakannya 3. Anggota kelompok menceritakan dengan penuh penghayatan 4. Anggoa kelompok mengaplikasikan pengalaman yang diperoleh sebagai bahan pembelajran untuk keh
	a. Konsep Abstrak (*Abstract Conceptualization*)	1. Pimpinan kelompok membantu mencari tahu hubungan dari pengalaman yang diperolehnya 2. Pempinan kelompok membantu untuk mengabungkan	1. Anggota kelompok mencari tahu hubungan dari pengalaman yang diperolehnya 2.Anggota kelompok dapat mengabungkan pengalaman

		pengalaman yang dilihat dengan pengalaman sebelumnya	yang dilihat dengan pengalaman sebelumnya
	b. Eksperimen Aktif (*Active Experimentation*)	Pimpinan kelompok memberikan kesempaan untuk belajar dari pengalaman sebelumnya agar dapat diaplikasikan kedalam pengalaman baru	Anggota kelompok dapat belajar dari pengalaman sebelumnya agar dapat diaplikasikan kedalam pengalaman baru
	4. Tahap Closing	1. Pimpinan kelompok memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 2. Pimpinan kelompok menutup kegiatan layanan dengan mengajak anggota kelompok bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam	1. Anggota kelompok menyimpulkan hasil kegiatan 2. Anggota kelompok merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan
N	Evaluasi		
	1. Evaluasi Proses	Pimpinan kelompok melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap anggota kelompok menuliskan dikertas yang sudah disiapkan. 2. Mengamati sikap atau atusias anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara anggota kelompok dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara anggota kelompok dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Pimpinan kelompok	
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan Laiseng yang sudah disiapkan, untuk mengetahui : 1. Pemahaman baru yang diperoleh siswa dari topik yang dibahas 2. Perasaan yang dialami siswa setelah mengikuti kegiatan 3. Rencana perilaku konkrit siswa di masa depan	

Uraian Materi

Tak sesulit yang anda bayangkan

Disebuah lading terdapat sebongkah batu yang maat besar. Dan seoragn petani tua selama bertahun tahun membajak tanah yang ada di sekeliling batu besar itu. Sudah cukup banyak mata bajak yang pecah gara-gara membajak di sekitar batu itu. Padi-padi yang ditanam disekitar batu itu pun tumbuh tidak baik.

Hari ini mata bajaknya pecah lagi. Ia lalu memikirkan bahwa semua kesulitas yang dialaminya disebabkan oleh batu besar ini. lalu ia memutuskan untuk melakukan sesuatu pada batu itu.

Lalu ia mengambil linggis dan mulai mengali lubang di bawah batu. Betapa terkejutnya ia ketika mengetahui bahwa batu itu hanya setebal sekitar 6 inchi saja. Sebenarnya batu itu bisa dengan

mudah dipecahkan dengan palu biasa. Kemudian ia lalu menghancurkan batu itu sambal tersenyum gembira. Ia teringat bahwa semua kesulitasn yang dialaminya selama bertahun-tahun oleh batu itu ternyata bisa diatasinya dengan mudah dan cepat.

Renungan:

Kita sering ditakuti oleh bayangan seolah permasalahan yang kita hadapi tampak besar, padahal ketika kita mau melakukan sesuatu, persoalan itu mudah sekali diatasi., maka, atasi persoalan anda sekarang, karena belum tentu sebesar yang anda takutkan, dan belum tentu sesulit yang anda bayangkan.

Alkisah Telingsing (nama sebenarnya The Ling Sing) setelah dewasa, menguasai ilmu agama Islam, cakap, pandai, dan kuat fisiknya; ia disuruh ayahnya untuk meninggalkan Tiongkok. Ayahnya menyuruh Telingsing pergi menyebarkan agama Islam ke wilayah nusantara, yakni di kota Kudus. Atas perintah ayahnya, akhirnya Telingsing pergi ke kota Kudus. Kisah tersebut sekaligus menunjukkan adanya keyakinan pada diri sendiri serta tanggung jawab, hal itu ditunjukkan bahwa Telingsing menjalankan perintah ayahnya, meninggalkan Tiongkok untuk melakukan perjalanan menuju Kudus. Setelah sampai di Kudus, ia melaksanakan amanah ayahnya, yakni menyebarkan agama Islam.

dijelaskan bahwa Kyai Telingsing merupakan ulama yang memiliki kepandaian dalam melukis dan mengukir atau menyungging. Kedua keahlian tersebut telah melekat pada diri Kyai Telingsing. Oleh sebab itu, desa tempat tinggal Kyai Telingsing dinamakan desa Sunggingan. Yang sampai saat ini masih dijadikan sebagai tempat ziarah dan ritual keagamaan warga setempat.

“Tugas sulit”, dikisahkan bahwa Kyai Telingsing disuruh melukis putri Raja Majapahit. Lukisan yang dibuat oleh Kyai Telingsing harus sesuai dengan kenyataan fisik putri raja. Apabila lukisan Kyai Telingsing tidak sesuai dengan keadaan fisik yang sebenarnya Putri Majapahit, maka ia dibunuh. Permintaan Raja Majapahit tersebut merupakan hal yang sangat sulit bagi Kyai Telingsing karena ia tidak pernah melihat secara langsung keadaan fisik Putri Majapahit. Kisah ini mengambarkan adanya karakter optimis pada diri kyai telingsing untuk menyelesaikan tugas yagn di berikan kepadanya.

“tokoh/ksatria diuji” diungkapkan melalui kisah Kyai Telingsing. Setelah Kyai Telingsing menyelesaikan lukisan Putri Majapahit, maka lukisan yang bersangkutan diserahkan kepada Raja Majapahit. Akan tetapi, alangkah kagetnya atau herannya Kyai Telingsing. Lukisan Putri Majapahit tersebut dikembalikan karena menurut Raja majapahit tidak sesuai dengan keadaan fisik

Putri Majapahit yang sebenarnya. Raja Majapahit meminta kepada Kyai Telingsing agar menyempurnakan lukisannya. Apabila Kyai Telingsing tidak dapat menyempurnakan lukisannya, maka ia akan dibunuh. Hal ini merupakan "ujian" yang teramat berat bagi Kyai Telingsing karena ia tidak pernah melihat fisik Putri Majapahit, sehingga ada karakter bersunguh-sungguh yang kyai telingsing perlihatkan agar lukisan tersebut tetap bisa ia laksanakan.

"Memperoleh kesaktian", diungkapkan bahwa setelah lukisannya dikembalikan oleh Raja Majapahit, Kyai Telingsing menjadi bingung. Bagi Kyai Telingsing bahwa lukisan yang sudah jadi tersebut dikerjakan dengan optimal. Dalam situasi yang bingung, kemudian Kyai Telingsing mendekatkan diri kepada Allah SWT. Ia berdoa memohon bimbingan dan petunjuk untuk menyempurnakan lukisannya sesuai dengan permintaan Raja Majapahit. Dalam brdoa tersebut, Kyai Telingsing sambil memegang alat lukis dan lukisan Putri Majapahit. Alat lukisnya yang berwujud alat kuwas yang sudah diberi tinta sehingga sewaktu-waktu siap dikuwaskan pada lukisan Putri Majapahit. Di luar kesadaran Kyai Telingsing, tinta yang ada pada kuwas, menetes tepat pada bagian kelamin lukisan Putri Majapahit. Hal itu tidak disadari dan tidak ketahui oleh Kyai Telingsing.

Setelah berdoa, Kyai Telingsing menyadari bahwa dirinya sudah tidak bisa menyempurnakan lukisan Putri Majapahit. Kemudian ia menyerahkan kembali lukisan Putri Majapahit kepada raja. Dalam menyerahkan lukisan tersebut, Kyai Telingsing sambil menyatakan kepada raja bahwa dirinya sudah tidak bisa menyempurnakan lukisan Putri Majapahit. Baginya, lukisan Putri Majapahit tersebut merupakan lukisan paling sempurna. Ternyata lukisan Kyai Telingsing tersebut sesuai dengan keadaan fisik Putri Raja Majapahit. Putri Raja Majapahit memilit tanda hitam pada bagian alat kelaminnya. Kisah tersebut menunjukkan adanya struktur naratif "penerimaan alat sakti". Alat sakti yang diterima oleh Kyai Telingsing berupa tinta yang menetes pada lukisan Putri Majapahit sehingga lukisan yang bersangkutan menjadi mahakarya lukis Kyai Telingsing.

"Reaksi", dikisahkan bahwa setelah Raja Majapahit menerima lukisan Kyai Telingsing menjadi murka. Raja Majapahit akan membunuh Kyai Telingsing. Raja Majapahit menuduh bahwa Kyai Telingsing tidak bertindak asusila atau tidak senonoh karena lukisannya sesuai dengan keadaan fisik putrinya. Keadaan fisik putrinya sampai yang sedalam-dalamnnya. Mendapat tuduhan tersebut, Kyai Telingsing menyatakan bahwa dirinya tidak pernah sekalipun melihat fisik Putri Majapahit. Pernyataan Kyai Telingsing terhadap tuduhan Raja Majapahit tersebut merupakan struktur naratif "reaksi tokoh/ksatria" kepada tokoh lain yang berkaitan dengan konflik cerita.

“Penyelamatan” dijelaskan melalui tokoh Kyai Telingsing dan Putri Majapahit. Tuduhan Raja Majapahit tersebut sulit dibantah oleh Kyai Talingsing karena ia tidak punya bukti bahwa dirinya memang tidak pernah melihat keadaan fisik Putri Majapahit. Oleh sebab itu, Kyai Telingsing tidak mungkin bisa bebas dari hukuman mati. Kyai Telingsing tidak bisa berbuat apa-apa. Ia menyerakan nasibnya kepada Allah SWT. Tiba-tiba muncul Putri Majapahit yang memberikan kesaksian untuk Kyai Telingsing. Putri Majapahit menyatakan kepada Raja Majapahit bahwa Kyai Telingsing sama sekali tidak pernah bertemu dengan dirinya. Berdasarkan pengakuan putrinya, maka Raja Majapahit membebaskan Kyai Telingsing dari hukuman mati. Kisah tersebut membuktikan adanya struktur naratif “penyelamatan”, yakni Kyai Telingsing diselamatan dari hukuman mati oleh Putri Majapahit.

Setelah Kyai Telingsing tidak terbukti pernah melihat fisik Putri Majapahit, maka Raja Majapahit mengucapkan terima kasih kepada Kyai Telingsing. Akhirnya Raja Majapahit membebaskan Kyai Telingsing dari hukuman mati. Ucapan terima kasih dan kebebasan yang diberikan oleh Raja Majapahit kepada Kyai Telingsing, menunjukkan struktur naratif “pengakuan”. Raja Majapahit mengakui kehebatan yang dimiliki oleh Kyai Telingsing.

Selanjutnya, Raja Majapahit memerintahkan para prajuritnya untuk mengawal dan mengantarkan Kyai Telingsing pulang ke desanya di wilayah Kudus, yakni di desa Sunggingan. Para prajurit Majapahit mengawal kepulangan Kyai Telingsing sampai di desa Sunggingan

Lampiran 9

LEMBAR KERJA 4
"Refleksi Diri"

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Uraikaan Pengalaman kepercayaan diri yang kamu anggap susah untuk di selesaikan	
2	Uraikaan pengalaman kepercayaan diri yang kamu anggap mudah untuk di selesaikan	
3	Apa yang menjadi penyebab permasalah itu menjadi susah dan mudah diselesaikan	
4	Uraikan pengalaman dan strategi apa yang sudah dilakukan dalam menyelesaikan masalah tersebut	
5	Refleksikan pengalaman dari kisah kyai telingsing dengan pengalaman pribadi dan apa rencana yang akan dilakukan dengan pengalaman barunya	
5	Apa yang bisa anda dapatkan dari kisah kyai telingsing a. Nilai Kepemimpinan b. Nilai Pengabdian c. Nilai Tradisi d. Nilai Kebudayaan e. Nilai Sosial	

Lampiran 10

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) 5

KELOMPOK PSIKOEDUKASI

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar	
B	Bidang Layanan	Pribadi dan Sosial	
C	Topik / Tema Layanan	Malatih diri dalam membangun sikap bergaul dengan orang lain	
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pengembangan	
E	Tujuan Umum	Anggota Kelompok dapat melakukan komunikasi yang efektif	
F	Tujuan Khusus	1. Anggota kelompok memahami cara-cara efektif dalam berkomunikasi 2. Anggota kelompok berani melakukan aktifitas dilingkungannya 3. Anggota kelompok memiliki dorongan positif untuk bertindak atau merasa yakin diterima dalam lingkungannya	
G	Sasaran Layanan	Siswa dengan kepercayaan diri yang rendah	
H	Materi	Komunikasi	
I	Waktu	1 x 60 Menit	
J	Sumber Materi	A. Griffin, Emory. *A First Look at Communication Theory*. Boston: McGrawHill. 2003	
K	Metode/Teknik	*Experiential Learning*	
L	Media / Alat	Komik, Kertas HVS, Spidol	
M	Pelaksanaan		
	1. Tahap Opening	Kegiatan PK	Kegiatan AK
	a. Pernyataan Tujuan	1. Pimpinan kelompok membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, Hobi, *Ice breaking game*) 3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai	1.Anggota kelompok menyapa dan mengucapkan salam kepada pimpinan kelompok dengan ceria dan semangat 2.Anggota kelompok menjawab dengan penuh antusias keadaannya, hobi dan bersemangat dalam melakukan *Ice breaking* 3.Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusia penegasan tujuan yang disampaikan pimpinan kelompok
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	1. Memberikan langkah-langkah kegiatan	1.Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusia

		2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan) melalui *informed consent*	langkah-langkah kegiatan kelompok psikoedukasi 2.Anggota Kelompok menyetujui kontrak yang telah disepakati bersama
	c. Mengarahkan kegiatan	Pimpinan kelompok memberikan penejelasan tentang tema yang akan dibicarakan	Anggota kelompok mendengarkan penjelasan dengan penuh antusias tema kegaitan
	2. Tahap Working	Pimpinan kelompok memotivasi dan memastikan anggota siap ke tahap berikutnya	Anggota kelompok bersemangat mengikuti kegaitan selanjutnya
	3. Tahap Procecing		
	c. Pengalaman Nyata (*Concrete Experience*)	1. Melakukan kegiatan perenungan bahwa sesuatu hal tak sesulit yang anda bayangkan dan harus berani mencoba 2. Menuliskan sebuah pengalaman tersebut di kertas yang sudah disediakan	1. Anggota kelompok berfikir dan mulai menyampaikan pengalaman hal yang ternyata tak sesulit yang dibayangkan 2. Anggota kelompok mengerjakan tugas dari pimpinan kelompok
	d. Refleksi Observasi (*Reflective Observation*)	1. Melakukan pengamatan terhadap sebuah pengalaman di lingkungan sekolah 2. Mengajak anggota kelompok untuk brainstorming/curah pendapat tentang sebuah pengalaman yang dirasakan 3. Anggota kelompok bercerita tentang pengalaman yang dialami 6. Membantu anggota kelompok mengaplikasikan pengalamannya sehingga akan menjadikan pengalaman tersebut sebagai pembelajaran	1. Anggota kelompok dengan penuh kosentrasi memikirkan prilaku yang ia lakukan sehari-hari disekolah 2. Anggota kelompok bersedia menyampaikan pengalaman yang dirasakannya 3. Anggota kelompok menceritakan dengan penuh penghayatan 4. Anggoa kelompok mengaplikasikan pengalaman yang diperoleh sebagai bahan pembelajran untuk keh
	a. Konsep Abstrak (*Abstract Conceptualization*)	1. Pimpinan kelompok membantu mencari tahu hubungan dari pengalaman yang diperolehnya 2. Pempinan kelompok membantu untuk mengabungkan pengalaman yang dilihat dengan pengalaman sebelumnya	1. Anggota kelompok mencari tahu hubungan dari pengalaman yang diperolehnya 2.Anggota kelompok dapat mengabungkan pengalaman yang dilihat dengan pengalaman sebelumnya

	b. Eksperimen Aktif (*Active Experimentation*)	Pimpinan kelompok memberikan kesempaan untuk belajar dari pengalaman sebelumnya agar dapat diaplikasikan kedalam pengalaman baru	Anggota kelompok dapat belajar dari pengalaman sebelumnya agar dapat diaplikasikan kedalam pengalaman baru
	4. Tahap Closing	1. Pimpinan kelompok memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 2. Pimpinan kelompok menutup kegiatan layanan dengan mengajak anggota kelompok bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam	1. Anggota kelompok menyimpulkan hasil kegiatan 2. Anggota kelompok merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan
N	Evaluasi		
	1. Evaluasi Proses	Pimpinan kelompok melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap anggota kelompok menuliskan dikertas yang sudah disiapkan. 2. Mengamati sikap atau atusias anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara anggota kelompok dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara anggota kelompok dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Pimpinan kelompok	
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan Laiseng yang sudah disiapkan, untuk mengetahui : 1. Pemahaman baru yang diperoleh siswa dari topik yang dibahas 2. Perasaan yang dialami siswa setelah mengikuti kegiatan 3. Rencana perilaku konkrit siswa di masa depan	

Uraian Materi

Komunikasi berasal dari kata latin Communication artinya pemberitahuan atau bertukar pikiran. Komunikasi adalah rangkaian proses pengalihan informasi dari satu orang kepada orang lain dengan maksud tertentu. Komunikasi adalah proses yang melibatkan seseorang untuk menggunakan tanda tanda alamiah atau universal berupa simbol simbol berdasarkan perjanjian manusia baik verbal atau nonverbal yang disadari atau tidak disadari yang bertujuan untuk memengaruhi sikap orang lain.

Dalam komunikasi terdapat beberapa tingkatan yaitu :

1. Komunikasi intrapersonal : Komunikasi intrapersonel adalah komunikasi yang terjadi dalam diri seseorang yang berupa proses pengolahan informasi melalui panca indera dan

sistem syaraf manusia.

2. Komunikasi interpersonal : Komunikasi interpersonal yaitu kegiatan komunikasi yang dilakukan seseorang dengan orang lain dengan corak komunikasinya lebih bersifat pribadi dan sampai pada tataran prediksi hasil komunikasinya pada tingkatan psikologis yang memandang pribadi sebagai unik. Dalam komunikasi ini jumlah perilaku yang terlibat pada dasarnya bisa lebih dari dua orang selama pesan atau informasi yang disampaikan bersifat pribadi. Komunikasi yang efektif ditandai dengan hubungan interpersonal yang baik. Begitupun, komunikasi interpersonal dikatakan efektif apabila pertemuan komunikasi merupakan hal yang menyenangkan bagi komunikan. Komunikasi bukan hanya sekedar menyampaikan isi pesan, namun juga menentukan kadar hubungan interpersonal. Memahami proses komunikasi interpersonal menuntut pemahaman hubungan simbiotis antara komunikasi dengan perkembangan relasional. Komunikasi mempengaruhi perkembangan relasional, dan pada gilirannya (secara serrentak), perkembangan relasional mempengaruhi sifat komunikasi antara pihak-pihak yang terlibat dalam hubungan tersebut.

3. Komunikasi kelompok, Definisi kelompok. Kelompok adalah sekelompok orang yang yang anggota – angotanya merasa terikat dengan kelompok – ada sense of belonging– yang tidak dimilik oleh angota yang bukan kelompok, serta mereka merasa saling bergantung sehingga hasil setiap orang terkait dalam cara tertentu dengan hasil yang lain. Komunikasi kelompok adalah komunikasi yang berlangsung di antara anggota suatu kelompok. Menurut Michael Burgoon dan Michael Ruffner memberi batasan komunikasi kelompok sebagai interaksi tatap muka dari tiga atau lebih individu guna memperoleh maksud dan tujuan yang dikehendaki seperti berbagi informasi, pemeliharaan diri atau pemecahan masalah sehingga semua anggota dapat menumbuhkan karakteristik pribadi anggota lainnya dengan akurat

Cara membangun komunikasi yang efektif

Saat berinteraksi dengan orang lain pastinya ada tujuan yang diharapkan. Tujuan tersebut dapat dicapai bilamana komunikasi dapat berjalan dengan baik, tidak ada miskomunikasi.Perlu diingat bahwa komunikasi merupakan sebuah aset penting sebagai nilai tambah kepribadian seseorang, oleh karena itu pembicaraan anda menjadi komunikasi yang efektif. Berikut ini adalah beberapa hal yang dapat dipertimbangkan untuk dikembangkan:

1. Atur kontak mata

Hal yang pertama yang dilakukan seorang pembicara yang baik adalah menatap lawan bicara

dan mengambil jeda untuk memulai sebuah pembicaraan. Ini merupakan salah satu cara yang membantu untuk menciptakan kesan baik pada lawan bicara

2. Ekspresi wajah

   Wajah merupakan cermin kepribadian individual.Ekspresi wajah mengungkapkan pikiran yang melintas pada diri seseorang.Misalnya : sebuah senyum mengungkapkan keramah-tamahan dan kasih sayang; mengangkat alis mata menunjukan ekspresi heran; mengernyitkan dahi menyampaikan ketakutan dan kegelisahan.

3. Postur tubuh

   Setiap gerak-gerik tubuh saat berbicara mesti dikoordinasikan dengan kekuatan yang dapat ditangkap secara visual daripada secara verbal.

7. Selera berbusana

   Busana memiliki tugas penting dalam menimbulkan kesan.Orang yang berbusana sesuai dengan struktur tubuh mereka nampak lebih menarik.

8. Respect

   Sikap menghargai setiap individu yang menjadi sasaran pesan yang menjadi sasaran pesan yang kita sampaikan.

9. *Emphaty*

   Empati adalah kemampuan kita untuk menempatkan diri kita pada situasi atau kondisi yang dihadapi oleh orang lain.

10. Audible

    Makna dari audible antara lain : dapat didengarkan atau dimengerti dengan baik.

11. Clarity

    Selain bahwa pesan harus dapat dimengerti dengan baik, maka yang terkait dengan itu adalah kejelasan dari pesan itu sendiri sehingga tidak menimbulkan multi interprestasi atau berbagai penafasiran yang berlainan.

12. Humble

    Sikap rendah hati. Sikap membangun rasa menghargai orang lain, biasanya didasari oleh sikap rendah hati yang kita memiliki.Untuk mencapai sebuah komunikasi yang efektif, perlulah kita membangun sebuah komunikasi yang nyaman dan menyenangkan agar mendapatkan tujan yang diharapkan.

Lampiran 11

LEMBAR KERJA 5

a. Peserta di bagi dalam kelompok, min. 2 orang
b. Tiap kelompok diberi 1 kasus / tugas untuk didiskusikan dan dicari solusinya
c. Tiap kelompok diminta mempresentasikan hasil diskusi di depan kelompok lain
d. Peserta-peserta lain dirangsang untuk mengajukan pertanyaan atau mendebat
e. Umpan balik terkait cara-cara presentasi, bertanya dan mendebat dengan memberikan penilaian dari masing-masing peserta terhadap kesan per individu
f. Satu kelompok yang nilanya paling rendah kembali diberi 1 kasus / tugas untuk didiskusikan dan dicari solusinya, kemudian dipresentasikan, dengan cara-cara yang lebih positif, menunjukkan komunikasi yang dimiliki

Lampiran 12

RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LAISEG

Hari, Tanggal Layanan : ....., 2022
Jenis Layanan : **Kelompok Psikoeodukasi**
Pemberi Layanan **:** Indah Lestari

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?

   .....

2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?

   .....

3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?

   .....

4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?

   .....

5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
   a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?

   .....

   b. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?

   .....

6. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

   .....
   .....

Kudus, ...2022

.....

Lampiran 13

Skala Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan modal dalam kehidupan yang harus ditumbuhkan pada diri setiap individu supaya dapat menjadi manusia yang mampu mengontrol berbagai aspek yang ada pada dirinya. Dengan kemampuan tersebut individu akan lebih jernih dalam mengatur tujuan dan sasaran pribadi yang jelas, serta akan lebih mampu dalam mengarahkan prilaku menuju keberhasilan. Berikut ini, adalah alat ukur yang diberikan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri anda. Tidak ada jawaban yang salah dalam alat ukur ini, serta semua jawaban yang anda berikan akan dirahasiakan. Jawablah pernyataan dibawah ini dengan jujur dan menggambarkan kondisi anda.

Petunjuk Pengerjaan:

1. Skala ini beris 45 pernyataan
2. Isilah identitas diri anda dengan lengkap dan jelas
3. Bacalah setiap pernyataan dengan cermat dan teliti. Berilah tanda *checklist* (√) pada kolom yang tersedia sesuai dengan kondisi diri anda.
4. Di bawah ini ada beberapa pernyataan. Keterangan alternatif jawaban :

   SS (Sangat Sesuai) : Jika Pernyataan tersebut **sangat sesuai** dengan keadaan anda
   S (Sesuai) : Jika Pernyataan tersebut **sesuai** dengan keadaan anda
   KS (Kurang Sesuai) : Jika Pernyataan tersebut **kurang sesuai** dengan keadaan anda
   TS (Tidak Sesuai) : Jika Pernyataan tersebut **tidak sesuai** dengan keadaan anda

   Tidak ada jawaban yang benar atau salah, yang ada adalah sangat sesuai, sesuai, kurang sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai dengan diri anda. Oleh sebab itu, jawablah dengan apa adanya sesuai dengan diri anda yang sebenarnya, bukan jawaban yang anda anggap baik atau yang seharusnya dilakukan. Jawaban anda bersifat pribadi dan rahasia serta tidak akan mempengaruhi nilai anda.

Contoh

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	KS	TS
1	Saya selalu yakin dengan usaha yang telah dilakukan		√		

Dengan contoh diatas pernyataan ” Saya selalu yakin dengan usaha yang telah dilakukan” maka saya menjawab sesuai dikarenakan saya menjawab apa yang ditanya kepada saya sesuai dengan apa yang saya lakukan sehari-hari.

Nama : …….

kelas : …….

No	Pernyatan	SS	S	KS	TS
1	Tidak sering terkejut apabila mendapatkan kesulitan				
2	Stress saat mengalami permasalahan yang berat				
3	Berbicara tentang hal positif pada diri sendiri				
4	Mengangap bahwa kemampuan diri terbatas				
5	Masalah yang sering saya hadapi bagian dari proses pendewasaan				
6	Takut mengulang sesuatu yang pernah membuat saya gagal				
7	Saya mampu menerima masukan dan kritikan dari orang lain				
8	Ucapan orang lain membuat saya lemah dan sulit bangkit				
9	Memiliki keyakinan terhadap kelebihan yang dimiliki untuk bisa diaplikasikan				
10	Cemas dengan komentar orang lain terhadap kemapuan saya				
11	Maju terus walaupun hasil tugas belum sesuai harapan				
12	Perasaan kehilangan harapan apabila sesuatu yang diinginkan tidak terwujud				
13	Tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan yang dialami				
14	Mudah menilai sesuatu dari sisi negative				
15	Berani mengambil resiko dan memasang target untuk berhasil				

16	Meposisikan diri terakhir karena menganggap tidak mampu				
17	Dapat mengenal sesuatu atas pilihan sendiri tanpa adanya pengaruh dari orang lain				
18	Selalu ingin menjadi yang terbaik dalam melakukan tugas-tugas yang ingin dicapai				
19	Yakin terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga mampu mengoptimalkan				
20	Membanging-bandingkan diri, bahwa kemampuan saya tidak bisa seperti orang lain				
21	Tidak ragu meminta bantuan orang lain apabila menghadapi kesulitan				
22	Melampiaskan diri dengan marah-marah apabila hasil tidak sesuai dengan ekspektasi				
23	Mampu berpartisipasi aktif terhadap kegaitan sosial yang memiliki hubungan dengan orang lain				
24	Menyendiri ketika menghadapi suatu permasalahan				
25	Takut mengungkapkan pendapat karena binggung menyampaikannya				
26	Mengenal baik kelemahan dan kelebihan yang dimiliki				
27	Saat mengingat kegagalan saya sulit untuk mencoba hal baru				
28	Memiliki manajemen waktu harian yang baik dan dapat direalisasikan				
29	Mudah merasa tertekan karena sulitnya membagi waktu				
30	Mau menerima sanksi apabila melanggar tugas yang diberikan				
31	Timbul perasaan tidak nyaman terhadap perintah yang diberikan				
32	Intropeksi diri terhadap kesalahan yang diperbuat				

33	Malu terhadap kesalahan yang telah di perbuat sehingga harus bohong				
34	Memiliki rencana jangka panjang dan persiapan terbaik untuk mencapai tujuan				
35	Tidak mampu mendorong diri untuk melakukan sesuatu				
36	Tidak bereaksi berlebihan terhadap kegagalan dan keberhasilan yang dialami				
37	Tidak bisa bersikap baik terhadap orang yang membenci saya				
38	Bisa tetap tenang walaupun dibawah tekanan				
39	Tidak mampu mengendalikan emosi				
40	Menjadikan kegagalan sebagai motivasi				
41	Terlalu pesimis dan takut untuk mencoba sesuatu yang pernah gagal				
42	Konsisten dalam mengambil keputusan tanpa pengaruh dari orang lain				
43	Ingin berhenti ditengah jalan apabila muncul masalah dari keputusan yang sudah diambi				
44	Tidak segan meminta saran kepada orang lain yang sudah berpengalaman				
45	Tidak bisa menanggung resiko atas keputusan yagn sudah diambil				

TERIMAKASIH UNTUK PARTISISPASINYA