



**LAMPIRAN**

## Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian



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](http://www.fip.undiksha.ac.id)

---

Nomor : 627/UN48.10.1/LT/2023 Singaraja, 16 Maret 2023  
Hal : Ijin Penelitian

Yth. Kepala SMP Negeri 6 Singaraja  
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 : Yogi Martogi Siboro  
NIM : 1911011002  
Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan  
Program Studi : Bimbingan Konseling

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

An. Dekan  
Wakil Dekan I,

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

Arsip.

1. Akademik FIP
2. Arsip

## Lampiran 2. Surat Akhir Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN BULELENG  
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA  
SMP NEGERI 6 SINGARAJA**

Jln. Bisma No.3 Kelurahan Banjar Tegal Telp/Fax.(0362)22847 Kode Pos 81117 SINGARAJA - BALI  
FB: SMP NEGERI 6 SINGARAJA Email : [smpn6singaraja@gmail.com](mailto:smpn6singaraja@gmail.com) Blog : [www.smpn6singaraja.blogspot.com](http://www.smpn6singaraja.blogspot.com)



### SURAT KETERANGAN

NOMOR : 05/90/SMPN.6/IV/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMP Negeri 6 Singaraja menerangkan bahwa :

N a m a : YOGI MARTOGI SIBORO  
NIM : 1911011002  
Program Studi : Bimbingan Konseling  
Institut : UNDIKSHA SINGARAJA  
Tahun Akademik : 2022-2023

Memang benar mahasiswa tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian Lapangan di SMP Negeri 6 Singaraja pada tanggal 30 Maret s/d 4 April 2023 untuk menyusun Tugas Akhir/Skripsi.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

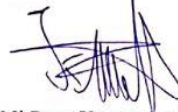
Mengetahui,

Kepala SMP Negeri 6 Singaraja

  
Nyoman Sudiana, S.Pd.,M.Pd  
Pembina Utama Muda  
NIP. 19681123 199202 1 002

Singaraja, 4 Januari 2023

Guru Pembina



Ni Putu Karyaningsih, S.Pd  
NIP. 19860322 202221 2 016

### **Lampiran 3. Lembar Validasi Pakar Buku Panduan**

#### **INSTRUMEN VALIDASI PAKAR**

#### **BUKU PANDUAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK *HOMEROOM* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-CONTROL* SISWA KELAS VII SMP**

#### **PENGANTAR**

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu beberapa saat untuk menilai keterterimaan Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP 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 Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP”. Atas kesediaan Bapak/Ibu menilai panduan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

#### **PETUNJUK**

Berikut ini tersedia beberapa item pernyataan yang berkaitan dengan keterterimaan (acceptability) Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP. Keberterimaan meliputi kegunaan (*utility*), ketepatan (*accuracy*) dan kelayakan (*feasibility*). Tiap pernyataan disertai 3 alternatif skor yaitu 1, 2, dan 3 yang menunjukkan rentang atau tingkat keterterimaan panduan ini menurut item bersangkutan. Skor 1 untuk ukuran keberterimaan tidak relevan, skor 2 untuk ukuran keberterimaan kurang relevan, dan skor 3 untuk ukuran keberterimaan relevan. Berilah tanda silang (√) pada kolom yang tersedia sesuai dengan tingkat keterterimaan panduan ini menurut item 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	Skor		
		1	2	3
Kegunaan ( <i>Utility</i> )				
1.	Kegunaan buku panduan bagi guru BK untuk melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			
2.	Kegunaan buku panduan bagi siswa/konseli untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa serta mengatasi permasalahan yang dialami akibat rendahnya <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			
3.	Kebermanfaatan buku panduan melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> di sekolah untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			
4.	Kebermanfaatan buku panduan dalam mendorong guru BK melakukan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> guna meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			
Ketepatan ( <i>Accurancy</i> )				
5.	Ketepatan substansi isi buku panduan dengan dimensi, aspek dan indikator <i>self-control</i>			
6.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan terhadap kurikulum BK di sekolah			
7.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik			



	<i>homeroom</i> yang dipilih dalam meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			
8.	Ketepatan bahasa yang digunakan dalam panduan dengan karakteristik siswa			
9.	Kejelasan uraian isi dan substansi buku panduan			
10.	Ketepatan substansi materi terhadap pencapaian tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			
11.	Ketepatan teknik bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan terhadap karakteristik siswa kelas VII SMP			
12.	Ketepatan buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK			
13.	Kesesuaian alokasi waktu tiap sesi layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			
14.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			
15.	Ketepatan teknik dan prosedur evaluasi terhadap keberhasilan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			
Kelayakan ( <i>Feasibility</i> )				
16.	Kepraktisan buku panduan			
17.	Keefektifan uraian materi dalam mencapai tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa			
18.	Keefektifan penggunaan bahasa dan tata tulis			
19.	Kepraktisan prosedur atau langkah-langkah layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan untuk			

	meningkatkan <i>self-control</i> siswa			
20.	Keefektifan waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan prosedur dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> dalam buku panduan			
21.	Kelayakan dukungan landasan teori terkait <i>selfcontrol</i> dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			
22.	Kelayakan tampilan buku panduan secara keseluruhan			

**Saran Perbaikan :**

**Identitas Pakar Penilai**

Nama lengkap dan gelar :

Bidang keahlian :

Instansi tempat bertugas :

Tanda tangan :



## Lampiran 4. Hasil Penilaian Buku Panduan

### BUKU PANDUAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK *HOMEROOM* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-CONTROL* SISWA KELAS VII SMP

#### PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu beberapa saat untuk menilai keterterimaan Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP 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 Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP". Atas kesediaan Bapak/Ibu menilai panduan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

#### PETUNJUK

Berikut ini tersedia beberapa item pernyataan yang berkaitan dengan keterterimaan (*acceptability*) Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP. Keberterimaan meliputi kegunaan (*utility*), ketepatan (*accuracy*) dan kelayakan (*feasibility*). Tiap pernyataan disertai 3 alternatif skor yaitu 1, 2, dan 3 yang menunjukkan rentang atau tingkat keterterimaan panduan ini menurut item bersangkutan. Skor 1 untuk ukuran keterterimaan tidak relevan, skor 2 untuk ukuran keterterimaan kurang relevan, dan skor 3 untuk ukuran keterterimaan relevan. Berilah tanda silang (√) pada kolom yang tersedia sesuai dengan tingkat keterterimaan panduan ini menurut item 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	Skor		
		1	2	3
<b>Kegunaan (<i>Utility</i>)</b>				
1.	Kegunaan buku panduan bagi guru BK untuk melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
2.	Kegunaan buku panduan bagi siswa/konseli untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa serta mengatasi permasalahan yang dialami akibat rendahnya <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
3.	Kebermanfaatan buku panduan melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> di sekolah untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
4.	Kebermanfaatan buku panduan dalam mendorong guru BK melakukan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> guna meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
<b>Ketepatan (<i>Accuracy</i>)</b>				
5.	Ketepatan substansi isi buku panduan dengan dimensi, aspek dan indikator <i>self-control</i>			✓
6.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik			✓

	<i>homeroom</i> yang digunakan terhadap kurikulum BK di sekolah			
7.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang dipilih dalam meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
8.	Ketepatan bahasa yang digunakan dalam panduan dengan karakteristik siswa			✓
9.	Kejelasan uraian isi dan substansi buku panduan			✓
10.	Ketepatan substansi materi terhadap pencapaian tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
11.	Ketepatan teknik bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan terhadap karakteristik siswa kelas VII SMP			✓
12.	Ketepatan buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK			✓
13.	Kesesuaian alokasi waktu tiap sesi layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
14.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
15.	Ketepatan teknik dan prosedur evaluasi terhadap keberhasilan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
Kelayakan ( <i>Feasibility</i> )				
16.	Kepraktisan buku panduan			✓

17.	Keefektifan uraian materi dalam mencapai tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa			✓
18.	Keefektifan penggunaan bahasa dan tata tulis			✓
19.	Kepraktisan prosedur atau langkah-langkah layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa			✓
20.	Keefektifan waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan prosedur dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> dalam buku panduan			✓
21.	Kelayakan dukungan landasan teori terkait <i>selfcontrol</i> dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
22.	Kelayakan tampilan buku panduan secara keseluruhan			✓

Saran Perbaikan :

penataan tempat / posisi Gambar tabel  
 lebih rapih dan menarik.

Identitas Pakar Penilai

Nama lengkap dan gelar : Prof. Dr. Kadek Suranata S.Pd., M.Pd., Kons

Bidang keahlian : Bimbingan Konseling

Instansi tempat bertugas : Universitas Pendidikan Ganesha

Tanda tangan :



**BUKU PANDUAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN  
TEKNIK *HOMEROOM* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-CONTROL* SISWA  
KELAS VII SMP**

**PENGANTAR**

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu beberapa saat untuk menilai keterterimaan Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP 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 Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP”. Atas kesediaan Bapak/Ibu menilai panduan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

**PETUNJUK**

Berikut ini tersedia beberapa item pernyataan yang berkaitan dengan keterterimaan (*acceptability*) Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP. Keberterimaan meliputi kegunaan (*utility*), ketepatan (*accuracy*) dan kelayakan (*feasibility*). Tiap pernyataan disertai 3 alternatif skor yaitu 1, 2, dan 3 yang menunjukkan rentang atau tingkat keterterimaan panduan ini menurut item bersangkutan. Skor 1 untuk ukuran keterterimaan tidak relevan, skor 2 untuk ukuran keterterimaan kurang relevan, dan skor 3 untuk ukuran keterterimaan relevan. Berilah tanda silang (√) pada kolom yang tersedia sesuai dengan tingkat keterterimaan panduan ini menurut item 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	Skor		
		1	2	3
<b>Kegunaan (<i>Utility</i>)</b>				
1.	Kegunaan buku panduan bagi guru BK untuk melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
2.	Kegunaan buku panduan bagi siswa/konseli untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa serta mengatasi permasalahan yang dialami akibat rendahnya <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
3.	Kebermanfaatan buku panduan melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> di sekolah untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
4.	Kebermanfaatan buku panduan dalam mendorong guru BK melakukan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> guna meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
<b>Ketepatan (<i>Accuracy</i>)</b>				
5.	Ketepatan substansi isi buku panduan dengan dimensi, aspek dan indikator <i>self-control</i>			✓
6.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik			✓




	<i>homeroom</i> yang digunakan terhadap kurikulum BK di sekolah			
7.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang dipilih dalam meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
8.	Ketepatan bahasa yang digunakan dalam panduan dengan karakteristik siswa			✓
9.	Kejelasan uraian isi dan substansi buku panduan			✓
10.	Ketepatan substansi materi terhadap pencapaian tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
11.	Ketepatan teknik bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan terhadap karakteristik siswa kelas VII SMP			✓
12.	Ketepatan buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK			✓
13.	Kesesuaian alokasi waktu tiap sesi layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
14.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
15.	Ketepatan teknik dan prosedur evaluasi terhadap keberhasilan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
Kelayakan ( <i>Feasibility</i> )				
16.	Kepraktisan buku panduan			✓

17.	Keefektifan uraian materi dalam mencapai tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa			✓
18.	Keefektifan penggunaan bahasa dan tata tulis			✓
19.	Kepraktisan prosedur atau langkah-langkah layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa			✓
20.	Keefektifan waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan prosedur dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> dalam buku panduan			✓
21.	Kelayakan dukungan landasan teori terkait <i>selfcontrol</i> dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
22.	Kelayakan tampilan buku panduan secara keseluruhan			✓

Saran Perbaikan : Apa lebar uan dari prokuk yg saudara buat ? apakah ada versi online ? seperti link atau bar code yg bisa diakses.

**Identitas Pakar Penilai**

Nama lengkap dan gelar : wayan Eka Paramarta. M.Pd.  
 Bidang keahlian : Bimbingan konseling.  
 Instansi tempat bertugas : Universitas Pendidikan Ganesha.  
 Tanda tangan : 

**BUKU PANDUAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN  
TEKNIK *HOMEROOM* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-CONTROL* SISWA  
KELAS VII SMP**

**PENGANTAR**

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu beberapa saat untuk menilai keterterimaan Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP 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 Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP”. Atas kesediaan Bapak/Ibu menilai panduan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

**PETUNJUK**

Berikut ini tersedia beberapa item pernyataan yang berkaitan dengan keterterimaan (*acceptability*) Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP. Keterterimaan meliputi kegunaan (*utility*), ketepatan (*accuracy*) dan kelayakan (*feasibility*). Tiap pernyataan disertai 3 alternatif skor yaitu 1, 2, dan 3 yang menunjukkan rentang atau tingkat keterterimaan panduan ini menurut item bersangkutan. Skor 1 untuk ukuran keterterimaan tidak relevan, skor 2 untuk ukuran keterterimaan kurang relevan, dan skor 3 untuk ukuran keterterimaan relevan. Berilah tanda silang (√) pada kolom yang tersedia sesuai dengan tingkat keterterimaan panduan ini menurut item 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	Skor		
		1	2	3
<b>Kegunaan (<i>Utility</i>)</b>				
1.	Kegunaan buku panduan bagi guru BK untuk melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
2.	Kegunaan buku panduan bagi siswa/konseli untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa serta mengatasi permasalahan yang dialami akibat rendahnya <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
3.	Kebermanfaatan buku panduan melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> di sekolah untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
4.	Kebermanfaatan buku panduan dalam mendorong guru BK melakukan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> guna meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
<b>Ketepatan (<i>Accuracy</i>)</b>				
5.	Ketepatan substansi isi buku panduan dengan dimensi, aspek dan indikator <i>self-control</i>			✓
6.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik			✓



	<i>homeroom</i> yang digunakan terhadap kurikulum BK di sekolah			
7.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang dipilih dalam meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
8.	Ketepatan bahasa yang digunakan dalam panduan dengan karakteristik siswa			✓
9.	Kejelasan uraian isi dan substansi buku panduan			✓
10.	Ketepatan substansi materi terhadap pencapaian tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
11.	Ketepatan teknik bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan terhadap karakteristik siswa kelas VII SMP			✓
12.	Ketepatan buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK			✓
13.	Kesesuaian alokasi waktu tiap sesi layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
14.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
15.	Ketepatan teknik dan prosedur evaluasi terhadap keberhasilan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
Kelayakan ( <i>Feasibility</i> )				
16.	Kepraktisan buku panduan			✓



17.	Keefektifan uraian materi dalam mencapai tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa			✓
18.	Keefektifan penggunaan bahasa dan tata tulis			✓
19.	Kepraktisan prosedur atau langkah-langkah layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa			✓
20.	Keefektifan waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan prosedur dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> dalam buku panduan			✓
21.	Kelayakan dukungan landasan teori terkait <i>selfcontrol</i> dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
22.	Kelayakan tampilan buku panduan secara keseluruhan			✓

**Saran Perbaikan :**

**Identitas Pakar Penilai**

Nama lengkap dan gelar : Kade Sathya Gita Rismawan, M.Pd.

Bidang keahlian : Bimbingan dan Konseling

Instansi tempat bertugas : Universitas Pendidikan Ganesha

Tanda tangan :



**BUKU PANDUAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN  
TEKNIK *HOMEROOM* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-CONTROL* SISWA  
KELAS VII SMP**

**PENGANTAR**

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu beberapa saat untuk menilai keterterimaan Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP 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 Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP”. Atas kesediaan Bapak/Ibu menilai panduan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

**PETUNJUK**

Berikut ini tersedia beberapa item pernyataan yang berkaitan dengan keterterimaan (acceptability) Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP. Keberterimaan meliputi kegunaan (*utility*), ketepatan (*accuracy*) dan kelayakan (*feasibility*). Tiap pernyataan disertai 3 alternatif skor yaitu 1, 2, dan 3 yang menunjukkan rentang atau tingkat keterterimaan panduan ini menurut item bersangkutan. Skor 1 untuk ukuran keterterimaan tidak relevan, skor 2 untuk ukuran keterterimaan kurang relevan, dan skor 3 untuk ukuran keterterimaan relevan. Berilah tanda silang (√) pada kolom yang tersedia sesuai dengan tingkat keterterimaan panduan ini menurut item 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	Skor		
		1	2	3
<b>Kegunaan (<i>Utility</i>)</b>				
1.	Kegunaan buku panduan bagi guru BK untuk melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
2.	Kegunaan buku panduan bagi siswa/konseli untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa serta mengatasi permasalahan yang dialami akibat rendahnya <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
3.	Kebermanfaatan buku panduan melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> di sekolah untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
4.	Kebermanfaatan buku panduan dalam mendorong guru BK melakukan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> guna meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
<b>Ketepatan (<i>Accurancy</i>)</b>				
5.	Ketepatan substansi isi buku panduan dengan dimensi, aspek dan indikator <i>self-control</i>			✓
6.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik			✓

	<i>homeroom</i> yang digunakan terhadap kurikulum BK di sekolah			
7.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang dipilih dalam meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
8.	Ketepatan bahasa yang digunakan dalam panduan dengan karakteristik siswa			✓
9.	Kejelasan uraian isi dan substansi buku panduan			✓
10.	Ketepatan substansi materi terhadap pencapaian tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
11.	Ketepatan teknik bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan terhadap karakteristik siswa kelas VII SMP			✓
12.	Ketepatan buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK			✓
13.	Kesesuaian alokasi waktu tiap sesi layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
14.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
15.	Ketepatan teknik dan prosedur evaluasi terhadap keberhasilan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
Kelayakan ( <i>Feasibility</i> )				
16.	Kepraktisan buku panduan			✓



17.	Keefektifan uraian materi dalam mencapai tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa			✓
18.	Keefektifan penggunaan bahasa dan tata tulis			✓
19.	Kepraktisan prosedur atau langkah-langkah layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa			✓
20.	Keefektifan waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan prosedur dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> dalam buku panduan			✓
21.	Kelayakan dukungan landasan teori terkait <i>selfcontrol</i> dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
22.	Kelayakan tampilan buku panduan secara keseluruhan			✓


**Saran Perbaikan :**

**Identitas Pakar Penilai**

Nama lengkap dan gelar : *I Made Tastro, S.Pd*

Bidang keahlian : *Guru BK*

Instansi tempat bertugas : *SMP Negeri 6 Singaraja*

Tanda tangan : 



BUKU PANDUAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN  
TEKNIK *HOMEROOM* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-CONTROL* SISWA  
KELAS VII SMP

**PENGANTAR**

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu beberapa saat untuk menilai keterterimaan Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP 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 Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP”. Atas kesediaan Bapak/Ibu menilai panduan ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

**PETUNJUK**

Berikut ini tersedia beberapa item pernyataan yang berkaitan dengan keterterimaan (acceptability) Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP. Keberterimaan meliputi kegunaan (*utility*), ketepatan (*accuracy*) dan kelayakan (*feasibility*). Tiap pernyataan disertai 3 alternatif skor yaitu 1, 2, dan 3 yang menunjukkan rentang atau tingkat keterterimaan panduan ini menurut item bersangkutan. Skor 1 untuk ukuran keterterimaan tidak relevan, skor 2 untuk ukuran keterterimaan kurang relevan, dan skor 3 untuk ukuran keterterimaan relevan. Berilah tanda silang (√) pada kolom yang tersedia sesuai dengan tingkat keterterimaan panduan ini menurut item 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	Skor		
		1	2	3
<b>Kegunaan (<i>Utility</i>)</b>				
1.	Kegunaan buku panduan bagi guru BK untuk melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
2.	Kegunaan buku panduan bagi siswa/konseli untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa serta mengatasi permasalahan yang dialami akibat rendahnya <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
3.	Kebermanfaatan buku panduan melaksanakan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> di sekolah untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
4.	Kebermanfaatan buku panduan dalam mendorong guru BK melakukan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> guna meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
<b>Ketepatan (<i>Accurancy</i>)</b>				
5.	Ketepatan substansi isi buku panduan dengan dimensi, aspek dan indikator <i>self-control</i>			✓
6.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik			✓

	<i>homeroom</i> yang digunakan terhadap kurikulum BK di sekolah			
7.	Kesesuaian tujuan, materi, metode, dan teknik dari bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang dipilih dalam meningkatkan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
8.	Ketepatan bahasa yang digunakan dalam panduan dengan karakteristik siswa			✓
9.	Kejelasan uraian isi dan substansi buku panduan			✓
10.	Ketepatan substansi materi terhadap pencapaian tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa kelas VII SMP			✓
11.	Ketepatan teknik bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan terhadap karakteristik siswa kelas VII SMP			✓
12.	Ketepatan buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK			✓
13.	Kesesuaian alokasi waktu tiap sesi layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
14.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
15.	Ketepatan teknik dan prosedur evaluasi terhadap keberhasilan layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
Kelayakan ( <i>Feasibility</i> )				
16.	Kepraktisan buku panduan			✓

17.	Keefektifan uraian materi dalam mencapai tujuan peningkatan <i>self-control</i> siswa			✓
18.	Keefektifan penggunaan bahasa dan tata tulis			✓
19.	Kepraktisan prosedur atau langkah-langkah layanan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> yang digunakan untuk meningkatkan <i>self-control</i> siswa			✓
20.	Keefektifan waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan prosedur dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i> dalam buku panduan			✓
21.	Kelayakan dukungan landasan teori terkait <i>selfcontrol</i> dan bimbingan kelompok teknik <i>homeroom</i>			✓
22.	Kelayakan tampilan buku panduan secara keseluruhan			✓

Saran Perbaikan :

**Identitas Pakar Penilai**

Nama lengkap dan gelar : Ni Puji Kartaningih, S. Pd.

Bidang keahlian : BK

Instansi tempat bertugas : SMP N 6 Singaraja

Tanda tangan : 



## Lampiran 5. Rekap Hasil Penilaian Pakar

### HASIL PENILAIAN PAKAR

#### Keterterimaan Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP

a. Pakar 1

Nama Pakar : Prof. Dr. Kadek Suranata. S.Pd., M.Pd., Kons.

No Item	Tidak Relevan	Kurang Relevan	Relevan
1.			√
2.			√
3.			√
4.			√
5.			√
6.			√
7.			√
8.			√
9.			√
10.			√
11.			√
12.			√
13.			√
14.			√
15.			√
16.			√
17.			√
18.			√
19.			√
20.			√
21.			√
22.			√

b. Pakar 2

Nama Pakar : Wayan Eka Paramartha. M.Pd.

No Item	Tidak Relevan	Kurang Relevan	Relevan
1.			√
2.			√
3.			√
4.			√
5.			√
6.			√
7.			√
8.			√
9.			√
10.			√
11.			√
12.			√
13.			√
14.			√
15.			√
16.			√
17.			√
18.			√
19.			√
20.			√
21.			√
22.			√

c. Pakar 3

Nama Pakar : Kadek Sathya Gita Rismawan, M.Pd.

No Item	Tidak Relevan	Kurang Relevan	Relevan
1.			√
2.			√
3.			√
4.			√
5.			√
6.			√
7.			√
8.			√
9.			√
10.			√
11.			√
12.			√
13.			√
14.			√
15.			√
16.			√
17.			√
18.			√
19.			√
20.			√
21.			√
22.			√

d. Pakar 4

Nama Pakar : I Made Tastra S.Pd

No Item	Tidak Relevan	Kurang Relevan	Relevan
1.			√
2.			√
3.			√
4.			√
5.			√
6.			√
7.			√
8.			√
9.			√
10.			√
11.			√
12.			√
13.			√
14.			√
15.			√
16.			√
17.			√
18.			√
19.			√
20.			√
21.			√
22.			√



e. Pakar 5

Nama Pakar : Ni Putu Karyaningsih S.Pd

No Item	Tidak Relevan	Kurang Relevan	Relevan
1.			√
2.			√
3.			√
4.			√
5.			√
6.			√
7.			√
8.			√
9.			√
10.			√
11.			√
12.			√
13.			√
14.			√
15.			√
16.			√
17.			√
18.			√
19.			√
20.			√
21.			√
22.			√

## Lampiran 6. Lembar Kuesiober *Self-control*

### Kuesioner *Self-control*

#### 1. Identitas Responden

Nama : .....

Kelas : .....

Sekolah : .....

#### 2. Petunjuk

Dalam instrument ini terdapat sejumlah pernyataan. Bacalah masing masing pernyataan dengan teliti lalu berikanlah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan diri anda masing masing. Alternative jawaban yang ada adalah sebagai berikut :

- **Sangat Sesuai (SS)** : Hal ini **sangat sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari hari.
- **Sesuai (S)** : Hal ini **sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari hari.
- **Kurang Sesuai (KS)** : Hal ini **kurang sesuai** sesuai dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari hari.
- **Sangat Kurang Sesuai (SKS)** : Hal ini **sangat kurang sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari hari.

Instrumen ini tidak memiliki hubungan sama sekali dengan kegiatan akademik Anda, sehingga adapun jawaban yang Anda berikan tidak akan mempengaruhi prestasi belajar Anda. Maka jawablah dengan jujur setiap pernyataan dalam kuisisioner ini.

No.	Pernyataan	Sangat Sesuai (SS)	Sesuai (S)	Kurang Sesuai (KS)	Sangat Kurang Sesuai (SKS)
1.	Saya tidak suka mengeluh dengan tugas tugas sekolah				
2.	Saya bisa mengerjakan tugas tugas sekolah saya dengan baik				
3.	Saya selalu marah saat sedang kacau				
4.	Saya bisa menahan emosi saya ketika sedang marah				
5.	Saya bersikap baik dengan teman saya				
6.	Saya bersikap tidak peduli dengan teman saya				
7.	Saya bersikap baik kepada teman saya yang membicarakan saya				
8.	Saya bersikap tidak baik kepada teman yang membicarakan saya				
9.	Saya bersikap sopan kepada orang yang lebih tua dari saya				
10.	Saya selalu berkata kasar kepada teman saya				

11.	Saya tidak suka jail kepada teman saya				
12.	Saya memikirkan hal hal yang negative ketika saya sedang kacau				
13.	Saya memikirkan hal yang positif ketika saya sedang kacau				
14.	Saya tidak bisa menolak ajakan teman saya hal yang negative				
15.	Saya mampu menolak ajakan teman saya yang negative				
16.	Saya suka dan senang ketika teman saya mengajak bolos				
17.	Saya merasa takut dan menolak ketika teman saya mengajak bolos				
18.	Saya berpacaran yang tidak sehat				
19.	Saya berpacaran yang sehat				
20.	Saya sering minum minuman keras				
21.	Saya tidak suka minum minuman keras				
22.	Saya sudah merokok dan suka merokok				
23.	Saya tidak suka merokok dan menghirup asap rokok saya tidak sanggup				
24.	Saya suka bercerita dengan				



	teman tentang cerita dewasa atau 18+				
25.	Saya langsung pergi kalau teman saya bercerita tentang cerita dewasa 18+				
26.	Saya suka melawan guru di kelas				
27.	Saya tidak suka melawan guru dikelas				
28.	Saya tidak suka mencari perhatian guru dan teman di kelas				
29.	Saya tidak suka membuat keributan dan onar di kelas				
30.	Saya tidak suka ada keributan dan onar di kelas				



**Lampiran 7. Hasil tabulasi Data Skor *Pre-test* dan *Post-test***

Hasil Kuisoner *Pre-test* Siswa

No	Butir Soal																														Total
	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	
<b>1</b>	3	3	3	3	4	1	2	2	4	3	4	2	2	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	76
<b>2</b>	2	3	4	3	4	1	3	2	4	2	3	2	2	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	2	2	1	4	1	1	4	75
<b>3</b>	2	4	3	3	3	3	4	2	4	1	3	2	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	3	3	3	4	80
<b>4</b>	3	2	1	4	3	1	4	1	3	2	3	3	1	1	4	1	1	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	68
<b>5</b>	4	3	4	2	3	2	2	2	3	4	3	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	77
<b>6</b>	3	3	2	3	4	1	2	3	4	2	4	1	2	4	1	1	2	1	1	1	4	1	2	2	3	1	4	2	1	4	69
<b>7</b>	2	2	3	3	3	1	3	2	4	3	2	3	2	3	2	1	4	1	3	2	3	1	4	2	3	1	4	1	1	4	73
<b>8</b>	3	3	3	4	4	2	4	2	4	3	3	2	3	1	4	1	2	1	3	1	4	1	4	2	3	2	3	3	2	4	81
<b>9</b>	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	1	3	1	4	1	3	1	4	1	4	2	3	1	4	2	1	4	72
<b>10</b>	3	4	2	3	3	2	1	4	3	3	4	3	2	1	4	1	4	2	3	1	4	1	3	1	3	1	3	1	1	4	75

Hasil Kuisioner *Post-test* Siswa

No	Butir Soal																														Total	
	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		
1	3	3	4	3	4	1	2	2	4	3	4	2	2	1	3	1	3	1	4	1	4	1	3	1	4	1	3	3	3	3	3	77
2	3	3	3	3	4	1	3	2	4	2	3	2	2	1	4	1	4	1	3	1	4	1	4	2	2	1	4	3	3	4	78	
3	3	4	3	3	3	3	4	2	4	1	3	2	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	3	3	3	4	81	
4	3	3	1	4	3	1	4	1	3	2	3	3	3	1	3	1	4	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	3	4	4	78	
5	4	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	3	3	3	4	79	
6	3	4	2	3	4	1	3	3	4	2	4	1	3	1	3	1	3	1	3	1	4	1	3	2	3	1	4	3	3	4	78	
7	3	3	1	3	3	1	3	2	4	3	3	3	3	3	3	1	4	1	3	2	3	1	4	2	3	1	4	3	3	4	80	
8	4	4	2	4	4	2	4	2	4	3	3	2	3	1	4	1	3	1	3	1	4	1	4	2	3	2	3	3	3	4	84	
9	3	4	4	2	3	2	3	2	4	4	3	2	3	1	3	1	4	1	3	1	4	1	4	2	3	1	4	3	4	4	80	
10	3	4	2	3	3	2	4	1	3	2	4	2	3	1	4	1	4	2	3	1	3	1	3	1	3	1	3	4	3	3	77	

Lampiran 8. Buku Panduan



**BUKU PANDUAN BIMBINGAN KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK *HOMEROOM***

UNTUK MENINGKATKAN *SELF CONTROL* SISWA KELAS VII SMP



Disusun Oleh : Yogi Martogi Siboro  
Ketut Gading  
Putu Ari Dharmayanti





# **BUKU PANDUAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *HOMEROOM***

**UNTUK MENINGKATKAN *SELF-CONTROL* SISWA KELAS VII SMP**



**Disusun Oleh : Yogi Martogi Siboro  
Ketut Gading  
Putu Ari Dharmayanti**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR TABEL .....	iii
DAFTAR GAMBAR .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
PENDAHULUAN.....	1
1. BAGIAN I : URGENSI.....	4
2. BAGIAN II : PETUNJUK UMUM.....	7
a. Tahap Pembentukan.....	10
b. Tahap Peralihan .....	10
c. Tahap Kegiatan .....	11
d. Tahap Pengakhiran.....	12
3. BAGIAN III : PETUNJUK KHUSUS.....	14
a. Prosedur Pelaksanaan Teknik <i>Homeroom</i> .....	14
b. Teknik <i>Homeroom</i> .....	14
c. Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik <i>Homeroom</i> .....	15
d. Langkah Langkah Pelaksanaan Teknik <i>Homeroom</i> .....	15
DAFTAR RUJUKAN .....	17
DAFTAR LAMPIRAN .....	19

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Singaraja .....	10
Tabel 2. Kuisisioner <i>Self-control</i> .....	23



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pengendalian Diri Dan Berpikir Positif.....	23
Gambar 2. Mengendalikan Emosi.....	23
Gambar 3. Pengendalian Diri .....	24
Gambar 4. Pengendalian Diri Melalui Kecerdasan Emosional.....	24
Gambar 5. Kontrol Diri Jadi Kunci Sukses.....	25
Gambar 6. Remaja Keren Itu Punya Kontrol Diri .....	25



## DAFTAR LAMPIRAN

Tabel 1. Kuesioner <i>Self-control</i> .....	20
Tabel 2. Link Video Mengenai <i>Self-control</i> .....	23





## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas anugerah-Nya, buku “Panduan Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom* untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP” dapat diselesaikan sesuai dengan yang direncanakan. Buku ini telah dirancang dan disusun guna membantu Guru BK di sekolah dalam penerapan teori Bimbingan Kelompok untuk dapat membantu siswa dalam mengentaskan permasalahan yang dialami khususnya untuk meningkatkan *self-control*.

Buku panduan ini telah mendapatkan penilaian dan masukan dari para ahli bimbingan dan konseling. Substansi dan sistematika tulisan dalam buku masih jauh dari kata sempurna, hal tersebut karena keterbatasan dan kemampuan yang penulis miliki. Demi kesempurnaan pada buku panduan ini penulis mengharapkan berbagai kritikan maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap buku panduan ini dapat bermanfaat dan berguna khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan karunia atas budi baik dari semua pihak yang membantu dalam menyelesaikan buku panduan ini.

Singaraja, Januari 2022

Penulis

## PENDAHULUAN

Tujuan utama penulis membuat buku panduan ini adalah sama seperti di judul yaitu untuk meningkatkan *self-control* siswa di SMP, dan yang akan menerapkan buku panduan tersebut adalah Guru BK di sekolah. (Farid Hidayat, Edris Zamroni, Sucipto, 2018) Umumnya, di Indonesia usia yang dianggap remaja merupakan usia yang sedang menempuh pendidikan di bangku SMP, pada usia remaja banyak emosi yang kerap dirasakan seperti bahagia, sedih, marah, dan lain sebagainya. Remaja juga sering mengalami kebingungan dan emosi yang terombang-ambing sehingga masih bingung untuk menetapkan dirinya. Sehingga banyak remaja yang masih belum bisa mengontrol dirinya sendiri (*Self-control*). *Self-control* yang ada pada remaja adalah suatu kapasitas yang dimiliki didalam diri remaja yang dapat digunakan untuk mengendalikan dorongan dari luar yang dapat menentukan perilaku. (Chita, David & Pali dalam Arumsari, 2016:2).

(Nurhanifa, Widianti, dan Yamin 2020), menjelaskan bahwa *self-control* sebagai kemampuan seorang individu untuk mengendalikan perilaku sosial yang tidak pantas. Kemampuan *self-control* yang terdapat pada seseorang memiliki peran penting ketika berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya untuk melatih pembentukan *self-control* yang matang. Dibutuhkan pembiasaan untuk memunculkan perilaku baru dan mempelajari perilaku tersebut dengan baik. Pentingnya *self-control* untuk remaja menuntut agar seseorang mampu mengendalikan diri ketika memberikan suatu respon tertentu. *Self-control* memegang peran yang penting dalam menentukan dan mengarahkan perilaku individu, bersangkutan dengan pribadi individu yang harus memunculkan konsep diri yang positif (Veneziano 2017). *Self-control* yang rendah dapat mengakibatkan individu senang melakukan risiko yang berpotensi melanggar tanpa memikirkan akibat jangka panjang.

Terdapat salah satu layanan yang ada pada Bimbingan dan Konseling yaitu bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok adalah sebuah layanan

yang mendorong siswa untuk mendiskusikan dan mengurangi masalah yang mereka hadapi melalui dinamika kelompok, masalah yang dibahas adalah untuk semua anggota kelompok. (Siregar 2015). Tujuan dari bimbingan kelompok yaitu agar anggota kelompok mendapatkan informasi selama proses kegiatan dan untuk melatih individu dalam pengambilan keputusan berperilaku.

Didalam bimbingan kelompok ada teknik *homeroom*. Menurut Romlah (2006: 123) *homeroom* adalah teknik penciptaan suasana kekeluargaan yang digunakan untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok siswa di luar jam- jam pelajaran dalam suasana kekeluargaan, dan dipimpin oleh guru atau konselor. Sedangkan menurut Nursalim (2002: 57) *homeroom* adalah suatu kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan dalam ruang atau kelas dalam bentuk pertemuan antara konselor atau guru dengan kelompok untuk membicarakan beberapa hal yang dianggap perlu terutama hal- hal atau masalah- masalah yang berhubungan dengan pelajaran, kegiatan sosial, masalah tata tertib dan moral, cara berpakaian, atau masalah- masalah lain di luar sekolah.

Senada dengan pendapat yang di atas Ahmadi dan Rohani (1991:169) mengemukakan pendapatnya tentang pengertian teknik home room yaitu suatu program kegiatan yang dilakukan dengan tujuan agar guru dapat mengenal peserta didiknya lebih baik, sehingga dapat membantunya secara efisien. Kegiatan ini dilakukan dalam kelas, dalam bentuk pertemuan antar guru dengan murid di luar jam- jam pelajaran untuk membicarakan beberapa hal yang dianggap perlu.

Dalam program ini *homeroom* ini hendaknya diciptakan suatu situasi yang bebas dan menyenangkan, sehingga peserta didik dapat mengutarakan perasaannya seperti di rumah. Atau dengan kata lain *homeroom* ialah membuat suasana kelas seperti di rumah. Dalam kesempatan ini diadakan tanya jawab, menampung pendapat, merencanakan suatu kegiatan dan

sebagainya. Program *homeroom* dapat diadakan secara periodik (berencana) atau dapat pula dilakukan sewaktu-waktu.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik *homeroom* adalah teknik penciptaan suasana kekeluargaan yang digunakan untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok di luar jam- jam pelajaran untuk membicarakan beberapa hal yang dianggap perlu terutama hal- hal atau masalah- masalah yang berhubungan dengan pelajaran, kegiatan sosial, masalah tata tertib dan moral, cara berpakaian, atau masalah- masalah lain di luar sekolah.



## 1. BAGIAN I : URGENSI

Masa remaja adalah dimana masa individu mulai merasakan segala emosi yang melimpah, dan tidak jarang pada masa remaja individu tidak dapat mengendalikan dirinya sendiri. Banyak remaja remaja yang sangat sulit untuk mengontrol dirinya, terutama pada remaja SMP. Dimana pada masa ini, remaja banyak mengenal hal yang baru, pengetahuan yang baru, perubahan yang baru baik pada diri sendiri maupun pada lingkungan. Sehingga tidak sedikit remaja yang karena tidak bisa mengontrol dirinya, sehingga berakibat negative bagi dirinya. Terutama pada lingkungan sekolah dan lingkungan pertemanan. Remaja banyak melakukan hal yang baru dan menurut nya itu hal yang wajar untuk dilakukan dan remaja masih belum paham betul apakah yang dilakukannya salah atau benar.

Masa remaja SMP juga tentu emosional masih belum bisa terkontrol. Emosional yang dimiliki remaja berbeda dengan emosional yang dimiliki dewasa. Dimana pada emosional remaja cenderung semena mena atau sesukahatinya saja, dan tidak berpikir panjang. Sedangkan pada emosional dewasa sudah tahu tujuan melakukan sesuatu, dan paham betul apa dampak dan akibat ketika melakukan sesuatu. Sehingga penulis membuat buku panduan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *homeroom* yang bertujuan untuk meningkatkan *self-control* (control diri) siswa SMP. Dimana pada buku panduan tersebut ada penjelasan mengenai apa itu *self-control*, apa itu bimbingan kelompok, dan apa itu teknik *homeroom*. Tidak hanya itu, didalam buku panduan juga terdapat langkah langkah bagaimana Guru BK menerapkan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan *self-control* siswa SMP.

*Self-control* merupakan tingkah laku mengendalikan diri atau memonito gagasan-gagasan atau ide dalam dirinya dengan berbagai cara, baik pada saat tidak ada tekanan maupun saat terjadi pertentangan dengan tekanan-tekanan yang ada dalam situasi yang dihadapinya. Definisi lain yang dikemukakan oleh Berk menyebutkan bahwa, "*Self-control* merupakan



kemampuan individu untuk menghambat atau mencegah suatu impuls agar tidak muncul dalam bentuk tingkah laku yang melanggar atau bertentangan dengan standar moral". Kontrol diri didefinisikan Roberts sebagai suatu jalinan yang secara utuh atau terintegrasi antara individu dengan lingkungannya. Individu yang memiliki kontrol diri tinggi berusaha menemukan dan menerapkan cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Kontrol diri mempengaruhi individu untuk mengubah perilakunya sesuai dengan situasi sosial sehingga dapat mengatur kesan lebih responsif terhadap petunjuk situasional, fleksibel, dan bersikap hangat serta terbuka. Pengaturan diri mengacu pada bagaimana orang mengelola emosi dan impuls mereka di dalam diri mereka sendiri. Kontrol emosional, menurut konsep ilmiah, berarti menyalurkan energi emosional ke saluran ekspresi yang berguna dan dapat diterima secara sosial. Konsep ilmiah difokuskan pada kontrol.

Prayitno (2004: 1) menjelaskan bahwa Layanan Bimbingan Kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai tujuan tertentu. Layanan bimbingan kelompok yang diberikan dalam suasana kelompok selain itu juga bisa dijadikan media penyampaian informasi sekaligus juga bisa membantu siswa menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat, sehingga diharapkan berdampak positif bagi siswa yang nantinya dapat mengubah perilaku yang menyimpang. Sedangkan Sukardi (2000: 48) menjelaskan bahwa: "Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan". Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat aktif jika didalamnya terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota

kelompok dalam mengembangkan aspek-aspek positif ketika sedang melakukan komunikasi antar pribadi dengan orang lain.

Menurut Nursalim (2002: 201) *Homeroom* adalah suatu kegiatan bimbingan kelompok yang digunakan dalam ruang atau kelas dalam bentuk pertemuan antara konselor atau guru dengan kelompok untuk membicarakan beberapa hal yang dianggap perlu terutama hal-hal atau masalah-masalah yang berhubungan dengan pelajaran, kegiatan sosial, masalah tata tertib dan moral, cara berpakaian, atau masalah-masalah lain di luar sekolah. Teknik *homeroom* merupakan teknik yang dilakukan oleh konselor dalam membantu memecahkan masalah atau bahkan mengembangkan potensi siswa melalui kegiatan kelompok yang dilakukan dengan suasana yang menyenangkan sehingga timbul rasa nyaman dan terbuka, dan diharapkan lebih efektif membantu permasalahan siswa.

Karena dengan teknik *homeroom* guru dapat memberikan layanan tentang kebiasaan sehari-hari dalam belajar, dalam bersosialisasi, cara-cara belajar seperti cara mempelajari buku, membuat rangkuman, karangan membanca kamus, juga masalah kelanjutan studi, pekerjaan dan cita-cita. Dengan dilakukannya bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom*, siswa dapat lebih terbuka dalam mengemukakan masalahnya karena siswa merasa nyaman dalam kelompok tersebut dan siswa akan merasa lebih santai seperti saat mereka bersama keluarganya di rumah. Hal-hal semacam ini dapat memotivasi siswa untuk menjadi lebih baik.

## 2. BAGIAN 2 : PETUNJUK UMUM

Tujuan pelaksanaan layanan Bimbingan Kelompok, peserta kegiatan, metode teknik, waktu pelaksanaan, serta prosedur dan langkah langkah konseling teknik *homeroom*.

Layanan bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan untuk membantu individu mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan prediposisi yang dimilikinya (seperti kemampuan dasar dan bakat-bakatnya), berbagai latar belakang yang ada serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungannya. Menurut Prayitno (1995:2) menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan yang diberikan oleh konselor sekolah untuk membantu individu menjadi insan yang berguna dalam kehidupannya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, menyesuaikan dan ketrampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungannya. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tujuan penulis menggunakan layanan bimbingan kelompok adalah untuk mempermudah siswa dalam berinteraksi, memberikan pendapat, dan terbuka dengan apa yang dialami. Serta tujuan untuk Guru BK adalah mempermudah guru untuk memberikan materi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *homeroom*, dan mempermudah Guru BK dalam mengenal dan mengetahui berbagai macam karakter siswa.

Layanan yang akan dilakukan yaitu di sekolah dan penulis sudah menentukan sekolah untuk diberikan buku panduan mengenai layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* yang bertujuan untuk meningkatkan *self-control* siswa. Yang dimana sekolah yang dipilih oleh penulis adalah salah satu sekolah SMP di Singaraja. Dengan mengambil peserta kegiatan nya hanya kelas VII saja, Dengan rincian kelas sebagai berikut :

Kelas	Jumlah Laki laki	Jumlah Perempuan	Jumlah Keseluruhan Siswa
VII-1	16 Siswa	16 Siswa	32 Siswa
VII-2	14 Siswa	20 Siswa	34 Siswa
VII-3	16 Siswa	16 Siswa	32 Siswa
VII-4	16 Siswa	16 Siswa	32 Siswa
VII-5	16 Siswa	16 Siswa	32 Siswa
VII-6	19 Siswa	15 Siswa	34 Siswa
VII-7	16 Siswa	18 Siswa	34 Siswa
VII-8	15 Siswa	19 Siswa	34 Siswa
VII-9	15 Siswa	19 Siswa	34 Siswa
VII-10	15 Siswa	18 Siswa	33 Siswa
Jumlah	158 Siswa	173 Siswa	331 Siswa

**Tabel 1. Data Siswa Kelas VII SMP**

Penulis mengambil kelas VII-10 dengan jumlah siswa didalam kelas 33 siswa, Mengapa penulis memilih kelas tersebut, karena penulis sudah melakukan observasi langsung ke sekolah, kalau kelas tersebut layak untuk diberikan layanan konseling kelompok teknik *homeroom*.

Adapun metode teknik yang digunakan oleh penulis pada buku panduan ini adalah dengan teknik diskusi. Melalui kegiatan ini pembimbing atau guru bk dan murid dapat berdiskusi tentang berbagai aspek, dalam kesempatan ini diadakan tanya jawab, membuat rencana suatu kegiatan dan berdiskusi dengan demikian siswa dapat mengutarakan dengan leluasa dan terbuka. Dan sebelum diadakan diskusi, penulis sudah menyediakan video tentang contoh kasus siswa yang belum bisa mengontrol dirinya. Sehingga nanti guru bk bisa langsung menayangkan video contoh kasus kepada siswa. Dan ketika selesai penayangan video, dilakukanlah diskusi dan tanya jawab.

Didalam pelaksanaan layanan tentu ada waktu pelaksanaannya. Waktu yang efisien melakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik



*homeroom* pada siswa kelas VII adalah 45 menit. Dalam jangka 5-6 hari. Sehingga total waktu yang dibutuhkan kurang lebih 270 menit. Dimana pada jumlah waktu yang sudah ditentukan, guru bk bisa membagi waktu dan meluangkan waktu untuk melakukan layanan bimbingan konseling teknik *homeroom* pada siswa kelas VII tersebut.

Secara umum, pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *homeroom* hampir sama dengan pelaksanaan bimbingan kelompok pada umumnya, yang membedakan hanya suasana kekeluargaan yang diciptakan. Tahapan-tahapan dalam teknik *homeroom* ini dimulai dengan pengenalan yang dilanjutkan dengan kontrak forum dan tujuan dilaksanakan kegiatan teknik *homeroom* dalam meningkatkan *self-control*. Setelah itu menanyakan apakah sudah siap untuk meneruskan kegiatan teknik *Homeroom*, selanjutnya tahap kegiatan yang akan membahas *self-control* secara mendalam, pada tahapan pengakhiran anggota kelompok mengutarakan hasil kegiatan pesan kesan dan harapan.

Tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok menurut Prayitno (1995:40) ada empat, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan dan tahap pengakhiran. Yang di jelaskan sebagai berikut:

#### **a. Tahap Pembentukan**

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap pemasukan diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya melakukan pengenalan dan memaparkan tujuan, kontrak forum dan harapan yang diinginkan setelah melakukan kegiatan tersebut. pada tahap ini peranan utama pemimpin ialah merangsang dan memantapkan keterlibatan sesuai suasana yang diinginkan kelompok tersebut, pemimpin kelompok juga harus mampu menimbulkan sikap kebersamaan dan perasaan sekelompok. Maka tugas kelompok disini yaitu merangsang dan menggairahkan seluruh anggota kelompok untuk mampu ikut serta secara bertanggung jawab dalam kegiatan kelompok, ada beberapa



teknik yang dapat digunakan untuk dalam tahap ini

1. Teknik pertanyaan dan jawaban.

2. Teknik perasaan dan tanggapan .

Berikut penulis membuat langkah langkah yang harus dilakukan pada tahap pembentukan ini, antara lain:

- Langkah pertama, konselor menyiapkan ruangan atau kelas yang diperlukan dengan segala sarana dan prasarana, kemudian menyuruh masuk keruangan siswa-siswa kelas VII-10 yang sudah ditentukan untuk diberikan layanan bimbingan kelompok.
- Langkah kedua, siswa disuruh membentuk kelompok dengan jumlah kelompok ada 2 kelompok, dan kelompok berisis 5 siswa/kelompok.

#### **b. Tahap Peralihan**

Tahap kedua adalah „jembatan“ antara tahap pertama dan ketiga adakalanya jembatan ditempuh dengan amat mudah dan lancar, artinya para anggota kelompok dapat segera memasuki tahap ketiga dengan penuh kemauan dan kesukarelaan. Adapun langkah-langkah yang dilaksanakan dalam tahap peralihan ini yaitu:

- Langkah pertama, menjelaskan kepada siswa kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
- Langkah kedua, menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.
- Langkah ketiga, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.

#### **c. Tahap Kegiatan**

Tahap ini merupakan inti dari kegiatan kelompok, maka aspek-aspek yang menjadi isi dan pengiringnya cukup banyak, dan masing-masing aspek perlu mendapat perhatian yang seksama dari pemimpin kelompok Tahap ini ada berbagai langkah-langkah kegiatan yang dilaksanakan yaitu:

- Langkah pertama, masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah.
- Langkah kedua, menjelaskan topik materi yang mau disampaikan, yaitu "*self-control* (kontrol diri)"
- Langkah ketiga, membahas topik materi dan masalah yang sudah dikemukakan siswa secara dalam dan tuntas.

#### **d. Tahap Pengakhiran**

Ketika kelompok memasuki tahap pengakhiran hendaknya dipusatkan pada pembahasan dan penjelajahan tentang apakah para anggota kelompok akan mampu menerapkan hal-hal yang mereka pelajari, kemampuan keikutsertaan anggota pada tahapan pengakhiran bimbingan kelompok, pokok perhatian bukan pada berapa kali kelompok itu harus bertemu, tetapi pada hasil yang telah di capai pada kelompok itu. Ada beberapa langkah-langkah yang dilakukan pada tahap ini, yaitu:

- Langkah pertama, pemimpin atau konselor memberikan atau mengemukakan hasil kegiatan, dan menjelaskan bahwasanya apa saja dampak negative ketika siswa belum bisa mengontrol diri dan dampak positif ketika siswa sudah bisa mengontrol diri.
- Langkah kedua, konselor mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir.
- Langkah ketiga, membahas kegiatan layanan bimbingan kelompok lanjut yang akan dilakukan kembali.
- Langkah keempat, konselor mengemukakan kesan, pesan dan harapan.

### 3. BAGIAN III : PETUNJUK KHUSUS

#### a. Prosedur Pelaksanaan Teknik *Homeroom*

Teknik *Homeroom* digunakan untuk meningkatkan *self-control* siswa. Teknik ini dipilih karena diharapkan siswa dapat dengan mandiri mampu mengendalikan dirinya agar tidak melakukan perilaku yang negative dan dapat menjadi bekal bagi siswa tersebut. Dan dengan teknik *homeroom* ini, siswa menjadi leluasa dan terbuka untuk mengemukakan masalahnya. Seperti dengan yang dikemukakan oleh Romlah (2006:123) *homeroom* adalah teknik penciptaan suasana kekeluargaan yang digunakan untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok siswa di luar jam- jam pelajaran dalam suasana kekeluargaan, dan dipimpin oleh guru atau konselor.

#### b. Teknik *Homeroom*

Teknik penciptaan suasana kekeluargaan (*homeroom*) adalah teknik untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok siswa di luar jam-jam pelajaran dalam suasana kekeluargaan, dan dipimpin oleh guru atau konselor. Dalam pertemuan *homeroom* yang ditekankan adalah terciptanya suasana yang penuh kekeluargaan. Menurut Romlah (2006:123) *homeroom* adalah teknik penciptaan suasana kekeluargaan yang digunakan untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok siswa di luar jam- jam pelajaran dalam suasana kekeluargaan, dan dipimpin oleh guru atau konselor. Dengan adanya bimbingan kelompok, siswa mempunyai wadah yang tepat untuk mencari informasi tentang masalahmasalahnya terutama tentang seks bebas sehingga, siswa memperoleh informasi yang tepat dan dapat dipertanggung jawabkan serta dapat mencegah terjadinya seks bebas. Alasan peneliti menggunakan teknik *homeroom* karena pendidikan pertama dan utama berasal dari keluarga.

**c. Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Homeroom***

Bimbingan kelompok teknik *Homeroom* Penggunaan teknik *homeroom* memiliki beberapa tujuan. Menurut Salahudin tujuan teknik *homeroom* ialah membuat klien akrab dengan lingkungan, serta dapat memahami diri sendiri (mampu menerima kurangan dan kelebihan diri sendiri) dan juga memahami orang lain dengan lebih baik, siswa juga mampu berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, memiliki kemampuan dalam mengembangkan minat, serta sadar akan kepentingan sendiri.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* merupakan layanan yang dilakukan di suatu ruangan agar bimbingan kelompok dapat dilakukan dengan tenang. Dan setiap layanan bimbingan konseling dilakukan berjalan dengan baik. Begitu juga dengan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*, layanan yang dilakukan agar siswa bisa tenang dan bisa nyaman untuk di layani dengan bimbingan kelompok. Sehingga siswa tenang dan nyaman

**d. Langkah Langkah Pelaksanaan Teknik *Homeroom***

Berikut langkah langkah yang harus dilakukan oleh guru bk ketika melakukan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*, adalah sebagai berikut:

1. Guru bimbingan konseling menyiapkan ruangan yang akan digunakan untuk pelaksanaan teknik *homeroom*. Tentunya ruangan yang membuat konseli nyaman dan mereka merasa suasana seperti di rumah.
2. Guru bimbingan konseling menghubungi siswa dari satu kelas dengan jumlah 10 siswa untuk berkumpul diruangan yang telah disiapkan sebagai anggota kelompok bimbingan yang akan dilaksanakan, dan menyuruh untuk membentuk kelompok dengan jumlah kelompok ada 2 kelompok, dan

kelompok berisis 5 siswa/kelompok. Setelah melakukan pembentukan kelompok, selanjutnya

3. Guru bimbingan konseling menjelaskan tujuan kelompok diadakan dan tujuan dari teknik *homeroom* yang akan dilaksanakan,
4. Guru bimbingan konseling mengadakan dialog terbuka dengan anggota kelompok yang telah dibentuk,
5. Guru bimbingan dan konseling menyimpulkan hasil dari kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom*.





## DAFTAR RUJUKAN

- Chrisanta Kezia Yemima, Suci Prasasti, Usmani Haryanti. (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Terhadap Peningkatan *Self-control* Siswa Era Pandemi Covid-19. *Consilia Jurnal Ilmiah BK*, 99-105.
- Farid Hidayat, Edris Zamroni, Sucipto. (2018). Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Home Room Untuk Meningkatkan Sikap Anti Seks Bebas . *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 209-219.
- Fatimah, D. N. (2018). Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan *Self-control* Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 25-37.
- Hikmah, M., Worokinasih, S., & Damayanti, C. R. (2020). Financial management behavior: Hubungan antara *self-efficacy*, *self-control*, dan *compulsive buying*. *Profit: Jurnal Administrasi Bisnis*, 151-163.
- Indah Tri Lestari, E. C. (t.thn.). Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa. *Jurnal UNESA*.
- Kuswanto, D. Y. (2020). Epektifitas Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan Efikasi Akademik Siswa. *Jurnal Fokus konseling*, 102-107.
- Lupitasari, D., Iswati, I., & Kuliayatun, K. (2021). UPAYA GURU PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DALAM MENINGKATKAN *SELF-CONTROL* PESERTA DIDIK (STUDI KASUS DI MTs MUHAMMADIYAH METRO). *PROFETIK: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Agama Islam*, 1(2), 54-59.
- M.Masjkur. (2018). Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membangun *Self-control* Remaja Di Sekolah. *E-Journal Institut Agama Islam (IAI)*, 28-29.
- Majid, M. F. A. F., Nalva, M. F., & Baharuddin, B. (2019). *Self-control* dalam Meningkatkan Konsistensi Belajar Akademik: Studi Mahasiswa PAI Program Magister UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, 1(1), 41-48.
- Novi Putri Pertiwi, Sumarwijayah, Richma Hidayati. (2019). Peningkatan Kepekaan Sosial Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Homeroom* Pada Siswa . *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 124-132.

- Rifki Nandito, Sucipto, Agung Slamet Kusmanto. (2022). Meningkatkan Hubungan Sosial Antar Teman Sebaya Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Homeroom*. *Muria Research Guidance and Counselling Journal*, 192-200.
- Rini, R., & Muslikah, M. (2020). Hubungan Peran Keluarga dan Kontrol Diri dengan Perilaku Membolos Siswa. *Konseling Edukasi: Journal Of Guidance and Counseling*, 4(1), 17-34.
- Pertiwi, N. P., Sumarwiyah, S., & Hidayati, R. (2019). Peningkatan Kepekaan Sosial Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Home Room Pada Siswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 2(2).
- Satria, M., & Ibrahim, S. T. (2021). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Homeroom* Dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Di SMPN 12 Bandar Lampung (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung)
- Umiiyati, F. (2020). Meningkatkan Sikap Anti Seks Bebas Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom*. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 3(2).





## Lampiran 1. Kuesoner *Self-control*

### Kuesioner *Self-control*

#### 1. Identitas Responden

Nama : .....

Kelas : .....

Sekolah : .....

#### 2. Petunjuk

Dalam instrument ini terdapat sejumlah pernyataan. Bacalah masing masing pernyataan dengan teliti lalu berikanlah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan diri anda masing masing.

Alternative jawaban yang ada adalah sebagai berikut :

- **Sangat Sesuai (SS)** : Hal ini **sangat sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari hari.
- **Sesuai (S)** : Hal ini **sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari hari.
- **Kurang Sesuai (KS)** : Hal ini **kurang sesuai** sesuai dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari hari.
- **Sangat Kurang Sesuai (SKS)** : Hal ini **sangat kurang sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari hari.

Instrumen ini tidak memiliki hubungan sama sekali dengan kegiatan akademik Anda, sehingga adapun jawaban yang anda

berikan tidak akan mempengaruhi prestasi belajar anda. Maka jawablah dengan jujur setiap pernyataan dalam kuisioner ini.

No.	Pernyataan	Sangat Sesuai (SS)	Sesuai (S)	Kurang Sesuai (KS)	Sangat Kurang Sesuai (SKS)
1.	Saya tidak suka mengeluh dengan tugas tugas sekolah				
2.	Saya bisa mengerjakan tugas tugas sekolah saya dengan baik				
3.	Saya selalu marah saat sedang kacau				
4.	Saya bisa menahan emosi saya ketika sedang marah				
5.	Saya bersikap baik dengan teman saya				
6.	Saya bersikap tidak peduli dengan teman saya				
7.	Saya bersikap baik kepada teman saya yang membicarakan saya				
8.	Saya bersikap tidak baik kepada teman yang membicarakan saya				
9.	Saya bersikap sopan kepada orang yang lebih tua dari saya				
10.	Saya selalu berkata kasar kepada teman saya				



11.	Saya tidak suka jail kepada teman saya				
12.	Saya memikirkan hal hal yang negative ketika saya sedang kacau				
13.	Saya memikirkan hal yang positif ketika saya sedang kacau				
14.	Saya tidak bisa menolak ajakan teman saya hal yang negative				
15.	Saya mampu menolak ajakan teman saya yang negative				
16.	Saya suka dan senang ketika teman saya mengajak bolos				
17.	Saya merasa takut dan menolak ketika teman saya mengajak bolos				
18.	Saya berpacaran yang tidak sehat				
19.	Saya berpacaran yang sehat				
20.	Saya sering minum minuman keras				
21.	Saya tidak suka minum minuman keras				
22.	Saya sudah merokok dan suka merokok				
23.	Saya tidak suka merokok dan menghirup asap rokok saya tidak sanggup				
24.	Saya suka bercerita dengan				

	teman tentang cerita dewasa atau 18+				
25.	Saya langsung pergi kalau teman saya bercerita tentang cerita dewasa 18+				
26.	Saya suka melawan guru di kelas				
27.	Saya tidak suka melawan guru dikelas				
28.	Saya tidak suka mencari perhatian guru dan teman di kelas				
29.	Saya tidak suka membuat keributan dan onar di kelas				
30.	Saya tidak suka ada keributan dan onar di kelas				

**Tabel 2. Kuisiонер *Self-control***

## Lampiran 2. Link Video Mengenai *Self-control*

Berikut merupakan beberapa video yang sudah disediakan oleh penulis untuk ditampulkan guru bk nantinya kepada siswa dan setelah menonton video, guru bk akan mengadakan diskusi dan tanya jawab seputar mengenai video yang sudah ditayangkan dan sudah di simak.

1. Judul videonya adalah pengendalian diri dan berpikir positif (Pertemuan Pertama)

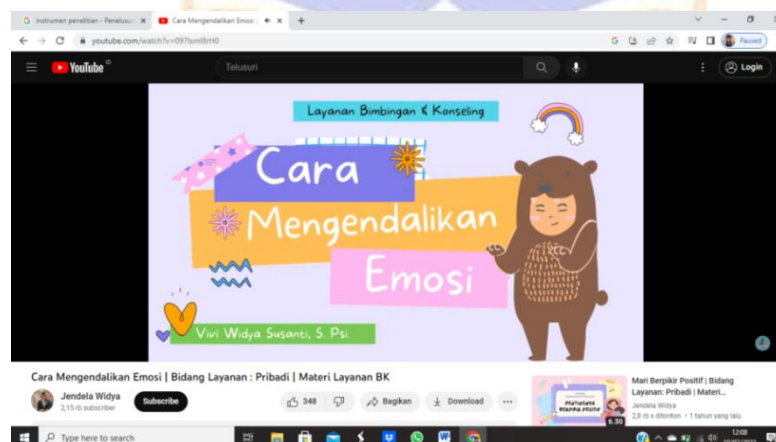
Link : <https://youtu.be/AIYPUz3E6g>



Gambar 1. Contoh Video Pengendalian Diri Dan Berpikir Positif

2. Judul videonya adalah cara mengendalikan emosi (C Pertemuan Kedua)

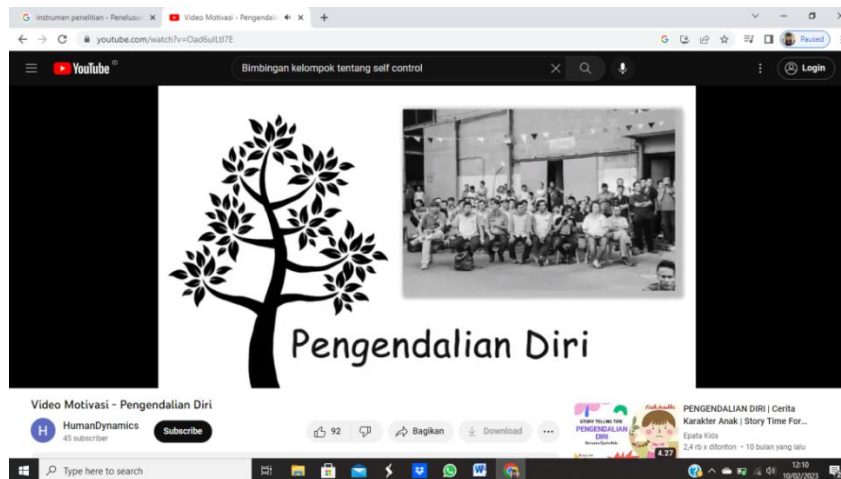
Link : <https://youtu.be/097lsml8rH0>



Gambar 2. Contoh Video Mengendalikan Emosi

3. Judul videonya adalah pengendalian diri  
( Pertemuan Ketiga )

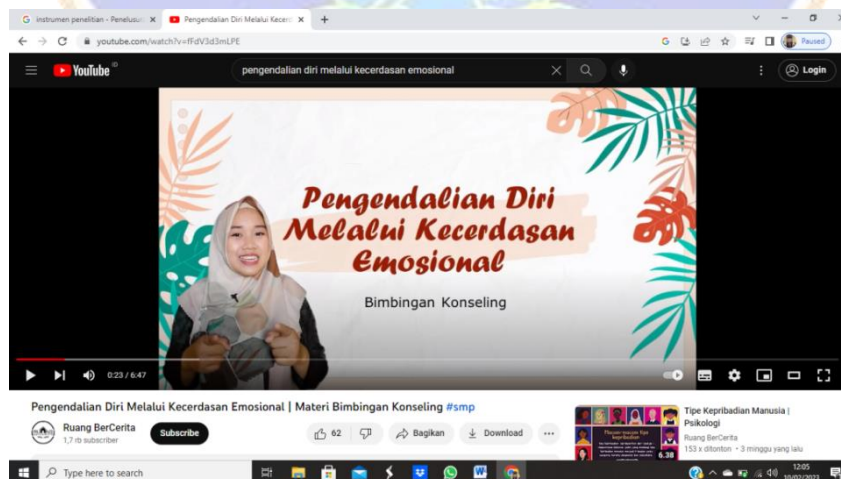
Link : <https://youtu.be/Oad6uLl7E>



Gambar 3. Contoh Video Pengendalian Diri

4. Judul videonya adalah pengendalian diri melalui kecerdasan  
emosional  
( Pertemuan Keempat )

Link : <https://youtu.be/fFdV3d3mLPE>



Gambar 4. Contoh Video Pengendalian Diri Melalui Kecerdasan Emosional

5. Judul videonya adalah Kontrol Diri Jadi Kunci Sukses  
( Pertemuan Kelima )  
Link : <https://youtu.be/OIluzklqekY>



**Gambar 5. Kontrol Diri Jadi Kunci Sukses**

6. Judul videonya adalah Remaja Keren Itu Punya Kontrol Diri  
( Pertemuan Keenam )  
Link : <https://youtu.be/WizrbQ6fWBU>



**Gambar 6. Remaja Keren Itu Punya Kontrol Diri**



## Lampiran 9.Foto Dokumentasi Kegiatan

Memberikan *pre-test* kepada siswa



Pertemuan 1. Melakukan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*



Pertemuan 2. Melakukan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*



Pertemuan 3. Melakukan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*



Pertemuan 4. Melakukan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*



Pertemuan 5. Melakukan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*



Pertemuan 6. Melakukan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*



Memberikan *post-test* kepada siswa



## Lampiran 10. Riwayat Hidup



Yogi Martogi Siboro lahir di Berastagi pada tanggal 27 November 2000. Penulis lahir dari pasangan Kanta Siboro (Alm) dan Evin Br Turnip. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Kristen Protestan. Saat ini penulis beralamat di Jalan Bisma Gg. Wijaya Kusuma No. 7, Banjar Tegal, Kabupaten Buleleng, Kota Singaraja.

Penulis menyelesaikan pendidikan Dasar di SDN 4 Berastagi pada tahun 2013, kemudian melanjutkan di SMP Negeri 2 Berastagi dan lulus pada tahun 2016. Pada tahun 2019 penulis lulus dari SMA Negeri 1 Berastagi Jurusan IPS. Penulis melanjutkan pendidikan S1 Program Studi Bimbingan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan Psikologi & Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, di Universitas Pendidikan Ganesh. Pada semester akhir tahun 2023 penulis menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Pengembangan Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP”.



## Lampiran 11. Surat Pernyataan Keaslian

### PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Pengembangan Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik *Homeroon* Untuk Meningkatkan *Self-control* Siswa Kelas VII SMP” beserta seluruh isinya adalah benar benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 26 Mei 2023

Yang membuat pernyataan,



Yogi Martogi Siboro

NIM. 1911011002