



Lampiran 1. Surat Izin Penelitian Dari Universitas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Jalan Udayana Nomor 11, Singaraja 81116
Telepon (0362) 31372
Laman www.fip.undiksha.ac.id

Nomor : 475/UN48.10.1/LT/2023 Singaraja, 1 Maret 2023
Hal : Ijin Penelitian

Yth. Kepala SMP Negeri 3 Semarapura
di tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha, mohon agar mahasiswa kami dapat diterima dan diberikan keterangan guna pengumpulan data di instansi Bapak/Ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa tersebut :

Nama : Cokorda Oka Wibhawa
NIM : 1911011042
Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan
Program Studi : Bimbingan Konseling

Demikian surat ini disampaikan atas kesediaan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.



Dr. I Made Tegeh, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197108152001121001

Arsip.
Akademik FIP
Arsip

Lampiran 2. Surat keterangan sudah melakukan penelitian dari Sekolah



PEMERINTAH KABUPATEN KLUNGKUNG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SMP NEGERI 3 SEMARAPURA
Jalan Warapsari Gelgel Klungkung Telp(0366)22692
Email : smpn3-smpn3@gmail.com



SURAT KETERANGAN

NOMOR :842 /104 / SMP.3/Disdikpora

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala SMP Negeri 3 Semarapura Kabupaten Klungkung menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : Cokorda Oka Wibhawa Putra
Jenis Kelamin : Laki -laki
NIM : 1911011042
Jurusan : Ilmu Pendidikan,Psikologi dan Bimbingan
Prodi : Bimbingan Konseling

Memang benar mahasiswa tersebut melakukan Penelitian BK di SMP Negeri 3 Semarapura. Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagai- mana mestinya.



Semarapura, 8 Maret 2023

Pt Kepala SMP Negeri 3 Semarapura,

Ketut Juli Artwi, S.Pd.

NIP.19690716 199703 2 005

Lampiran 3. Instrumen Validitas Pakar Buku Panduan 1

INSTRUMEN VALIDITAS PAKAR BUKU PANDUAN KONSELING KOGNITIF BEHAVIORAL TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA

Pengantar

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya meminta waktu Bapak/Ibu beberapa saat untuk menilai keberterimaan Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa sebagaimana saya sertakan dalam lampiran instrumen ini. Kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai buku panduan ini sangat penting artinya bagi keberhasilan penelitian saya yang berjudul "Pengembangan Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa". Atas kesediaan Bapak/Ibu menilai buku panduan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Petunjuk

Berikut ini tersedia beberapa item pernyataan yang berkaitan dengan keberterimaan Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. Keberterimaan meliputi kegunaan (*utility*), ketepatan (*accuracy*), dan kelayakan (*feasibility*). Tiap pernyataan disertai 3 alternatif jawaban yaitu **R**, **KR** dan **TR** yang menunjukkan keberterimaan buku panduan ini menurut item bersangkutan. **R** untuk jawaban keberterimaan **R elevan**, **KR** untuk jawaban keberterimaan **K urang R elevan** dan **TR** untuk jawaban keberterimaan **Tidak R elevan**. Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia sesuai dengan tingkat keberterimaan buku panduan ini menurut pernyataan bersangkutan. Pada bagian akhir di ruang yang tersedia secara khusus, mohon diberikan saran perbaikan, jika sekiranya buku panduan ini Bapak/Ibu nilai memerlukan perbaikan.

No.	Pernyataan	Item Penilaian	Penilaian Kesesuaian			Catatan Masukan Judges
			Relevan	Kurang Relevan	Tidak Relevan	
Kegunaan (<i>Utility</i>)						
1.	Kegunaan buku panduan bagi guru BK dalam menyelenggarakan panduan konseling individu pendekatan kognitif behavioral teknik self management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.	Keseluruhan buku panduan	✓			
2.	Kegunaan buku panduan bagi peserta didik/konseli untuk mengatasi permasalahan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓			
3.	Kebermanfaatan buku panduan	Keseluruhan buku	✓			

	konseling individu pendekatan kognitif behavioral teknik <i>self management</i> untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	panduan				
4.	Kebermanfaatan buku panduan untuk mendorong guru BK dalam melakukan layanan konseling individu untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓			
Ketepatan (<i>Accuracy</i>)						
5.	Ketepatan substansi isi buku panduan dengan dimensi, aspek, dan indicator motivasi belajar siswa	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
6.	Kesesuaian materi, metode dan teknik	Bab II Petunjuk Umum dan	✓			

	konseling yang digunakan terhadap kurikulum BK di sekolah	Bab III Petunjuk Khusus				
7.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik konseling yang dipilih untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Bab II Petunjuk Umum dan Bab III Petunjuk Khusus	✓			
8.	Ketepatan bahasa yang digunakan dalam panduan dengan karakteristik peserta didik	Keseluruhan buku panduan	✓			
9.	Kejelasan uraian isi dan substansi buku panduan	Keseluruhan buku panduan	✓			
10.	Ketepatan pemilihan media/alat bantu	Lampiran	✓			
11.	Ketepatan Teknik <i>self management</i> yang digunakan terhadap	Bab III Petunjuk Khusus	✓			

	karakteristik peserta didik SMP kelas VII					
12.	Ketepatan Teknik dan prosedur evaluasi terhadap keberhasilan konseling	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
13.	Kesesuaian alokasi waktu tiap sesi konseling	Bab III Petunjuk Umum	✓			
14.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan konseling	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
Kelayakan (<i>fasibility</i>)						
15.	Kepraktisan buku panduan	Keseluruhan buku panduan		✓		
16.	Keefektifan penggunaan bahasa dan tata tulis	Keseluruhan buku panduan	✓			
17.	Keefektifan uraian materi dalam mencapai tujuan meningkatkan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓			

18.	Kepraktisan prosedur atau langkah-langkah konseling yang digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
19.	kelayakan dukungan landasan teori terkait motivasi belajar siswa dengan media/alat bantu yang digunakan	Bab I Teori Terkait dan Lampiran	✓			
20.	Kelayakan tampilan buku panduan secara keseluruhan	Keseluruhan buku panduan	✓			

Identitas Pakar

Nama Lengkap Dengan Gelar : Kade Sathya Gita Rismawan

Bidang Keahlian : Bimbingan dan Konseling

Instansi Tempat Bertugas : BK FIP Undiksha

Tanda Tangan :



Lampiran 4. Instrumen Validitas Pakar Buku Panduan 1

INSTRUMEN VALIDITAS PAKAR BUKU PANDUAN KONSELING KOGNITIF BEHAVIORAL TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA

Pengantar

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya meminta waktu Bapak/Ibu beberapa saat untuk menilai keberterimaan Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa sebagaimana saya sertakan dalam lampiran instrumen ini. Kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai buku panduan ini sangat penting artinya bagi keberhasilan penelitian saya yang berjudul “Pengembangan Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa”. Atas kesediaan Bapak/Ibu menilai buku panduan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Petunjuk

Berikut ini tersedia beberapa item pernyataan yang berkaitan dengan keberterimaan Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. Keberterimaan meliputi kegunaan (*utility*), ketepatan (*accuracy*), dan kelayakan (*feasibility*). Tiap pernyataan disertai 3 alternatif jawaban yaitu **R, KR** dan **TR** yang menunjukkan keberterimaan buku panduan ini menurut item bersangkutan. **R** untuk jawaban keberterimaan **Relevan**, **KR** untuk jawaban keberterimaan **Kurang Relevan** dan **TR** untuk jawaban keberterimaan **Tidak Relevan**. Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia sesuai dengan tingkat keberterimaan buku panduan ini menurut pernyataan bersangkutan. Pada bagian akhir di ruang yang tersedia secara khusus, mohon diberikan saran perbaikan, jika sekiranya buku panduan ini Bapak/Ibu nilai memerlukan perbaikan.

No.	Pernyataan	Item Penilaian	Penilaian Kesesuaian			Catatan Masukan Judges
			Relevan	Kurang Relevan	Tidak Relevan	
Kegunaan (<i>Utility</i>)						
1.	Kegunaan buku panduan bagi guru BK dalam menyelenggarakan panduan konseling individu pendekatan kognitif behavioral teknik self management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.	Keseluruhan buku panduan	√			
2.	Kegunaan buku panduan bagi peserta didik/konseli untuk mengatasi permasalahan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	√			
3.	Kebermanfaatan buku panduan konseling individu pendekatan	Keseluruhan buku panduan	√			

	kognitif behavioral teknik <i>self management</i> untuk meningkatkan motivasi belajar siswa					
4.	Kebermanfaatan buku panduan untuk mendorong guru BK dalam melakukan layanan konseling individu untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	√			
Ketepatan (<i>Accuracy</i>)						
5.	Ketepatan substansi isi buku panduan dengan dimensi, aspek, dan indicator motivasi belajar siswa	Bab III Petunjuk Khusus	√			
6.	Kesesuaian materi, metode dan teknik konseling yang digunakan terhadap kurikulum BK di sekolah	Bab II Petunjuk Umum dan Bab III Petunjuk Khusus	√			

7.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik konseling yang dipilih untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Bab II Petunjuk Umum dan Bab III Petunjuk Khusus	√			
8.	Ketepatan bahasa yang digunakan dalam panduan dengan karakteristik peserta didik	Keseluhan buku panduan	√			
9.	Kejelasan uraian isi dan substansi buku panduan	Keseluhan buku panduan	√			
10.	Ketepatan pemilihan media/alat bantu	Lampiran	√			
11.	Ketepatan Teknik <i>self management</i> yang digunakan terhadap karakteristik peserta didik SMP kelas VII	Bab III Petunjuk Khusus	√			
12.	Ketepatan Teknik dan prosedur evaluasi terhadap keberhasilan konseling	Bab III Petunjuk Khusus	√			

13.	Kesesuaiaan alokasi waktu tiap sesi konseling	Bab III Petunjuk Umum	√			
14.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan konseling	Bab III Petunjuk Khusus	√			
Kelayakan (<i>fasibility</i>)						
15.	Kepraktisan buku panduan	Keseluruhan buku panduan	√			
16.	Keefektifan penggunaan bahasa dan tata tulis	Keseluruhan buku panduan	√			
17.	Keefektifan uraian materi dalam mencapai tujuan meningkatkan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	√			
18.	Kepraktisan prosedur atau langkah-langkah konseling yang digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Bab III Petunjuk Khusus	√			
19.	kelayakan dukungan	Bab I Teori Terkait dan	√			

	landasan teori terkait motivasi belajar siswa dengan media/alat bantu yang digunakan	Lampiran				
20.	Kelayakan tampilan buku panduan secara keseluruhan	Keseluruhan buku panduan	√			

Identitas Pakar

Nama Lengkap Dengan Gelar : Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd.,M.Pd

Bidang Keahlian : Bimbingan dan Konseling

Instansi Tempat Bertugas : Prodi Bimbingan dan Konseling

Tanda Tangan :



Lampiran 5. Uji Judges Guru BK 1

INSTRUMEN VALIDITAS PAKAR BUKU PANDUAN KONSELING KOGNITIF BEHAVIORAL TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA

Pengantar

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya meminta waktu Bapak/Ibu beberapa saat untuk menilai keberterimaan Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa sebagaimana saya sertakan dalam lampiran instrumen ini. Kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai buku panduan ini sangat penting artinya bagi keberhasilan penelitian saya yang berjudul "Pengembangan Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa". Atas kesediaan Bapak/Ibu menilai buku panduan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Petunjuk

Berikut ini tersedia beberapa item pernyataan yang berkaitan dengan keberterimaan Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. Keberterimaan meliputi kegunaan (*utility*), ketepatan (*accuracy*), dan kelayakan (*feasibility*). Tiap pernyataan disertai 3 alternatif jawaban yaitu **R, KR** dan **TR** yang menunjukkan keberterimaan buku panduan ini menurut item bersangkutan. **R** untuk jawaban keberterimaan **Relevan**, **KR** untuk jawaban keberterimaan **Kurang Relevan** dan **TR** untuk jawaban keberterimaan **Tidak Relevan**. Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia sesuai dengan tingkat keberterimaan buku panduan ini menurut pernyataan bersangkutan. Pada bagian akhir di ruang yang tersedia secara khusus, mohon diberikan saran perbaikan, jika sekiranya buku panduan ini Bapak/Ibu nilai memerlukan perbaikan.

No.	Pernyataan	Item Penilaian	Penilaian Kesesuaian			Catatan Masukan Judges
			Relevan	Kurang Relevan	Tidak Relevan	
Kegunaan (<i>Utility</i>)						
1.	Kegunaan buku panduan bagi guru BK dalam menyelenggarakan panduan konseling individu pendekatan kognitif behavioral teknik self management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.	Keseluruhan buku panduan	✓			
2.	Kegunaan buku panduan bagi peserta didik/konseli untuk mengatasi permasalahan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓			


3.	Kebermanfaatan buku panduan konseling individu pendekatan kognitif behaviorial teknik <i>self management</i> untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓			
4.	Kebermanfaatan buku panduan untuk mendorong guru BK dalam melakukan layanan konseling individu untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓			
Ketepatan (<i>Accuracy</i>)						
5.	Ketepatan substansi isi buku panduan dengan dimensi, aspek, dan indicator motivasi belajar siswa	Bab III Petunjuk Khusus	✓			

6.	Kesesuaian materi, metode dan teknik konseling yang digunakan terhadap kurikulum BK di sekolah	Bab II Petunjuk Umum dan Bab III Petunjuk Khusus	✓			
7.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik konseling yang dipilih untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Bab II Petunjuk Umum dan Bab III Petunjuk Khusus	✓			
8.	Ketepatan bahasa yang digunakan dalam panduan dengan karakteristik peserta didik	Keseluruhan buku panduan	✓			
9.	Kejelasan uraian isi dan substansi buku panduan	Keseluruhan buku panduan	✓			
10.	Ketepatan pemilihan media/alat bantu	Lampiran	✓			

11.	Ketepatan Teknik <i>self management</i> yang digunakan terhadap karakteristik peserta didik SMP kelas VII	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
12.	Ketepatan Teknik dan prosedur evaluasi terhadap keberhasilan konseling	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
13.	Kesesuaian alokasi waktu tiap sesi konseling	Bab III Petunjuk Umum	✓			
14.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan konseling	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
Kelayakan (<i>fasibility</i>)						
15.	Kepraktisan buku panduan	Keseluruhan buku panduan	✓			
16.	Keefektifan penggunaan bahasa dan tata tulis	Keseluruhan buku panduan	✓			

17.	Keefektifan uraian materi dalam mencapai tujuan meningkatkan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓			
18.	Kepraktisan prosedur atau langkah-langkah konseling yang digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
19.	kelayakan dukungan landasan teori terkait motivasi belajar siswa dengan media/alat bantu yang digunakan	Bab I Teori Terkait dan Lampiran	✓			
20.	Kelayakan tampilan buku panduan secara keseluruhan	Keseluruhan buku panduan	✓			

Identitas Pakar

Nama Lengkap Dengan Gelar : Dra Ni Nyoman Suati
Bidang Keahlian : PK
Instansi Tempat Bertugas : SMPN 3 Semarang
Tanda Tangan : 

Lampiran 6. Uji Judges Guru BK 2

INSTRUMEN VALIDITAS PAKAR BUKU PANDUAN KONSELING KOGNITIF BEHAVIORAL TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA

Pengantar

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya meminta waktu Bapak/Ibu beberapa saat untuk menilai keberterimaan Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa sebagaimana saya sertakan dalam lampiran instrumen ini. Kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai buku panduan ini sangat penting artinya bagi keberhasilan penelitian saya yang berjudul "Pengembangan Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa". Atas kesediaan Bapak/Ibu menilai buku panduan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Petunjuk

Berikut ini tersedia beberapa item pernyataan yang berkaitan dengan keberterimaan Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. Keberterimaan meliputi kegunaan (*utility*), ketepatan (*accuracy*), dan kelayakan (*feasibility*). Tiap pernyataan disertai 3 alternatif jawaban yaitu **R**, **KR** dan **TR** yang menunjukkan keberterimaan buku panduan ini menurut item bersangkutan. **R** untuk jawaban keberterimaan **Relevan**, **KR** untuk jawaban keberterimaan **Kurang Relevan** dan **TR** untuk jawaban keberterimaan **Tidak Relevan**. Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang tersedia sesuai dengan tingkat keberterimaan buku panduan ini menurut pernyataan bersangkutan. Pada bagian akhir di ruang yang tersedia secara khusus, mohon diberikan saran perbaikan, jika sekiranya buku panduan ini Bapak/Ibu nilai memerlukan perbaikan.

No.	Pernyataan	Item Penilaian	Penilaian Kesesuaian			Catatan Masukan Judges
			Relevan	Kurang Relevan	Tidak Relevan	
Kegunaan (<i>Utility</i>)						
1.	Kegunaan buku panduan bagi guru BK dalam menyelenggarakan panduan konseling individu pendekatan kognitif behavioral teknik self management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.	Keseluruhan buku panduan	✓			
2.	Kegunaan buku panduan bagi peserta didik/konseli untuk mengatasi permasalahan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓			

3.	Kebermanfaatan buku panduan konseling individu pendekatan kognitif behavioral teknik <i>self management</i> untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓				
4.	Kebermanfaatan buku panduan untuk mendorong guru BK dalam melakukan layanan konseling individu untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓				
Ketepatan (<i>Accuracy</i>)							
5.	Ketepatan substansi isi buku panduan dengan dimensi, aspek, dan indicator motivasi belajar siswa	Bab III Petunjuk Khusus	✓				

6.	Kesesuaian materi, metode dan teknik konseling yang digunakan terhadap kurikulum BK di sekolah	Bab II Petunjuk Umum dan Bab III Petunjuk Khusus	✓			
7.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik konseling yang dipilih untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Bab II Petunjuk Umum dan Bab III Petunjuk Khusus	✓			
8.	Ketepatan bahasa yang digunakan dalam panduan dengan karakteristik peserta didik	Keseluruhan buku panduan	✓			
9.	Kejelasan uraian isi dan substansi buku panduan	Keseluruhan buku panduan	✓			
10.	Ketepatan pemilihan media/alat bantu	Lampiran	✓			

11.	Ketepatan Teknik <i>self management</i> yang digunakan terhadap karakteristik peserta didik SMP kelas VII	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
12.	Ketepatan Teknik dan prosedur evaluasi terhadap keberhasilan konseling	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
13.	Kesesuaian alokasi waktu tiap sesi konseling	Bab III Petunjuk Umum	✓			
14.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan konseling	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
Kelayakan (<i>fasibility</i>)						
15.	Kepraktisan buku panduan	Keseluruhan buku panduan	✓			
16.	Keefektifan penggunaan bahasa dan tata tulis	Keseluruhan buku panduan	✓			

17.	Keefektifan uraian materi dalam mencapai tujuan meningkatkan motivasi belajar siswa	Keseluruhan buku panduan	✓			
18.	Kepraktisan prosedur atau langkah-langkah konseling yang digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Bab III Petunjuk Khusus	✓			
19.	kelayakan dukungan landasan teori terkait motivasi belajar siswa dengan media/alat bantu yang digunakan	Bab I Teori Terkait dan Lampiran	✓			
20.	Kelayakan tampilan buku panduan secara keseluruhan	Keseluruhan buku panduan	✓			

Identitas Pakar

Nama Lengkap Dengan Gelar : I Komang Mertayasa, S.Pd

Bidang Keahlian : Guru BK

Instansi Tempat Bertugas : SMP Negeri 3 Semarang Purw

Tanda Tangan : 

Lampiran 7. Kuesioner Motivasi Belajar

KUESIONER MOTIVASI BELAJAR

A. Pengantar

Pernyataan di dalam kuesioner motivasi belajar ini di susun untuk mengetahui gambaran motivasi yang terdapat dalam diri anda saat ini. Jawaban anda tidak menuntut jawaban yang benar atau salah dan tidak berhubungan dengan penentuan kelulusan atau hal lain yang akan merugikan anda di sekolah ini. Kesungguhan dan kejujuran anda dalam menjawab merupakan bantuan yang amat berguna. Karena itu diharapkan anda menjawab semua soal yang tersedia. Hasil jawaban anda akan sangat membantu keberhasilan penelitian ini. Atas perhatian dan Kerjasama yang telah anda berikan kami ucapkan terimakasih.

B. Identitas Siswa

Nama :

Kelas :

Sekolah :

Hari, Tanggal:

C. Petunjuk

Kuesioner ini berisi 30 item pernyataan tentang motivasi belajar. Bacalah dengan cermat setiap pernyataan tersebut. Kemudian, berikanlah jawaban dengan cara memberi tanda cek (√) pada salah satu pilihan jawaban yang paling benar sesuai dengan tingkat persetujuan anda, dengan pilihan jawaban sebagai berikut :

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

BACALAH DENGAN CERMAT !

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu dan yakin menghadapi segala tantangan dalam menghadapi kehidupan.				
2.	Saya berusaha mengembangkan bakat saya.				
3.	Saya dapat bertanggung jawab atas perbuatan yang saya lakukan.				
4.	Saya bersyukur atas kelebihan yang ada dalam diri saya.				
5.	Saya merasa malu akan segala kekurangan yang ada pada diri saya.				
6.	Kekurangan dalam diri saya menjadi penghambat untuk saya maju.				
7.	Saya tidak yakin pada kemampuan saya sendiri, sehingga saya harus bergantung kepada orang lain.				
8.	Saya lari/ menghindar dari tanggung jawab jika saya merasa bosan saat belajar				
9.	Saya mengerjakan tugas dengan bersungguh-sungguh.				
10.	Saya menyelesaikan tugas dengan tepat waktu.				
11.	Setiap ada tugas saya selalu mengerjakannya.				
12.	Bagi saya yang terpenting adalah mengerjakan soal atau tugas tepat waktu tanpa peduli dengan hasil yang akan saya peroleh.				
13.	Saya tidak serius dalam mengerjakan soal maupun tugas yang diberikan oleh guru.				
14.	Jika guru lebih dulu berada di kelas, maka saya cenderung memilih tidak masuk.				
15.	Saya tidak mengikuti pelajaran jika pelajaran itu tidak saya sukai.				

16.	Jika nilai saya jelek, meningkatkan belajar adalah cara terbaik untuk menaikkan nilai.				
17.	Saya selalu mencoba berulang kali dalam mengerjakan soal yang sulit.				
18.	Saya tidak mudah putus asa saat mengalami kesulitan belajar.				
19.	Saya akan mempertahankan dan belajar lebih giat saat mendapat nilai yang memuaskan.				
20.	Ketika mendapat nilai yang jelek saya mudah menyerah dan malas belajar lebih giat lagi.				
21.	Saya tidak bisa belajar dengan baik meskipun dalam suasana tenang dan nyaman.				
22.	Saya malas belajar meskipun orangtua memberi hukuman jika mendapat nilai jelek.				
23.	Saya menyontek tugas teman karna saya malas berpikir dalam menyelesaikan tugas tersebut.				
24.	Apabila menemui soal yang sulit maka saya akan berusaha untuk mengerjakan sampai menemukan jawabannya.				
25.	Saya selalu bertanya kepada guru mengenai materi yang belum paham.				
26.	Saya selalu mengerjakan sendiri tugas yang diberikan guru.				
27.	Saya akan memplajari berulang kali jika belum paham saat di jelaskan.				
28.	Saya malas mencoba memahami materi yang saya anggap sulit.				
29.	Saya jarang membaca materi yang akan diajarkan sebelum pembelajaran berlangsung				
30.	Saya malu bertanya kepada guru saat mengalami kesulitan untuk memahami materi yang diajarkan.				

Lampiran 8. Rencana Pelaksanaan Layanan

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
KONSELING INDIVIDU
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN
2022/2023
SMP NEGERI 3 SEMARAPURA**

1. Nama Konseli :
2. Hari, tanggal :
3. Pertemuan :
4. Waktu :
5. Tempat :
6. Topik Permasalahan :
7. Tujuan :
8. Media yang diperlukan :

Mengetahui
2023

Guru BK



I Komang Mertayasa, S.Pd

Semarang, ...,

Mahasiswa Praktik



Cokorda Oka Wibhawa Putra

Lampiran 9. Buku Panduan

BUKU PANDUAN

*Konseling kognitif behavioral
teknik self managrment*

Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa
SMP Kelas VII

Cokorda Oka Wibhawa Putra

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena berkat kehendak-Nya penulis dapat menyelesaikan buku panduan yang berjudul “**Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VII di SMP Negeri 3 Semarang**” dapat diselesaikan dengan baik.

Buku panduan ini membahas tentang kajian teori konseling kognitif behavioral, teknik *Self Management* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Penyusun berharap melalui buku panduan ini dapat membantu guru BK di sekolah dalam mengatasi permasalahan peserta didik dalam bidang meningkatkan motivasi belajar siswa.

Penulis ingin berterimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan buku panduan ini. Penyusun menyadari bahwa buku ini masih jauh dari kesempurnaan dan masih ada kekurangan. Oleh karena itu penulis menerima saran, kritik dan masukan yang membangun guna perbaikan buku panduan ini. Selamat membaca dan semoga bermanfaat.

Semarang, 1 Februari 2023

Penyusun

DAFTAR ISI

Cover.....	106
KATA PENGANTAR	107
DAFTAR ISI	108
BAB I.....	109
PENDAHULUAN	109
BAB I TEORI TERKAIT.....	111
A. DESKRIPSI MOTIVASI BELAJAR	111
B. DESKRIPSI KONSELING KOGNITIF BEHAVIORAL.....	111
C. DESKRIPSI TEKNIK <i>SELF MANAGEMENT</i>	112
BAB III PETUNJUK PELAKSANAAN	113
A. PETUNJUK UMUM.....	113
B. PETUNJUK KHUSUS	114
DAFTAR PUSTAKA	117
LAMPIRAN	118

BAB I

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, banyaknya perubahan yang terjadi di dunia, baik secara positif begitu pula sebaliknya. Perubahan tersebut juga berdampak pada bidang pendidikan dimana seiring berjalannya waktu dengan teknologi yang semakin canggih terdapat inovasi-inovasi baru seperti halnya tidak harus melakukan proses belajar mengajar secara tatap muka di kelas. Karena hal tersebut tenaga pendidik atau guru dituntut pula untuk mengembangkan diri dalam melaksanakan pembelajaran dan layanan yang akan diberikan kepada peserta didik atau siswa di kelas maupun di luar kelas. Hal ini berlaku pula kepada layanan Bimbingan Konseling di mana dilakukan oleh seorang yang mahir dalam bidangnya (guru BK, konselor) ketika memberikan layanan kepada peserta didik dituntut pula untuk memberikan inovasi-inovasi terbaru sehingga dapat membantu siswa untuk mengatasi permasalahan yang dihadapinya.

Makadari itu Prestasi belajar dapat dijadikan sebagai salah satu ukuran keberhasilan dan kemajuan belajar siswa. Prestasi belajar yang dicapai oleh siswa tidak lepas dari berbagai faktor, baik dari dalam diri siswa maupun dari luar diri siswa. Setiap individu memiliki kondisi internal, dimana kondisi internal tersebut turut berperan dalam aktifitas dirinya sehari-hari salah satu dari kondisi internal tersebut adalah motivasi. Motivasi merupakan suatu kekuatan yang dapat mendorong seseorang untuk melakukan suatu perbuatan, termasuk belajar. Motivasi sangat penting dalam melakukan kegiatan belajar dikarenakan motivasi merupakan pendorong yang dapat melahirkan kegiatan seseorang. Seseorang cenderung akan bersemangat untuk menyelesaikan suatu kegiatan karena ada motivasi yang kuat dalam dirinya. Fenomena yang banyak terjadi sekarang, banyak siswa yang mengalami penurunan semangat belajar meninggalkan jam pelajaran tertentu bahkan tidak masuk sekolah dengan berbagai alasan. Belajar bukan lagi menjadi kebutuhan bagi siswa malainkan sebuah rutinitas dimana setiap pagi siswa datang ke sekolah tanpa suatu tujuan yang pasti mengenai apa yang ia peroleh dari kegiatan belajar di sekolah.

Siswa yang kurang memiliki motivasi belajar, akan merasa belajar adalah sesuatu hal yang berat, tidak lagi menjadikan belajar sebagai kebutuhan sehingga menyebabkan kegagalan dari tujuan belajar itu sendiri. Hal ini sangat penting untuk perubahan perilaku belajar siswa daripada memaksa siswa untuk menghargai pembelajaran itu. Salah satu cara untuk dapat menanamkan motivasi belajar dalam proses pembelajaran dan pendidikan bagi siswa, terutama yang berada dalam awal usia pubertas seperti siswa/i SMP Kelas VII adalah dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling dimana salah satunya dengan menggunakan teknik *self management*.

Self management atau dalam bahasa Indonesia dapat diterjemahkan menjadi manajemen diri, juga dikenal sebagai "pengendalian diri" atau "pengaturan diri", mengacu pada kapasitas untuk secara efektif mengendalikan emosi, pikiran, dan perilaku seseorang dalam berbagai pengaturan. Ini mencakup manajemen stres, kesenangan yang ditanggihkan, motivasi diri, dan mendefinisikan dan mencapai tujuan pribadi dan akademik. Siswa yang memiliki kemampuan manajemen diri yang hebat datang ke kelas dengan persiapan, memperhatikan, mengikuti arahan, mendengarkan orang lain tanpa mengganggu mereka, dan bekerja secara mandiri dan dengan fokus. Selain itu, *self management* merupakan salah satu teknik dalam konseling kognitif behaviora, yang mempelajari pola pikir dan tingkah laku (individu manusia). Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengubah perilaku negatif menjadi perilaku yang lebih positif dan sekaligus mengubah pola fikir siswa terhadap perilaku yaitu dengan Teori Konseling Kognitif Behavioral (CBT) menggunakan teknik *Self-Management*.

Dengan hal itu, maka buku panduan ini akan menjabarkan secara spesifik tentang cara meningkatkan motivasi belajar siswa melalui konseling kognitif behaviora menggunakan teknik *Self management*. Hal ini digunakan karena dianggap efektif untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan motivasi belajar siswa dan juga agar guru BK memiliki panduan yang baik dan terstruktur.

BAB II

TEORI TERKAIT

DESKRIPSI MOTIVASI BELAJAR

Definisi Motivasi Belajar

Iskandar (2012:181) menyatakan bahwa “Motivasi belajar adalah daya penggerak dari dalam diri individu untuk melakukan kegiatan belajar untuk menambah pengetahuan dan keterampilan serta pengalaman”. Winkels (Iskandar 2012:180) menyatakan bahwa “Motivasi belajar merupakan motivasi yang diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar dengan keseluruhan penggerak psikis dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan belajar dalam mencapai satu tujuan”. Sardiman (2011:74) “Motivasi belajar diartikan sebagai serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi dalam belajar, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan kegiatan belajar dan bila ia tidak suka maka ia akan berusaha menghilangkan perasaan tidak suka tersebut”. Dari pengertian motivasi belajar di atas menurut para ahli dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar adalah usaha sadar dari setiap individu untuk menimbulkan niat kegiatan belajar untuk mencapai suatu tujuan.

DESKRIPSI KONSELING KOGNITIF BEHAVIORAL

Definisi Konseling

Dari beberapa definisi ahli mengenai pengertian konseling, dapat disimpulkan bahwa konseling adalah suatu proses pemberian layanan dari seorang yang ahli dalam bidangnya (Guru BK, Konselor) kepada konseli sehingga konseli dapat mengentaskan permasalahan yang dihadapi.

Definisi Kognitif Behavioral

Kognitif Behavioral adalah salah satu Teknik modifikasi perilaku yang dihubungkan dengan pikiran. Tujuan dari *Cognitive Behavioral Therapy* yaitu mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat

keputusan yang tepat. Dengan *Cognitive Behavioral Therapy* diharapkan dapat membantu konseli dalam menelaraskan berpikir, merasa dan bertindak

DESKRIPSI TEKNIK *SELF MANAGEMENT*

Definisi Teknik *Self Management*

Self management atau dalam bahasa Indonesia dapat diterjemahkan menjadi manajemen diri, juga dikenal sebagai "pengendalian diri" atau "pengaturan diri", mengacu pada kapasitas untuk secara efektif mengendalikan emosi, pikiran, dan perilaku seseorang dalam berbagai pengaturan. Konseling dengan teknik *self-management* adalah layanan bimbingan konseling yang memfasilitasi klien untuk mendapatkan bantuan secara langsung melalui tatap muka dengan konselor dalam niatan untuk menyelesaikan masalah psikologis yang dihadapi oleh klien itu sendiri.

1. Tahapan Teknik *Self Management*

Self-management menurut Gunarso dalam (Putrawijaya A., 2019) merupakan salah satu model dalam menjalankan (CBT) *cognitive-behavior therapy*. *Self-management* meliputi *monitoring*, *reward*, *contarcting* dan *control*. Megantari dkk (2014) menyatakan dalam melaksanakan strategi ini dibutuhkan pengaturan lingkungan yang terkontrol agar individu dapat mengurangi perilaku negatif dan menghilangkan faktor penyebab permasalahan. Yates dalam (Kurniawan N, 2008) mengemukakan beberapa Aspek – aspek yang dapat dikelompokkan ke dalam prosedur *self-management* meliputi ; 1. *Management by antecedent* (pengolahan pikiran dan reaksi) 2. *Management by consequence* (kontrol terhadap reaksi yang ingin dicapai) 3. *Cognitive techniques* (teknik perubahan perilaku dan pipikiran) 4. *Affective techniques* (perubahan emosi)

BAB III

PETUNJUK PELAKSANAAN

PETUNJUK UMUM

Penggunaan Buku Panduan

Dalam penggunaan buku panduan konseling kognitif behavioral teknik *Self Management* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa SMP ditujukan untuk membantu guru bimbingan konseling disekolah sebagai upaya untuk membantu peserta didik dalam peningkatan motivasi belajar siswa.

Sebelum pelaksanaan kegiatan berlangsung, peserta didik akan diberikan kuesioner pernyataan (*Pre-Test*) yang harus di isi, lalu ketika pelaksanaan kegiatan sudah dilaksanakan, peserta akan diberikan kuesioner pernyataan kembali (*Post-Test*). Di akhir kegiatan Guru BK atau konselor akan mengadakan tindak lanjut dan evaluasi selama pelaksanaan layanan.

Tujuan Pelaksanaan Layanan

Tujuan dari pelaksanaan layanan konseling ini adalah sebagai berikut :

- a. Membantu Guru BK dalam meningkatkan motivasi belajar siswa dengan menggunakan konseling kognitif behavioral teknik *Self management*.
- b. Membantu peserta didik dalam meningkatkan motivasi belajar yang rendah dalam diri siswa.

1. Penggunaan dan Fasilitator

Buku panduan konseling ini dibuat untuk guru BK disekolah sebagai pedoman konseling untuk meningkatkan motivasi belajar siswa

Fasilitator dalam kegiatan layanan konseling untuk meningkatkan motivasi diri siswa atau konseli yaitu konselor atau guru BK

2. Metode Kegiatan

Kegiatan pelaksanaan konseling dilaksanakan dengan menggunakan teknik *monitoring* dengan metode ini, guru BK atau konselor dapat membantu konseli dalam meningkatkan motivasi belajar dirinya. Teknik ini dipilih karena dengan melihat model yang akan ditiru atau dijadikan contoh oleh peserta didik yang memiliki tingkat motivasi belajar yang rendah agar dapat menjadi lebih meningkat.

3. Waktu Pelaksanaan Layanan

a. Tempat

Karena pelaksanaan layanan konseling dapat dilaksanakan secara tatap muka dan daring maka kegiatan dilaksanakan di ruang kelas atau menggunakan media Zoom Meeting/Google Meet.

b. Waktu

Kegiatan pelaksanaan konseling ini dilaksanakan 3 kali pertemuan dengan pertemuan 1 kali dalam seminggu. Kegiatan ini juga dilaksanakan di luar jam pelajaran dengan alokasi waktu setiap sesi adalah 45 menit.

PETUNJUK KHUSUS

Prosedur Pra Konseling

Adapun prosedur yang dilaksanakan dalam pra konseling yaitu sebagai berikut :

Pre-test

Pre-test dilaksanakan agar Guru BK mengetahui tingkat motivasi yang dimiliki peserta didik. Pre-test dilakukan dengan menyebarkan kuesioner motivasi belajar siswa kepada peserta didik, yang selanjutnya hasil dari kuesioner tersebut dianalisis sehingga Guru BK mengetahui tingkat motivasi belajar peserta didik dan dapat menentukan subjek layanan. Adapun kuesioner motivasi belajar siswa.

Terlampir

Menyusun RPL

RPL merupakan singkatan dari Rencana Pelaksanaan Layanan. RPL yang digunakan adalah RPL konseling individu.

Prosedur Pelaksanaan Konseling

Berikut ini merupakan prosedur atau Langkah-langkah dalam melakukan konseling kognitif behavioral teknik *Self Management* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, yaitu ada beberapa tahap sebagai berikut :

a. Tahap Awal

Tahap pertama yaitu tahap awal, Tahap ini mencakup perkenalan dan membangun hubungan baik antara Guru BK (Konselor) dan peserta didik (Konseli). Adapun yang dapat dilakukan oleh konselor yaitu :

- 1) Guru BK mengucapkan salam dan mengucapkan trimakasi atas kehadirannya serta memperkenalkan diri.
- 2) Berdoa.
- 3) Konselor menjelaskan maksud, tujuan, cara pelaksanaan dan asas konseling.

b. Tahap Peralihan

Tahap kedua yaitu tahap peralihan, tahap ini Guru BK bertanya kepada peserta didik untuk kesiapan melanjutkan proses konseling dan melanjutkan ke tahapan kegiatan.

c. Tahap Kegiatan

- 1) Mengeksplorasi permasalahan yang dialami oleh peserta didik terkait motivasi belajar siswa yang rendah.
- 2) Kemudian melakukan *Treatment* dengan pendekatan kognitif behavioral teknik *Self Management* sebagai berikut :
 - a) *Management by antecedent* (pengolahan pikiran dan reaksi)
 - b) *Management by consequence* (kontrol terhadap reaksi yang ingin dicapai)

- c) *Cognitive techniques* (teknik perubahan perilaku dan pipikiran)
- d) *Affective techniques* (perubahan emosi)

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap keempat yaitu pengakhiran di tahap ini Guru BK dapat melakukan terminasi terkait kegiatan konseling individu yang telah dilaksanakan, meliputi :

- 1) Melakukan diskusi capaian perilaku,
- 2) Memberi penguatan pada peserta didik untuk tetap mempertahankan tingkat kemampuan barunya, dan
- 3) Mengakhiri sesi konseling.

1. Tahap Pasca Konseling

Berikut ini merupakan prosedur pasca konseling yang dilakukan:

a. Post-test

Tahap ini yaitu dengan memberikan Post-test kepada peserta didik dengan tujuan agar dapat mengetahui apakah konseling yang telah dilaksanakan berhasil atau tidak.

b. Follow Up

Tahap terakhir yaitu follow up atau menindak lanjuti terhadap hasil dari kegiatan konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Iskandar. 2012. *Psikologi Pendidikan; Sebuah Orientasi Baru*. Referensi: Jakarta
- Kurniawan N. (2008). *Efektivitas Pelatihan Manajemen Diri untuk Meningkatkan Prestasi Akademik Mahasiswa Baru*.
- Megantari, N. P., Antari, N. N. M., & Dantes, N. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas X Mia-4 Sma Negeri 3 Singaraja. *E-Journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konselng*, 2(1), 1.
- Putrawijaya A. (2019). Efektivitas Layanan Konseling Behaviorak Dengan Teknik SelfManagement Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas X MAN 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 4(3), 1–21.





LAMPIRAN

KUESIONER MOTIVASI BELAJAR

Pengantar

Pernyataan di dalam kuesioner motivasi belajar ini di susun untuk mengetahui gambaran motivasi yang terdapat dalam diri anda saat ini. Jawaban anda tidak menuntut jawaban yang benar atau salah dan tidak berhubungan dengan penentuan kelulusan atau hal lain yang akan merugikan anda di sekolah ini. Kesungguhan dan kejujuran anda dalam menjawab merupakan bantuan yang amat berguna. Karena itu diharapkan anda menjawab semua soal yang tersedia. Hasil jawaban anda akan sangat membantu keberhasilan penelitian ini. Atas perhatian dan Kerjasama yang telah anda berikan kami ucapkan terimakasih.

Identitas Siswa

Nama :

Kelas :

Sekolah :

Hari, Tanggal :

D. Petunjuk

Kuesioner ini berisi 30 item pernyataan tentang motivasi belajar. Bacalah dengan cermat setiap pernyataan tersebut. Kemudian, berikanlah jawaban dengan cara memberi tanda cek (√) pada salah satu pilihan jawaban yang paling benar sesuai dengan tingkat persetujuan anda, dengan pilihan jawaban sebagai berikut :

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

BACALAH DENGAN CERMAT !

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu dan yakin menghadapi segala tantangan dalam menghadapi kehidupan.				
2.	Saya berusaha mengembangkan bakat saya.				
3.	Saya dapat bertanggung jawab atas perbuatan yang saya lakukan.				
4.	Saya bersyukur atas kelebihan yang ada dalam diri saya.				
5.	Saya merasa malu akan segala kekurangan yang ada pada diri saya.				
6.	Kekurangan dalam diri saya menjadi penghambat untuk saya maju.				
7.	Saya tidak yakin pada kemampuan saya sendiri, sehingga saya harus bergantung kepada orang lain.				
8.	Saya lari/ menghindari dari tanggung jawab jika saya merasa bosan saat belajar				
9.	Saya mengerjakan tugas dengan bersungguh-sungguh.				
10.	Saya menyelesaikan tugas dengan tepat waktu.				
11.	Setiap ada tugas saya selalu mengerjakannya.				
12.	Bagi saya yang terpenting adalah mengerjakan soal atau tugas tepat waktu tanpa peduli dengan hasil yang akan saya peroleh.				
13.	Saya tidak serius dalam mengerjakan soal maupun tugas yang diberikan oleh guru.				
14.	Jika guru lebih dulu berada di kelas, maka saya cenderung memilih tidak masuk.				
15.	Saya tidak mengikuti pelajaran jika pelajaran itu tidak saya sukai.				
16.	Jika nilai saya jelek, meningkatkan belajar adalah cara terbaik untuk menaikkan nilai.				

17.	Saya selalu mencoba berulang kali dalam mengerjakan soal yang sulit.				
18.	Saya tidak mudah putus asa saat mengalami kesulitan belajar.				
19.	Saya akan mempertahankan dan belajar lebih giat saat mendapat nilai yang memuaskan.				
20.	Ketika mendapat nilai yang jelek saya mudah menyerah dan malas belajar lebih giat lagi.				
21.	Saya tidak bisa belajar dengan baik meskipun dalam suasana tenang dan nyaman.				
22.	Saya malas belajar meskipun orangtua memberi hukuman jika mendapat nilai jelek.				
23.	Saya menyontek tugas teman karna saya malas berpikir dalam menyelesaikan tugas tersebut.				
24.	Apabila menemui soal yang sulit maka saya akan berusaha untuk mengerjakan sampai menemukan jawabannya.				
25.	Saya selalu bertanya kepada guru mengenai materi yang belum paham.				
26.	Saya selalu mengerjakan sendiri tugas yang diberikan guru.				
27.	Saya akan memplajari berlulang kali jika belum paham saat di jelaskan.				
28.	Saya malas mencoba memahami materi yang saya anggap sulit.				
29.	Saya jarang membaca materi yang akan diajarkan sebelum pembelajaran berlangsung				
30.	Saya malu bertanya kepada guru saat mengalami kesulitan untuk memahami materi yang diajarkan.				

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
KONSELING INDIVIDU
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN
2022/2023
SMP NEGERI 3 SEMARAPURA**

9. Nama Konseli :
10. Hari, tanggal :
11. Pertemuan :
12. Waktu :
13. Tempat :
14. Topik Permasalahan :
15. Tujuan :
16. Media yang diperlukan :

Mengetahui

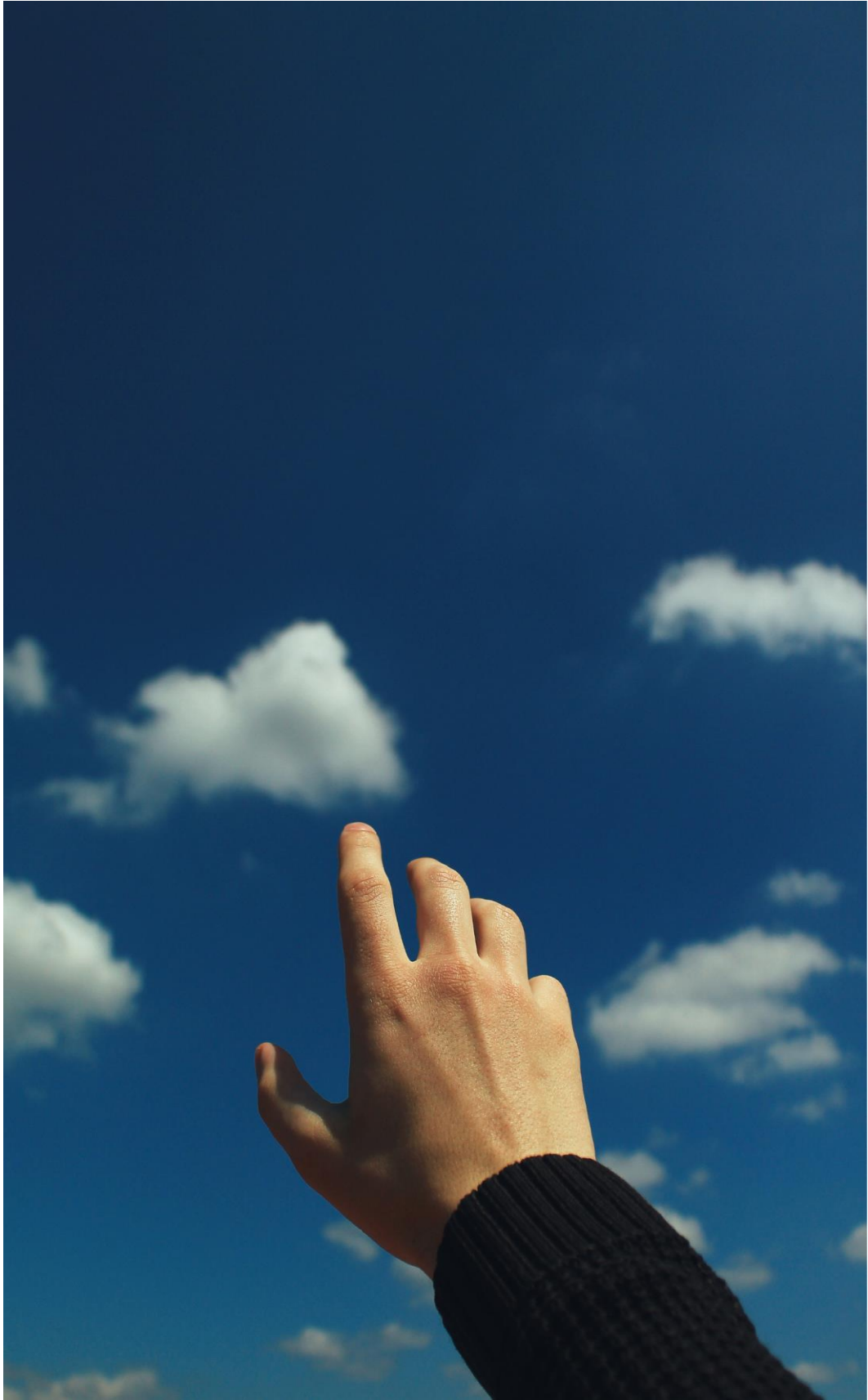
Guru BK

Semarang,2023

Mahasiswa Praktik



.....



Lampiran 10. Data Hasil Pre-test dan Post-test Tes Sampel

		Pre Test																														
No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Juml
1	I Gede Mahendera Pradana	2	2	3	2	2	3	4	4	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	57
2	I Kadek Ariyoga	4	4	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	52
3	I Komang Arya Wedacandra	4	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	4	2	1	2	1	1	55
4	I Putu Deva Ardhitya	2	2	2	1	2	2	3	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	49
5	I Putu Didik Suputra	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	4	2	1	2	1	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	4	1	1	1	57
6	I Kadek Sukadana	2	4	2	3	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	50
7	I Kadek Risky Aditya	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	44
8	Putu Sumertyasa	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	1	4	2	3	1	2	1	2	3	1	2	2	1	1	2	2	1	1	60
9	Gede Satiya Lesmana	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	1	2	1	2	49
10	Gede Wahyu Arimbawa	3	3	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	49

No	Nama	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Jumlah	
1		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90	
2		4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	106	
3		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	92	
4		3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97	
5		4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	117
6		3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97	
7		3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	101	
8		4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	106	
9		3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	83	
10		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90	
		0.81																
		703	0.79	0.67	0.67	0.79	0.81	0.81	0.6045	0.6752	0.8170	0.81	0.67	0.67	0.6045	0.63		
		1	2408	5283	5283	2408	7031	7031	73	83	31	7031	5283	5283	73	6525		
		0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57				0.57	0.57	0.57		0.57		
		6	6	6	6	6	6	6	0.576	0.576	0.576	6	6	6	0.576	6		
		V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V		

21.312 t hitung

0.576 r tabel

Lampiran 12. Dokumentasi







UNDIKSHA



Riwayat Hidup



Cokorda Oka Wibhawa Putra lahir di Klungkung pada 12 September 2000. Penulis lahir dari pasangan Tjokorda Gde Agung Putra dan Ni Komang Mudanti. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Hindu.

Adapun riwayat pendidikan penulis yaitu menyelesaikan Pendidikan Sekolah Dasar di SDN 1 Semarapura Tengah lulus pada tahun 2013. Kemudian melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 1 Semarapura, lulus pada tahun 2016. Penulis melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 1 Semarapura dan lulus pada tahun 2019. Penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi di Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan Program Studi Bimbingan Konseling. Pada Semester 8 di tahun 2023 penulis telah menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Semarapura”.

