

## Lampiran 1. Surat Observasi Awal



Nomor : 2845/UN48.10.5/LT/2025  
 Lampiran : -  
 Hal : Observasi Awal

4 Maret 2025

Yth. **Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Singaraja**  
 di tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Seminar Proposal 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 :

No	Nama	NIM	Program Studi
1	Ni Wayan Septiari	2211011013	Bimbingan Konseling
2	Ni Putu Dian Purnamita Dewi	2211011004	Bimbingan Konseling

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

Ketua Jurusan



Dr. I Gde Wawan Sudatha, S.Pd., S.T., M.Pd.  
 198202142008121004



<http://fip.undiksha.ac.id>



Fakultas Ilmu Pendidikan



fipundiksha



FIP Undiksha



0877 8811 6905

## Lampiran 2. Kuesioner Data Awal

### KUESIONER PENELITIAN SELF-HARM

#### A. Identitas Siswa:

Nama : AMSTASYA ZAHRA  
 Kelas : VII G  
 Umur : 13 Tahun  
 Jenis kelamin : Perempuan

#### B. Petunjuk pengisian kuesioner

- Baca masing-masing pertanyaan dengan teliti dan jawab dengan sejujurnya tanpa dipengaruhi siapapun.
- Semua jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.
- Baca setiap pertanyaan dengan seksama. Kemudian beri jawaban pada setiap pernyataan dengan memberikan tanda (X) pada salah satu pilihan yang tersedia. Adapun pilihan jawaban yang tersedia:  
 STS : Sangat Tidak Setuju  
 TS : Tidak Setuju  
 S : Setuju  
 SS : Sangat Setuju
- Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda silang (X) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda kehendaki.
- Kerapasaan jawaban Anda dijamin sepenuhnya.
- Jika sudah selesai penska kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewatkan.
- Atas partisipasi dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

No	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1	Saya merasa keluarga tidak ada yang peduli dengan saya				✓
2	Saya mampu menjalin relasi yang hangat dengan orang lain				✓
3	Saya melakukan segala cara untuk mencapai suatu tujuan				✓
4	Saya memiliki penyakit pada saraf yang membuat saya mudah melukai diri sendiri			✓	
5	Saya membersihkan sesuatu ketika merasa marah			✓	
6	Saya sengaja menggosokkan kaca pada kulit saya				✓
7	Saya dapat berfikir dengan jernih meskipun ada masalah yang berat				✓
8	Saya sengaja memukul atau membertarkan				✓

No	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
9	kepala Saya menarik nafas dan mengeluarkannya untuk menenangkan diri saat cemas agar merasa rileks				✓
10	Saya merasa lega setelah menggores diri sendiri ketika mendapat masalah			✓	
11	Saya curhat atau bercerita dengan orang yang saya percaya ketika ada masalah				✓
12	Saya sengaja menusuk benda tajam peniti, jarum dikulit saya (karena saya membenci diri saya)			✓	
13	Saya tanpa sadar menarik rambut saya saat perasaan kacau atau kecewa				✓
14	Saya merasa keluarga,teman, serta pasangan selalu ada ketika saya membutuhkan			✓	
15	Saya merasa bahwa keluarga, teman, dan pasangan menolak keberadaan saya				✓
16	Saya mencoba ikhlas atas kegagalan yang saya dapatkan		✓		
17	Keluarga saya sangat peduli dengan keadaan saya				✓
18	Saya merasa belum mampu menjalin hubungan yang hangat bersama orang lain			✓	
19	Teman, dan pasangan saya memahami keadaan saya			✓	
20	Teman, sahabat, dan pasangan tidak ada yang dapat memahami saya				✓

### KUESIONER PENELITIAN SELF-HARM

#### A. Identitas Siswa:

Nama : Nabila Dikantany Sari  
 Kelas : VII-H SMP 2 Cilugayaya  
 Umur : 12 tahun  
 Jenis kelamin : Perempuan

#### B. Petunjuk pengisian kuesioner

- Baca masing-masing pertanyaan dengan teliti dan jawab dengan sejujurnya tanpa dipengaruhi siapapun.
- Semua jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.
- Baca setiap pertanyaan dengan seksama. Kemudian beri jawaban pada setiap pernyataan dengan memberikan tanda (X) pada salah satu pilihan yang tersedia. Adapun pilihan jawaban yang tersedia:  
 STS : Sangat Tidak Setuju  
 TS : Tidak Setuju  
 S : Setuju  
 SS : Sangat Setuju
- Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda silang (X) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda kehendaki.
- Kerapasaan jawaban Anda dijamin sepenuhnya.
- Jika sudah selesai penska kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewatkan.
- Atas partisipasi dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

No	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1	Saya merasa keluarga tidak ada yang peduli dengan saya	✓			
2	Saya mampu menjalin relasi yang hangat dengan orang lain			✓	
3	Saya melakukan segala cara untuk mencapai suatu tujuan				✓
4	Saya memiliki penyakit pada saraf yang membuat saya mudah melukai diri sendiri	✓			
5	Saya membersihkan sesuatu ketika merasa marah	✓			
6	Saya sengaja menggosokkan kaca pada kulit saya			✓	
7	Saya dapat berfikir dengan jernih meskipun ada masalah yang berat				✓
8	Saya sengaja memukul atau membertarkan	✓			

No	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
9	kepala Saya menarik nafas dan mengeluarkannya untuk menenangkan diri saat cemas agar merasa rileks				✓
10	Saya merasa lega setelah menggores diri sendiri ketika mendapat masalah			✓	
11	Saya curhat atau bercerita dengan orang yang saya percaya ketika ada masalah				✓
12	Saya sengaja menusuk benda tajam peniti, jarum dikulit saya (karena saya membenci diri saya)			✓	
13	Saya tanpa sadar menarik rambut saya saat perasaan kacau atau kecewa				✓
14	Saya merasa keluarga,teman, serta pasangan selalu ada ketika saya membutuhkan			✓	
15	Saya merasa bahwa keluarga, teman, dan pasangan menolak keberadaan saya				✓
16	Saya mencoba ikhlas atas kegagalan yang saya dapatkan		✓		
17	Keluarga saya sangat peduli dengan keadaan saya				✓
18	Saya merasa belum mampu menjalin hubungan yang hangat bersama orang lain		✓		
19	Teman, dan pasangan saya memahami keadaan saya			✓	
20	Teman, sahabat, dan pasangan tidak ada yang dapat memahami saya	✓			

### KUESIONER PENELITIAN SELF-HARM

#### A. Identitas Siswa:

Nama : Nabila Cahaya Rosalia  
 Kelas : VII H  
 Umur : 13  
 Jenis kelamin : Perempuan

#### B. Petunjuk pengisian kuesioner

- Baca masing-masing pertanyaan dengan teliti dan jawab dengan sejujurnya tanpa dipengaruhi siapapun.
- Semua jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.
- Baca setiap pertanyaan dengan seksama. Kemudian beri jawaban pada setiap pernyataan dengan memberikan tanda (X) pada salah satu pilihan yang tersedia. Adapun pilihan jawaban yang tersedia:  
 STS : Sangat Tidak Setuju  
 TS : Tidak Setuju  
 S : Setuju  
 SS : Sangat Setuju
- Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda silang (X) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda kehendaki.
- Kerapasaan jawaban Anda dijamin sepenuhnya.
- Jika sudah selesai penska kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewatkan.
- Atas partisipasi dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

No	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1	Saya merasa keluarga tidak ada yang peduli dengan saya			✓	
2	Saya mampu menjalin relasi yang hangat dengan orang lain				✓
3	Saya melakukan segala cara untuk mencapai suatu tujuan				✓
4	Saya memiliki penyakit pada saraf yang membuat saya mudah melukai diri sendiri	✓			
5	Saya membersihkan sesuatu ketika merasa marah			✓	
6	Saya sengaja menggosokkan kaca pada kulit saya				✓
7	Saya dapat berfikir dengan jernih meskipun ada masalah yang berat	✓			
8	Saya sengaja memukul atau membertarkan				✓

No	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
9	kepala Saya menarik nafas dan mengeluarkannya untuk menenangkan diri saat cemas agar merasa rileks				✓
10	Saya merasa lega setelah menggores diri sendiri ketika mendapat masalah				✓
11	Saya curhat atau bercerita dengan orang yang saya percaya ketika ada masalah				✓
12	Saya sengaja menusuk benda tajam peniti, jarum dikulit saya (karena saya membenci diri saya)				✓
13	Saya tanpa sadar menarik rambut saya saat perasaan kacau atau kecewa				✓
14	Saya merasa keluarga,teman, serta pasangan selalu ada ketika saya membutuhkan				✓
15	Saya merasa bahwa keluarga, teman, dan pasangan menolak keberadaan saya			✓	
16	Saya mencoba ikhlas atas kegagalan yang saya dapatkan	✓			
17	Keluarga saya sangat peduli dengan keadaan saya				✓
18	Saya merasa belum mampu menjalin hubungan yang hangat bersama orang lain			✓	
19	Teman, dan pasangan saya memahami keadaan saya				✓
20	Teman, sahabat, dan pasangan tidak ada yang dapat memahami saya				✓

Lampiran 3. Rekap Siswa yang Terindikasi Pernah Melakukan *Self-Injury*

<b>Rekap Siswa yang Pernah Terindikasi <i>Self-Injury</i></b>						
<b>No</b>	<b>Nama Responden</b>	<b>No Butir Pernyataan</b>				
		<b>6</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
1	ACR	3	3	3	3	4
2	AZ	4	3	4	4	3
3	KFA	4				
4	NOS	3	3		3	4
5	DJP		3			4
6	DATD		3			
7	GMNSS		3			4
8	KMAJ		4	3		
9	NCS		3			3
10	IGKSSU				3	
11	KDS				4	
12	MGK					3
13	MAF					3
14	NLPM					3
16	PYM					3



## Lampiran 4. Lembar Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling

<b>Judul Penelitian</b>	:	Pengembangan <i>E-Modul</i> Berbasis Konseling <i>Cognitive Behavioral</i> untuk Mengurangi Perilaku <i>Self-Injury</i> Pada Siswa Korban <i>Bullying</i> di Sekolah Menengah Pertama
<b>Profil Narasumber</b>	:	
<b>Jenis Kelamin</b>	:	
<b>Status</b>	:	
<b>Tujuan Wawancara</b>	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengidentifikasi gambaran kasus <i>self-injury</i> pada siswa korban <i>bullying</i> di sekolah.</li> <li>2. Mengetahui upaya penanganan yang telah dilakukan guru bimbingan dan konseling terhadap siswa yang melakukan <i>self-injury</i>.</li> <li>3. Mengidentifikasi relevansi dan kesesuaian media yang dikembangkan dengan tujuan layanan bimbingan dan konseling di sekolah.</li> </ol>

No.	Aspek Yang Digali	Pertanyaan Wawancara
1	Identifikasi Kasus	<p>Apakah Bapak/Ibu pernah menemukan siswa yang menunjukkan tanda-tanda perilaku <i>self-injury</i>?</p> <p>Bagaimana bentuk perilaku <i>self-injury</i> yang biasanya muncul pada siswa tersebut?</p>
2	Dampak <i>Bullying</i>	<p>Apakah siswa korban <i>bullying</i> di sekolah Bapak/Ibu cenderung menunjukkan perilaku menyakiti diri?</p> <p>Apakah terdapat perubahan perilaku sosial atau akademik pada siswa korban <i>bullying</i> yang berisiko melakukan <i>self-injury</i>?</p>
3	Penanganan dan Strategi Konseling	<p>Layanan atau pendekatan apa yang selama ini telah digunakan dalam menangani siswa korban <i>bullying</i> yang mengalami <i>self-injury</i>?</p> <p>Apakah Bapak/Ibu pernah menerapkan pendekatan <i>Cognitive Behavioral</i> atau pendekatan serupa dalam konseling? Jika pernah, bagaimana hasilnya?</p> <p>Pendekatan atau teknik konseling apa yang selama ini paling sering Bapak/Ibu gunakan untuk membantu siswa memulihkan kondisi psikologisnya?</p> <p>Hambatan apa saja yang Bapak/Ibu hadapi dalam memberikan layanan konseling pada kasus seperti ini?</p>
4	Kebutuhan Media dan <i>E-Modul</i>	<p>Bagaimana pendapat Bapak/Ibu mengenai efektivitas media digital dalam layanan BK di sekolah?</p> <p>Materi apa saja yang sebaiknya dimasukkan dalam <i>E-Modul</i> agar sesuai dengan layanan BK dan kebutuhan siswa?</p> <p>Apakah Bapak/Ibu bersedia menggunakan <i>e-modul</i> ini dalam layanan konseling jika telah dikembangkan?</p>
5	Kolaborasi dengan Pihak Lain	Tindakan kolaborasi apa yang Anda lakukan agar perilaku <i>self-injury</i> segera teratasi?

6	Saran dan Harapan	Saran Bapak/Ibu untuk pengembangan <i>e-modul</i> ini agar sesuai dengan kebutuhan siswa dan praktis digunakan di sekolah.
---	-------------------	--



## Lampiran 5. Lembar Pedoman Wawancara Siswa

<b>Judul Penelitian</b>	:	Pengembangan <i>E-Modul</i> Berbasis Konseling <i>Cognitive Behavioral</i> untuk Mengurangi Perilaku <i>Self-Injury</i> Pada Siswa Korban <i>Bullying</i> di Sekolah Menengah Pertama
<b>Profil Narasumber</b>	:	
<b>Jenis Kelamin</b>	:	
<b>Status</b>	:	
<b>Tujuan Wawancara</b>	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengidentifikasi bentuk perilaku <i>self-injury</i> yang dilakukan oleh siswa.</li> <li>2. Memahami tujuan di balik tindakan <i>self-injury</i>.</li> <li>3. Mendalami pola dan frekuensi perilaku <i>self-injury</i>.</li> <li>4. Memahami situasi dan lingkungan sosial yang berkaitan dengan perilaku <i>self-injury</i>.</li> </ol>

No	Aspek	Indikator	Daftar Pertanyaan
1	Perilaku melukai diri secara sengaja	Menyayat kulit	Apakah Anda pernah dengan sengaja menyayat kulit Anda? Bisa ceritakan kapan dan bagaimana hal itu terjadi?
		Membenturkan kepala	Pernahkah Anda membenturkan kepala Anda dengan sengaja? Dalam situasi seperti apa?
		Memukul diri sendiri	Apakah Anda pernah memukul diri sendiri? Apa yang biasanya memicu tindakan tersebut?
		Menjambak rambut sendiri	Pernahkah Anda menjambak rambut Anda sendiri? Apa yang Anda rasakan saat melakukannya?
		Menggigit diri sendiri	Apakah Anda pernah menggigit diri sendiri sampai menimbulkan rasa sakit atau luka?
		Menusuk diri sendiri dengan peniti, pensil, atau benda dengan ujungnya yang runcing	Apakah Anda pernah menusuk diri sendiri dengan peniti, pensil, atau benda tajam lainnya? Bisa jelaskan situasinya?
2	Meredakan tekanan psikologis tanpa niat bunuh diri	Munculnya perasaan lega atau tenang setelah melukai diri	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bagaimana perasaan Anda setelah melukai diri? Apakah ada rasa lega atau tenang?</li> <li>2. Berapa lama perasaan lega tersebut biasanya bertahan?</li> </ol>
3	Pola perilaku yang berulang	Dilakukan secara berulang setiap menghadapi tekanan emosional	1. Kapan terakhir kali Anda melakukan tindakan tersebut?

	dengan bahaya rendah		<p>2. Seberapa sering Anda melakukan tindakan tersebut dalam satu minggu atau satu bulan terakhir?</p> <p>3. Apakah ada situasi atau perasaan tertentu yang hampir selalu membuat Anda ingin melukai diri?</p>
4	Dilakukan dengan cara yang tidak dapat diterima secara sosial	Dilakukan secara sembunyi-sembunyi di tempat yang tidak terlihat orang lain.	<p>1. Apakah Anda biasanya melakukan tindakan ini secara sembunyi-sembunyi agar tidak diketahui orang lain?</p> <p>2. Pernahkah Anda mencoba menutupi bekas luka atau tanda melukai diri agar tidak terlihat?</p>
		Individu cenderung menghindari situasi sosial.	<p>1. Apakah ada rasa takut atau khawatir orang lain mengetahui tindakan tersebut?</p> <p>2. Apakah Anda cenderung menghindari berkumpul dengan orang lain setelah melukai diri?</p>



## Lampiran 6. Lembar Pedoman Observasi Siswa

<b>Judul Penelitian</b>	:	Pengembangan <i>E-Modul</i> Berbasis Konseling <i>Cognitive Behavioral</i> untuk Mengurangi Perilaku <i>Self-Injury</i> Pada Siswa Korban <i>Bullying</i> di Sekolah Menengah Pertama
<b>Nama Siswa</b>	:	
<b>Jenis Kelamin</b>	:	
<b>Status</b>	:	
<b>Tanggal Observasi</b>	:	
<b>Observer</b>	:	

No	Domain Observasi	Indikator Perilaku	Ya	Tidak
1	Perilaku fisik	Terdapat bekas luka, sayatan, atau memar yang tidak sesuai dengan aktivitas normal siswa		
		Menggunakan perban/plester secara berulang tanpa alasan medis jelas		
2	Emosi negatif	Ekspresi wajah sering murung atau sedih berkepanjangan		
		Mudah marah atau menunjukkan ledakan emosi tanpa sebab jelas		
3	Pikiran negatif	Pernah mengungkapkan keinginan untuk melukai diri sendiri		
4	Interaksi sosial	Menarik diri dari teman sebaya secara konsisten		
		Menghindari interaksi dengan guru atau staf sekolah		
		Lebih sering mengisolasi diri di area tertentu di sekolah		
5	Tanda <i>bullying</i>	Pernah terlihat menjadi target ejekan, hinaan, atau ancaman dari teman sebaya		
		Menunjukkan perilaku menghindar terhadap kelompok tertentu di sekolah		

Lampiran 7. Surat Uji *Judges*

KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,  
DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**  
Jalan Udayana Nomor 11 Singaraja – Bali, Kode Pos 81116  
Telepon. (0362) 22570 Email: [fip@undiksha.ac.id](mailto:fip@undiksha.ac.id)  
Laman: [www.fip.undiksha.ac.id](http://www.fip.undiksha.ac.id)

Nomor : 227/UN48.10.5/PK.01.03/2026 Singaraja, 06 Januari 2026  
Lampiran : -  
Hal : Uji *Judges*

Yth.

Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd., Wayan Eka Paramartha, S.Pd., M.Pd.  
di tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Seminar Hasil, mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat memeriksa instrumen (sebagai *judges*) penelitian. Adapun mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut.

Nama : Ni Wayan Septiari  
NIM : 2211011013  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan /IPPB  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

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

Ketua Jurusan,



I Gde Wawan Sudatha  
NIP. 198202142008121004



Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BsrE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

Lampiran 8. Hasil Uji *Judges***Lembar Penilaian Pakar (Uji Judges)**Instrumen : *Self-Injury*

Nama Pakar : Wayan Eka Paramartha, S.Pd.,M.Pd

No Butir	Respon Judges (√)		Saran/Komentar
	Relevan	Tidak Relevan	
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	✓		
31	✓		
32	✓		
33	✓		
34	✓		
35	✓		
36	✓		
37	✓		
38	✓		
39	✓		
40	✓		
41	✓		
42	✓		
43	✓		
44	✓		
45	✓		
46	✓		
47	✓		

48	✓		
49	✓		
50	✓		

Catatan. agar diperhatikan jumlah butir item agar tidak terlalu banyak

Singaraja, 29 Desember 2025

Pakar



(Wayan Eka Paramartha, S.Pd.,M.Pd)

NIP. 199307012022031005

## Lampiran 9. Surat Uji Instrumen



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,  
DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
Jalan Udayana Nomor 11 Singaraja – Bali, Kode Pos 81116  
Telepon. (0362) 22570 Email: fip@undiksha.ac.id  
Laman: www.fip.undiksha.ac.id

Nomor : 766/UN48.10.5/PK.01.03/2026 Singaraja, 15 Januari 2026  
Lampiran : -  
Hal : Uji Instrumen

Yth.  
Kepala SMP Negeri 4 Singaraja  
di tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Seminar Hasil, Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha, mohon agar mahasiswa kami dapat diterima untuk melaksanakan uji instrumen penelitian di instansi Bapak/Ibu pimpin. Adapun mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut.

Nama : Ni Wayan Septiari  
NIM : 2211011013  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan/ IPPB  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

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

Ketua Jurusan,



I Gde Wawan Sudatha  
NIP. 198202142008121004



Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BsrE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

# Lampiran 10. Kuesioner Uji Instrumen

**KUESIONER SELF-INJURY**

A. Identifikasi Siswa:  
 Nama : 16517 NURAH PUTU AYU JAWA NEGARA  
 Kelas : 5A10141  
 Umur : 16 Tahun  
 Jenis kelamin : Laki - Laki

B. Pernyataan pengisian kuisioner

- Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan jawab dengan jujur-jujurnya tanpa dipengaruhi siapapun.
- Setiap jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.
- Dua setiap pernyataan dengan cekatan. Kemungkinan besar jawaban pada setiap pernyataan dengan menandakan tanda (✓) pada salah satu pilihan yang tersedia. Adapun pilihan jawaban yang tersedia:  
 SS = Sangat Benar  
 S = Benar  
 K = Kurang Benar  
 TP = Tidak Pernah
- Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda centang (✓) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda ketuk.
- Kemungkinan jawaban Anda dipaparkan.
- Dia sudah selesai periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang keliru.
- Apa partisipasi dan kerajinanmu, saya ucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	SS	S	K	TP
1	Saya cenderung melihat diri dengan menyayangi baik ketika mengalami kesulitan dengan teman saya	✓			
2	Saya pernah memomtomkan kepala saya secara sengaja saat menghadapi tekanan atau emosi yang sulit dikendalikan				✓
3	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakitinya	✓			
4	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakitinya	✓			
5	Saya pernah mengajagi lengan atau tangan saya sendiri untuk mengkilikan rasa sakit emosional	✓			
6	Saya menggunakan benda tajam atau pisau untuk melukai diri sendiri	✓			
7	Saya pernah menyayangi kaki saya sendiri ketika merasa sangat sedih karena tekanan di lingkungan sosial	✓			
8	Saya merasa lebih senang ketika melihat teman saya sendiri ketika stres	✓			

No	Pernyataan	SS	S	K	TP
9	Saya merasa lebih tenang setelah menyayangi diri sendiri saat menghadapi tekanan	✓			
10	Saya merasa lebih tenang setelah menyayangi diri sendiri saat menghadapi tekanan	✓			
11	Saya menggunakan memukul diri sendiri sebagai respon yang sehat untuk menghadapi tekanan sosial yang saya alami	✓			
12	Saya memomtomkan kepala ketika mengalami tekanan sosial yang saya alami	✓			
13	Saya merasa lebih tenang setelah menyayangi diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial yang saya alami	✓			
14	Saya menyayangi diri sendiri setiap kali mengalami tekanan sosial yang saya alami	✓			
15	Saya sering memukul palam tangan panjang untuk menenangkan diri saya sendiri	✓			
16	Saya cenderung menyayangi diri ketika saya sendiri ketika hal itu tidak dapat diterima di lingkungan sekitar saya	✓			
17	Saya sulit berurusan dengan teman baru dan sering memomtomkan kepala ketika merasa tertekan karena pergaulan di lingkungan di masa lalu	✓			
18	Saya sering mengajagi bahu ketika merasa tertekan dengan banyak orang karena saya pernah dipermalukan di depan umum	✓			
19	Saya memomtomkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain	✓			
20	Saya sering memomtomkan kepala ketika mengalami tekanan sosial	✓			
21	Saya merasa menyayangi kaki adalah cara terbaik untuk mengkilikan rasa sakit	✓			
22	Saya lebih suka diam dan menyayangi kaki daripada memomtomkan kepala	✓			
23	Saya sering memukul bahu karena tidak tahan saat berhadapan dengan teman	✓			
24	Saya merasa lega setelah memomtomkan rambut sendiri ketika merasa tertekan	✓			
25	Saya cenderung menyayangi bahu untuk melepaskan perasaan yang sulit	✓			
26	Teman tidak bisa yang dapat memomtomkan saya sehingga saya sadar memukul kepala dengan penuh	✓			
27	Saya pernah memomtomkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain	✓			
28	Saya merasa lega setelah menyayangi kaki karena saya pernah dipermalukan orang lain	✓			
29	Saya menyayangi kaki setiap ora untuk melepaskan rasa sakit akibat perlakuan orang lain	✓			
30	Saya menyayangi kaki ketika merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari teman sebaya	✓			
31	Saya memomtomkan kepala ketika merasa marah terhadap diri sendiri	✓			

No	Pernyataan	SS	S	K	TP
32	Memomtomkan kepala membantu saya melepaskan tekanan emosional	✓			
33	Saya memomtomkan kepala karena merasa tidak berdaya menghadapi masalah sosial di sekolah	✓			
34	Saya merasa lega setelah memukul diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial	✓			
35	Saya memukul diri sendiri untuk melepaskan rasa marah yang tidak bisa saya ungkapkan pada orang lain	✓			
36	Saya memukul diri sendiri karena merasa tertekan dan tidak berdaya ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sosial	✓			
37	Saya memukul atau memomtomkan rambut sendiri ketika merasa lemah terhadap diri sendiri	✓			
38	Saya memomtomkan rambut sendiri untuk melepaskan rasa marah	✓			
39	Saya menyayangi bahu untuk melepaskan perasaan dari rasa sedih atau marah yang saya alami	✓			
40	Saya menyayangi diri sendiri ketika merasa tertekan dan marah	✓			
41	Saya pernah menyayangi bahu ketika merasa tertekan dan marah	✓			
42	Saya pernah menyayangi diri sendiri karena tidak mampu melepaskan rasa marah yang kuat	✓			
43	Saya pernah memomtomkan kepala saat merasa tertekan dan marah	✓			
44	Saya menggunakan benda tajam seperti pisau untuk memomtomkan rasa sakit emosional	✓			
45	Saya memukul kaki dengan benda runcing karena merasa sangat sedih dan berduka	✓			
46	Saya memukul tangan dengan benda tajam karena merasa tertekan dan tekanan yang dihadapi saat ini	✓			
47	Saya memukul diri sendiri karena merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari orang lain	✓			
48	Saya merasa lega setelah memukul diri ketika tekanan dari teman sebaya terlalu berat	✓			
49	Saya memomtomkan kepala akibat merasa tertekan dan marah karena tekanan dari orang-orang di sekitar saya	✓			
50	Saya memomtomkan rambut sendiri ketika merasa tertekan karena tidak mampu melepaskan diri dengan teman-teman	✓			

Sinjapura, 25 Desember 2020  
 16517 NURAH PUTU AYU JAWA NEGARA

**KUESIONER SELF-INJURY**

A. Identifikasi Siswa:  
 Nama : 16517 NURAH PUTU AYU JAWA NEGARA  
 Kelas : 5A10141  
 Umur : 16 Tahun  
 Jenis kelamin : Laki - Laki

B. Pernyataan pengisian kuisioner

- Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan jawab dengan jujur-jujurnya tanpa dipengaruhi siapapun.
- Setiap jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.
- Dua setiap pernyataan dengan cekatan. Kemungkinan besar jawaban pada setiap pernyataan dengan menandakan tanda (✓) pada salah satu pilihan yang tersedia. Adapun pilihan jawaban yang tersedia:  
 SS = Sangat Benar  
 S = Benar  
 K = Kurang Benar  
 TP = Tidak Pernah
- Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda centang (✓) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda ketuk.
- Kemungkinan jawaban Anda dipaparkan.
- Dia sudah selesai periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang keliru.
- Apa partisipasi dan kerajinanmu, saya ucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	SS	S	K	TP
1	Saya cenderung melihat diri dengan menyayangi baik ketika mengalami kesulitan dengan teman saya	✓			
2	Saya pernah memomtomkan kepala saya secara sengaja saat menghadapi tekanan atau emosi yang sulit dikendalikan				✓
3	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakitinya	✓			
4	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakitinya	✓			
5	Saya pernah mengajagi lengan atau tangan saya sendiri untuk mengkilikan rasa sakit emosional	✓			
6	Saya menggunakan benda tajam atau pisau untuk melukai diri sendiri	✓			
7	Saya pernah menyayangi kaki saya sendiri ketika merasa sangat sedih karena tekanan di lingkungan sosial	✓			
8	Saya merasa lebih senang ketika melihat teman saya sendiri ketika stres	✓			

No	Pernyataan	SS	S	K	TP
9	Saya merasa lebih tenang setelah menyayangi diri sendiri saat menghadapi tekanan	✓			
10	Saya merasa lebih tenang setelah menyayangi diri sendiri saat menghadapi tekanan	✓			
11	Saya menggunakan memukul diri sendiri sebagai respon yang sehat untuk menghadapi tekanan sosial yang saya alami	✓			
12	Saya memomtomkan kepala ketika mengalami tekanan sosial yang saya alami	✓			
13	Saya merasa lebih tenang setelah menyayangi diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial yang saya alami	✓			
14	Saya menyayangi diri sendiri setiap kali mengalami tekanan sosial yang saya alami	✓			
15	Saya sering memukul palam tangan panjang untuk menenangkan diri saya sendiri	✓			
16	Saya cenderung menyayangi diri ketika saya sendiri ketika hal itu tidak dapat diterima di lingkungan sekitar saya	✓			
17	Saya sulit berurusan dengan teman baru dan sering memomtomkan kepala ketika merasa tertekan karena pergaulan di lingkungan di masa lalu	✓			
18	Saya sering mengajagi bahu ketika merasa tertekan dengan banyak orang karena saya pernah dipermalukan di depan umum	✓			
19	Saya memomtomkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain	✓			
20	Saya sering memomtomkan kepala ketika mengalami tekanan sosial	✓			
21	Saya merasa menyayangi kaki adalah cara terbaik untuk mengkilikan rasa sakit	✓			
22	Saya lebih suka diam dan menyayangi kaki daripada memomtomkan kepala	✓			
23	Saya sering memukul bahu karena tidak tahan saat berhadapan dengan teman	✓			
24	Saya merasa lega setelah memomtomkan rambut sendiri ketika merasa tertekan	✓			
25	Saya cenderung menyayangi bahu untuk melepaskan perasaan yang sulit	✓			
26	Teman tidak bisa yang dapat memomtomkan saya sehingga saya sadar memukul kepala dengan penuh	✓			
27	Saya pernah memomtomkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain	✓			
28	Saya merasa lega setelah menyayangi kaki karena saya pernah dipermalukan orang lain	✓			
29	Saya menyayangi kaki setiap ora untuk melepaskan rasa sakit akibat perlakuan orang lain	✓			
30	Saya menyayangi kaki ketika merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari teman sebaya	✓			
31	Saya memomtomkan kepala ketika merasa marah terhadap diri sendiri	✓			

No	Pernyataan	SS	S	K	TP
32	Memomtomkan kepala membantu saya melepaskan tekanan emosional	✓			
33	Saya memomtomkan kepala karena merasa tidak berdaya menghadapi masalah sosial di sekolah	✓			
34	Saya merasa lega setelah memukul diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial	✓			
35	Saya memukul diri sendiri untuk melepaskan rasa marah yang tidak bisa saya ungkapkan pada orang lain	✓			
36	Saya memukul diri sendiri karena merasa tertekan dan tidak berdaya ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sosial	✓			
37	Saya memukul atau memomtomkan rambut sendiri ketika merasa lemah terhadap diri sendiri	✓			
38	Saya memomtomkan rambut sendiri untuk melepaskan rasa marah	✓			
39	Saya menyayangi bahu untuk melepaskan perasaan dari rasa sedih atau marah yang saya alami	✓			
40	Saya menyayangi diri sendiri ketika merasa tertekan dan marah	✓			
41	Saya pernah menyayangi bahu ketika merasa tertekan dan marah	✓			
42	Saya pernah menyayangi diri sendiri karena tidak mampu melepaskan rasa marah yang kuat	✓			
43	Saya pernah memomtomkan kepala saat merasa tertekan dan marah	✓			
44	Saya menggunakan benda tajam seperti pisau untuk memomtomkan rasa sakit emosional	✓			
45	Saya memukul kaki dengan benda runcing karena merasa sangat sedih dan berduka	✓			
46	Saya memukul tangan dengan benda tajam karena merasa tertekan dan tekanan yang dihadapi saat ini	✓			
47	Saya memukul diri sendiri karena merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari orang lain	✓			
48	Saya merasa lega setelah memukul diri ketika tekanan dari teman sebaya terlalu berat	✓			
49	Saya memomtomkan kepala akibat merasa tertekan dan marah karena tekanan dari orang-orang di sekitar saya	✓			
50	Saya memomtomkan rambut sendiri ketika merasa tertekan karena tidak mampu melepaskan diri dengan teman-teman	✓			

Sinjapura, 25 Desember 2020  
 16517 NURAH PUTU AYU JAWA NEGARA

**KUESIONER SELF-INJURY**

A. Identifikasi Siswa:  
 Nama : 16517 NURAH PUTU AYU JAWA NEGARA  
 Kelas : 5A10141  
 Umur : 16 Tahun  
 Jenis kelamin : Laki - Laki

B. Pernyataan pengisian kuisioner

- Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan jawab dengan jujur-jujurnya tanpa dipengaruhi siapapun.
- Setiap jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.
- Dua setiap pernyataan dengan cekatan. Kemungkinan besar jawaban pada setiap pernyataan dengan menandakan tanda (✓) pada salah satu pilihan yang tersedia. Adapun pilihan jawaban yang tersedia:  
 SS = Sangat Benar  
 S = Benar  
 K = Kurang Benar  
 TP = Tidak Pernah
- Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda centang (✓) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda ketuk.
- Kemungkinan jawaban Anda dipaparkan.
- Dia sudah selesai periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang keliru.
- Apa partisipasi dan kerajinanmu, saya ucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	SS	S	K	TP
1	Saya cenderung melihat diri dengan menyayangi baik ketika mengalami kesulitan dengan teman saya	✓			
2	Saya pernah memomtomkan kepala saya secara sengaja saat menghadapi tekanan atau emosi yang sulit dikendalikan				✓
3	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakitinya	✓			
4	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakitinya	✓			
5	Saya pernah mengajagi lengan atau tangan saya sendiri untuk mengkilikan rasa sakit emosional	✓			
6	Saya menggunakan benda tajam atau pisau untuk melukai diri sendiri	✓			
7	Saya pernah menyayangi kaki saya sendiri ketika merasa sangat sedih karena tekanan di lingkungan sosial	✓			
8	Saya merasa lebih senang ketika melihat teman saya sendiri ketika stres	✓			

No	Pernyataan	SS	S	K	TP
9	Saya merasa lebih tenang setelah menyayangi diri sendiri saat menghadapi tekanan	✓			
10	Saya merasa lebih tenang setelah menyayangi diri sendiri saat menghadapi tekanan	✓			
11	Saya menggunakan memukul diri sendiri sebagai respon yang sehat untuk menghadapi tekanan sosial yang saya alami	✓			
12	Saya memomtomkan kepala ketika mengalami tekanan sosial yang saya alami	✓			
13	Saya merasa lebih tenang setelah menyayangi diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial yang saya alami	✓			
14	Saya menyayangi diri sendiri setiap kali mengalami tekanan sosial yang saya alami	✓			
15	Saya sering memukul palam tangan panjang untuk menenangkan diri saya sendiri	✓			
16	Saya cenderung menyayangi diri ketika saya sendiri ketika hal itu tidak dapat diterima di lingkungan sekitar saya	✓			
17	Saya sulit berurusan dengan teman baru dan sering memomtomkan kepala ketika merasa tertekan karena pergaulan di lingkungan di masa lalu	✓			
18	Saya sering mengajagi bahu ketika merasa tertekan dengan banyak orang karena saya pernah dipermalukan di depan umum	✓			
19	Saya memomtomkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain	✓			
20	Saya sering memomtomkan kepala ketika mengalami tekanan sosial	✓			
21	Saya merasa menyayangi kaki adalah cara terbaik untuk mengkilikan rasa sakit	✓			
22	Saya lebih suka diam dan menyayangi kaki daripada memomtomkan kepala	✓			
23	Saya sering memukul bahu karena tidak tahan saat berhadapan dengan teman	✓			
24	Saya merasa lega setelah memomtomkan rambut sendiri ketika merasa tertekan	✓			
25	Saya cenderung menyayangi bahu untuk melepaskan perasaan yang sulit	✓			
26	Teman tidak bisa yang dapat memomtomkan saya sehingga saya sadar memukul kepala dengan penuh	✓			
27	Saya pernah memomtomkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain	✓			
28	Saya merasa lega setelah menyayangi kaki karena saya pernah dipermalukan orang lain	✓			
29	Saya menyayangi kaki setiap ora untuk melepaskan rasa sakit akibat perlakuan orang lain	✓			
30	Saya menyayangi kaki ketika merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari teman sebaya	✓			
31	Saya memomtomkan kepala ketika merasa marah terhadap diri sendiri	✓			

No	Pernyataan	SS	S	K	TP
32	Memomtomkan kepala membantu saya melepaskan tekanan emosional	✓			
33	Saya memomtomkan kepala karena merasa tidak berdaya menghadapi masalah sosial di sekolah	✓			
34	Saya merasa lega setelah memukul diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial	✓			
35	Saya memukul diri sendiri untuk melepaskan rasa marah yang tidak bisa saya ungkapkan pada orang lain	✓			
36	Saya memukul diri sendiri karena merasa tertekan dan tidak berdaya ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sosial	✓			
37	Saya memukul atau memomtomkan rambut sendiri ketika merasa lemah terhadap diri sendiri	✓			
38	Saya memomtomkan rambut sendiri untuk melepaskan rasa marah	✓			
39	Saya menyayangi bahu untuk melepaskan perasaan dari rasa sedih atau marah yang saya alami	✓			
40	Saya menyayangi diri sendiri ketika merasa tertekan dan marah	✓			
41	Saya pernah menyayangi bahu ketika merasa tertekan dan marah	✓			
42	Saya pernah menyayangi diri sendiri karena tidak mampu melepaskan rasa marah yang kuat	✓			
43	Saya pernah memomtomkan kepala saat merasa tertekan dan marah	✓			
44	Saya menggunakan benda tajam seperti pisau untuk memomtomkan rasa sakit emosional	✓			
45	Saya memukul kaki dengan benda runcing karena merasa sangat sedih dan berduka	✓			
46	Saya memukul tangan dengan benda tajam karena merasa tertekan dan tekanan yang dihadapi saat ini	✓			
47	Saya memukul diri sendiri karena merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari orang lain	✓			
48	Saya merasa lega setelah memukul diri ketika tekanan dari teman sebaya terlalu berat	✓			
49	Saya memomtomkan kepala akibat merasa tertekan dan marah karena tekanan dari orang-orang di sekitar saya	✓			
50	Saya memomtomkan rambut sendiri ketika merasa tertekan karena tidak mampu melepaskan diri dengan teman-teman	✓			

Sinjapura, 25 Desember 2020  
 16517 NURAH PUTU AYU JAWA NEGARA

## Lampiran 11. Surat Uji Ahli Media



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,  
DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
Jalan Udayana Nomor 11 Singaraja – Bali, Kode Pos 81116  
Telepon. (0362) 22570 Email: fip@undiksha.ac.id  
Laman: www.fip.undiksha.ac.id

Nomor : 1455/UN48.10.5/PK.01.03/2026 Singaraja, 28 Januari 2026  
Lampiran : -  
Hal : Validasi Media Pembelajaran

Yth.

Dr. I Kadek Suartama, S.Pd., M.Pd. dan Dr. Dewa Gede Agus Putra Prabawa, S.Pd., M.Pd.  
di tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Seminar Hasil, Program Studi Bimbingan dan Konseling, dimohonkan kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat memberikan uji validasi ahli media pembelajaran produk penelitian mahasiswa berikut:

Nama : Ni Wayan Septiari  
NIM : 2211011013  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan/ IPPB

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

Ketua Jurusan,



I Gde Wawan Sudatha  
NIP. 198202142008121004



Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BsrE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

## Lampiran 12. Uji Ahli Media

**LEMBAR VALIDASI UNTUK AHLI MEDIA**

Judul Program : Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* Pada Siswa Korban *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama

Nama Peneliti : Ni Wayan Septiari

Setting Layanan : Konseling Kelompok

Materi Pokok : *Self-Injury* dan Penangannya melalui Pendekatan Konseling *Cognitive Behavioral* dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif.

---



---

Bapak/Ibu yang terhormat,

Saya memohon bantuan Bapak/Ibu untuk mengisi angket ini. Angket ini ditujukan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu tentang “Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* Pada Siswa Korban *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama”. Penggunaan instrumen ini bertujuan untuk mengukur kevalidan penggunaan *e-modul* untuk layanan konseling kelompok. Penilaian, saran dan koreksi dari Bapak/Ibu akan sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media layanan bimbingan dan konseling ini. Atas perhatian dan kesediaannya untuk mengisi instrumen ini, saya ucapkan terima kasih.

**A. PETUNJUK PENGISIAN**

- 1) Isilah tanda check (√) pada kolom yang Bapak/Ibu anggap sesuai dengan aspek penilaian yang ada
- 2) Kriteria penilaian
  - 1 = Kurang Baik
  - 2 = Kurang
  - 3 = Cukup
  - 4 = Baik
  - 5 = Sangat Baik

- 3) Apabila terdapat beberapa hal yang perlu di revisi, mohon untuk menuliskan butir-butir revisi secara langsung pada tempat yang telah disediakan.

#### B. ASPEK PENILAIAN

No	Butir Penilaian	Skor Penilaian					Catatan
		1	2	3	4	5	
<b>Aspek Tampilan</b>							
1	Pemilihan <i>background</i> yang sudah sesuai dengan tema konsep pengembangan				✓		
2	Kesesuaian warna tulisan dengan <i>background</i>				✓		
3	Kombinasi warna menarik				✓		
4	Ketepatan pemilihan <i>font</i> agar mudah dibaca			✓			
5	Tampilan menarik, konsisten, dan sesuai dengan karakteristik siswa.				✓		
<b>Aspek Aksesibilitas</b>							
6	Kemudahan dan kesederhanaan dalam pengoperasian oleh pengguna				✓		
7	Kelengkapan petunjuk penggunaan				✓		
8	Kejelasan alur dan tujuan pengguna				✓		
9	Dapat digunakan mandiri tanpa terbimbing ( <i>flexible</i> )				✓		
10	Kelengkapan petunjuk penggunaan untuk mengakses fitur-fitur di dalam <i>e-modul</i> .				✓		
<b>Aspek Keterbacaan</b>							
11	Ukuran pada teks dapat dibaca dengan jelas			✓			
12	Kalimat yang digunakan dalam media mudah di pahami				✓		
13	Ketepatan ejaan dan tata bahasa				✓		
<b>Aspek Navigasi</b>							
14	Navigasi menu jelas dan berfungsi dengan baik				✓		
15	Ketepatan tata letak tombol navigasi				✓		

Aspek Teknis							
16	Kesesuaian tampilan e-modul saat diakses melalui perangkat yang berbeda (PC/Smartphone)					✓	
17	Kelancaran efek transisi perpindahan halaman ( <i>page-flip effect</i> )					✓	
18	Kejelasan fungsi daftar isi untuk menuju halaman tertentu secara cepat.					✓	
19	Responsivitas fitur <i>zoom-in</i> dan <i>zoom-out</i> untuk memperjelas konten yang detail.					✓	
20	Berfungsinya semua tautan ( <i>hyperlink</i> atau <i>qr code</i> ) atau tombol navigasi yang tersedia dengan benar					✓	

#### C. KOMENTAR DAN SARAN

1. Contoh huruf sans serif
2. gambar slide, video, lebih baik di sesuaikan
3. Hindari ruang kosong
4. bentuk layout lebih di visualkan

#### D. KESIMPULAN

Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* Pada Siswa Korban *Bullying* \*):

1. Layak digunakan di lapangan tanpa revisi.
2. Layak digunakan di lapangan dengan revisi.
3. Tidak layak digunakan di lapangan.

\*) Lingkari salah satu!

Singaraja, 2-2-2022  
Ahli Media

  
Dr. Dewa Gede H. Patra P.  
NIP. 198908082022211004

### LEMBAR VALIDASI UNTUK AHLI MEDIA

Judul Program : Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* Pada Siswa Korban *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama

Nama Peneliti : Ni Wayan Septiari

Setting Layanan : Konseling Kelompok

Materi Pokok : *Self-Injury* dan Penangannya melalui Pendekatan Konseling *Cognitive Behavioral* dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif.

---



---

Bapak/Ibu yang terhormat,

Saya memohon bantuan Bapak/Ibu untuk mengisi angket ini. Angket ini ditujukan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu tentang “Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* Pada Siswa Korban *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama”. Penggunaan instrumen ini bertujuan untuk mengukur kevalidan penggunaan *e-modul* untuk layanan konseling kelompok. Penilaian, saran dan koreksi dari Bapak/Ibu akan sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media layanan bimbingan dan konseling ini. Atas perhatian dan kesediaannya untuk mengisi instrumen ini, saya ucapkan terima kasih.

#### A. PETUNJUK PENGISIAN

- 1) Isilah tanda check (√) pada kolom yang Bapak/Ibu anggap sesuai dengan aspek penilaian yang ada
- 2) Kriteria penilaian
  - 1 = Kurang Baik
  - 2 = Kurang
  - 3 = Cukup
  - 4 = Baik
  - 5 = Sangat Baik

- 3) Apabila terdapat beberapa hal yang perlu di revisi, mohon untuk menuliskan butir-butir revisi secara langsung pada tempat yang telah disediakan.

#### B. ASPEK PENILAIAN

No	Butir Penilaian	Skor Penilaian					Catatan
		1	2	3	4	5	
<b>Aspek Tampilan</b>							
1	Pemilihan <i>background</i> yang sudah sesuai dengan tema konsep pengembangan				✓		
2	Kesesuaian warna tulisan dengan <i>background</i>			✓			
3	Kombinasi warna menarik				✓		
4	Ketepatan pemilihan <i>font</i> agar mudah dibaca						
5	Tampilan menarik, konsisten, dan sesuai dengan karakteristik siswa.				✓		
<b>Aspek Akseibilitas</b>							
6	Kemudahan dan kesederhanaan dalam pengoperasian oleh pengguna				✓		
7	Kelengkapan petunjuk penggunaan						
8	Kejelasan alur dan tujuan pengguna			✓			
9	Dapat digunakan mandiri tanpa terbimbinng ( <i>flexible</i> )				✓		
10	Kelengkapan petunjuk penggunaan untuk mengakses fitur-fitur di dalam <i>e-modul</i> .			✓			
<b>Aspek Keterbacaan</b>							
11	Ukuran pada teks dapat dibaca dengan jelas				✓		
12	Kalimat yang digunakan dalam media mudah di pahami				✓		
13	Ketepatan ejaan dan tata bahasa			✓			
<b>Aspek Navigasi</b>							
14	Navigasi menu jelas dan berfungsi dengan baik				✓		
15	Ketepatan tata letak tombol navigasi				✓		

Aspek Teknis						
16	Kesesuaian tampilan e-modul saat diakses melalui perangkat yang berbeda (PC/Smartphone)					✓
17	Kelancaran efek transisi perpindahan halaman ( <i>page-flip effect</i> )			✓		
18	Kejelasan fungsi daftar isi untuk menuju halaman tertentu secara cepat.				✓	
19	Responsivitas fitur <i>zoom-in</i> dan <i>zoom-out</i> untuk memperjelas konten yang detail.			✓		
20	Berfungsinya semua tautan ( <i>hyperlink</i> atau <i>qr code</i> ) atau tombol navigasi yang tersedia dengan benar				✓	

### C. KOMENTAR DAN SARAN

1. Pada cover, sasaran program di perjelas. Perhatikan kontras teks dan latar belakang
2. Ganti kata pengantar dengan Prakata
3. Perbaiki untuk menambak potuguk Peggunaan.


### D. KESIMPULAN

Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* Pada Siswa Korban *Bullying* \*):

1. Layak digunakan di lapangan tanpa revisi.
- ② Layak digunakan di lapangan dengan revisi.
3. Tidak layak digunakan di lapangan.

\*) Lingkari salah satu!

Singaraja, 2 Februari 2026  
Ahli Media

  
Dr. I Kadak Surtama, S.Pd, M.Pd  
NIP. 198104142006071-01

## Lampiran 13. Uji Ahli Materi

**LEMBAR VALIDASI AHLI MATERI**

Judul Program	: Pengembangan <i>E-Modul</i> Berbasis Konseling <i>Cognitive Behavioral</i> untuk Mengurangi Perilaku <i>Self-Injury</i> Pada Siswa Korban <i>Bullying</i> di Sekolah Menengah Pertama
Peneliti	: Ni Wayan Septiari
Setting Layanan	: Konseling Kelompok
Materi Pokok	: <i>Self-Injury</i> dan Penanggannya melalui Pendekatan Konseling <i>Cognitive Behavioral</i> dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif.

Bapak/Ibu yang terhormat,

Saya memohon bantuan Bapak/Ibu untuk mengisi angket ini. Instrumen ini ditujukan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu tentang “Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* Pada Siswa Korban *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama”. Instrumen penilaian materi bahan layanan ini dari komponen penilaian aspek kualitas dan isi materi, sistematikan dan pendekatan *e-modul*, bahasa dan komunikasi. Penilaian, saran dan koreksi dari Bapak/Ibu akan sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media layanan bimbingan dan konseling ini. Atas perhatian dan kesediaannya untuk mengisi angket ini, saya ucapkan terima kasih.

**A. Petunjuk Pengisian**

- 1) Isilah tanda check (√) pada kolom yang Bapak/Ibu anggap sesuai dengan aspek penilaian yang ada
- 2) Kriteria penilaian
  - 1 = Sangat Tidak Sesuai
  - 2 = Tidak Sesuai
  - 3 = Cukup Sesuai
  - 4 = Sesuai
  - 5 = Sangat Sesuai
- 3) Apabila terdapat beberapa hal yang perlu direvisi, mohon untuk menuliskan butir-butir revisi secara langsung pada tempat yang telah disediakan dalam lembar penelitian ini.

## B. ASPEK PENILAIAN

No	Pernyataan	Skor Penilaian					Catatan
		5	4	3	2	1	
<b>Kualitas Isi dan Materi</b>							
1	Materi layanan sesuai dengan tujuan dan jenis layanan yang dikembangkan	✓					
2	Kedalaman materi mengenai dampak psikologis <i>bullying</i> bagi siswa SMP	✓					
3	Ketepatan landasan teori <i>Cognitive Behavioral</i> yang digunakan	✓					
4	Kejelasan alur teknik Restrukturisasi Kognitif dalam layanan yang diberikan	✓					
5	Kesesuaian isi materi dengan kebutuhan siswa korban <i>bullying</i>	✓					
6	Materi mencakup konsep <i>self-injury</i> dan <i>bullying</i> secara akurat dan mendalam bagi siswa	✓					
7	Kejelasan memberikan pedoman diskusi	✓					
8	Kemudahan memahami aktivitas layanan yang diberikan	✓					
9	Isi konsep jelas dalam materi	✓					
10	Kelengkapan materi layanan pada media		✓				
11	Kesesuaian isi materi layanan		✓				
12	Kualitas semua materi		✓				
13	Kecakupan semua materi	✓	-				
<b>Sistematika dan Pendekatan E-Modul</b>							
14	Sistematika penyajian materi mengikuti alur layanan konseling kelompok	✓					
15	Penerapan pendekatan <i>Cognitive Behavioral</i> dan teknik Restrukturisasi Kognitif disusun secara sistematis dan mudah diikuti		✓				
16	Kesesuaian aktivitas dalam <i>e-modul</i> untuk memicu perubahan kognitif dan perilaku siswa	✓					

17	Kesesuaian Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) dalam mendukung proses konseling kelompok	✓						
18	Ketepatan evaluasi (proses dan hasil) dan <i>pretest-posttest</i> dalam mengukur penurunan intensitas <i>self-injury</i>		✓					
<b>Bahasa dan Komunikasi</b>								
19	Ketepatan pemilihan bahasa dan bahasa yang digunakan dalam materi mudah dipahami	✓						
20	Instruksi pengerjaan tugas dalam <i>e-modul</i> jelas dan tidak menimbulkan makna ganda	✓						

### C. KOMENTAR DAN SARAN

Contoh 2 self injury, kerayu bahasa  
A

.....

.....

.....

.....

### D. KESIMPULAN

Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* pada Siswa Korban *Bullying* \*):

1. Layak digunakan di lapangan tanpa revisi. ✓
2. Layak digunakan di lapangan dengan revisi.
3. Tidak layak digunakan di lapangan.

\*) Lingkari salah satu!

Singaraja, ... ..  
Ahli Materi

*Wyan*  
*Wyan Eka Paramita*  
NIP. 199707012022031005

#### LEMBAR VALIDASI AHLI MATERI

Judul Program : Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* Pada Siswa Korban *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama

Peneliti : Ni Wayan Septiari

Setting Layanan : Konseling Kelompok

Materi Pokok : *Self-Injury* dan Penangannya melalui Pendekatan Konseling *Cognitive Behavioral* dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif.

Bapak/Ibu yang terhormat,

Saya memohon bantuan Bapak/Ibu untuk mengisi angket ini. Instrumen ini ditujukan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu tentang “Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* Pada Siswa Korban *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama”. Instrumen penilaian materi bahan layanan ini dari komponen penilaian aspek kualitas dan isi materi, sistematikan dan pendekatan *e-modul*, bahasa dan komunikasi. Penilaian, saran dan koreksi dari Bapak/Ibu akan sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media layanan bimbingan dan konseling ini. Atas perhatian dan kesediaannya untuk mengisi angket ini, saya ucapkan terima kasih.

#### A. Petunjuk Pengisian

- 1) Isilah tanda check (√) pada kolom yang Bapak/Ibu anggap sesuai dengan aspek penilaian yang ada
- 2) Kriteria penilaian
  - 1 = Sangat Tidak Sesuai
  - 2 = Tidak Sesuai
  - 3 = Cukup Sesuai
  - 4 = Sesuai
  - 5 = Sangat Sesuai
- 3) Apabila terdapat beberapa hal yang perlu direvisi, mohon untuk menuliskan butir-butir revisi secara langsung pada tempat yang telah disediakan dalam lembar penelitian ini.

## B. ASPEK PENILAIAN

No	Pernyataan	Skor Penilaian					Catatan
		5	4	3	2	1	
<b>Kualitas Isi dan Materi</b>							
1	Materi layanan sesuai dengan tujuan dan jenis layanan yang dikembangkan	✓					
2	Kedalaman materi mengenai dampak psikologis <i>bullying</i> bagi siswa SMP	✓					
3	Ketepatan landasan teori <i>Cognitive Behavioral</i> yang digunakan	✓					
4	Kejelasan alur teknik Restrukturisasi Kognitif dalam layanan yang diberikan	✓					
5	Kesesuaian isi materi dengan kebutuhan siswa korban <i>bullying</i>	✓					
6	Materi mencakup konsep <i>self-injury</i> dan <i>bullying</i> secara akurat dan mendalam bagi siswa	✓					
7	Kejelasan memberikan pedoman diskusi	✓					
8	Kemudahan memahami aktivitas layanan yang diberikan	✓					
9	Isi konsep jelas dalam materi	✓					
10	Kelengkapan materi layanan pada media	✓					
11	Kesesuaian isi materi layanan	✓					
12	Kualitas semua materi	✓					
13	Kecakupan semua materi	✓					
<b>Sistematika dan Pendekatan E-Modul</b>							
14	Sistematika penyajian materi mengikuti alur layanan konseling kelompok	✓					
15	Penerapan pendekatan <i>Cognitive Behavioral</i> dan teknik Restrukturisasi Kognitif disusun secara sistematis dan mudah diikuti	✓					
16	Kesesuaian aktivitas dalam e-modul untuk memicu perubahan kognitif dan perilaku siswa	✓					

17	Kesesuaian Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) dalam mendukung proses konseling kelompok	✓						
18	Ketepatan evaluasi (proses dan hasil) dan <i>pretest-posttest</i> dalam mengukur penurunan intensitas <i>self-injury</i>		✓					
<b>Bahasa dan Komunikasi</b>								
19	Ketepatan pemilihan bahasa dan bahasa yang digunakan dalam materi mudah dipahami	✓						
20	Instruksi pengerjaan tugas dalam <i>e-modul</i> jelas dan tidak menimbulkan makna ganda	✓						

### C. KOMENTAR DAN SARAN

.....

.....

.....

.....

.....

.....


### D. KESIMPULAN

Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* pada Siswa Korban *Bullying* \*):

1. Layak digunakan di lapangan tanpa revisi.
2. Layak digunakan di lapangan dengan revisi.
3. Tidak layak digunakan di lapangan.

\*) Lingkari salah satu!

Singaraja, ... ..  
Ahli Materi

  
Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd  
NIP. 198605 19200812 2003

## Lampiran 14. Surat Izin Penelitian Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,  
DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
Jalan Udayana Nomor 11 Singaraja – Bali, Kode Pos 81116  
Telepon. (0362) 22570 Email: fip@undiksha.ac.id  
Laman: www.fip.undiksha.ac.id

Nomor : 1458/UN48.10.1/PK.01.03/2026 Singaraja, 28 Januari 2026  
Lampiran : -  
Hal : Ijin Penelitian (Skripsi)

Yth.  
Kepala SMP Negeri 3 Singaraja  
di tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Seminar Hasil, Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha, mohon agar mahasiswa kami dapat diterima untuk melaksanakan pengumpulan data Seminar Hasil di instansi Bapak/Ibu pimpin. Adapun mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut.

Nama : Ni Wayan Septiari  
NIM : 2211011013  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan/ IPPB  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

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

Wakil Dekan I,



Kadek Suranata  
NIP. 198208162008121002



Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini tertanda ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BsrE
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan *qr code* yang telah tersedia

## Lampiran 15. Rancangan Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

## KONSELING KELOMPOK

## SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2025/2026

A	Komponen Layanan	Responsif
B	Bidang Layanan	Pribadi sosial
C	Topik layanan	Perilaku melukai diri sendiri ( <i>self-injury</i> )
D	Fungsi Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Fungsi Pemahaman</b> Membantu siswa memahami pengertian, faktor penyebab, serta dampak perilaku <i>self-injury</i> terhadap aspek emosional, sosial, dan perkembangan diri.</li> <li>2. <b>Fungsi Pencegahan</b> Mencegah berlanjut atau meningkatnya perilaku <i>self-injury</i> dengan membekali siswa keterampilan pengelolaan emosi dan cara menghadapi tekanan secara sehat.</li> <li>3. <b>Fungsi Pengentasan</b> Membantu siswa mengurangi intensitas perilaku <i>self-injury</i> melalui proses konseling kelompok yang aman, suportif, dan terstruktur.</li> <li>4. <b>Fungsi Pengembangan</b> Mengembangkan kemampuan siswa dalam mengenali pikiran negatif, mengekspresikan emosi secara adaptif, serta membangun perilaku <i>coping</i> yang positif.</li> <li>5. <b>Fungsi Pemeliharaan</b> Membantu siswa mempertahankan perubahan perilaku positif dan kesejahteraan psikologis setelah mengikuti layanan konseling kelompok.</li> <li>6. <b>Fungsi Dukungan Sosial</b> Menyediakan lingkungan kelompok yang empatik sehingga siswa merasa diterima, tidak sendirian, dan memperoleh dukungan dari teman sebaya.</li> </ol>
E	Tujuan Umum	Siswa mampu <i>memahami</i> diri (C2), <i>menunjukkan</i> sikap positif dalam mengelola emosi (A3), serta <i>menerapkan</i> perilaku adaptif dalam kehidupan sehari-hari (P4) untuk mengurangi perilaku <i>self-injury</i> .
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mampu <i>memahami</i> perilaku <i>self-injury</i>, faktor pemicu, serta keterkaitan antara pikiran, perasaan, dan perilaku (C2).</li> <li>2. Siswa mampu mengidentifikasi dan mengubah pikiran negatif menjadi pola pikir yang lebih rasional serta mengelola</li> </ol>

		<p>emosi dengan strategi coping yang sehat (A3).</p> <p>3. Siswa mampu menerapkan perilaku alternatif yang positif serta membangun dukungan sosial melalui dinamika kelompok untuk mengurangi perilaku <i>self-injury</i> (P4).</p>
G	Sasaran Layanan	Siswa yang menunjukkan gejala atau kecenderungan perilaku <i>self-injury</i>
H	Materi Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengenalan tentang <i>bullying</i> dan dampaknya</li> <li>2. Memahami perilaku <i>self-injury</i></li> <li>3. Strategi mengelola emosi secara positif</li> </ol>
I	Waktu	45-55 menit
J	Sumber	<a href="https://heyzine.com/flip-book/fd25943c17.html">https://heyzine.com/flip-book/fd25943c17.html</a> <a href="https://heyzine.com/flip-book/9a0a3664c2.html">https://heyzine.com/flip-book/9a0a3664c2.html</a>
K	Metode/ Teknik	Pendekatan <i>Cognitive Behavioral</i> dengan teknik restrukturisasi kognitif
L	Media/ Alat	<i>E-modul</i>
M	Pelaksanaan	
	1. Pembentukan	Konselor membentuk kelompok, menyampaikan tujuan layanan, menjelaskan aturan serta asas konseling kelompok, dan membangun suasana yang aman serta kondusif.
	2. Peralihan	Memberikan permainan sehingga dapat membantu anggota kelompok menyesuaikan diri dengan dinamika kelompok dan meningkatkan kesiapan untuk berpartisipasi aktif.
	3. Inti	Konselor menerapkan teknik restrukturisasi kognitif dengan mengarahkan siswa untuk mengidentifikasi pikiran negatif yang muncul, memahami hubungan antara pikiran, perasaan, dan perilaku, menguji kebenaran pikiran tersebut, serta menyusun dan melatih penggunaan pikiran alternatif yang lebih rasional dan adaptif.
	4. Penutup	Konselor membantu siswa menyimpulkan hasil layanan, memperkuat komitmen perubahan perilaku, memberikan penguatan terhadap upaya yang telah dilakukan serta merencanakan tindak lanjut.
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Kehadiran dan partisipasi aktif siswa, keterlibatan siswa dalam setiap tahapan konseling kelompok, kemampuan siswa mengungkapkan pikiran dan perasaan secara wajar, serta dinamika kelompok yang terbentuk selama layanan berlangsung.
	2. Evaluasi Hasil	Peningkatan pemahaman siswa mengenai perilaku <i>self-injury</i> , perubahan pola pikir negatif menjadi lebih rasional dan adaptif, peningkatan

		kemampuan mengelola emosi, serta penurunan kecenderungan perilaku <i>self-injury</i> .
--	--	--

Lampiran:

1. <https://heyzine.com/flip-book/fd25943c17.html>
2. <https://heyzine.com/flip-book/9a0a3664c2.html>

Mengetahui:  
Kepala Sekolah,

Singaraja, 25 Januari 2026  
Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

(Ni Luh Rediti, S.Pd., M.Pd.)  
NIP. 19820228 200801 2 020

(Ni Wayan Septiari)  
NIM. 2211011013



## Lampiran 16. Akses Media

*E-modul Guru:*



*E-modul Siswa:*



Lampiran 17. Lembar Kesediaan Mengikuti Konseling Kelompok

**KESEDIAAN MENGIKUTI KONSELING KELOMPOK**

Yang bersedia tangan di bawah ini:


Nama : Noboko Okadwony Soti  
 Kelas : VIII-11B-A  
 NIS : 3111830736  
 Sekolah : SMP Negeri 3 Singaraja

Dengan ini menyatakan bersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral* dan teknik Restrukturisasi Kognitif yang diselenggarakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling.

Saya berkomitmen untuk:

1. Mengikuti kegiatan konseling kelompok secara penuh hingga selesai.
2. Mematuhi aturan yang telah disepakati bersama selama kegiatan berlangsung.
3. Menjaga kerahasiaan seluruh informasi yang disampaikan oleh anggota kelompok.
4. Bersikap aktif, terbuka, serta saling menghargai antar anggota kelompok.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran, tanpa ada paksaan dari pihak manapun, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, 23.03.2024  
  
 ( Noboko Okadwony Soti )

Dipindai dengan CamScanner

**KESEDIAAN MENGIKUTI KONSELING KELOMPOK**

Yang bersedia tangan di bawah ini:


Nama : Pelita Cahaya Restitue  
 Kelas : VIII H  
 NIS : 4096  
 Sekolah : SMPN 3 Singaraja

Dengan ini menyatakan bersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral* dan teknik Restrukturisasi Kognitif yang diselenggarakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling.

Saya berkomitmen untuk:

1. Mengikuti kegiatan konseling kelompok secara penuh hingga selesai.
2. Mematuhi aturan yang telah disepakati bersama selama kegiatan berlangsung.
3. Menjaga kerahasiaan seluruh informasi yang disampaikan oleh anggota kelompok.
4. Bersikap aktif, terbuka, serta saling menghargai antar anggota kelompok.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran, tanpa ada paksaan dari pihak manapun, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, 03.05.2025  
  
 ( Pelita Cahaya Restitue )

Dipindai dengan CamScanner

**KESEDIAAN MENGIKUTI KONSELING KELOMPOK**

Yang bersedia tangan di bawah ini:


Nama : Kelelana Arina  
 Kelas : VIII/08  
 NIS : 1702  
 Sekolah : SMP N 3 Singaraja

Dengan ini menyatakan bersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral* dan teknik Restrukturisasi Kognitif yang diselenggarakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling.

Saya berkomitmen untuk:

1. Mengikuti kegiatan konseling kelompok secara penuh hingga selesai.
2. Mematuhi aturan yang telah disepakati bersama selama kegiatan berlangsung.
3. Menjaga kerahasiaan seluruh informasi yang disampaikan oleh anggota kelompok.
4. Bersikap aktif, terbuka, serta saling menghargai antar anggota kelompok.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran, tanpa ada paksaan dari pihak manapun, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, 02.11.2024  
  
 ( Kelelana Arina )

Dipindai dengan CamScanner

**KESEDIAAN MENGIKUTI KONSELING KELOMPOK**

Yang bersedia tangan di bawah ini:


Nama : Geati Yuda Nugraha Sukaraba Supena  
 Kelas : VIII B  
 NIS : 17004  
 Sekolah : SMP Negeri 3 Singaraja

Dengan ini menyatakan bersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral* dan teknik Restrukturisasi Kognitif yang diselenggarakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling.

Saya berkomitmen untuk:

1. Mengikuti kegiatan konseling kelompok secara penuh hingga selesai.
2. Mematuhi aturan yang telah disepakati bersama selama kegiatan berlangsung.
3. Menjaga kerahasiaan seluruh informasi yang disampaikan oleh anggota kelompok.
4. Bersikap aktif, terbuka, serta saling menghargai antar anggota kelompok.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran, tanpa ada paksaan dari pihak manapun, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, 02. 3. 2024.  
  
 ( Geati Yuda Nugraha Sukaraba Supena )

Dipindai dengan CamScanner

**KESEDIAAN MENGIKUTI KONSELING KELOMPOK**

Yang bersedia tangan di bawah ini:


Nama : Anandana Zahara  
 Kelas : VIII B  
 NIS : 51021601210002  
 Sekolah : SMP Negeri 3 Singaraja

Dengan ini menyatakan bersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral* dan teknik Restrukturisasi Kognitif yang diselenggarakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling.

Saya berkomitmen untuk:

1. Mengikuti kegiatan konseling kelompok secara penuh hingga selesai.
2. Mematuhi aturan yang telah disepakati bersama selama kegiatan berlangsung.
3. Menjaga kerahasiaan seluruh informasi yang disampaikan oleh anggota kelompok.
4. Bersikap aktif, terbuka, serta saling menghargai antar anggota kelompok.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran, tanpa ada paksaan dari pihak manapun, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, .....  
  
 ( Anandana Zahara )

Dipindai dengan CamScanner

**KESEDIAAN MENGIKUTI KONSELING KELOMPOK**

Yang bersedia tangan di bawah ini:

Nama : Khalik Muzta Aqilna Shawa  
 Kelas : VIII/08  
 NIS : 020217020  
 Sekolah : SMP Negeri 3 Singaraja

Dengan ini menyatakan bersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral* dan teknik Restrukturisasi Kognitif yang diselenggarakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling.

Saya berkomitmen untuk:

1. Mengikuti kegiatan konseling kelompok secara penuh hingga selesai.
2. Mematuhi aturan yang telah disepakati bersama selama kegiatan berlangsung.
3. Menjaga kerahasiaan seluruh informasi yang disampaikan oleh anggota kelompok.
4. Bersikap aktif, terbuka, serta saling menghargai antar anggota kelompok.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran, tanpa ada paksaan dari pihak manapun, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, .....  
 ( )

Dipindai dengan CamScanner

**KESEDIAAN MENGIKUTI KONSELING KELOMPOK**

Yang bersedia tangan di bawah ini:


Nama : Deviana Juswanti Ratri  
 Kelas : 08  
 NIS : 0111875964  
 Sekolah : SMPN 3 Singaraja

Dengan ini menyatakan bersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral* dan teknik Restrukturisasi Kognitif yang diselenggarakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling.

Saya berkomitmen untuk:

1. Mengikuti kegiatan konseling kelompok secara penuh hingga selesai.
2. Mematuhi aturan yang telah disepakati bersama selama kegiatan berlangsung.
3. Menjaga kerahasiaan seluruh informasi yang disampaikan oleh anggota kelompok.
4. Bersikap aktif, terbuka, serta saling menghargai antar anggota kelompok.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran, tanpa ada paksaan dari pihak manapun, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, 09.04.2024.  
  
 ( Deviana Juswanti Ratri )

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 18. Lembar Pretest

**KUESIONER SELF-INJURY**

A. Identitas Siswa:  
 Nama : Ridha Cahaya Restalia  
 Kelas : VIII  
 Umur : 14  
 Jenis kelamin : Pempuan

B. Petunjuk pengisian kuesioner  
 1. Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan jawab dengan sejujir-jujurnya tanpa dipengaruhi siapapun.  
 2. Semua jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.  
 3. Baca setiap pernyataan dengan seksama. Kemudian beri jawaban pada pernyataan dengan memberikan tanda (✓) pada salah satu pilihan yang tertera. Adapun pilihan jawaban yang tertera:  
 SS = Sangat Sering  
 S = Sering  
 KK = Kadang-kadang  
 TP = Tidak Pernah

4. Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) tanda centang (✓) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda baru pada pilihan yang Anda kehendaki.  
 5. Kerahasiaan jawaban Anda dijaga sepenuhnya.  
 6. Jika sudah selesai periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewat.  
 7. Atas partisipasi dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
1	Saya cenderung melukai diri dengan menyayat kulit ketika mengalami konflik dengan teman saya				✓
2	Saya pernah membertarkan kepala saya secara sengaja saat menghadapi tekanan atau emosi yang sulit dikendalikan				✓
3	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakiti saya.				✓
4	Saya cenderung menjambak rambut sendiri ketika merasa terancam akibat perlakuan tidak menyenangkan dari lingkungan sosial				✓
5	Saya pernah mengigit lengan atau tangan saya sendiri untuk mengalihkan rasa sakit emosional				✓
6	Saya merasa lebih tenang setelah menarik rambut saya sendiri ketika stres				✓
7	Saya menggunakan memukul diri sendiri sebagai respon yang sebanding terhadap tekanan sosial yang saya alami				✓
8	Saya membertarkan kepala ketika mengalami tekanan sosial				✓
9	Saya merasa kerap kali mengigit diri saat menghadapi emosi yang kuat				✓

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
10	Saya sering memakai pakaian lengan panjang untuk menutupi luka sayatan saya				✓
11	Saya sulit berbicara dengan teman baru dan sering membertarkan kepala ketika merasa tertekan karena pengalaman dikucilkan di masa lalu				✓
12	Saya sering mengigit bibir ketika harus berada ditengah banyak orang karena saya pernah dipermalukan di depan umum				✓
13	Saya membertarkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain.				✓
14	Saya sering membertarkan kepala ketika mengalami tekanan sosial				✓
15	Saya merasa menyayat kulit adalah satu-satunya cara untuk menghadapi tekanan bullying				✓
16	Saya lebih suka diam dan menyayat kulit daripada menceritakan masalah.				✓
17	Saya sering memukul badan karena tidak tahu harus berbuat apa saat tertekan				✓
18	Saya merasa lega setelah menjambak rambut sendiri ketika merasa tertekan.				✓
19	Saya cenderung mengigit bibir untuk menyalurkan perasaan sakit hati.				✓
20	Teman tidak ada yang dapat memahami saya sehingga tanpa sadar memukul telapak tangan dengan peniti				✓
21	Saya merasa keinginan untuk menyayat kulit muncul saat saya merasa gagal memenuhi harapan orang lain				✓
22	Saya menyayat kulit ketika merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari teman sebaya				✓
23	Saya membertarkan kepala ketika merasa marah terhadap diri sendiri				✓
24	Membertarkan kepala membantu saya melampiaskan tekanan emosi				✓
25	Saya membertarkan kepala karena merasa tidak berdaya menghadapi masalah sosial di sekolah				✓
26	Saya merasa lega setelah memukul diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial				✓
27	Saya memukul diri sendiri untuk mengekspresikan rasa marah yang tidak bisa saya ungkapkan pada orang lain				✓
28	Saya memukul diri sendiri karena merasa lemah dan tidak berdaya ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sosial				✓
29	Saya merasa lebih tenang setelah menjambak rambut ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar.				✓
30	Saya menarik atau menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa terhadap diri sendiri				✓
31	Saya menjambak rambut sendiri untuk mengurangi rasa cemas				✓

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
32	Saya mengigit bibir untuk mengalihkan perhatian dari rasa sedih atau marah yang saya alami				✓
33	Saya mengigit jari saya sendiri ketika merasa takut diolah oleh orang lain				✓
34	Saya pernah mengigit diri sendiri karena tidak mampu mengendalikan rasa emosi yang kuat				✓
35	Saya pernah menggunakan jarum atau peniti untuk melukai diri sendiri				✓
36	Saya memukul kulit dengan benda runcing karena merasa gagal dalam hubungan sosial				✓
37	Saya menarik tangan dengan benda tajam karena merasa cemas dengan tekanan yang lingkungan sosial				✓
38	Saya memukul diri sendiri karena merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari orang lain				✓
39	Saya merasa lega setelah memukul diri ketika tekanan dari teman sebaya terlihat berat				✓
40	Saya membertarkan kepala akibat cemas karena merasa tertekan dari orang-orang di sekitar saya.				✓
41	Saya menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa karena tidak mampu menyelesaikan diri dengan teman-teman				✓

Simpang, 24 Februari 2025  
 (Ridha Cahaya Restalia)

**KUESIONER SELF-INJURY**

A. Identitas Siswa:  
 Nama : Kya Febria Anisa  
 Kelas : VIII/PA  
 Umur : 14 tahun  
 Jenis kelamin : Pempuan

B. Petunjuk pengisian kuesioner  
 1. Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan jawab dengan sejujir-jujurnya tanpa dipengaruhi siapapun.  
 2. Semua jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.  
 3. Baca setiap pernyataan dengan seksama. Kemudian beri jawaban pada setiap pernyataan dengan memberikan tanda (✓) pada salah satu pilihan yang tertera. Adapun pilihan jawaban yang tertera:  
 SS = Sangat Sering  
 S = Sering  
 KK = Kadang-kadang  
 TP = Tidak Pernah

4. Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda centang (✓) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda kehendaki.  
 5. Kerahasiaan jawaban Anda dijaga sepenuhnya.  
 6. Jika sudah selesai periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewat.  
 7. Atas partisipasi dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
1	Saya cenderung melukai diri dengan menyayat kulit ketika mengalami konflik dengan teman saya				✓
2	Saya pernah membertarkan kepala saya secara sengaja saat menghadapi tekanan atau emosi yang sulit dikendalikan				✓
3	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakiti saya.				✓
4	Saya cenderung menjambak rambut sendiri ketika merasa terancam akibat perlakuan tidak menyenangkan dari lingkungan sosial				✓
5	Saya pernah mengigit lengan atau tangan saya sendiri untuk mengalihkan rasa sakit emosional				✓
6	Saya merasa lebih tenang setelah menarik rambut saya sendiri ketika stres				✓
7	Saya menggunakan memukul diri sendiri sebagai respon yang sebanding terhadap tekanan sosial yang saya alami				✓
8	Saya membertarkan kepala ketika mengalami tekanan sosial				✓
9	Saya merasa kerap kali mengigit diri saat menghadapi emosi yang kuat				✓

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
10	Saya sering memakai pakaian lengan panjang untuk menutupi luka sayatan saya				✓
11	Saya sulit berbicara dengan teman baru dan sering membertarkan kepala ketika merasa tertekan karena pengalaman dikucilkan di masa lalu				✓
12	Saya sering mengigit bibir ketika harus berada ditengah banyak orang karena saya pernah dipermalukan di depan umum				✓
13	Saya membertarkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain.				✓
14	Saya sering membertarkan kepala ketika mengalami tekanan sosial				✓
15	Saya merasa menyayat kulit adalah satu-satunya cara untuk menghadapi tekanan bullying				✓
16	Saya lebih suka diam dan menyayat kulit daripada menceritakan masalah.				✓
17	Saya sering memukul badan karena tidak tahu harus berbuat apa saat tertekan				✓
18	Saya merasa lega setelah menjambak rambut sendiri ketika merasa tertekan.				✓
19	Saya cenderung mengigit bibir untuk menyalurkan perasaan sakit hati.				✓
20	Teman tidak ada yang dapat memahami saya sehingga tanpa sadar memukul telapak tangan dengan peniti				✓
21	Saya merasa keinginan untuk menyayat kulit muncul saat saya merasa gagal memenuhi harapan orang lain				✓
22	Saya menyayat kulit ketika merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari teman sebaya				✓
23	Saya membertarkan kepala ketika merasa marah terhadap diri sendiri				✓
24	Membertarkan kepala membantu saya melampiaskan tekanan emosi				✓
25	Saya membertarkan kepala karena merasa tidak berdaya menghadapi masalah sosial di sekolah				✓
26	Saya merasa lega setelah memukul diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial				✓
27	Saya memukul diri sendiri untuk mengekspresikan rasa marah yang tidak bisa saya ungkapkan pada orang lain				✓
28	Saya memukul diri sendiri karena merasa lemah dan tidak berdaya ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sosial				✓
29	Saya merasa lebih tenang setelah menjambak rambut ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar.				✓
30	Saya menarik atau menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa terhadap diri sendiri				✓
31	Saya menjambak rambut sendiri untuk mengurangi rasa cemas				✓

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
32	Saya mengigit bibir untuk mengalihkan perhatian dari rasa sedih atau marah yang saya alami				✓
33	Saya mengigit jari saya sendiri ketika merasa takut diolah oleh orang lain				✓
34	Saya pernah mengigit diri sendiri karena tidak mampu mengendalikan rasa emosi yang kuat				✓
35	Saya pernah menggunakan jarum atau peniti untuk melukai diri sendiri				✓
36	Saya memukul kulit dengan benda runcing karena merasa gagal dalam hubungan sosial				✓
37	Saya menarik tangan dengan benda tajam karena merasa cemas dengan tekanan yang lingkungan sosial				✓
38	Saya memukul diri sendiri karena merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari orang lain				✓
39	Saya merasa lega setelah memukul diri ketika tekanan dari teman sebaya terlihat berat				✓
40	Saya membertarkan kepala akibat cemas karena merasa tertekan dari orang-orang di sekitar saya.				✓
41	Saya menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa karena tidak mampu menyelesaikan diri dengan teman-teman				✓

Simpang, 24 Februari 2025  
 (Kya Febria Anisa)

**KUESIONER SELF-INJURY**

A. Identitas Siswa:  
 Nama : Gusti Mok Ngeah Sabotora C.  
 Kelas : VIII  
 Umur : 14  
 Jenis kelamin : Laki-Laki

B. Petunjuk pengisian kuesioner  
 1. Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan jawab dengan sejujir-jujurnya tanpa dipengaruhi siapapun.  
 2. Semua jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.  
 3. Baca setiap pernyataan dengan seksama. Kemudian beri jawaban pada setiap pernyataan dengan memberikan tanda (✓) pada salah satu pilihan yang tertera. Adapun pilihan jawaban yang tertera:  
 SS = Sangat Sering  
 S = Sering  
 KK = Kadang-kadang  
 TP = Tidak Pernah

4. Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda centang (✓) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda kehendaki.  
 5. Kerahasiaan jawaban Anda dijaga sepenuhnya.  
 6. Jika sudah selesai periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewat.  
 7. Atas partisipasi dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
1	Saya cenderung melukai diri dengan menyayat kulit ketika mengalami konflik dengan teman saya				✓
2	Saya pernah membertarkan kepala saya secara sengaja saat menghadapi tekanan atau emosi yang sulit dikendalikan				✓
3	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakiti saya.				✓
4	Saya cenderung menjambak rambut sendiri ketika merasa terancam akibat perlakuan tidak menyenangkan dari lingkungan sosial				✓
5	Saya pernah mengigit lengan atau tangan saya sendiri untuk mengalihkan rasa sakit emosional				✓
6	Saya merasa lebih tenang setelah menarik rambut saya sendiri ketika stres				✓
7	Saya menggunakan memukul diri sendiri sebagai respon yang sebanding terhadap tekanan sosial yang saya alami				✓
8	Saya membertarkan kepala ketika mengalami tekanan sosial				✓
9	Saya merasa kerap kali mengigit diri saat menghadapi emosi yang kuat				✓

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
10	Saya sering memakai pakaian lengan panjang untuk menutupi luka sayatan saya				✓
11	Saya sulit berbicara dengan teman baru dan sering membertarkan kepala ketika merasa tertekan karena pengalaman dikucilkan di masa lalu				✓
12	Saya sering mengigit bibir ketika harus berada ditengah banyak orang karena saya pernah dipermalukan di depan umum				✓
13	Saya membertarkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain.				✓
14	Saya sering membertarkan kepala ketika mengalami tekanan sosial				✓
15	Saya merasa menyayat kulit adalah satu-satunya cara untuk menghadapi tekanan bullying				✓
16	Saya lebih suka diam dan menyayat kulit daripada menceritakan masalah.				✓
17	Saya sering memukul badan karena tidak tahu harus berbuat apa saat tertekan				✓
18	Saya merasa lega setelah menjambak rambut sendiri ketika merasa tertekan.				✓
19	Saya cenderung mengigit bibir untuk menyalurkan perasaan sakit hati.				✓
20	Teman tidak ada yang dapat memahami saya sehingga tanpa sadar memukul telapak tangan dengan peniti				✓
21	Saya merasa keinginan untuk menyayat kulit muncul saat saya merasa gagal memenuhi harapan orang lain				✓
22	Saya menyayat kulit ketika merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari teman sebaya				✓
23	Saya membertarkan kepala ketika merasa marah terhadap diri sendiri				✓
24	Membertarkan kepala membantu saya melampiaskan tekanan emosi				✓
25	Saya membertarkan kepala karena merasa tidak berdaya menghadapi masalah sosial di sekolah				✓
26	Saya merasa lega setelah memukul diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial				✓
27	Saya memukul diri sendiri untuk mengekspresikan rasa marah yang tidak bisa saya ungkapkan pada orang lain				✓
28	Saya memukul diri sendiri karena merasa lemah dan tidak berdaya ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sosial				✓
29	Saya merasa lebih tenang setelah menjambak rambut ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar.				✓
30	Saya menarik atau menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa terhadap diri sendiri				✓
31	Saya menjambak rambut sendiri untuk mengurangi rasa cemas				✓

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
32	Saya mengigit bibir untuk mengalihkan perhatian dari rasa sedih atau marah yang saya alami				✓
33	Saya mengigit jari saya sendiri ketika merasa takut diolah oleh orang lain				✓
34	Saya pernah mengigit diri sendiri karena tidak mampu mengendalikan rasa emosi yang kuat				✓
35	Saya pernah menggunakan jarum atau peniti untuk melukai diri sendiri				✓
36	Saya memukul kulit dengan benda runcing karena merasa gagal dalam hubungan sosial				✓
37	Saya menarik tangan dengan benda tajam karena merasa cemas dengan tekanan yang lingkungan sosial				✓
38	Saya memukul diri sendiri karena merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari orang lain				✓
39	Saya merasa lega setelah memukul diri ketika tekanan dari teman sebaya terlihat berat				✓
40	Saya membertarkan kepala akibat cemas karena merasa tertekan dari orang-orang di sekitar saya.				✓
41	Saya menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa karena tidak mampu menyelesaikan diri dengan teman-teman				✓

Simpang, 24 Februari 2025  
 (Gusti Mok Ngeah Sabotora C.)

Dipindai dengan CamScanner

Dipindai dengan CamScanner

Dipindai dengan CamScanner

# Lampiran 19. Lembar Post Test

**KUESIONER POST-TEST SELF-INJURY**

A. Identitas Siswa:  
 Nama : JD. Ficozo Arius  
 Kelas : 7/10/01  
 Umur : 14  
 Jenis kelamin : Perempuan

B. Petunjuk pengisian kuisioner

- Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan jawab dengan jujur-jujuranya tanpa dipengaruhi siapapun.
- Semua jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.
- Baca setiap pernyataan dengan seksama. Kemudian beri jawaban pada setiap pernyataan dengan memberikan tanda (✓) pada salah satu pilihan yang tersedia. Adapun pilihan jawaban yang tersedia:  
 SS = Sangat Sering  
 S = Sering  
 KK = Kadang-kadang  
 TP = Tidak Pernah
- Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda centang (✓) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda kehendaki.
- Kemudian jawaban Anda dijamin sepenuhnya.
- Jika sudah selesai periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewatkan.
- Atas partisipasi dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
1	Saya cenderung melukai diri dengan menyayat kulit ketika mengalami konflik dengan teman saya.				✓
2	Saya pernah memburunkan kepala saya secara sengaja saat menghadapi tekanan atau emosi yang tidak diinginkan.				✓
3	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakitkan saya.				✓
4	Saya cenderung menjambak rambut sendiri ketika merasa terancam akibat perlakuan tidak menyenangkan dari lingkungan sosial.				✓
5	Saya pernah menggigit lengan atau tangan saya sendiri untuk mengalihkan rasa sakit emosional.				✓
6	Saya merasa lebih tenang setelah memark rambut saya sendiri ketika stres.				✓
7	Saya menggunakan memukul diri sendiri sebagai respon yang sebanding terhadap tekanan sosial yang saya alami.				✓
8	Saya memburunkan kepala ketika mengalami tekanan sosial.				✓
9	Saya merasa kerap kali menggigit diri saat menghadapi emosi yang kuat.				✓

Dipindai dengan CamScanner

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
10	Saya sering memakai pakaian lengan panjang untuk menutupi luka sayatan saya.				✓
11	Saya sulit berbicara dengan teman baru dan sering memburunkan kepala ketika merasa terancam karena pengalaman dibicarakan di masa lalu.				✓
12	Saya sering menggigit bibir ketika harus berada di tempat banyak orang karena saya pernah dipermalukan di depan umum.				✓
13	Saya memburunkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain.				✓
14	Saya sering memburunkan kepala ketika mengalami tekanan sosial.				✓
15	Saya merasa menyayat kulit adalah satu-satunya cara untuk menghadapi tekanan bullying.				✓
16	Saya lebih suka diam dan menyayat kulit daripada memencokkan masalah.				✓
17	Saya sering memukul badan karena tidak tahu harus berbuat apa saat tertekan.				✓
18	Saya merasa lega setelah menjambak rambut sendiri ketika merasa tertekan.				✓
19	Saya cenderung menggigit bibir untuk menyalurkan perasaan sakit hati.				✓
20	Teman tidak ada yang dapat memahami saya sehingga tanpa sadar memukul telapak tangan dengan paku.				✓
21	Saya merasa kelegian untuk menyayat kulit namun saat saya merasa gagal memenuhi harapan orang lain.				✓
22	Saya menyayat kulit ketika merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari teman sebaya.				✓
23	Saya memburunkan kepala ketika merasa marah terhadap diri sendiri.				✓
24	Memburunkan kepala membantu saya melampunkan tekanan emosi.				✓
25	Saya memburunkan kepala karena merasa tidak berdaya menghadapi masalah sosial di sekolah.				✓
26	Saya merasa lega setelah memukul diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial.				✓
27	Saya memukul diri sendiri untuk mengalihkan rasa marah yang tidak bisa saya ungkapkan pada orang lain.				✓
28	Saya memukul diri sendiri karena merasa lemah dan tidak berdaya ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sosial.				✓
29	Saya merasa lebih tenang setelah menjambak rambut ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar.				✓
30	Saya merasa lega setelah menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa terhadap diri sendiri.				✓
31	Saya menjambak rambut sendiri untuk mengalangi rasa cemas.				✓

Dipindai dengan CamScanner

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
32	Saya menggigit bibir untuk mengalihkan perhatian dari rasa sedih atau marah yang saya alami.				✓
33	Saya menggigit jari saya sendiri ketika merasa takut di dalam kelas orang lain.				✓
34	Saya pernah menggigit diri sendiri karena tidak mampu mengendalikan rasa emosi yang kuat.				✓
35	Saya pernah menggunakan jarum atau peniti untuk melukai diri sendiri.				✓
36	Saya memukul diri dengan benda runcing karena merasa gagal dalam hubungan sosial.				✓
37	Saya memukul tangan dengan benda tajam karena merasa cemas dengan tekanan yang lingkungan sosial.				✓
38	Saya memukul diri sendiri karena merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari orang lain.				✓
39	Saya merasa lega setelah memukul diri ketika tekanan dari teman sebaya terlalu berat.				✓
40	Saya memburunkan kepala akibat cemas karena memarah tekanan dari orang-orang di sekitar saya.				✓
41	Saya menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa karena tidak mampu menyelesaikan diri dengan teman-teman.				✓

Sinjagra  
(Aldo Ficozo Arius)

Dipindai dengan CamScanner

**KUESIONER POST-TEST SELF-INJURY**

A. Identitas Siswa:  
 Nama : Abhinava Oktaviany S.C  
 Kelas : VII-10-01  
 Umur : 14  
 Jenis kelamin : Perempuan

B. Petunjuk pengisian kuisioner

- Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan jawab dengan jujur-jujuranya tanpa dipengaruhi siapapun.
- Semua jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.
- Baca setiap pernyataan dengan seksama. Kemudian beri jawaban pada setiap pernyataan dengan memberikan tanda (✓) pada salah satu pilihan yang tersedia. Adapun pilihan jawaban yang tersedia:  
 SS = Sangat Sering  
 S = Sering  
 KK = Kadang-kadang  
 TP = Tidak Pernah
- Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda centang (✓) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda kehendaki.
- Kemudian jawaban Anda dijamin sepenuhnya.
- Jika sudah selesai periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewatkan.
- Atas partisipasi dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
1	Saya cenderung melukai diri dengan menyayat kulit ketika mengalami konflik dengan teman saya.				✓
2	Saya pernah memburunkan kepala saya secara sengaja saat menghadapi tekanan atau emosi yang tidak diinginkan.				✓
3	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakitkan saya.				✓
4	Saya cenderung menjambak rambut sendiri ketika merasa terancam akibat perlakuan tidak menyenangkan dari lingkungan sosial.				✓
5	Saya pernah menggigit lengan atau tangan saya sendiri untuk mengalihkan rasa sakit emosional.				✓
6	Saya merasa lebih tenang setelah memark rambut saya sendiri ketika stres.				✓
7	Saya menggunakan memukul diri sendiri sebagai respon yang sebanding terhadap tekanan sosial yang saya alami.				✓
8	Saya memburunkan kepala ketika mengalami tekanan sosial.				✓
9	Saya merasa kerap kali menggigit diri saat menghadapi emosi yang kuat.				✓

Dipindai dengan CamScanner

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
10	Saya sering memakai pakaian lengan panjang untuk menutupi luka sayatan saya.				✓
11	Saya sulit berbicara dengan teman baru dan sering memburunkan kepala ketika merasa terancam karena pengalaman dibicarakan di masa lalu.				✓
12	Saya sering menggigit bibir ketika harus berada di tempat banyak orang karena saya pernah dipermalukan di depan umum.				✓
13	Saya memburunkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain.				✓
14	Saya sering memburunkan kepala ketika mengalami tekanan sosial.				✓
15	Saya merasa menyayat kulit adalah satu-satunya cara untuk menghadapi tekanan bullying.				✓
16	Saya lebih suka diam dan menyayat kulit daripada memencokkan masalah.				✓
17	Saya sering memukul badan karena tidak tahu harus berbuat apa saat tertekan.				✓
18	Saya merasa lega setelah menjambak rambut sendiri ketika merasa tertekan.				✓
19	Saya cenderung menggigit bibir untuk menyalurkan perasaan sakit hati.				✓
20	Teman tidak ada yang dapat memahami saya sehingga tanpa sadar memukul telapak tangan dengan paku.				✓
21	Saya merasa kelegian untuk menyayat kulit namun saat saya merasa gagal memenuhi harapan orang lain.				✓
22	Saya menyayat kulit ketika merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari teman sebaya.				✓
23	Saya memburunkan kepala ketika merasa marah terhadap diri sendiri.				✓
24	Memburunkan kepala membantu saya melampunkan tekanan emosi.				✓
25	Saya memburunkan kepala karena merasa tidak berdaya menghadapi masalah sosial di sekolah.				✓
26	Saya merasa lega setelah memukul diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial.				✓
27	Saya memukul diri sendiri untuk mengalihkan rasa marah yang tidak bisa saya ungkapkan pada orang lain.				✓
28	Saya memukul diri sendiri karena merasa lemah dan tidak berdaya ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sosial.				✓
29	Saya merasa lebih tenang setelah menjambak rambut ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar.				✓
30	Saya merasa lega setelah menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa terhadap diri sendiri.				✓
31	Saya menjambak rambut sendiri untuk mengalangi rasa cemas.				✓

Dipindai dengan CamScanner

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
32	Saya menggigit bibir untuk mengalihkan perhatian dari rasa sedih atau marah yang saya alami.				✓
33	Saya menggigit jari saya sendiri ketika merasa takut di dalam kelas orang lain.				✓
34	Saya pernah menggigit diri sendiri karena tidak mampu mengendalikan rasa emosi yang kuat.				✓
35	Saya pernah menggunakan jarum atau peniti untuk melukai diri sendiri.				✓
36	Saya memukul diri dengan benda runcing karena merasa gagal dalam hubungan sosial.				✓
37	Saya memukul tangan dengan benda tajam karena merasa cemas dengan tekanan yang lingkungan sosial.				✓
38	Saya memukul diri sendiri karena merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari orang lain.				✓
39	Saya merasa lega setelah memukul diri ketika tekanan dari teman sebaya terlalu berat.				✓
40	Saya memburunkan kepala akibat cemas karena memarah tekanan dari orang-orang di sekitar saya.				✓
41	Saya menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa karena tidak mampu menyelesaikan diri dengan teman-teman.				✓

Sinjagra  
(Aldo Ficozo Arius)

Dipindai dengan CamScanner

**KUESIONER POST-TEST SELF-INJURY**

A. Identitas Siswa:  
 Nama : Gal Mad Nijara Subandoro S.  
 Kelas : VII-10  
 Umur : 13  
 Jenis kelamin : Laki-Laki

B. Petunjuk pengisian kuisioner

- Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan jawab dengan jujur-jujuranya tanpa dipengaruhi siapapun.
- Semua jawaban adalah baik apabila dikerjakan sesuai dengan keadaan.
- Baca setiap pernyataan dengan seksama. Kemudian beri jawaban pada setiap pernyataan dengan memberikan tanda (✓) pada salah satu pilihan yang tersedia. Adapun pilihan jawaban yang tersedia:  
 SS = Sangat Sering  
 S = Sering  
 KK = Kadang-kadang  
 TP = Tidak Pernah
- Apabila Anda ingin mengubah jawaban Anda, berilah tanda sama dengan (=) pada tanda centang (✓) yang telah Anda pilih sebelumnya kemudian berilah tanda silang baru pada pilihan yang Anda kehendaki.
- Kemudian jawaban Anda dijamin sepenuhnya.
- Jika sudah selesai periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewatkan.
- Atas partisipasi dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
1	Saya cenderung melukai diri dengan menyayat kulit ketika mengalami konflik dengan teman saya.				✓
2	Saya pernah memburunkan kepala saya secara sengaja saat menghadapi tekanan atau emosi yang tidak diinginkan.				✓
3	Saya cenderung memukul diri sendiri ketika saya merasa lemah terhadap tindakan orang lain yang menyakitkan saya.				✓
4	Saya cenderung menjambak rambut sendiri ketika merasa terancam akibat perlakuan tidak menyenangkan dari lingkungan sosial.				✓
5	Saya pernah menggigit lengan atau tangan saya sendiri untuk mengalihkan rasa sakit emosional.				✓
6	Saya merasa lebih tenang setelah memark rambut saya sendiri ketika stres.				✓
7	Saya menggunakan memukul diri sendiri sebagai respon yang sebanding terhadap tekanan sosial yang saya alami.				✓
8	Saya memburunkan kepala ketika mengalami tekanan sosial.				✓
9	Saya merasa kerap kali menggigit diri saat menghadapi emosi yang kuat.				✓

Dipindai dengan CamScanner

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
10	Saya sering memakai pakaian lengan panjang untuk menutupi luka sayatan saya.				✓
11	Saya sulit berbicara dengan teman baru dan sering memburunkan kepala ketika merasa terancam karena pengalaman dibicarakan di masa lalu.				✓
12	Saya sering menggigit bibir ketika harus berada di tempat banyak orang karena saya pernah dipermalukan di depan umum.				✓
13	Saya memburunkan kepala karena tidak tahan dengan perlakuan orang lain.				✓
14	Saya sering memburunkan kepala ketika mengalami tekanan sosial.				✓
15	Saya merasa menyayat kulit adalah satu-satunya cara untuk menghadapi tekanan bullying.				✓
16	Saya lebih suka diam dan menyayat kulit daripada memencokkan masalah.				✓
17	Saya sering memukul badan karena tidak tahu harus berbuat apa saat tertekan.				✓
18	Saya merasa lega setelah menjambak rambut sendiri ketika merasa tertekan.				✓
19	Saya cenderung menggigit bibir untuk menyalurkan perasaan sakit hati.				✓
20	Teman tidak ada yang dapat memahami saya sehingga tanpa sadar memukul telapak tangan dengan paku.				✓
21	Saya merasa kelegian untuk menyayat kulit namun saat saya merasa gagal memenuhi harapan orang lain.				✓
22	Saya menyayat kulit ketika merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari teman sebaya.				✓
23	Saya memburunkan kepala ketika merasa marah terhadap diri sendiri.				✓
24	Memburunkan kepala membantu saya melampunkan tekanan emosi.				✓
25	Saya memburunkan kepala karena merasa tidak berdaya menghadapi masalah sosial di sekolah.				✓
26	Saya merasa lega setelah memukul diri sendiri saat menghadapi tekanan sosial.				✓
27	Saya memukul diri sendiri untuk mengalihkan rasa marah yang tidak bisa saya ungkapkan pada orang lain.				✓
28	Saya memukul diri sendiri karena merasa lemah dan tidak berdaya ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sosial.				✓
29	Saya merasa lebih tenang setelah menjambak rambut ketika menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar.				✓
30	Saya merasa lega setelah menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa terhadap diri sendiri.				✓
31	Saya menjambak rambut sendiri untuk mengalangi rasa cemas.				✓

Dipindai dengan CamScanner

No	Pernyataan	SS	S	KK	TP
32	Saya menggigit bibir untuk mengalihkan perhatian dari rasa sedih atau marah yang saya alami.				✓
33	Saya menggigit jari saya sendiri ketika merasa takut di dalam kelas orang lain.				✓
34	Saya pernah menggigit diri sendiri karena tidak mampu mengendalikan rasa emosi yang kuat.				✓
35	Saya pernah menggunakan jarum atau peniti untuk melukai diri sendiri.				✓
36	Saya memukul diri dengan benda runcing karena merasa gagal dalam hubungan sosial.				✓
37	Saya memukul tangan dengan benda tajam karena merasa cemas dengan tekanan yang lingkungan sosial.				✓
38	Saya memukul diri sendiri karena merasa tidak mampu menghadapi tekanan dari orang lain.				✓
39	Saya merasa lega setelah memukul diri ketika tekanan dari teman sebaya terlalu berat.				✓
40	Saya memburunkan kepala akibat cemas karena memarah tekanan dari orang-orang di sekitar saya.				✓
41	Saya menjambak rambut sendiri ketika merasa kecewa karena tidak mampu menyelesaikan diri dengan teman-teman.				✓

Sinjagra  
(Gal Mad Nijara Subandoro S.)

Dipindai dengan CamScanner





Lampiran 22. Lembar Evaluasi Proses

**INSTRUMEN EVALUASI PROSES LAYANAN KONSELING KELOMPOK**

Hari/Tanggal : Sabtu, 02 - 03 - 2016  
 Materi : Manajemen kelas  
 Peserta Layanan : M. Wajaya Septian

**FERTUNIK**

Guru Biologi dan Konseling memberikan skor penilaian aspek yang diobservasi pada masing-masing siswa sesuai dengan kolom yang telah disediakan dengan kriteria sebagai berikut:

Skor 5 jika hal ini dilakukan siswa dengan sangat baik  
 Skor 4 jika hal ini dilakukan siswa dengan baik  
 Skor 3 jika hal ini dilakukan siswa dengan cukup baik  
 Skor 2 jika hal ini dilakukan siswa dengan kurang baik  
 Skor 1 jika hal ini dilakukan siswa dengan sangat kurang baik

No	Aspek yang Diobservasi	Nama Siswa (Inisial)									
		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	Kemampuan siswa mengikuti layanan Konseling Kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
2	Antusias dalam setiap kegiatan Konseling Kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	Perhatian siswa saat guru menjelaskan langkah-langkah pelaksanaan Konseling Kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	Kehormatan siswa bertanya ketika ada hal kurang dimengerti	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
5	Partisipasi siswa berpendapat mengenai topik Konseling Kelompok yang dipaparkan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	Kemampuan diskusi dengan permasalahan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
7	Respon siswa ketika proses diskusi	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
8	Komunikasi siswa dalam kelompok bersama siswa lain	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
9	Mengembangkan hubungan positif dalam kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
10	Kemampuan siswa dalam memberikan kesimpulan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
11	Kemampuan siswa dalam proses evaluasi konseling kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Jumlah Skor		55	55	55	55	55	55	55	55	55	55

**INSTRUMEN EVALUASI PROSES LAYANAN KONSELING KELOMPOK**

Hari/Tanggal : Sabtu, 02 - 03 - 2016  
 Materi : Manajemen kelas  
 Peserta Layanan : M. Wajaya Septian

**FERTUNIK**

Guru Biologi dan Konseling memberikan skor penilaian aspek yang diobservasi pada masing-masing siswa sesuai dengan kolom yang telah disediakan dengan kriteria sebagai berikut:

Skor 5 jika hal ini dilakukan siswa dengan sangat baik  
 Skor 4 jika hal ini dilakukan siswa dengan baik  
 Skor 3 jika hal ini dilakukan siswa dengan cukup baik  
 Skor 2 jika hal ini dilakukan siswa dengan kurang baik  
 Skor 1 jika hal ini dilakukan siswa dengan sangat kurang baik

No	Aspek yang Diobservasi	Nama Siswa (Inisial)									
		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	Kemampuan siswa mengikuti layanan Konseling Kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
2	Antusias dalam setiap kegiatan Konseling Kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	Perhatian siswa saat guru menjelaskan langkah-langkah pelaksanaan Konseling Kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	Kehormatan siswa bertanya ketika ada hal kurang dimengerti	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
5	Partisipasi siswa berpendapat mengenai topik Konseling Kelompok yang dipaparkan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	Kemampuan diskusi dengan permasalahan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
7	Respon siswa ketika proses diskusi	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
8	Komunikasi siswa dalam kelompok bersama siswa lain	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
9	Mengembangkan hubungan positif dalam kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
10	Kemampuan siswa dalam memberikan kesimpulan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
11	Kemampuan siswa dalam proses evaluasi konseling kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Jumlah Skor		55	55	55	55	55	55	55	55	55	55

**INSTRUMEN EVALUASI PROSES LAYANAN KONSELING KELOMPOK**

Hari/Tanggal : Sabtu, 02 - 03 - 2016  
 Materi : Manajemen kelas  
 Peserta Layanan : M. Wajaya Septian

**FERTUNIK**

Guru Biologi dan Konseling memberikan skor penilaian aspek yang diobservasi pada masing-masing siswa sesuai dengan kolom yang telah disediakan dengan kriteria sebagai berikut:

Skor 5 jika hal ini dilakukan siswa dengan sangat baik  
 Skor 4 jika hal ini dilakukan siswa dengan baik  
 Skor 3 jika hal ini dilakukan siswa dengan cukup baik  
 Skor 2 jika hal ini dilakukan siswa dengan kurang baik  
 Skor 1 jika hal ini dilakukan siswa dengan sangat kurang baik

No	Aspek yang Diobservasi	Nama Siswa (Inisial)									
		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	Kemampuan siswa mengikuti layanan Konseling Kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
2	Antusias dalam setiap kegiatan Konseling Kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	Perhatian siswa saat guru menjelaskan langkah-langkah pelaksanaan Konseling Kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	Kehormatan siswa bertanya ketika ada hal kurang dimengerti	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
5	Partisipasi siswa berpendapat mengenai topik Konseling Kelompok yang dipaparkan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	Kemampuan diskusi dengan permasalahan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
7	Respon siswa ketika proses diskusi	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
8	Komunikasi siswa dalam kelompok bersama siswa lain	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
9	Mengembangkan hubungan positif dalam kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
10	Kemampuan siswa dalam memberikan kesimpulan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
11	Kemampuan siswa dalam proses evaluasi konseling kelompok	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Jumlah Skor		55	55	55	55	55	55	55	55	55	55

Kriteria Penentuan Skor  
 Skor Total =  $\frac{\text{jumlah skor}}{11} \times 100$

Kriteria Hasil Rerata	Kategori
74 - 100	Sangat Aktif
68 - 73	Aktif
52 - 67	Cukup Aktif
36 - 51	Kurang Aktif
20 - 35	Sangat Kurang Aktif

Singaraja, 02 Maret 2016  
 Guru BK,  
*Olivia*  
 (M. Wajaya Septian)

Kriteria Penentuan Skor  
 Skor Total =  $\frac{\text{jumlah skor}}{11} \times 100$


Kriteria Hasil Rerata	Kategori
74 - 100	Sangat Aktif
68 - 73	Aktif
52 - 67	Cukup Aktif
36 - 51	Kurang Aktif
20 - 35	Sangat Kurang Aktif

Singaraja, 02 Maret 2016  
 Guru BK,  
*Olivia*  
 (M. Wajaya Septian)

Kriteria Penentuan Skor  
 Skor Total =  $\frac{\text{jumlah skor}}{11} \times 100$

Kriteria Hasil Rerata	Kategori
74 - 100	Sangat Aktif
68 - 73	Aktif
52 - 67	Cukup Aktif
36 - 51	Kurang Aktif
20 - 35	Sangat Kurang Aktif

Singaraja, 02 Maret 2016  
 Guru BK,  
*Olivia*  
 (M. Wajaya Septian)



Lampiran 23. Lembar Evaluasi Hasil

**LEMBAR EVALUASI HASIL KONSELING KELOMPOK**

**A. Identitas**  
 Nama : Nabila Okaviani Sari  
 Kelas : XII - M / B / 4  
 Nama Konselor : N. Kurnia, S.Psi  
 Hari/Tgl : Sabtu, 01 - 03 - 2016

**B. Petunjuk**  
 Berilah tanda cek (V) pada kolom skor sesuai dengan aspek yang muncul. Adapun ketentuan skor adalah sebagai berikut:

Skor	Kategori
1	Sangat Tidak Sesuai
2	Kurang Sesuai
3	Ragu-ragu
4	Sesuai
5	Sangat Sesuai


**Instrumen Evaluasi**

No	Aspek Penilaian	Skor					Catatan
		1	2	3	4	5	
1	Melalui konseling kelompok saya memahami permasalahan saya			✓			
2	Melalui konseling kelompok saya mengerti faktor penyebab permasalahan			✓			
3	Melalui konseling kelompok saya memahami sikap yang akan dilakukan untuk pemecahan masalah			✓			
4	Konseling kelompok dan saran dari anggota kelompok membuat saya merasa lega			✓			
5	Situasi konseling membuat saya menjadi optimis			✓			
6	Saya dan teman-teman berusaha memperbaiki diri untuk mewujudkan penyelesaian permasalahan yang saya miliki					✓	

**Kriteria Penentuan Skor**  
 Jumlah skor  
 Skor Total =  $\frac{\text{jumlah skor}}{30} \times 100$

**Kriteria Hasil**

Rentangannya	Kategori
83 - 100	Sangat Baik
62 - 82	Baik
41 - 61	Cukup Baik
20 - 40	Kurang Baik

Singaperaja, 01 - 03 - 2016  
 Konselor,  
  
 (Nabila Okaviani Sari)

**LEMBAR EVALUASI HASIL KONSELING KELOMPOK**

**A. Identitas**  
 Nama : Gusti Made Niswara Subandoro Sugana  
 Kelas : XII - M / B / 4  
 Nama Konselor : N. Kurnia, S.Psi  
 Hari/Tgl : Sabtu, 01 - 03 - 2016

**B. Petunjuk**  
 Berilah tanda cek (V) pada kolom skor sesuai dengan aspek yang muncul. Adapun ketentuan skor adalah sebagai berikut:

Skor	Kategori
1	Sangat Tidak Sesuai
2	Kurang Sesuai
3	Ragu-ragu
4	Sesuai
5	Sangat Sesuai


**Instrumen Evaluasi**

No	Aspek Penilaian	Skor					Catatan
		1	2	3	4	5	
1	Melalui konseling kelompok saya memahami permasalahan saya						
2	Melalui konseling kelompok saya mengerti faktor penyebab permasalahan						
3	Melalui konseling kelompok saya memahami sikap yang akan dilakukan untuk pemecahan masalah						
4	Konseling kelompok dan saran dari anggota kelompok membuat saya merasa lega						
5	Situasi konseling membuat saya menjadi optimis						
6	Saya dan teman-teman berusaha memperbaiki diri untuk mewujudkan penyelesaian permasalahan yang saya miliki						✓

**Kriteria Penentuan Skor**  
 Jumlah skor  
 Skor Total =  $\frac{\text{jumlah skor}}{30} \times 100$

**Kriteria Hasil**

Rentangannya	Kategori
83 - 100	Sangat Baik
62 - 82	Baik
41 - 61	Cukup Baik
20 - 40	Kurang Baik

Singaperaja, 01 - 03 - 2016  
 Konselor,  
  
 (Gusti Made Niswara Subandoro Sugana)

**LEMBAR EVALUASI HASIL KONSELING KELOMPOK**

**A. Identitas**  
 Nama : K.D. Telesia Perlati  
 Kelas : XII - M / B / 4  
 Nama Konselor : N. Kurnia, S.Psi  
 Hari/Tgl : Sabtu, 01 - 03 - 2016

**B. Petunjuk**  
 Berilah tanda cek (V) pada kolom skor sesuai dengan aspek yang muncul. Adapun ketentuan skor adalah sebagai berikut:

Skor	Kategori
1	Sangat Tidak Sesuai
2	Kurang Sesuai
3	Ragu-ragu
4	Sesuai
5	Sangat Sesuai


**Instrumen Evaluasi**

No	Aspek Penilaian	Skor					Catatan
		1	2	3	4	5	
1	Melalui konseling kelompok saya memahami permasalahan saya						
2	Melalui konseling kelompok saya mengerti faktor penyebab permasalahan						
3	Melalui konseling kelompok saya memahami sikap yang akan dilakukan untuk pemecahan masalah						
4	Konseling kelompok dan saran dari anggota kelompok membuat saya merasa lega						
5	Situasi konseling membuat saya menjadi optimis						
6	Saya akan berusaha memperbaiki diri untuk mewujudkan penyelesaian permasalahan yang saya miliki						✓

**Kriteria Penentuan Skor**  
 Jumlah skor  
 Skor Total =  $\frac{\text{jumlah skor}}{30} \times 100$

**Kriteria Hasil**

Rentangannya	Kategori
83 - 100	Sangat Baik
62 - 82	Baik
41 - 61	Cukup Baik
20 - 40	Kurang Baik

Singaperaja, 01 - 03 - 2016  
 Konselor,  
  
 (K.D. Telesia Perlati)



# Lampiran 24. Lembar Observasi Perkembangan Kemampuan Siswa pada Aspek-Aspek Pendukung Penurunan Perilaku *Self-Injury*

**Lembar Observasi**

Instrumen observasi digunakan untuk memantau perkembangan siswa selama mengikuti layanan korektif kelompok berbasis *emotional behavior Coping Behavioral*. Observasi dilakukan secara kelengkapan oleh korektor selama proses layanan berlangsung untuk melihat perubahan pada aspek-aspek yang berkaitan dengan penurunan perilaku *self-injury*.

**A. Skala Penilaian Observasi**

Skor	Kriteria
4	Berupa terlihat
3	Mudah terlihat namun masih sangat sedikit
2	Cukup terlihat dan masih berkembang
1	Berubah sedikit dan berkembang
0	Sangat berkembang dan konsisten

**Indikator 1: Kesadaran terhadap Perilaku *Self-Injury***

Aspek Observasi:

No. 1 Aspek Observasi

1. Mengetahui bahwa *self-injury* merupakan perilaku yang merugikan diri sendiri.
2. Menunjukkan keinginan untuk mengakhiri diri dari perilaku *self-injury*.
3. Siswa mampu menjelaskan dampak psikologis dari perilaku *self-injury*.
4. Siswa menunjukkan kesadaran bahwa *self-injury* bukan solusi atas masalah yang dihadapi.
5. Siswa menunjukkan keyakinan untuk memotong perilaku *self-injury*.

Format Penilaian Observasi:

Nama	1	2	3	4	5	Total
NOS	2	2	2	2	2	10
ACR	2	2	2	2	2	10
KFA	2	2	2	2	2	10
NSS	2	2	2	2	2	10
AZ	2	2	2	2	2	10
MAJ	2	2	2	2	2	10
DIP	2	2	2	2	2	10

**Indikator 2: Kemampuan Mengenal Emosi Negatif**

Aspek Observasi:

No. 1 Aspek Observasi

1. Mampu mengidentifikasi emosi yang dirasakan ketika mengalami situasi.
2. Mampu memaparkan perasaan yang menjadi perilaku *self-injury*.
3. Menunjukkan kesadaran terhadap hubungan antara emosi dan perilaku.
4. Siswa mampu mengidentifikasi perasaan secara verbal dalam bahasa.
5. Siswa menunjukkan bahwa emosi negatif dapat memicu *self-injury*.

Format Penilaian Observasi:

Nama	1	2	3	4	5	Total
NOS	2	2	2	2	2	10
ACR	2	2	2	2	2	10
KFA	2	2	2	2	2	10
NSS	2	2	2	2	2	10
AZ	2	2	2	2	2	10
MAJ	2	2	2	2	2	10
DIP	2	2	2	2	2	10

**Indikator 3: Kemampuan Mengidentifikasi dan Mengubah Pikiran Negatif**

Aspek Observasi:

No. 1 Aspek Observasi

1. Mampu mengidentifikasi pikiran negatif yang muncul akibat pengalaman buruk.
2. Siswa mampu mengidentifikasi pikiran yang muncul setelah mengalami *self-injury*.
3. Siswa mampu membedakan pikiran rasional dan tidak rasional.
4. Siswa berusaha mengubah pikiran negatif dengan pikiran yang lebih positif.
5. Siswa menunjukkan cara berpikir yang lebih realistis terhadap permasalahan.

Format Penilaian Observasi:

Nama	1	2	3	4	5	Total
NOS	2	2	2	2	2	10
ACR	2	2	2	2	2	10
KFA	2	2	2	2	2	10
NSS	2	2	2	2	2	10
AZ	2	2	2	2	2	10
MAJ	2	2	2	2	2	10
DIP	2	2	2	2	2	10

**Indikator 4: Kemampuan Menggunakan Strategi Coping Positif**

Aspek Observasi:

No. 1 Aspek Observasi

1. Siswa mampu memaparkan alternatif perilaku selain *self-injury*.
2. Siswa mencoba menggunakan coping positif saat menghadapi tekanan.
3. Siswa mampu mengidentifikasi emosi yang melatar belakangi diri.
4. Siswa menunjukkan usaha menyelesaikan masalah secara konstruktif.
5. Siswa aktif mengidentifikasi hal-hal positif yang diberikan dalam kelompok.

Format Penilaian Observasi:

Nama	1	2	3	4	5	Total
NOS	2	2	2	2	2	10
ACR	2	2	2	2	2	10
KFA	2	2	2	2	2	10
NSS	2	2	2	2	2	10
AZ	2	2	2	2	2	10
MAJ	2	2	2	2	2	10
DIP	2	2	2	2	2	10

**Indikator 5: Kepuasan Diri dan Dukungan Sosial**

Aspek Observasi:

No. 1 Aspek Observasi

1. Siswa menunjukkan penerimaan diri yang lebih baik.
2. Siswa berani menggunakan coping positif dalam kelompok.
3. Siswa mampu menerima dukungan dari orang lain.
4. Siswa menunjukkan langkah untuk terlibat masa depan.
5. Siswa lebih aktif berinteraksi dengan anggota kelompok.

Format Penilaian Observasi:

Nama	1	2	3	4	5	Total
NOS	2	2	2	2	2	10
ACR	2	2	2	2	2	10
KFA	2	2	2	2	2	10
NSS	2	2	2	2	2	10
AZ	2	2	2	2	2	10
MAJ	2	2	2	2	2	10
DIP	2	2	2	2	2	10

**Indikator 6: Komitmen Mengurangi Perilaku *Self-Injury***

Aspek Observasi:

No. 1 Aspek Observasi

1. Siswa menunjukkan minat yang baik untuk mengurangi perilaku *self-injury*.
2. Siswa berkomitmen menerapkan strategi coping yang telah dipelajari.
3. Siswa menunjukkan konsistensi dalam menjalankan strategi coping yang telah dipelajari.
4. Siswa mampu memaparkan perubahan yang telah dialami.
5. Siswa menunjukkan keyakinan bahwa dirinya mampu berubah.

Format Penilaian Observasi:

Nama	1	2	3	4	5	Total
NOS	2	2	2	2	2	10
ACR	2	2	2	2	2	10
KFA	2	2	2	2	2	10
NSS	2	2	2	2	2	10
AZ	2	2	2	2	2	10
MAJ	2	2	2	2	2	10
DIP	2	2	2	2	2	10

**B. Rekapitulasi Hasil Perkembangan Siswa**

Nama	11	12	13	14	15	16	Total	Rata-rata	Kategori
NOS	19	15	16	18	21	20	109	18,17	Baik
ACR	19	14	17	19	21	20	109	18,17	Baik
KFA	19	15	18	20	21	20	103	17,17	Baik
NSS	19	15	18	20	21	20	103	17,17	Baik
AZ	19	15	18	20	21	20	103	17,17	Baik
MAJ	19	15	18	20	21	20	103	17,17	Baik
DIP	19	15	18	20	21	20	103	17,17	Baik

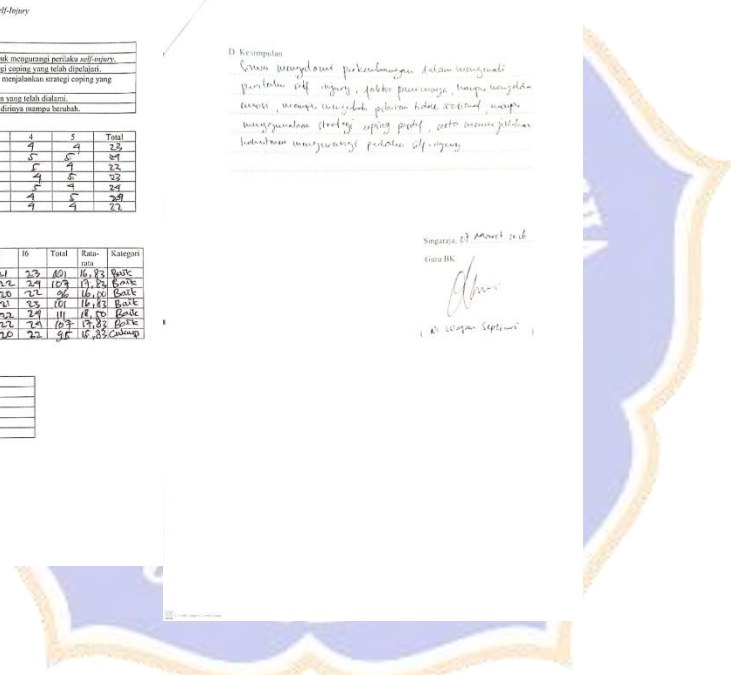
**C. Interpretasi Skor**

Skor	Kriteria
21-25	Sangat Baik
16-20	Baik
11-15	Cukup
6-10	Kurang
1-5	Sangat Kurang

D. Kesimpulan

Siswa mengalami perkembangan dalam memaparkan perilaku *self-injury*, faktor pemicunya mampu dijelaskan, mampu mengidentifikasi pikiran rasional, mampu menggunakan strategi coping positif, serta menunjukkan perubahan menggunakan perilaku *self-injury*.

Sangat Baik  
Guru BK  
*Abim*  
(di Widyadarmah)



Lampiran 25. Hasil Perkembangan Kemampuan Siswa pada Aspek-Aspek Pendukung Penurunan Perilaku *Self-Injury*

Siswa	Kondisi Awal	Perkembangan Selama Konseling	Kondisi Akhir
NOS	Pada awal layanan, siswa cenderung tertutup, kurang percaya diri, dan pasif dalam kegiatan kelompok. Siswa mengalami kesulitan mengenali emosi negatif yang muncul akibat <i>bullying</i> serta memiliki pikiran otomatis negatif seperti merasa tidak layak berteman dengan orang lain.	Selama proses konseling, siswa mulai mampu mengenali emosi sedih, marah, dan kecewa yang menjadi pemicu perilaku <i>self-injury</i> . Siswa mulai terbuka dalam berbagi pengalaman, mengidentifikasi pikiran negatif yang dimiliki, serta mencoba menggantinya dengan pikiran yang lebih adaptif. Siswa juga mulai menggunakan strategi coping positif ketika mengalami tekanan emosional.	Pada akhir layanan, siswa menunjukkan peningkatan kemampuan mengelola emosi, lebih percaya diri dalam berinteraksi sosial, mampu menggunakan coping positif secara lebih konsisten, serta menunjukkan komitmen yang kuat untuk mengurangi perilaku <i>self-injury</i> .
ACR	Pada awal layanan, siswa menunjukkan kesulitan mengendalikan emosi serta memiliki pola pikir negatif terhadap diri sendiri, seperti menganggap diri bodoh dan tidak berguna akibat pengalaman <i>bullying</i> .	Selama layanan berlangsung, siswa mulai mampu mengenali hubungan antara pikiran negatif, emosi, dan perilaku <i>self-injury</i> . Pengendalian emosi meningkat dan siswa mulai belajar mengganti pikiran negatif dengan pemikiran yang lebih realistis dan rasional.	Pada akhir layanan, siswa menunjukkan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik, mampu berpikir lebih rasional terhadap permasalahan yang dihadapi, serta memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menghadapi tekanan tanpa melukai diri sendiri.
KFA	Pada awal layanan, siswa tampak pasif, kurang percaya diri,	Selama proses konseling, siswa mulai mengenali emosi	Pada akhir layanan, siswa menunjukkan peningkatan

	serta mengalami kesulitan mengekspresikan emosi dan pendapat dalam kelompok. Siswa juga memiliki pikiran otomatis negatif seperti merasa akan ditertawakan apabila berbicara.	negatif yang dialami dan memahami faktor pemicu perilaku <i>self-injury</i> . Siswa menjadi lebih aktif dalam kegiatan kelompok dan mulai mengganti pikiran negatif dengan pemikiran yang lebih adaptif.	keterbukaan diri, keberanian menyampaikan pendapat, kemampuan mengenali dan mengelola emosi dengan lebih baik, serta penurunan kecenderungan perilaku <i>self-injury</i> .
NSS	Pada awal layanan, siswa cenderung menyimpan masalah secara pribadi, sulit mengungkapkan perasaan, dan kurang mampu mengelola emosi negatif akibat pengalaman <i>bullying</i> . Siswa juga memiliki pikiran negatif mengenai dirinya dan hubungan sosialnya.	Selama layanan berlangsung, siswa mulai memahami hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku <i>self-injury</i> . Siswa menjadi lebih terbuka dalam kelompok, mampu mengenali pikiran negatif yang muncul, serta mulai menggantinya dengan cara berpikir yang lebih rasional dan adaptif.	Pada akhir layanan, siswa terlihat lebih stabil secara emosional, lebih terbuka dalam menyampaikan perasaan, mampu menggunakan strategi coping positif, serta menunjukkan komitmen yang lebih kuat untuk tidak menggunakan <i>self-injury</i> sebagai pelampiasan emosi.
AZ	Pada awal layanan, siswa sudah cukup terbuka dalam kelompok, namun masih memiliki pikiran negatif terhadap diri sendiri dan cenderung memandang diri tidak berharga akibat pengalaman <i>bullying</i> .	Selama layanan berlangsung, siswa menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengenali dan mengevaluasi pikiran negatif yang dimiliki. Siswa mampu melakukan restrukturisasi kognitif dengan lebih cepat serta menunjukkan konsistensi dalam penggunaan strategi coping positif.	Pada akhir layanan, siswa mampu mempertahankan pola pikir yang lebih rasional dan adaptif, memiliki kepercayaan diri yang lebih baik, menunjukkan regulasi emosi yang lebih stabil, serta memiliki komitmen yang kuat untuk mengurangi perilaku <i>self-injury</i> .

MAJ	<p>Pada awal layanan, siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah dan sering merasa takut ditolak oleh lingkungan sosial. Siswa juga menunjukkan pikiran negatif terhadap kemampuan dirinya.</p>	<p>Selama layanan, siswa mulai mengembangkan cara berpikir yang lebih positif dan rasional terhadap dirinya. Keberanian dalam berinteraksi dengan anggota kelompok meningkat dan siswa mulai lebih aktif menyampaikan pendapat.</p>	<p>Pada akhir layanan, siswa menunjukkan peningkatan kepercayaan diri, hubungan sosial yang lebih positif, serta kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan emosional tanpa menggunakan perilaku <i>self-injury</i>.</p>
DJP	<p>Pada awal layanan, siswa cenderung diam, tertutup, dan kurang berpartisipasi dalam diskusi kelompok. Siswa mengalami kesulitan mengenali emosi negatif dan memiliki pikiran otomatis negatif seperti merasa tidak layak diterima oleh orang lain.</p>	<p>Selama proses konseling, siswa mulai mampu mengenali emosi yang dirasakan dan memahami keterkaitan antara pikiran, emosi, dan perilaku. Siswa mulai mencoba mengubah pikiran negatif menjadi lebih rasional serta mempraktikkan strategi coping positif meskipun masih memerlukan arahan konselor.</p>	<p>Pada akhir layanan, siswa menunjukkan perubahan positif dalam pengelolaan emosi dan penurunan kecenderungan <i>self-injury</i>. Namun, siswa masih memerlukan pendampingan untuk mempertahankan pola pikir rasional dan konsistensi penggunaan coping positif secara mandiri.</p>

Lampiran 26. Dokumentasi Penelitian



## Lampiran 27. Riwayat Hidup



Penulis bernama Ni Wayan Septiari, lahir di Karangasem pada tanggal 18 September 2004. Penulis merupakan anak pertama dari tiga bersaudara, pasangan I Ketut Suka dan Ni Ketut Jepun. Saat ini penulis tinggal di BTN Krisna Graha Sambangan, Kecamatan Buleleng, Kabupaten Singaraja. Email aktif penulis yaitu [wynseptiari01@gmail.com](mailto:wynseptiari01@gmail.com). Penulis mengawali pendidikan formal di PAUD Kumara Kerta Winangun. Selanjutnya, penulis menempuh

pendidikan dasar di SD Negeri 2 Kesimpar pada tahun 2010 dan lulus pada tahun 2016. Pendidikan menengah pertama ditempuh di SMP Negeri 5 Abang dan diselesaikan pada tahun 2019. Kemudian, penulis melanjutkan pendidikan menengah atas di SMA Negeri 1 Bebandem dan lulus pada tahun 2022. Pada tahun 2022, penulis diterima sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha. Selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi, penulis aktif mengikuti berbagai kegiatan akademik maupun nonakademik yang mendukung pengembangan kompetensi akademik, profesional, serta keterampilan interpersonal. Setelah menjalani proses perkuliahan selama empat tahun, penulis berhasil menyelesaikan studi dan tugas akhir pada bulan Juni 2026. Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.), penulis menyusun skripsi yang berjudul “Pengembangan *E-Modul* Berbasis Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Perilaku *Self-Injury* pada Siswa Korban *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama”.