

# LAMPIRAN



## Lampiran 1.

### Surat Ijin Melakukan Penelitian



**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**  
**JURUSAN ILMU PENDIDIKAN PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN**  
**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING**

Jalan Udayana Nomor 12 C Singaraja-Bali. Telepon 0362-22570;  
Faximile : 0362-25735. Laman : <http://www.undiksha.ac.id>

No : 254/UN.48.10.28/2019  
Hal : Permohonan Izin Internship Mahasiswa BK  
Lampiran : *Terlampir*

Kepada,  
Yth. Kepala SMK Negeri 1 Singaraja  
di-  
Tempat

Dengan Hormat,

Bersama surat ini saya sampaikan permohonan dihadapan Bapak/Ibu Kepala Sekolah untuk memberikan mahasiswa terlampir agar dapat diberikan kesempatan sebagai berikut :

1. Mahasiswa BK diberikan guru BK sebagai guru pamong dalam menjalankan Intensif di Sekolah.
2. Mahasiswa BK diberikan tempat pada ruang BK sebagai tempat kerja bersama guru BK atau guru pamong.
3. Mahasiswa BK Intensif diberikan waktu dengan Guru BK dan Dosen Pembimbing serta Guru Mapel untuk dapat bekerjasama dalam menyelesaikan menyajikan RPBK.
4. Mahasiswa BK mohon diberikan waktu menjalankan Intensif penelitian dengan menggunakan Instrumen RPBK sebanyak 31 variabel yang akan dipresentasikan.

Demikian surat izin ini dibuat agar dapat dimaklumi, atas izin yang diberikan kami ucapkan terimakasih.

Singaraja, 01 Oktober 2019  
Koordinator Program Studi BK

Prof. Dr. Ketut Dharsana, M.Pd.,Kons.  
NIP. 19570801 198303 1 003

Tembusan :  
1. Dosen BK  
2. Arsip

## Lampiran 2.

### Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian

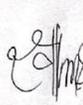
	<p>PEMERINTAH PROVINSI BALI DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAHRAGA <b>SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 1 SINGARAJA</b> Jln. Pramuka No. 6 Telp. (0362) 22187 Fax (0362) 23166 SINGARAJA - BALI Website : www.smkn1singaraja.sch.id e-Mail : smkn1_sgr@yahoo.com</p>	
<hr/>		
<p><b>SURAT KETERANGAN</b> NOMOR : 423.1/147.04/SMKN1.SGR/2020</p>		
<p>Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMK Negeri 1 Singaraja, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali dengan ini menerangkan bahwa :</p>		
NAMA	: Muhammad Abdul Aziz	
NIM	: 1611011024	
UNIVERSITAS	: Pendidikan Ganesha Singaraja	
PROGRAM STUDI	: Bimbingan Konseling	
FAKULTAS	: Ilmu Pendidikan	
<p>telah melaksanakan penelitian di kelas X<sup>C</sup> PH dan X<sup>B</sup> BDPM pada tanggal 03 Oktober 2019 s.d 03 Pebruari 2020. Terkait dengan Penelitian yang berjudul : <b>“EFEKTIVITAS KONSELING KOGNITIF BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI PIKIRAN UNTUK MENINGKATKAN SELF DEFFERENCE SISWA”</b> Tahun Pelajaran 2019/2020.</p>		
<p>Demikian Surat Keterangan ini kami buat dengan sebenarnya agar di pergunakan sebagaimana mestinya.</p>		
<p>Singaraja, 01 Juli 2020 Kepala SMK Negeri 1 Singaraja,  <b>Wayan Gunastra, S.Pd., M.Pd.</b> Pembina.Tk.I NIP.19621231 198703 1 256</p>		

### Lampiran 3. Surat Pernyataan

#### PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul "**Efektivitas Konseling Kognitif Behavioral Dengan Teknik Restrukturisasi Pikiran Untuk Meningkatkan *Self Defference* Siswa**" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 30 Juni 2020  
Yang membuat pernyataan,



Muhammad Abdul Aziz  
NIM. 1611011024

**Lampiran 4.**

**Uji Pakar**

**PENILAIAN PAKAR I**

No.	Relevan	Tidak Relevan	Keterangan
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.	✓		

Singaraja,.....  
Judges I,



Prof. Dr. Ketut Dharsana, M.Pd., Kons  
NIP. 195708011983031003

PENILAIAN PAKAR II

No.	Relevan	Tidak Relevan	Keterangan
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.	✓		

Singaraja,.....  
Judges II,



Drs. I Wayan Tirka, M.Pd., Kons  
NIP. 195604041983031002



## Lampiran 6. Hasil

### Observasi

No	Nama Siswa	Gejala yang Nampak
1.	AAM	Menolong Teman Yang Kesulitan Belajar Sesuai Perintah Guru
2.	DMKAW	Tidak Cepat Tanggap Merespon Perintah Guru
3.	GAW	Aktif Saat Kerja Kelompok Sesuai Perintah Guru
4.	GEDP	Tidak Mendengarkan Saran Dari Temannya Saat Diskusi
5.	GNR	Meremehkan Saran Teman Saat Kerja Kelompok
6.	IGRA	Egois Saat Kerja Kelompok
7.	IWR	Membuat Tugas Kelompok Yang Diperintahkan Guru
8.	KAP	Tidak Cepat Tanggap Merespon Perintah Guru
9.	KES	Aktif Saat Kerja Kelompok Sesuai Perintah Guru
10.	KJ	Tidak Mendengarkan Saran Dari Temannya Saat Diskusi
11.	KNV	Meremehkan Saran Teman Saat Kerja Kelompok
12.	KPD	Egois Saat Kerja Kelompok
13.	KRD	Tak Mau Membuat Tugas Kelompok Yang Diperintahkan Guru
14.	KS	Tidak Menuruti Perintah Guru Untuk Menolong Siswa Yang Kesulitan Memahami Pelajaran
15.	KW	Egois Saat Kerja Kelompok
16.	KYS	Menolong Teman Yang Kesulitan Belajar Sesuai Perintah Guru
17.	KW	Meremehkan Saran Teman Saat Kerja Kelompok
18.	KB	Tidak Cepat Tanggap Merespon Perintah Guru
19.	KDDP	Aktif Saat Kerja Kelompok Sesuai Perintah Guru
20.	KITW	Tidak Mendengarkan Saran Dari Temannya Saat Diskusi
21.	KJA	Meremehkan Saran Teman Saat Kerja Kelompok
22.	KNL	Egois Saat Kerja Kelompok
23.	KSD	Membuat Tugas Kelompok Yang Diperintahkan Guru
24.	KSAM	Aktif Saat Kerja Kelompok Sesuai Perintah Guru
25.	KS	Tidak Mendengarkan Saran Dari Temannya Saat Diskusi
26.	KY	Meremehkan Saran Teman Saat Kerja Kelompok
27.	LDMW	Egois Saat Kerja Kelompok
28.	LH	Membuat Tugas Kelompok Yang Diperintahkan Guru
29.	LPMP	Egois Saat Kerja Kelompok
30.	MQ	Tak Mau Membuat Tugas Kelompok Yang Diperintahkan Guru
31.	NKC	Tidak Menuruti Perintah Guru Untuk Menolong Siswa Yang Kesulitan Memahami Pelajaran
32.	NLSA	Egois Saat Kerja Kelompok
33.	PDSD	Menolong Teman Yang Kesulitan Belajar Sesuai Perintah Guru
34.	PRIS	Meremehkan Saran Teman Saat Kerja Kelompok
35.	WB	Tidak Cepat Tanggap Merespon Perintah Guru
36.	WC	Egois Saat Kerja Kelompok

## Lampiran 7.

### Kusioner Self Defference

No.	Pernyataan
1	Saya datang ke sekolah tepat waktu
2	Saya memakai seragam dan atribut sekolah dengan baik
3	Dengan mematuhi aturan di sekolah saya merasa sangat senang
4	Saya berada di kelas sebelum bel masuk kelas berbunyi
5	Saya tidak pernah datang ke sekolah tepat waktu
6	Saya selalu menceritakan hal yang saya alami kepada orang lain
7	Saya mudah menerima kritikan dan saran dari orang lain
8	Saya selalu menerima keberadaan orang lain
9	Saya selalu meminta bantuan kepada orang lain di saat saya kesusahan
10	Saya tidak pernah menceritakan hal yang saya alami dengan orang lain
11	Saya tidak mudah menerima kritikan dan saran dari orang lain
12	Jika saya dimarahi orang lain dengan kelakuan saya, saya akan merasa marah
13	Saya selalu mentaati apa yang dikatakan oleh orang tua
14	Saya berusaha menaati apa yang dikatakan oleh teman dan itu baik bagi saya
15	Saya akan menjalankan perintah yang dikatakan teman yang saya percaya
16	Saya sering menjalankan amanat yang diberikan oeh orang tua
17	Saya tidak pernah mentaati apa yang dikatakan orang tua
18	Saya sering melanggar perintah yang ditetapkan orang lain kepada saya
19	Saya akan marah jika ada teman saya yang memerintahkan sesuatu kepada saya
20	Jika ada teman berpendapat kepada saya, saya akan menerimanya
21	Kadang pendapat teman yang menjelekkkan saya, saya tetap menerimannya karena akan saya jadikan pelajaran di dalam diri
22	Saya akan menerima pendapat teman saya meskipun pendapat teman saya dengan saya berbeda
23	Jika ada teman saya yang berbicara keada saya, saya akan mendengarkan dengan antusias
24	Jika ada teman berpendapat kepada saya, saya akan merasa tersinggung dan marah
25	Jika teman saya sedang berbicara kepada saya kadang saya tidak memperhatikannya
26	Saya tidak pernah menghiraukan pendapat teman saya kepada saya
27	Saya sudah berada di sekolah sebelum bel pembelajaran dimulai
28	Saya selalu mentaati peraturan yang telah ditetapkan di sekolah
29	Saya memakai seragam sekolah sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan
30	Dengan mematuhi aturan di sekolah saya merasa sangat senang
31	Saya kadang membolos bersama teman pada saat jam pelajaran di sekolah
32	Karena ajakan teman saya sering tidak masuk sekolah
33	Saya tidak pernah datang ke sekolah tepat waktu
34	Saya selalu memperhatikan guru pada saat menjelaskan pembelajaran di dalam kelas
35	Dalam proses pembelajaran di kelas jika ada teman yang ribut saya akan memarahinya karena akan mengganggu konsentrasi belajar
36	Saya selalu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru kepada saya
37	Saya tidak pernah mencontek pekerjaan teman
38	Saya sering membuat keributan pada saat jam pelajaran berlangsung
39	Jika saya bosan belajar di kelas, saya akan membuat coretan-coretan di buku untuk menghilangkan kejenuhan saya pada saat belajar
40	Saya lebih suka diam menunggu teman mengerjakan tugas daripada saya yang mengerjakan tugas tersebut

## Lampiran 8. Hasil

### Wawancara

No	Nama Siswa	Waktu	Pertanyaan	Jawaban
1.	AAM	0.27	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena teman saya tidak bisa belajar sendiri maka dari itu teman saya minta bantuan saya.
		0.42	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena saya takut yang saya kerjakan salah.
		0.54	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Pernah, karena semua orang berhak memberi saran dan kita bisa introspeksi diri
2.	DMKAW	0.26	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Ya pernah, jika pelajaran yang sulit maka saya mengajak teman untuk belajar bersama
		0.38	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Ya, saya membaca agar lebih mengerti dan paham.
		0.48	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa jika sarannya baik dan cocok bagi saya dan akan saya terima sarannya.
3.	GAW	0.31	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya tidak mengerti dengan pekerjaannya.
		0.42	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar saya lebih mengerti
		0.50	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa, karena sarannya bagus saya terima kalau jelek saya tidak terima.
4.	GEDP	0.30	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, kalau pelajaran belum mengerti
		0.40	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah supaya apa yang dipelajari mudah dipahami.
		0.55	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa kalau sarannya baik
5.	GNR	0.25	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya tidak bisa mengerjakan tugas
		0.38	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Ya saya mengikuti petunjuk yang ada agar sesuai.
		0.53	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa kalau sarannya bagus saya terima kalau tidak saya tidak bisa menerimanya.
6.	IGRA	0.25	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya tidak mengerti dengan pelajaran.
		0.35	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena saya tidak bisa mengerjakannya langsung.
		0.45	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa kalau sarannya baik.

7.	IWR	0.29	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena susah pelajarannya.
		0.43	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah agar tidak salah mengerjakannya.
		0.51	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Pernah agar bisa memperbaiki kesalahan saya.
8.	KAP	01.31	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena belajar sendiri susah
		01.47	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena jika tidak membaca maka tidak mengetahui cara mengerjakannya.
		01.59	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa, karena bisa menjadikan diri lebih baik.
9.	KES	02.43	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena pelajaran yang sulit jadi saya mengajak teman belajar bersama.
		02.56	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar tidak bingung ketika mengerjakannya.
		03.05	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Tergantung sarannya, jika baik saya terima.
10.	KJ	03.50	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya tidak mengerti dengan tugas yang diberikan.
		04.06	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, jika saya tidak membaca petunjuk saya tidak bisa menjawab dan mengerti.
		04.21	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa, karena saran yang diberikan bisa merubah diri dan sikap.
11.	KNV	05.14	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya kurang mengerti jadi saya mengajak teman untuk belajar bersama.
		05.26	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena jika tidak membaca petunjuk membuat saya susah.
		05.35	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Tergantung dari sarannya jika sarannya baik saya terima dan jika sarannya tidak baik saya tidak terima.
12.	KPD	0.29	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Tidak pernah karena saya lebih suka belajar sendiri.
		0.37	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Tidak pernah karena biasanya saya mencontek.
		0.44	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Tidak, karena sara saya lebih baik dari orang lain.
13.	KRD	0.27	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena memudahkan mengerjakannya.
		0.36	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar tidak salah dalam mengerjakannya
		0.45	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Pernah, karena bisa mengintrofeksi diri.

14.	KS	0.26	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya dapat bertukar pikiran
		0.36	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar memudahkan menjawab.
		0.42	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain	Pernah, karena dapat membantu saya.
15.	KW	0.27	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena teman saya tidak bisa belajar sendiri maka dari itu teman saya minta bantuan saya.
		0.42	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena saya takut yang saya kerjakan salah.
		0.54	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Pernah, karena semua orang berhak memberi saran dan kita bisa introspeksi diri
16.	KYS	0.26	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Ya pernah, jika pelajaran yang sulit maka saya mengajak teman untuk belajar bersama
		0.38	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Ya, saya membaca agar lebih mengerti dan paham.
		0.48	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa jika sarannya baik dan cocok bagi saya dan akan saya terima sarannya.
17.	KW	0.31	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya tidak mengerti dengan pekerjaannya.
		0.42	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar saya lebih mengerti
		0.50	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa, karena sarannya bagus saya terima kalau jelek saya tidak terima.
18.	KB	0.30	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, kalau pelajaran belum mengerti
		0.40	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah supaya apa yang dipelajari mudah dipahami.
		0.55	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa kalau sarannya baik
19.	KDDP	0.26	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Ya pernah, jika pelajaran yang sulit maka saya mengajak teman untuk belajar bersama
		0.38	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Ya, saya membaca agar lebih mengerti dan paham.
		0.48	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa jika sarannya baik dan cocok bagi saya dan akan saya terima sarannya.
20.	KITW	0.31	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya tidak mengerti dengan pekerjaannya.
		0.42	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar saya lebih mengerti
		0.50	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa, karena sarannya bagus saya terima kalau jelek saya tidak terima.

21.	KJA	0.30	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, kalau pelajaran belum mengerti
		0.40	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah supaya apa yang dipelajari mudah dipahami.
		0.55	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa kalau sarannya baik
22.	KNL	0.25	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya tidak bisa mengerjakan tugas
		0.38	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Ya saya mengikuti petunjuk yang ada agar sesuai.
		0.53	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa kalau sarannya bagus saya terima kalau tidak saya tidak bisa menerimanya.
23.	KSD	0.25	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya tidak mengerti dengan pelajaran.
		0.35	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena saya tidak bisa mengerjakannya langsung.
		0.45	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa kalau sarannya baik.
24.	KSAM	0.29	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena susah pelajarannya.
		0.43	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah agar tidak salah mengerjakannya.
		0.51	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Pernah agar bisa memperbaiki kesalahan saya.
25.	KS	01.31	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena belajar sendiri susah
		01.47	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena jika tidak membaca maka tidak mengetahui cara mengerjakannya.
		01.59	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa, karena bisa menjadikan diri lebih baik.
26.	KS	02.43	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena pelajaran yang sulit jadi saya mengajak teman belajar bersama.
		02.56	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar tidak bingung ketika mengerjakannya.
		03.05	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Tergantung sarannya, jika baik saya terima.
27.	LDMW	01.31	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena belajar sendiri susah
		01.47	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena jika tidak membaca maka tidak mengetahui cara mengerjakannya.
		01.59	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa, karena bisa menjadikan diri lebih baik.

28.	LH	02.43	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena pelajaran yang sulit jadi saya mengajak teman belajar bersama.
		02.56	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar tidak bingung ketika mengerjakannya.
		03.05	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Tergantung sarannya, jika baik saya terima.
29.	LPMP	03.50	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya tidak mengerti dengan tugas yang diberikan.
		04.06	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, jika saya tidak membaca petunjuk saya tidak bisa menjawab dan mengerti.
		04.21	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa, karena saran yang diberikan bisa merubah diri dan sikap.
30.	MQ	05.14	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya kurang mengerti jadi saya mengajak teman untuk belajar bersama.
		05.26	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena jika tidak membaca petunjuk membuat saya susah.
		05.35	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Tergantung dari sarannya jika sarannya baik saya terima dan jika sarannya tidak baik saya tidak terima.
31.	NKC	0.29	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Tidak pernah karena saya lebih suka belajar sendiri.
		0.37	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Tidak pernah karena biasanya saya mencontek.
		0.44	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Tidak, karena sara saya lebih baik dari orang lain.
32.	NLSA	0.27	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena memudahkan mengerjakannya.
		0.36	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar tidak salah dalam mengerjakannya
		0.45	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Pernah, karena bisa mengintrofeksi diri.
33.	PDSD	0.26	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya dapat bertukar pikiran
		0.36	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar memudahkan menjawab.
		0.42	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Pernah, karena dapat membantu saya.
34.	PRIS	0.27	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena teman saya tidak bisa belajar sendiri maka dari itu teman saya minta bantuan saya.
		0.42	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena saya takut yang saya kerjakan salah.
		0.54	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Pernah, karena semua orang berhak memberi saran dan kita bisa introfeksi diri

35.	WB	0.26	1. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena belajar sendiri susah
		0.37	2. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, karena jika tidak membaca maka tidak mengetahui cara mengerjakannya.
		0.44	3. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa, karena bisa menjadikan diri lebih baik.
36.	WC	0.31	4. Apakah adik bisa meyakinkan teman untuk belajar bersama?	Pernah, karena saya tidak mengerti dengan pekerjaannya.
		0.42	5. Apakah adik pernah membaca petunjuk yang ada sebelum mengerjakan soal ?	Pernah, agar saya lebih mengerti
		0.50	6. Apakah adik bisa menerima saran yang diberikan oleh orang lain?	Bisa, karena sarannya bagus saya terima kalo jelek saya tidak terima.

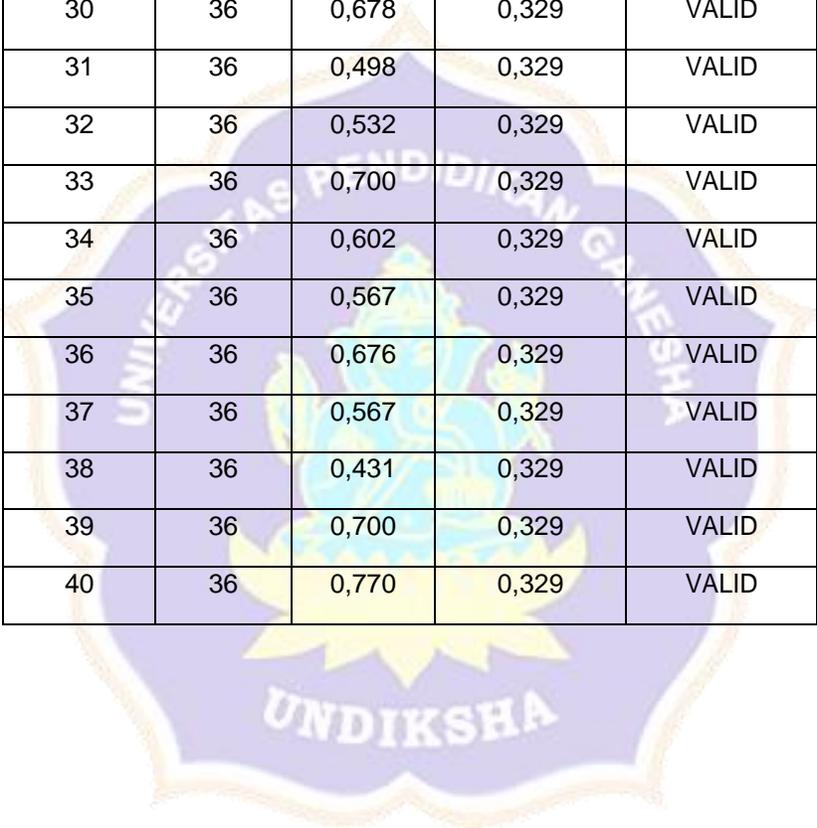


### Lampiran 9.

#### Tabulasi dan Uji Validitas Butir Kuesioner Self Defference

Butir Pernyataan	N	Rxy	r <sub>table</sub>	Keterangan
1	36	0,678	0,329	VALID
2	36	0,534	0,329	VALID
3	36	0,629	0,329	VALID
4	36	0,508	0,329	VALID
5	36	0,532	0,329	VALID
6	36	0,541	0,329	VALID
7	36	0,567	0,329	VALID
8	36	0,652	0,329	VALID
9	36	0,544	0,329	VALID
10	36	0,602	0,329	VALID
11	36	0,439	0,329	VALID
12	36	0,708	0,329	VALID
13	36	0,700	0,329	VALID
14	36	0,734	0,329	VALID
15	36	0,528	0,329	VALID
16	36	0,431	0,329	VALID
17	36	0,449	0,329	VALID
18	36	0,465	0,329	VALID
19	36	0,462	0,329	VALID
20	36	0,650	0,329	VALID
21	36	0,700	0,329	VALID
22	36	0,678	0,329	VALID

23	36	0,532	0,329	VALID
24	36	0,770	0,329	VALID
25	36	0,544	0,329	VALID
26	36	0,431	0,329	VALID
27	36	0,700	0,329	VALID
28	36	0,462	0,329	VALID
29	36	0,770	0,329	VALID
30	36	0,678	0,329	VALID
31	36	0,498	0,329	VALID
32	36	0,532	0,329	VALID
33	36	0,700	0,329	VALID
34	36	0,602	0,329	VALID
35	36	0,567	0,329	VALID
36	36	0,676	0,329	VALID
37	36	0,567	0,329	VALID
38	36	0,431	0,329	VALID
39	36	0,700	0,329	VALID
40	36	0,770	0,329	VALID



## Lampiran 10.

### Hasil pretest Eksperiment

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	3	2	4	3	2	1	2	2	3	3	3	4	3	2	1	2	4	3	3	2
2	2	4	3	2	4	1	4	3	2	2	3	2	2	2	3	4	3	3	2	4
3	2	2	2	2	4	2	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	3
4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	4	1	3	4
5	3	2	3	4	1	2	2	2	2	4	4	3	3	2	3	2	2	1	2	2
6	2	2	3	3	2	2	2	2	1	4	3	2	2	1	2	2	3	3	1	2
7	1	3	1	2	2	2	3	3	1	1	4	3	1	4	3	3	1	1	1	3
8	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	4	1	3	2	2	3	2	2	2
9	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	1	4	3	4	2	3	2	3	3	4
10	1	2	3	2	3	4	2	2	2	4	1	2	1	3	4	2	2	2	2	2
11	2	2	2	3	1	3	3	2	1	3	1	1	2	2	3	2	3	3	1	3
12	3	4	1	2	2	4	1	4	3	2	2	3	3	2	4	4	3	2	3	1
13	2	2	4	3	2	3	3	2	3	2	3	1	2	2	1	2	4	3	3	2
14	3	4	3	2	3	1	2	4	3	2	2	1	3	3	4	4	3	4	3	3
15	2	3	4	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	3	3	4	4	4	4	1
16	3	1	3	4	3	1	3	3	2	4	4	2	3	4	2	2	3	2	5	2
17	4	2	2	3	2	1	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	1	1	4	3
18	4	3	2	4	3	3	4	2	3	3	2	4	4	4	3	3	1	2	3	4
19	2	3	3	3	4	1	3	3	4	4	2	5	2	1	4	3	2	1	2	3
20	1	2	4	1	4	2	4	2	3	2	3	3	1	2	3	1	2	1	3	2
21	2	2	3	1	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	2	5	3	2	4	2
22	1	4	2	1	1	2	1	2	1	4	1	4	1	3	3	3	4	2	4	2

23	1	2	1	1	2	2	1	2	3	3	2	2	1	4	3	2	5	1	3	3
24	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	3	2	3	4	5	3	2	2	3
25	2	4	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	1	3	4
26	1	2	3	2	3	2	3	3	3	1	2	3	1	2	2	3	4	2	4	2
27	2	2	3	3	3	2	4	2	3	1	1	5	2	3	2	2	2	1	3	2
28	1	2	2	1	4	3	5	4	4	2	4	2	1	3	3	4	4	2	4	1
29	2	2	4	2	5	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	2	1	5	1
30	1	3	4	3	4	4	2	3	3	3	1	2	1	2	3	2	3	3	3	2
31	2	3	2	2	3	2	4	1	3	2	2	2	2	4	2	3	2	4	2	3
32	1	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	2	2	4
33	3	3	4	2	3	1	3	2	3	2	2	3	3	2	2	4	5	2	2	2
34	4	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4	3	1	4	2	3	1	1
35	2	2	2	4	3	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	3	3	2	3	2
36	2	3	2	4	4	1	5	2	2	3	4	3	2	1	2	5	2	1	4	3

	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	SKOR TOTAL
1	1	1	3	3	3	4	3	2	2	3	4	2	1	2	3	3	2	2	3	4	103
2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	4	4	4	2	2	3	2	2	2	4	105
3	3	3	1	4	4	2	4	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	99
1	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	4	2	1	3	2	3	3	4	2	3	105
3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	2	2	3	4	1	101
2	4	4	2	2	2	3	2	3	3	4	3	2	2	3	1	2	2	3	4	2	95
2	3	3	3	1	1	1	1	3	4	2	1	3	2	2	5	3	3	2	1	3	89
3	4	4	2	1	1	2	1	1	3	3	5	4	3	3	3	2	2	1	3	1	94
3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	1	3	2	3	4	4	4	3	2	2	2	113
4	2	4	4	1	1	3	1	2	3	3	2	4	2	4	2	2	2	3	4	3	98

3	2	4	2	2	2	2	3	1	2	5	2	3	2	5	3	2	2	3	4	97
4	3	2	3	3	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	1	4	3	2	3	99
1	4	1	2	2	4	2	3	1	3	4	2	1	2	3	3	2	3	2	2	96
2	3	2	2	2	3	3	2	1	3	4	3	1	2	2	2	4	2	2	2	104
4	2	2	2	3	4	2	3	3	4	2	4	2	2	3	2	2	1	1	2	99
3	3	2	3	2	3	3	4	1	3	5	3	3	3	5	3	3	1	4	3	116
3	2	3	3	4	2	4	4	2	4	2	4	2	3	2	3	2	2	3	3	110
2	2	3	4	4	2	4	2	3	3	2	2	2	4	1	4	2	3	3	4	117
1	3	1	3	1	3	2	1	2	1	2	3	3	5	4	3	3	5	4	2	107
1	2	2	4	3	4	1	2	2	1	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	93
3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	5	4	3	4	2	2	2	2	1	106
1	2	3	1	4	2	1	2	3	2	4	2	4	2	2	3	2	4	4	1	95
2	2	2	1	3	1	1	3	2	3	5	5	3	3	3	4	3	2	3	2	97
3	4	1	2	2	2	2	3	2	4	2	2	4	3	4	2	3	1	2	3	103
2	2	4	2	2	2	2	4	3	5	1	3	4	3	2	4	2	1	2	4	99
2	4	3	3	3	3	1	5	2	3	3	4	4	4	4	2	3	2	1	2	106
4	2	2	4	3	3	2	4	4	2	1	2	3	2	2	2	2	3	1	1	97
3	3	2	5	4	2	1	3	2	4	3	1	4	3	3	2	1	4	2	2	110
3	2	3	3	3	4	2	2	3	2	1	4	3	4	4	3	1	1	1	3	107
2	2	3	2	2	4	1	3	1	3	3	2	2	4	5	4	2	2	3	3	105
1	3	1	4	2	2	2	3	2	2	3	5	4	5	3	3	3	2	2	4	103
1	2	2	2	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	1	2	89
3	3	2	3	4	4	3	4	1	5	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	104
1	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	108
2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	4	3	4	2	3	2	3	4	2	2	105
3	4	1	5	1	2	2	4	3	2	3	2	2	4	2	5	4	3	3	2	112

**Lampiran 11.****Hasil Pretest Kontrol**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	4	2	4	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	4	3	2	2
2	1	4	3	2	4	1	4	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4
3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	3
4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4
5	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2
6	2	2	3	3	2	2	2	2	1	4	3	2	2	1	2	2	3	3	1	2
7	2	3	1	2	2	2	3	3	1	1	4	3	1	4	3	3	1	1	1	3
8	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	4	1	3	2	2	3	2	2	2
9	2	3	4	2	3	3	4	3	3	2	1	2	3	4	2	3	2	3	3	4
10	4	2	3	2	3	4	2	2	2	4	1	2	1	3	4	2	2	2	2	2
11	2	3	2	3	1	3	3	2	1	3	1	1	2	2	3	2	3	3	1	3
12	3	4	2	2	2	4	1	4	3	2	2	3	3	2	4	4	3	2	3	1
13	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	1	2	2	1	2	4	3	3	2
14	3	4	2	2	3	1	2	4	3	2	2	1	3	3	4	4	3	4	3	3
15	3	3	4	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	3	3	4	4	4	4	1
16	3	4	2	2	3	2	3	3	2	4	4	2	3	4	2	2	3	2	5	2
17	4	2	2	3	2	1	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	1	1	4	3
18	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	2	4	4	4	3	3	1	2	3	4
19	2	3	3	3	4	1	3	3	4	4	2	5	2	1	4	3	2	1	2	3
20	2	2	3	1	4	2	4	2	3	2	3	3	1	2	3	1	2	1	3	2

21	2	2	3	1	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	2	5	3	2	4	2
22	2	4	2	1	3	2	1	2	1	4	1	4	1	3	3	3	4	2	4	2
23	3	2	3	1	2	2	1	2	3	3	2	2	1	4	3	2	5	1	3	3
24	4	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	3	2	3	4	5	3	2	2	3
25	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	1	3	4
26	4	2	3	2	3	2	3	3	3	1	2	3	1	2	2	3	4	2	4	2
27	2	2	2	3	3	2	4	2	3	1	1	5	2	3	2	2	2	1	3	2
28	2	3	2	1	4	3	5	4	4	2	4	2	1	3	3	4	4	2	4	1
29	1	2	2	2	5	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	2	1	5	1
30	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	1	2	1	2	3	2	3	3	3	2
31	2	4	2	2	3	2	4	1	3	2	2	2	2	4	2	3	2	4	2	3
32	2	2	2	3	2	3	2	2	2	4	2	2	1	2	1	2	3	2	2	4
33	3	3	1	2	3	1	3	2	3	2	2	3	3	2	2	4	5	2	2	2
34	2	2	2	2	5	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	2	1	5	1
35	2	1	2	4	3	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	3	3	2	3	2
36	2	3	2	1	4	1	5	2	2	3	4	3	2	1	2	5	2	1	4	3

21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	SKOR TOTAL
1	1	3	3	3	1	3	2	2	3	4	2	1	2	3	3	2	2	3	4	99
2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	4	3	2	2	2	3	2	2	2	4	100
3	3	1	3	4	2	4	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	97
2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	3	3	3	2	3	103
3	1	3	4	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	4	3	98
2	4	2	2	2	3	2	3	3	4	3	2	2	3	1	2	2	3	4	2	95
2	3	3	1	1	1	1	3	4	2	1	3	2	2	5	3	3	2	1	3	90
3	4	2	1	1	2	1	1	3	3	5	4	3	3	3	2	2	1	3	1	94

3	3	3	3	3	2	3	2	4	1	3	2	3	4	4	2	3	2	2	2	110
4	2	4	1	1	3	1	2	3	3	2	4	2	4	2	2	2	3	4	3	101
3	2	4	2	2	2	2	3	1	2	5	2	3	2	5	3	2	2	3	4	98
4	3	2	3	3	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	1	4	3	2	3	100
1	4	1	2	2	4	2	3	1	3	4	2	1	2	3	3	2	3	2	2	95
2	3	2	2	2	3	3	2	1	3	4	3	1	2	2	2	4	2	2	2	103
4	2	2	2	3	4	2	3	3	4	2	4	2	2	3	2	2	1	1	2	100
3	3	2	3	2	3	3	4	1	3	5	3	3	3	4	3	3	2	4	3	117
3	2	3	3	4	2	4	4	2	4	2	4	2	3	2	3	2	2	3	3	110
2	2	3	2	4	2	4	2	3	3	2	2	2	4	1	4	2	3	3	2	110
1	3	1	3	1	3	2	1	2	1	2	3	3	5	4	3	3	5	4	2	107
1	2	2	4	3	4	1	2	2	1	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	93
3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	5	4	3	4	2	2	2	2	1	106
1	2	3	1	4	2	1	2	3	2	4	2	4	2	2	3	2	4	4	1	98
2	2	2	1	3	1	1	3	2	3	5	5	3	3	3	4	3	2	3	2	101
3	4	1	2	2	2	2	3	2	4	2	2	4	3	4	2	3	1	2	3	105
2	2	4	2	2	2	2	4	3	5	1	3	4	3	2	4	2	1	2	4	97
2	4	3	3	3	3	1	5	2	3	3	4	4	4	4	2	3	2	1	2	109
4	2	2	4	3	3	2	4	4	2	1	2	3	2	2	2	2	3	1	1	96
3	3	2	5	4	2	1	3	2	4	3	1	4	3	3	2	1	4	2	2	112
3	2	3	3	3	4	2	2	3	2	1	4	3	4	4	3	1	1	1	3	104
2	2	3	2	2	4	1	3	1	3	3	2	2	4	5	4	2	2	3	3	105
1	3	1	4	2	2	2	3	2	2		5	4	5	3	3	3	2	2	4	104
1	2	2	2	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	1	2	89
3	3	2	3	4	4	3	4	1	5	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	101
3	2	3	3	3	4	2	2	3	2	1	4	3	4	4	3	1	1	1	3	105

2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	4	3	4	2	3	2	3	4	2	2	104
3	4	1	5	1	2	2	4	3	2	3	2	2	4	2	5	4	3	3	2	109



**Lampiran 12.**

**Hasil Posttest Eksperiment**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	3	2	4	3	2	2	2	5	3	3	3	4	3	2	4	2	4	3	3	2
2	2	4	3	2	4	5	4	3	2	2	3	2	3	2	3	4	3	3	2	4
3	3	2	3	2	4	2	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	5	2	2	3
4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	5	2	3	3	2	3	4	2	3	4
5	3	2	3	4	2	2	4	2	3	4	4	3	3	2	3	2	2	4	2	2
6	4	2	3	3	2	2	2	2	2	4	3	2	2	3	2	2	3	3	4	4
7	5	3	2	2	2	2	3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	4	2	2	3
8	4	2	2	3	2	3	4	2	2	3	3	4	2	3	2	2	3	2	5	2
9	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	2	3	2	4	3	4
10	5	2	3	2	3	4	2	5	2	4	3	2	2	3	4	2	2	2	2	2
11	2	2	2	3	5	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	4	3
12	3	4	5	2	2	4	3	4	3	2	2	3	3	2	4	4	3	2	3	3
13	2	2	4	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	4	3	3	2
14	3	4	3	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3
15	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	5	2	2	3	3	4	4	4	4	2
16	3	2	3	4	3	2	3	3	2	4	4	2	3	4	2	2	3	2	5	2
17	4	2	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	5	3	4	3

UNDIKSHA

18	4	3	2	4	3	3	4	2	3	3	2	4	4	4	3	3	2	2	3	4
19	2	3	3	3	4	2	3	3	4	4	2	3	2	5	4	3	2	3	2	3
20	3	2	4	2	4	2	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2
21	2	2	3	2	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	2	5	3	2	4	2
22	2	3	2	3	1	2	2	2	2	3	2	4	2	2	3	3	4	2	4	2
23	3	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	2	4	3	2	5	1	3	3
24	4	2	2	3	2	3	2	4	2	2	2	3	2	3	4	5	3	2	2	3
25	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	3	4
26	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	4	2	4	2
27	2	2	3	4	3	2	4	2	2	1	2	5	2	3	2	2	2	2	3	2
28	2	2	2	3	4	3	5	4	4	2	4	2	3	3	3	4	4	2	4	4
29	2	2	4	2	5	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	2	4	5	2
30	5	3	4	3	4	4	2	3	3	3	2	2	4	2	3	2	3	3	3	2
31	2	3	2	2	3	2	4	1	3	2	2	2	2	4	2	3	2	4	2	3
32	4	2	3	3	2	3	2	2	2	5	2	2	4	2	2	2	3	2	2	4
33	3	3	4	2	3	1	3	2	3	2	2	3	3	2	2	4	5	2	2	2
34	4	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4	3	5	4	2	3	2	3
35	2	5	2	4	3	3	4	3	4	2	3	2	2	4	3	3	3	2	3	2
36	2	3	2	4	4	4	5	2	2	3	4	3	2	3	2	5	2	2	4	3

21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	SKOR TOTAL
4	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	2	1	2	3	3	5	4	3	4	120
2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	4	4	4	2	3	3	2	2	3	4	114
4	3	2	4	4	2	4	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	107

3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	4	2	4	3	2	3	3	4	2	3	114
3	2	3	3	3	3	3	5	3	2	3	3	2	2	4	2	2	3	4	3	114
2	4	2	2	2	5	2	3	3	4	3	2	2	3	5	2	2	3	4	2	111
2	3	3	4	3	5	3	3	4	2	1	3	2	2	5	3	3	2	4	3	119
3	4	2	5	2	2	4	5	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	4	117
3	4	4	3	3	2	3	3	4	1	3	2	3	4	4	4	3	2	2	2	121
4	2	4	3	2	3	3	2	3	3	2	4	2	4	2	3	2	3	4	3	114
3	2	4	2	2	2	2	3	4	2	5	2	3	2	5	3	2	4	3	4	114
4	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	4	2	3	4	3	2	3	115
5	4	4	2	2	4	2	3	3	3	4	2	4	2	3	3	2	3	2	2	110
2	3	2	2	2	3	3	2	4	3	4	3	3	2	2	2	4	2	2	2	112
4	2	4	2	3	4	2	3	3	4	2	4	2	2	3	2	2	2	3	2	112
3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	5	3	3	3	5	3	3	3	4	3	121
3	3	4	3	4	2	4	4	2	4	2	4	2	3	4	3	2	2	3	3	123
2	2	3	4	4	2	4	2	3	3	2	2	2	4	2	4	2	3	3	4	119
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	5	4	3	3	5	4	2	118
2	2	2	4	3	4	2	2	2	3	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	104
3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	5	4	3	4	2	2	2	2	3	109
2	2	3	2	4	2	3	2	3	2	4	2	4	2	2	3	2	4	4	4	106
2	2	2	1	3	2	2	3	2	3	5	5	3	3	3	4	3	2	3	2	103
3	4	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	4	3	4	2	3	5	2	3	111
2	2	4	2	2	2	2	4	3	5	4	3	4	3	2	4	2	5	2	4	108
2	4	3	3	3	3	2	5	2	3	3	4	4	4	4	2	3	2	1	2	114
3	2	2	4	3	3	2	4	4	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	5	105
3	3	2	5	4	2	5	3	2	4	3	3	4	3	2	2	3	4	2	2	125
3	2	3	3	3	4	2	2	3	2	2	4	3	4	4	3	2	4	5	3	120

2	2	3	2	2	4	4	3	3	3	3	2	2	4	5	4	2	2	3	3	118
1	3	4	4	2	2	2	3	2	2	5	5	4	5	3	3	3	2	2	4	111
3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	5	2	108
3	3	2	3	4	4	3	4	3	5	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	110
3	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	117
2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	4	3	4	2	3	2	3	4	2	2	111
3	4	2	5	2	2	2	4	3	2	3	2	2	4	2	5	4	3	3	2	120



**Lampiran 13.**

**Hasil Posttest Kontrol**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	4	2	4	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	2	2
2	3	4	3	2	4	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4
3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	2	4	2	3
4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	1
5	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2
6	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	4	2
7	2	3	1	2	2	2	3	3	1	1	4	3	1	4	3	3	1	3	1	3
8	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	4	2	3	2	2	3	2	2	2
9	2	3	4	2	3	3	4	3	3	2	1	2	3	4	2	3	2	3	3	4
10	4	2	3	2	3	4	2	2	2	4	1	2	1	3	4	2	2	2	2	2
11	2	3	2	3	1	3	3	2	1	3	1	1	2	2	3	2	3	3	1	3
12	3	4	2	2	2	4	1	4	3	2	2	3	3	2	4	4	3	2	3	1
13	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	1	2	2	1	2	4	3	3	2
14	3	4	2	2	3	1	2	4	3	2	2	1	3	3	4	4	3	4	3	3

15	3	3	4	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	3	3	4	4	4	2	1
16	3	4	2	2	3	2	3	3	2	4	4	2	3	4	2	2	3	2	5	2
17	4	2	2	3	2	1	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	1	1	4	3
18	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	2	4	4	4	3	3	1	2	3	4
19	2	3	3	3	4	1	3	3	4	4	2	5	2	1	4	3	2	1	2	3
20	2	2	3	1	4	2	4	2	3	2	3	3	1	2	3	2	2	3	3	2
21	2	2	3	1	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	2	5	3	2	4	2
22	2	4	2	1	3	2	1	2	1	4	1	4	2	3	3	3	4	2	4	2
23	3	2	3	1	2	2	1	2	3	3	2	2	1	4	3	2	5	2	3	3
24	4	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	3	2	3	4	5	3	2	2	3
25	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	3	4
26	4	2	3	2	3	2	3	3	3	1	2	3	1	2	2	3	4	2	4	2
27	2	2	2	3	3	2	4	2	3	1	1	5	2	3	2	2	2	2	3	2
28	2	3	2	1	4	3	5	4	4	2	4	2	1	3	3	4	4	2	4	1
29	1	2	2	2	5	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	2	1	5	1
30	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	1	2	1	2	3	2	3	3	3	2
31	2	4	2	2	3	2	4	1	3	2	2	2	2	4	2	3	2	4	2	3
32	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	4
33	3	3	1	2	3	1	3	2	3	2	2	3	3	2	2	4	5	2	2	2
34	2	2	2	2	5	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	2	1	5	2
35	2	1	2	4	3	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	3	3	2	3	2
36	2	3	2	1	4	1	5	2	2	3	4	3	2	1	2	5	2	1	4	3

21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	SKOR TOTAL
1	1	3	3	3	2	3	2	2	3	4	2	4	2	3	3	2	2	3	4	105
2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	2	2	2	4	104

3	3	4	3	4	2	4	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	103
2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	104
3	4	3	4	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	4	3	104
2	4	2	2	2	3	2	3	3	4	3	2	2	3	3	2	2	3	4	1	102
2	3	3	3	2	2	1	3	4	2	4	3	2	2	5	3	3	2	2	3	100
3	4	2	3	1	2	2	2	3	3	5	4	3	3	3	2	2	2	3	2	101
3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	2	3	4	4	2	3	2	2	2	111
4	2	4	2	1	3	2	2	3	3	2	4	2	4	2	2	2	3	4	3	103
3	2	4	2	2	2	2	3	4	2	5	2	3	2	5	3	2	2	3	4	101
4	3	2	3	3	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	4	4	3	2	3	103
2	4	1	2	2	4	2	3	1	3	4	2	2	2	3	3	2	3	2	2	97
2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	4	3	1	2	2	2	4	2	2	2	102
4	2	2	2	3	4	2	3	3	4	2	4	2	2	3	2	2	1	1	2	98
3	3	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	3	3	4	3	3	2	4	3	112
3	2	3	3	4	2	4	4	2	4	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	108
2	2	3	2	4	2	4	2	3	3	2	2	2	4	2	4	2	3	3	2	111
1	3	1	3	1	3	2	3	2	1	2	3	3	5	4	3	3	5	4	2	109
1	2	2	4	3	4	1	2	2	4	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	99
3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	5	4	3	4	2	2	2	2	2	107
2	2	3	1	4	2	1	2	3	2	4	2	4	2	2	3	2	4	4	3	102
2	2	2	1	3	1	2	3	2	3	5	5	3	3	3	4	3	2	3	2	103
3	4	3	2	2	2	2	3	2	4	2	2	4	3	4	2	3	1	2	3	107
2	2	4	2	2	2	2	4	3	5	1	3	4	3	2	4	2	2	2	4	99
2	4	3	3	4	3	1	5	2	3	3	4	4	4	4	2	3	2	2	2	111
4	2	2	4	3	3	2	4	4	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	3	100
3	3	2	5	4	2	3	3	2	4	3	1	4	3	3	2	2	4	2	2	115

3	2	3	3	3	4	2	2	3	2	1	4	3	4	4	3	2	1	1	3	105
2	2	3	2	2	4	3	3	1	3	3	2	2	4	5	4	2	2	3	3	107
2	3	1	4	2	2	2	3	2	2	2	5	4	5	3	3	3	2	2	4	107
2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	94
3	3	2	3	4	4	3	4	3	5	1	1	3	2	3	2	2	2	2	2	104
3	2	3	3	3	4	2	2	3	2	1	4	3	4	4	3	1	2	1	3	107
2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	4	3	4	2	3	2	3	4	2	2	107
3	4	3	5	2	2	2	4	3	2	3	2	2	4	2	5	4	3	3	2	112



Lampiran 14.

RPBK Klasikal

# **RPBK**

## **RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING**

### **SETTING BIMBINGAN KLASIKAL**

### **PENGEMBANGAN SELF DEFFERENCE**



Oleh : **MUHAMMAD ABDUL AZIZ**

**NIM. 1611011024**

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN**

**GANESHA 2020**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING (RPBK)**

**A. IDENTITAS**

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK	: Muhammad Abdul Aziz
NIM/NIP	: 1611011024
Semester/Kelas	: VIII/A
Jurusan	: Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan
Fakultas	: Ilmu Pendidikan
No. HP	: 085847169647
Email	: <a href="mailto:muhammadabdaziz095@gmail.com">muhammadabdaziz095@gmail.com</a>
Setting	: Bimbingan Klasikal
Jenis Layanan	: Orientasi
Bidang Layanan	: Pribadi
Kelas	: X PH C
Sekolah	: SMK Negeri 1 Singaraja
<b>B. MATA KULIAH</b>	: Penelitian Skripsi

Singaraja, 27 Juni 2020

Muhammad Abdul Aziz  
NIM.1611011024

Guru Pamong

Dosen Pembimbing

Ni Nyoman Ariani,S.Pd  
NIP.19670628 198902 2 001

Prof. Dr. Ketut Dharsana,M.Pd.,Kons  
NIP. 19570801 198303 1 003

Mengetahui/Menyetujui  
Korprodi

Mengetahui/Menyetujui,  
Kepala SMKN 1 Singaraja

Prof. Dr. Ketut Dharsana,M.Pd.,Kons  
NIP. 19570801 198303 1 003

Drs. Nengah Suteja, M.Pd  
NIP. 19620528 198803 1 008

**(RPBK)****RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING**

Nama Sekolah : SMK Negeri 1 Singaraja

Kelas/ Semester : X PH C

Siklus : I (Satu)

Pertemuan (P) : P1, P2, P3, P4

Alokasi Waktu : 2 x 30 menit

Bidang layanan : Pribadi

Jenis layanan : BimbinganKlasikal

StandarKompetensi : Memahami Self Defference

Kompetensi Dasar: Siswa mampu mengenal dan memahami Self Defference

**A. Indikator :**

1. Siswa dapat menjelaskan arti Self Defference.
2. Siswa dapat menyebutkan contoh-contoh Self Defference.
3. Siswa dapat menerapkan Self Defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

**B. Tujuan :**

1. Untuk dapat menjelaskan arti Self Defference.
2. Untuk dapat menyebutkan contoh-contoh Self Defference.
3. Untuk menerapkan Self Defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

**C. Materi :**

1. Pengertian Self Defference.

*Self Defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Berdasarkan definisi tersebut maka defference mengandung 3 aspek yaitu : 1) Menerima saran-saran dari orang lain, 2) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, 3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

Menurut kamus besar bahasa Indonesia *defference* (mentaati aturan dan disiplin) mentaati artinya mematuhi, menuruti perintah dan aturan, peraturan atau aturan artinya hasil perbuatan mengatur, disiplin artinya tata tertib, ketaatan kepada peraturan. Jadi mentaati aturan dan disiplin adalah mematuhi perintah atau aturan-aturan yang dibuat dari hasil perbuatan baik tata tertib dan ketaatan kepada aturan-aturan yang berlaku. Berdasarkan definisi tersebut maka *defference* mengandung 1 aspek yaitu : 1) mentaati perintah dan aturan.

Sejalan dengan pendapat di atas, menurut Prijodarminto (1994: 23) *defference* adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban.

Berdasarkan definisi di atas menyangkut *defference* maka dapat disimpulkan bahwa *Defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Berdasarkan definisi tersebut maka *defference* mengandung 3 aspek yaitu : 1) Menerima saran-saran dari orang lain, 2) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, 3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

## 2. Contoh-contoh orang yang memiliki self *defference*

Dalam ruanglingkup pendidikan, orang-orang yang termasuk kategori self *defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Dalam ruanglingkup pendidikan orang termasuk memiliki self *Defference* adalah Guru besar jurusan Bimbingan Konseling, FIP Undiksha (Prof. Dr. I Ketut Dharsana M.Pd., Kons). Kemudian Ketua jurusan Bimbingan Konseling, FIP Undiksha ( Prof. Dr. Ni Ketut Suarni).

M.S. dan Guru Besar Jurusan Bimbingan Konseling Undiksha (Prof. Dr. I Nyoman Dantes).



Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons



Prof. Dr. I Nyoman Dantes

Dalam Lingkup kelas Contoh orang yang tidak memiliki self Defference yang rendah adalah orang yang tidak mentaati perintah atau aturan meliputi tidak menerima saran-saran dari orang lain, tidak mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, tidak mengikuti petunjuk-petunjuk dan tidak mengerjakan apa yang diharapkannya.



### 3. Penerapan self deference:

Penerapan *self Defference* dapat dilakukan dengan teknik *self management* melalui bimbingan klasikal, kemudian dilanjutkan dengan bimbingan kelompok, selanjutnya dengan konseling kelompok kemudian dengan konseling individu. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *self deference* tersebut ke dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

TABEL 01. GEJALA PRILAKU YANG DIAMATI DI KELAS X PH C

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	AAM	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	DMKAW	Siswa ini nampaksering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GAW	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GEDP	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GNR	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	IGRA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	IWR	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KAP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KES	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KJ	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KNV	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KPD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KRD	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kels (-)
14	KS	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KW	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KYS	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KW	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KB	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	KDDP	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	KITW	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	KJA	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	KNL	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	KSD	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	KSAM	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	KS	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	KY	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	LDMW	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	LH	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)

29	LPMP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
----	------	---

30	MQ	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	NKC	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	NLSA	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PDSB	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PRIS	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	WB	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	WC	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)

#### 4. Tujuan Bimbingan Konseling

Bimbingan konseling bertujuan untuk menunjang pembinaan siswa dalam mengembangkan potensi dan mengatasi masalah berkenaan dengan kemampuan dasar, bakat, minat, kreativitas, kompetensi dan kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan tuntutan karakter cerdas terpuji, kemampuan kehidupan kaagamaan, kemampuan sosial, kemampuan belajar, wawasan dan perencanaan karir. (Dharsana, 2013:12)

#### 5. Prinsip Bimbingan Konseling

Prinsip-prinsip pelayanan bimbingan konseling berkenaan dengan kondisi diri siswa, program pelayanan, serta tujuan dan pelaksanaan pelayanan, mengacu pada pelayanan yang efektif dan efisien, untuk berkehidupan yang cerdas dan berkarakter. (Dharsana, 2013:19).

#### 6. Fungsi Bimbingan Konseling

Fungsi-fungsi bimbingan konseling yaitu: 1) Fungsi Pemahaman adalah fungsi bimbingan konseling yang membantu siswa agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya. 2) Fungsi Preventif adalah fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya, supaya tidak dialami oleh siswa. 3) Fungsi Preservatif yaitu fungsi perawatan, konselor senantiasa berupaya untuk menciptakan lingkungan yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan siswa, 4) Fungsi Kuratif adalah fungsi bimbingan konseling bersifat penyembuhan, fungsi ini berkaitan dengan upaya pemberian bantuan kepada siswa yang telah mengalami masalah, baik

menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir. (Dharsana, 2013:18

#### 7 Asas-asas dalam Bimbingan Konseling

Asas-asas bimbingan konseling yaitu: 1) Asas Kerahasiaan, yaitu asas bimbingan konseling yang menuntut dirahasiakannya segenap data dan keterangan tentang siswa yang menjadi sasaran layanan, 2) Asas kesukarelaan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan siswa mengikuti/menjalani layanan/kegiatan yang diperlukan baginya, 3) Asas keterbukaan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar siswa yang menjadi sasaran layanan/kegiatan bersifat terbuka dan tidak berpura-pura, baik di dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun dalam menerima berbagai informasi, 4) Asas kegiatan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar siswa yang menjadi sasaran layanan berpartisipasi secara aktif di dalam penyelenggaraan layanan/kegiatan, 5) Asas kemandirian, yaitu asas bimbingan konseling yang menunjuk pada tujuan umum bimbingan konseling, yakni: siswa sebagai sasaran layanan bimbingan konseling diharapkan menjadi siswa-siswa yang mandiri, 6) Asas kekinian, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar objek sasaran layanan bimbingan konseling ialah permasalahan siswa dalam kondisinya sekarang, 7) Asas kedinamisan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar isi layanan terhadap sasaran layanan siswa yang sama kehendaknya selalu bergerak maju, tidak monoton, dan terus berkembang serta berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangannya dari waktu ke waktu, 8) Asas keterpaduan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar berbagai layanan dan kegiatan bimbingan konselingsaling menunjang, harmonis, dan terpadu, 9) Asas keharmonisan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar segenap layanan dan kegiatan bimbingan konseling didasarkan pada norma yang ada, 10) Asas keahlian, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar layanan dan kegiatan bimbingan konseling diselenggarakan atas dasar kaidah-kaidah profesional, 11) Asas alih

tangan kasus, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar pihak-pihak yang tidak mampu menyelenggarakan bimbingan konseling secara tuntas agar mengalih tangankan kepada pihak yang lebih ahli,  
 12) Asas tut wuri handayani yaitu menunjuk pada suasana umum yang hendaknya tercipta dalam rangka hubungan keseluruhan antara konselor dengan siswa. (Dharsana 2014)

#### **D. Teori konseling : Teori Behavioral**

##### 1. Filosofis

Teori konseling behavioral mengandung filosofis atau pandangan terhadap *Self Defference* yaitu mengenai penekankan pada perubahan tingkah laku. Karena seperti yang telah diketahui bahwa “konseling Behavioral adalah teori konseling yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses latihan. Oleh karena itu sasaran konseling behavioral adalah membentuk dan mempertahankan prilaku *Self Defference* sehingga *Self Defference* tersebut dapat dimunculkan dan diterapkan dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

##### 2. Prosedur Konseling Behavioral

Mengandung prosedur-prosedur peningkatan *Self Defference* sebagai berikut:

- 1) mengobservasi gejala *Self Defference*,
- 2) mentabulasi gejala *Self Defference*,
- 3) menganalisis gejala *Self Defference*,
- 4) mengidentifikasi gejala *Self Defference*,
- 5) melakukan diagnosa,
- 6) melakukan prognosa dan
- 7) melakukan tindakan/treatmen

##### 3. Langkah-langkah Konseling Behavioral

Mengandung langkah – langkah peminimalisiran *self defference* sebagai berikut

:

**PERTEMUAN KE 1**

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek ansen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan
4. Menjelaskan indikator self defference
5. Menjelaskan contoh-contoh orang yang meiliki self defference tinggi VS rendah
6. Menerapkan self defference dalam kehidupan sehari-hari melalui self management
7. Melaksanakan skill question
8. Menjelaskan cara mengisi buku harian self defference
9. Mewujudkan skor-skor yang diisi pada buku harian pada self defference dalam grafik harian
10. Mengisi kuesioner self defference
11. Merencanakan untuk pertemuan ke II
12. Terminasi pertemuan pertama

**PERTEMUAN KE 2 :**

1. Melakukan rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan kedua
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan selanjutnya
5. Assesmen buku harian self defference
6. Mewujudkan skor-skor yang diisi pada buku harian self defference pada grafik mingguan pertama
7. Sharing buku harian self defference antar siswa
8. Merencanakan untuk pertemuan ke III
9. Terminasi pertemuan kedua

**PERTEMUAN KE 3:**

1. Melakukan rapport

2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ketiga
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian self defference
6. Mewujudkan skor-skor yang diisi pada buku harian self defference dalam grafik mingguan kedua dan ketiga
7. Mewujudkan self defference dalam kelas
8. Sharing buku harian self defference antar siswa
9. Merencanakan untuk pertemuan ke IV
10. Terminasi pertemuan ketiga

#### **PERTEMUAN KE 4 :**

1. Melakukan rapport
2. Mengecek absen
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ke 4
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian self defference
6. Mewujudkan skor-skor yang diisi pada buku harian self defference dalam grafik mingguan keempat dan grafik bulanan
7. Sharing buku harian self defference antar siswa
8. Rekomendasi untuk menuju ke Bimbingan Kelompok
9. Terminasi pertemuan keempat menuju ke Bimbingan Kelompok

### **E. Teknik Konseling**

#### **a. Pengertian Teknik Modeling**

Perry dan Furukawa (dalam Abimanyu dan Manrihu 1996) mendefinisikan modeling sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seorang individu atau kelompok, sebagai model, berperan sebagai rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku sebagai bagian dari individu yang lain yang mengobservasi model yang ditampilkan. Teknik modeling ini adalah suatu komponen dari suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah

laku yang menjadi tujuan. Model dapat berupa model sesungguhnya (langsung) dan dapat pula simbolis.

b. Prosedur Melakukan Teknik Modeling

Untuk dapat melakukan hal itu dilanjutkan melalui prosedur sebagai berikut:

- 1) Menyebarkan lembaran tes *Self deference*
- 2) Menganalisis hasil tes *Self deference*
- 3) Menyebarkan lembaran kuesioner *Self deference*
- 4) menganalisis hasil kuesioner *Self deference*
- 5) Menulis dan menyajikan RPBK serta melakukan pelatihan-pelatihan Modeling dengan melatih *Self deference*

6) Menyaksikan tampilan Modeling

c. Langkah-langkah Teknik Konseling Modeling :

- 1) Membentuk peran-peran Modeling terkait *Self deference*
- 2) Melatih peran-peran Modeling dalam *Self deference*
- 3) Menyajikan hasil olah data dalam bentuk Modeling
- 4) Menyaksikan Modeling
- 5) Merefleksi tampilan Modeling

d. Skill Konseling



Gambar 01. Keterampilan dasar dalam mikro konseling

Berikut ini keterampilan konseling yang harus dimiliki oleh seorang konselor yaitu:

1. *Multiculture from clien and culture counselor* adalah kemampuan konselor memahami kebudayaan–kebudayaan konseli dalam proses konseling. Contoh : menanyakan sesuatu yang khas didaerah konseli.
2. *Atending behavioral* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan gerak-gerik konseling dalam proses konseling. contohnya : anggukan kepala, senyum dimana attending behavioral yang terdiri dari :
  - a. *Eye contac* adalah kemampuan konselor menatap dan memandang konseli dalam proses konseling.
  - b. *Cultural Appropriate* adalah kemampuan konselor dalam memperhatikan budaya-budaya konseling dalam proses konseling.
  - c. *Body Language* adalah kemampuan konselor menerapkan atau menggunakan bahasa tubuh dalam proses konseling.
  - d. *Vocal Quality* adalah kemampuan konselor memperhatikan tinggi rendahnya nada suara dalam proses konseling.
  - e. *Verbal Tracking* adalah kemampuan konselor memperhatikan jalurnya pembicaraan dalam proses konseling.
3. *Clien observation skill* adalah kemampuan konselor mengobservasi klien dalam proses konseling.
4. *Open and close Question* adalah kemampuan konselor dalam membuat pertanyaan terbuka dan tertutup dalam proses konseling. Contoh pertanyaan terbuka mengapa adik cari jurusan IPS ? Coba jelaskan apa alasannya! Contoh pertanyaan tertutup apakah adik mengerti dengan apa yang ibu sampaikan?
5.
  - a. *Encourage* adalah kemampuan konselor mendorong, membesarkan hati, mengorbankan semangat konseli dalam proses konseling Contohnya : “ya.... pak yakin kamu pasti bisa.
  - b. *Paraphrase* adalah kemampuan konselor menafsirkan dan mengartikan apa yang telah di sampaikan dalam proses konseling
  - c. *Summaration* adalah kemampuan konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menyimpulkan pembicaraan yang telah dilakukan dalam proses konseling

6. *Reflection of feeling* adalah kemampuan konselor merefleksikan perasaan konseli dalam proses konseling
7. *Reflection of meaning* adalah kemampuan konselor merefleksikan arti kata yang dikatakan atau diucapkan konseli dalam proses konseling.
8. *Focusing Client, problem, "we" interviewer, cultural/environmental* adalah kemampuan konselor fokus kepada konseli dalam wawancara, kebudayaan atau konteksnya dalam proses konseling .
9. *Influencing skills* adalah ketrampilan yang mempengaruhi konselor dalam proses konseling, yang terdiri dari :
  - a. *Directive* adalah kemampuan konselor mengarahkan dan menunjukkan konseli ke arah yang lebih baik dalam proses konseling
  - b. *Logical consequences* adalah kemampuan konselor memberikan akibat yang baik dalam proses konseling.
  - c. *Interpretation* adalah kemampuan konselor menafsirkan apa yang terjadi dalam proses konseling
  - d. *Self disclosure* adalah kemampuan konselor membuka diri dalam proses konseling
  - e. *Advice/information/Explanation/instruction* adalah kemampuan konselor memberikan nasehat, informasi, penjelasan dan intuksi kepada konseli dalam proses konseling.
  - f. *Feedback* adalah kemampuan konselor memberikan motivasi kepada konseli dalam proses konseling contoh : "ya ibu yakin kamu pasti bisa melakukannya",
  - g. *Influencing summary* adalah kemampuan konselor memberikan ringkasan pada konseli dalam proses konseling.
10. *Confrontation* adalah kemampuan konselor memperhatikan konseli dalam proses konseling yang terdiri dari :
  - a. *Discrepancies* adalah kemampuan konselor mengutarakan ketidaksetujuan kepada klien dalam proses konseling
  - b. *Incongruity* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan ketidakcocokan yang dihadapi konseli dalam proses konseling.

11. *Skill sequencing adnstructuring the interview* adalah kemampuan konselor mengembangkan dan membuat wawancara yang terstruktur dalam proses konseling.
12. *Pesonal dan teory counseling skill integration* adalah kemampuan konselor memadukan dan menyatukan konseli dalam proses konseling.
13. *Style* adalah kemampuan konselor memahami gaya pribadi dalam memakai teori konseling dalam proses konseling.
  - a. *Face to face* (individual)
 

Face to face merupakan suatu konseling yang dilakukan dengan tatap muka antara konselor dan konseli saja.

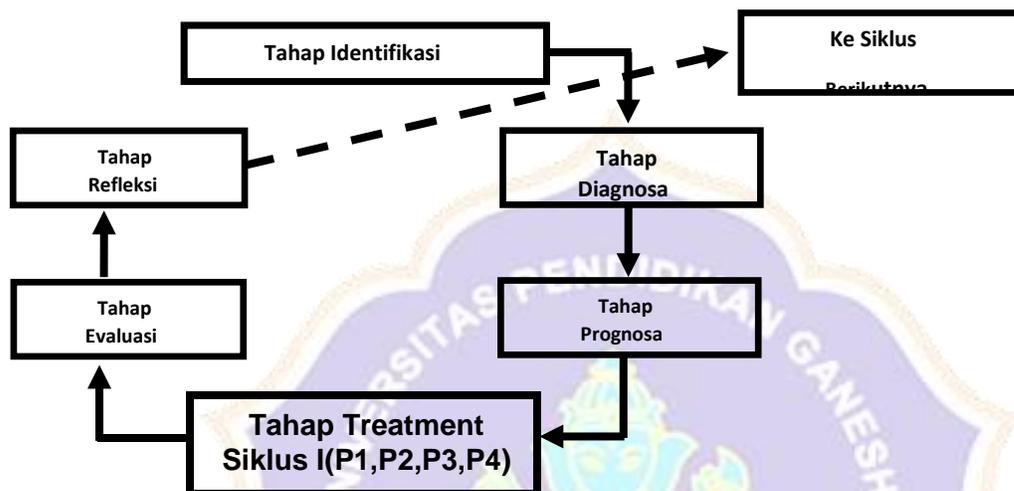
Skill Mikro Konseling : Keterampilan Attending seperti:

1. Kontak Mata (melihat konseli pada saat di berbicara pada konseli begitu pula sebaliknya)
2. Ekspresi wajah (Tenang, ceria dan tersenyum)
3. Sapaan
4. Salam/jabat tangan
5. Kualitas Suara (ehem, iya)
6. Anggukan (body language)
7. Posisi Tubuh (agak condong kearah konseli, jarak antara konselor dengan konseli agak dekat, duduk akrab berhadapan atau berdampingan)
8. Mendengarkan (aktif penuh perhatian, tidak memotong pembicaraan konseli)
  - a. Group (kelompok)
  - b. *Class room* (kelas)

#### **F. Langkah Dan Prosedur Pelaksanaan Bimbingan Klasikal**

1. Langkah-langkah :
  - a. Persiapan RPBK
    - ~ Observasi
    - ~ Wawancara
    - ~ Penyebaran Tes Self Defference

- b. Persiapan Media
- c. Persiapan Teknik Self Management
- d. Melakukan relaksasi
- e. Penyebaran kuesioner (refleksi terlampir)
- f. Pelatihan pengisian buku harian (terlampir)



Gambar 1.1 Desain Penelitian Siklus I

(dalam Dharsana, *Dasar-dasar Konseling Seri 2: 2007*)

### (a) Tahap Identifikasi

Tahap identifikasi adalah data awal yang berhubungan dengan data pribadi siswa. Identifikasi yang dilakukan pada tahap ini adalah:

1. Menyusun dan mempersiapkan pedoman observasi yang akan digunakan untuk memantau pelaksanaan dan hasil tindakan (lampiran).
2. Menyiapkan alat pemantau berupa kuesioner dan monitoring dengan buku harian untuk menentukan siswa yang memiliki *Selfdefference* rendah dan sedang.

### (b) Tahap Diagnosa

Tahap diagnosa adalah suatu proses untuk menganalisis penyebab

suatu masalah yang dihadapi oleh konseli. Setelah diidentifikasi siswa yang memiliki *Selfdefference* yang rendah dan sedang maupun tinggi, maka langkah selanjutnya adalah menentukan penyebab siswa mengalami masalah tersebut.

**(c) Tahap Prognosa**

Tahap prognosa adalah suatu tahapan untuk menyiapkan rencana-rencana untuk melatih siswa dalam sebuah upaya yang dilakukan dalam proses bimbingan konseling yaitu dengan a) melatih tingkat pemahaman siswa tentang pengertian *Selfdefference* melalui bimbingan klasikal, b) memberikan contoh-contoh orang yang memiliki *Selfdefference* melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu, c) menerapkan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management.

**(d) Tahap Treatment**

Treatment bertujuan untuk membantu siswa yang memiliki *Selfdefference* yang rendah agar dapat meningkat. Treatment/terapi/perawatan siswa sesuai dengan prosedur dan langkah-langkah bantuan yang telah ditetapkan dalam tahap prognosa.

**(e) Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi/tindak lanjut/follow up adalah tahap penilaian terhadap indikator-indikator yang tercantum dalam prognosa. Evaluasi merupakan suatu tindakan atau suatu proses untuk mengetahui hasil dari tindakan yang dilakukan. Dalam penelitian ini kuesioner, observasi, wawancara dan buku harian akan digunakan untuk mengukur peningkatan *Selfdefference* siswa.

2. Prosedur :

1. Apersepsi

Ucapan Salam :

Selamat pagi anak-anak.

Sehubung dengan materi yang akan dijelaskan pada pagi ini maka perlu Ibu memberikan pengertian mengenai *Selfdefference*. Self Defference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-

saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang yang diharapkannya (Dharsana, 2009 : 2).

Adapun indikator dari *Selfdefference* adalah:

- 1) Menerima saran-saran dari orang lain,
- 2) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain,
- 3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

## 2. Inti :

### 1. Pengertian *Selfdefference*.

Self Defference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya (Dharsana, 2009 : 2).

Adapun indikator dari *Selfdefference* adalah:

- 1) Menerima saran-saran dari orang lain,
- 2) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain,
- 3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

### 2. Contoh-contoh orang yang memiliki self defference

Dalam lingkup kelas, orang-orang yang termasuk kategori self defference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya

Contoh-contoh orang yang tidak memiliki self Defference yang rendah adalah orang yang tidak mentaati perintah atau aturan meliputi tidak menerima saran-saran dari orang lain, tidak mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, tidak mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Penerapan self defference:

### 3. Penerapan *self deference*

Penerapan *self deference* dapat dilakukan dengan teknik self management melalui bimbingan klasikal, kemudian dilanjutkan dengan bimbingan kelompok, selanjutnya dengan konseling kelompok kemudian dengan konseling individu. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *self deference* tersebut ke dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

Ibu akan membagikan buku harian mengenai minat variable, kalian harus mengisi buku harian ini setiap harinya sesuai dengan self deference yang kalian lakukan setiap harinya. Lalu berikan skor pada setiap pengisian di,ulai dari skor 0-100 jadi isi skor tersebut secara bertahap. Pindahkan skor tersebut pada grafik harian. Silahkan diisi terlebih dahulu. Silakan A bacakan buku harianmu. Ya ibu rasa kalian sudah dapat mengisi demgam baik, silahkan kalian lanjutkan dirumah.

#### a. Daftar Nama Siswa

Tabel 02. Daftar Nama Siswa

No.	Nama Siswa	Catatan perilaku
1	AGUS ADI MULIANTARA	
2	DEWA MADE KRAMAS ARTHA WIGUNA	
3	GEDE ARI WIDIWAN	
4	GEDE EKA DHARMA PUTRA	
5	GEDE NOVA RUDIARTA	
6	I GEDE RAKA AMBARA	
7	I WAYAN RAMA	
8	KADEK ANGGA PRASETYA	
9	KADEK ERA SUKMAWATI	
10	KADEK JUNIANI	
11	KADEK NINDIA VERAYANTI	
12	KADEK PUTRI DEWI	
13	KADEK RYAN DWIPAYANA	
14	KADEK SENTARA	
15	KADEK WIDIANA	
16	KADEK YUNIA SARI	
17	KETUT WIDIARI	
18	KOMANG BUDARANI	
19	KOMANG DIKA DARMA PUTRA	
20	KOMANG INTAN TRI WAHYUNI	
21	KOMANG JANU ARIANI	

22	KOMANG NONIK LANSENI	
23	KOMANG SINTA DEWI	
24	KOMANG SUAR AYU MARDEWI	
25	KOMANG SUBINTARA	
26	KOMANG YUDIANI	
27	LUH DE METRI WARDANI	
28	LUH HENDRIYANI	
29	LUH PUTU MAS PURWANTI	
30	MARIATUL QIBTIAH	
31	NI KETUT CARIANI	
32	NI LUH SANI ARTINI	
33	PUTU DITA SINTYA DEWI	
34	PUTU REVITA INDRA SETIANA	
35	WAYAN BUDARSA	
36	WULAN CAHYANI	

## b. DIALOG BIMBINGAN KLASIKAL

Table 03. Dialog Bimbingan Klasikal

No	Materi RPBK Klasikal	Pengamatan
1	<p>Self Defference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkan(Dharsana, 2009 : 2). Adapun indikator dari <i>Selfdefference</i> adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1)Menerima saran-saran dari orang lain,</li> <li>2)Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain,</li> <li>3)Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkan.</li> </ol>	<p>Tingkah laku</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Saat proses pembelajaran sellu menerima masukan apasaja dari teman</li> <li>▪ Saat guru memberikan pertanyaan tidak suka jawabanya di bantah atau di kritik orang</li> <li>▪ Selalu merenung jika pendapatnya di komentari</li> <li>▪ Atusias mengarkan masukan dalam diskusi</li> <li>▪ Selalu ingin menang sendiri dan mengacuhkan pendapat temannya</li> </ul>
2	<p>Contoh-contoh orang-orang yang memiliki self defference</p> <p>a. orang-orang yang termasuk kategori self defference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tidak pernah mengakui jika jawaban yang di sampaikan keliru</li> <li>▪ Ketika menjawab selalu merasa jawabanyanya di atas teman-temannya</li> <li>▪ Menerima-menerima saja</li> </ul>

	mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkan contohnya lila, astika,	pendapat dari temannya
3	Penerapan Self Defference: Penerapan self Defference dapat dilakukan dengan cara atau teknik self management. Siswa dapat dilatih untuk bisa bersikap mengelola diri sehingga ketegangan akibat tingginya pribadi defference bisa di minimalisir	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Saat guru memberikan tugas saya selalu menerima jika tugas saya dikatakan kurang lengkap oleh guru</li> <li>▪ Saya selalu menganggap kritikan itu sebagai motivasi</li> <li>▪ Saya tidak pernah berkometer jika di berikan masukan</li> <li>▪ Saya selalu berdebat jika ada orang yang mengomentari jawaban dan tugas saya</li> </ul>



4	<p>Pertanyaan Terpakka</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setelah ibu menyampaikan materi tentang definisi self defference, contoh-contoh self defference serta penerapan self defference. Dapatkan anda menjelaskan atau menceritakan tentang kepribadian/ self defference?</li> <li>2. Ibu minta satu contoh orang untuk menerapkan tentang kepribadian defference? (Bermain peran)</li> <li>3. Saya minta anda menjelaskan penerapan tentang self defference?</li> </ol>	<p>Sesi Diskusi</p> <p>☞ Jawaban pertanyaan no 1: Saya tidak pernah menerima orang mengkritik saya</p> <p>☞ Jawaban pertanyaan no 2: Saya tida bisa memberikan contoh tentang seseorang yang mempunyai self defference</p> <p>Jawaban pertanyaan no 3: Saya dapat memberikan penjelasan penerapan tentang self defference bu. Penerapan self defference dapat dilakukan dengan cara atau teknik self management. Agar Siswa bisa mengelola dirinya dalam pembelajaran di sekolah</p> <p>☞ Jawaban pertanyaan no 3: Saya tidak dapat memberikan penjelasan penerapan tentang self defference bu. Saya tidak suka kalo nanti jawaban saya di kritik da tidak diterima oleh teman- teman saya</p> <p>☞ Jawaban pertanyaan no 1: Dapat saya jawab seperti ini bapak. Saya akan jelaskan lagi tentang defference. Self defference merupakan kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya</p> <p>☞ Jawaban pertanyaan no 3: Saya tidak dapat memberikan penjelasan tentang self defference bu. Saya mampu menerima saran dari orang lain karena saran dari orang lain sangat bermanfaat bagi saya</p> <p>☞ Jawaban pertanyaan no 3: Saya tidak dapat memberikan penjelasan penerapan tentang self defference bu. Saat teman menkritik jawaban saya, saya selalu menerima kritikan tersebut</p> <p>☞ Jawaban pertanyaan no 3:</p>
---	--	---

		<p>Saya tidak dapat memberikan penjelasan penerapan tentang self defference. Saya tidak pernah merasa jawaban yang saya sampaikan itu salah</p> <p>✍️ Jawaban pertanyaan no 3:          Saya tidak dapat memberikan penjelasan penerapan tentang self defference.Saya selalu kesal jika di berikan saran atas jawaban saya</p>

c. Menerapkan teknik Modeling dan menerapkan teknik konseling yaitu teknik konselingModeling :

- 1.Melatih peran-peran Modeling dalam self deference
- 2.Menyajikan hasil olah data dalam bentuk Modeling
- 3.Menyaksikan Modeling
- 4.Menjawab kuesioner
- 5.Penugasan
  - a) Berlatih melakukan standar-standar self deferenceyang baik seperti yang anda saksikan pada Modeling itu. Contoh : melakukan diskusi, membujuk orang, memperoleh kepercayaan orang lain, dan mempengaruhi orang banyak.
  - b) Berlatih mengisi buku harian
  - c) Mengisi, menulis buku harian dalam self deference

### 3. Penutup

Demikian pemahaman, contoh-contoh dan penerapan self defference. Semoga dari apa yang ibu sampaikan tadi dapat bermanfaat bagi anak-anak untuk lebih memahami tentang hasil sosiometri yang telah kalian kerjakan. Akhir kata, ibu mengucapkan terimakasih atas perhatian dan partisipasinya.

Penugasan

Ucapan paramasanthi.

Ucapan terimakasih.

TABEL 05. SKOR KRITERIA *SELF DEFFERENCE*

SKOR	KRITERIA
81-100	Sangat Tinggi
61-80	Tinggi
41-60	Sedang
0-40	Rendah

Langkah-langkah :

1. Mengumpul data, mengolah dan menganalisis data
2. Menjalankan prosedur
3. Menyusun dan menyajikan RPBK
4. Menyebarkan instrument kuesioner
5. Menata ruangan

### G. Sumber

Dharsana, Ketut.2013. *Teori-Teori Konseling(Diktat)*.Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

Dharsana, Ketut. 2014. *Model-Model Teori, Teknik, Skill Bimbingan Konseling*. Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PendidikanGanesha.

Dharsana, Ketut. 2014. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PendidikanGanesha

### H. Media dan alat

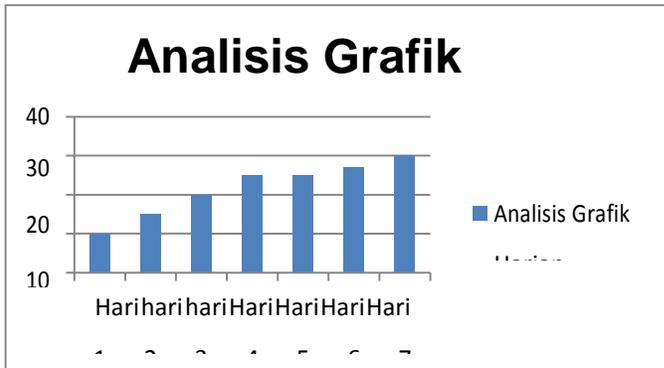
- 1) Media : Kuesioner, Buku Harian,
- 2) Alat : Laptop, LCD, Buku

## I. Buku Harian Self Defference

Tabel 05. Buku Harian Self Defference

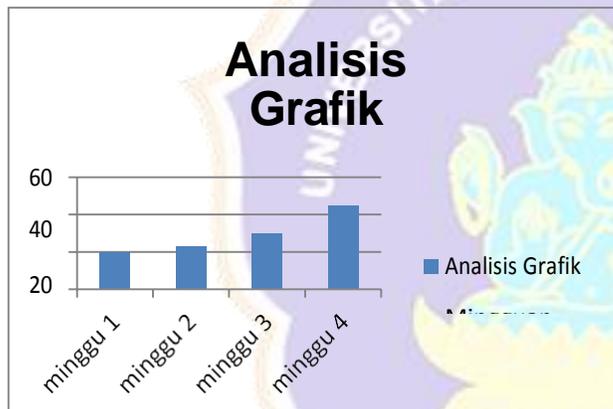
No	Hari/ tanggal	Situasi	Indikator			Kriteria pencapaian (0-100)
			menerima saran-saran dari orang lain	mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain	mengikuti petunjuk- petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	
1	Senin, 27-06- 2020 jam 07.30- 13.00	Belajar di dalam kelas	Saya sangat tidak suka ketika saya diskusi jawaban saya di kritik	Saya tidak pernah merasa jawaban yang saya sampaikan salah	Saya tidak suka jika saya di beritahu oleh teman padasaat diskusi	10
2	Senin, 27-06- 2020 jam 13.00- 15.00	Di rumah	Pulang sekolah saya langsung tidur	Saya tidak suka jika adik saya dimanjakan di rumah	Setiap sore saya bermain catur dengan ayah dan saya paling kesal kalao saya kalah	12
3	Selasa, 27-06- 2020 jam 07.30- 13.00	Di sekolah	Saya mengerjakan tugas dengan teman saya	Saya dibantu oleh teman ketika saya kesulitan dalam menghitung	Saya saling memberi masukan dalam proses diskusi di kelas	15
4	Selasa, 27-06- 2020, Jam 13.00- 15.00	Di rumah	Saya membersihkan halaman rumah sampai bersih	Saya membantu adik mengerjakan PR	Saya diajari ayah strategi dalam bermain catur	17

Grafik 01. Grafik Harian



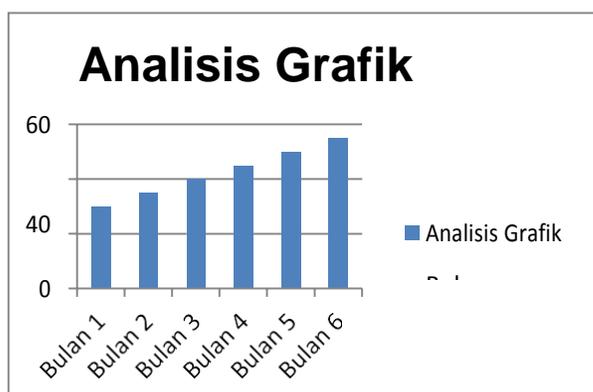
$$N = \frac{H1+H2+H3+H4+H5+H6+H7}{7}$$

Grafik 02. Grafik Mingguan



$$N = \frac{M1+M2+M3+M4}{4}$$

Grafik 03. Grafik Bulanan



$$N = \frac{B1+B2+B3+B3+B4+B5+B6}{6}$$

## J. Penyusunan Instrumen

### 1. Definisi Konsep

#### a. Pengertian Self Defference.

Menurut (Dharsana, 2009 : 2) “Defference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

Adapun indikator dari self defference adalah:

- 1)Menerima saran-saran dari orang lain,
- 2)Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain,
- 3)Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

#### b. Contoh-contoh orang yang memiliki self defference

Dalam lingkup kelas, orang-orang yang termasuk kategori self defference adalahkebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya

Contoh-contoh orang yang tidak memiliki self Defference yang rendah adalah orang yang tidak mentaati perintah atau aturan meliputi tidak menerima saran-saran dari orang lain, tidak mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, tidak mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

#### c.Penerapan self Defference:

Penerapan self abasemet dapat dilakukan dengan cara atau teknik self Management

## 2. Definisi Operasional

Instrumen ini digunakan untuk mengetahui pengertian self defference, orang yang memiliki self defference, dan mengetahui cara untuk menerapkan self defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

### a. Pedoman Observasi

Observasi adalah suatu cara pengumpulan data dengan melakukan pengamatan langsung terhadap suatu obyek dalam suatu periode dan mengadakan pencatatan secara sistematis tentang hal-hal tertentu yang diamati. Adapun pedoman observasi yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 06. Pedoman observasi siswa dalam pelaksanaan tindakan bimbingan konseling

Aspek	Indikator	Tampak	Tidak Tampak
Self Defference	1. Menerima saran-saran dari orang lain, 2)		
	2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain		
	3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya		

Tabel 07. Hasil pengamatan observasi self defference di kelas X PH C

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	AAM	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	DMKAW	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GAW	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GEDP	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GNR	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	IGRA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	IWR	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KAP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KES	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KJ	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KNV	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KPD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)

13	KRD	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KS	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KW	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KYS	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KW	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KB	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	KDDP	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	KITW	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	KJA	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	KNL	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	KSD	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	KSAM	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	KS	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	KY	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	LDMW	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	LH	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	LPMP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	MQ	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	NKC	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	NLSA	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PDSD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PRIS	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	WB	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	WC	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)

#### b Pedoman Wawancara

Wawancara adalah suatu cara pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan saat bertatap muka dalam suatu pertemuan secara langsung. Adapun pedoman wawancara yang digunakan adalah sebagai berikut

Tabel 08. Pedoman wawancara siswa tentang self defference

Pertanyaan	Jawaban Siswa	Keterangan
Coba kamu ulangi pengertian dari self defference yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, self defference merupakan kebutuhan untuk bisa mengalah meliputi :menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	Siswa sudah paham tentang self defference

	Saya masih bingung pak belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian self defference
Coba sebutkan indiator-indikator dari self defference	Indikator dari self defference adalah: 1) Menerima saran-saran dari orang lain, 2) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain. 3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.	Siswa sudah udah paham
	Saya lupa pak, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator self defference
Siapa yang tau dan dapat menyebutkan contoh-contoh dari orang yang memiliki self defference tinggi dan rendah?	Saya pak, contoh orang yang memiliki self defference yang tinggi adalah ketua kelas, polisi, lila Kemudian orang yang memiliki self defference rendah adalah anak yang tidak menerima saran-saran dari orang lain, tidak mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, tidak mengikuti petunjuk-petunjuk dan tidak mengerjakan apa yang diharapkannya.	Siswa sudah paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki self defference
	Saya tidak tau pak	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki self defference

#### d. Kisi-kisi Self Defference

Tabel 09. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Dimensi/aspek	No Butir		
		Positif	Negatif	Jumlah
Kecenderungan Self Defference	1. mendapatkan keterangan apa yang dipikirkan orang lain	1,2,3	4,5	5
	2. menerima saran dari orang lain	6,7,8,9,13,14,15,16,20,21,22,23	10,11,12,17,18,19,24,25,26	21
	3. mengikuti petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	27,28,29,30,34,35,36,37	31,32,33,38,39,40	14
	Jumlah	23	17	40

Tabel 10. Standar Kriteria self deference

SKOR	KRITERIA NILAI	KATEGORI	KET
5	81 - 100	Sangat Tinggi	
4	61 - 80	Tinggi	
3	41 - 60	Kurang	
2	21 - 40	Rendah	
1	0 - 20	Rendah Sekali	

**Rumus:**

Skor Ideal = jumlah item x skor maksimal

$$SMI = \frac{X_a}{X_i} \times 100$$

## e. Kuesioner Self Defference


**KUESIONER DEFFERENCE**
**1. Identitas Responden:**

Nama : .....

Kelas : .....

Sekolah : .....

Hari/ Tanggal : .....

**2. Petunjuk**

Dalam instrumen ini terdapat 30 butir pernyataan yang kesemuanya merupakan gambaran keadaan diri kita masing-masing. Sebelum menjawab dan menentukan pilihan pada masing-masing pernyataan tersebut, anda perlu mengetahui beberapa hal berikut ini :

1. Bayangkan situasi di bawah ini seolah-olah sedang dan pernah anda hadapi dan kerjakan.
- b) Mantapkanlah pilihan atau tanggapan anda terhadap peristiwa atau pernyataan tersebut, dan bubuhkanlah tanda silang (  $\surd$  ) di kolom lembar jawaban yang telah disediakan. Adapun pilihan yang dapat anda sampaikan adalah sebagai berikut:

SS : bila anda Sangat Sesuai S :

bila anda Sesuai

KS : bila anda Kurang Sesuai

TS : bila anda Tidak Sesuai

STS : bila anda Sangat Tidak Sesuai

- c) Instrumen ini tidak mempunyai hubungan sama sekali dengan kegiatan akademik anda, sehingga apapun jawaban yang akan anda berikan tidak akan mempengaruhi prestasi belajar anda. Maka jawablah sesuai dengan kata hati anda sendiri.
- d) Jangan sampai ada pernyataan yang terlewat dan silahkan mengisi formulir

### Selamat Mengerjakan

#### 1. Pernyataan

No.	Butir (+/-)	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
1	+	Saya datang ke sekolah tepat waktu					
2	+	Saya memakai seragam dan atribut sekolah dengan baik					
3	+	Dengan mematuhi aturan di sekolah saya merasa sangat senang					
4	+	Saya berada di kelas sebelum bel masuk kelas berbunyi					
5	-	Saya tidak pernah datang ke sekolah tepat waktu					
6	+	Saya selalu menceritakan hal yang saya alami kepada orang lain					
7	+	Saya mudah menerima kritikan dan saran dari orang lain					
8	+	Saya selalu menerima keberadaan orang lain					
9	+	Saya selalu meminta bantuan kepada orang lain di saat saya kesusahan					
10	-	Saya tidak pernah menceritakan hal yang saya alami dengan orang lain					
11	-	Saya tidak mudah menerima kritikan dan saran dari orang lain					
12	-	Jika saya dimarahi orang lain dengan kelakuan saya, saya akan merasa marah					
13	+	Saya selalu mentaati apa yang dikatakan oleh orang tua					
14	+	Saya berusaha menaati apa yang dikatakan oleh teman dan itu baik bagi saya					
15	+	Saya akan menjalankan perintah yang dikatakan teman yang saya percaya					
16	+	Saya sering menjalankan amanat yang diberikan oleh orang tua					
17	-	Saya tidak pernah mentaati apa yang dikatakan orang tua					
18	-	Saya sering melanggar perintah yang ditetapkan					

		orang lain kepada saya					
19	-	Saya akan marah jika ada teman saya yang memerintahkan sesuatu kepada saya					
20	+	Jika ada teman berpendapat kepada saya, saya akan menerimanya					
21	+	Kadang pendapat teman yang menjelekkkan saya, saya tetap menerimannya karena akan saya jadikan pelajaran di dalam diri					
22	+	Saya akan menerima pendapat teman saya meskipun pendapat teman saya dengan saya berbeda					
23	+	Jika ada teman saya yang berbicara keada saya, saya akan mendengarkan dengan antusias					
24	-	Jika ada teman berpendapat kepada saya, saya akan merasa tersinggung dan marah					
25	-	Jika teman saya sedang berbicara kepada saya kadang saya tidak memperhatikannya					
26	-	Saya tidak pernah menghiraukan pendapat teman saya kepada saya					
27	+	Saya sudah berada di sekolah sebelum bel pembelajaran dimulai					
28	+	Saya selalu mentaati peraturan yang telah ditetapkan di sekolah					
29	+	Saya memakai seragam sekolah sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan					
30	+	Dengan mematuhi aturan di sekolah saya merasa sangat senang					
31	-	Saya kadang membolos bersama teman pada saat jam pelajaran di sekolah					
32	-	Karena ajakan teman saya sering tidak masuk sekolah					
33	-	Saya tidak pernah datang ke sekolah tepat waktu					
34	+	Saya selalu memperhatikan guru pada saat menjelaskan pembelajaran di dalam kelas					
35	+	Dalam proses pembelajaran di kelas jika ada teman yang ribut saya akan memarahinya karena akan mengganggu konsentrasi belajar					
36	+	Saya selalu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru kepada saya					
37	+	Saya sering mencontek pekerjaan teman					
38	-	Saya sering membuat keributan pada saat jam pelajaran berlangsung					
39	-	Jika saya bosan belajar di kelas, saya akan membuat coretan-coretan di buku untuk menghilangkan kejenuhan saya pada saat belajar					
40	-	Saya lebih suka diam menunggu teman mengerjakan tugas daripada saya yang mengerjakan tugas tersebut					

#### e. Pedoman Pelatihan

##### Latihan mengisi Buku Harian

1. Mempersiapkan buku tulis kosong, gunting, penggaris dan pulpen, kemudian buat format buku harian dengan menggunting bagian atas kertas dan membuat tabel format buku harian self defference seperti contoh di atas.
2. Mulai mengisi buku harian sesuai dengan tanggal dan situasi saat menulis buku harian, kemudian tulis kegiatan/ perilaku saat situasi tersebut sesuai dengan indikator self defference dalam masing- masing kolom yang sudah dibuat.
3. Memberikan skor pada kolom terakhir, rentang skor yang diberikan antara 1-100, jika mengalami peningkatan pemberian skor tidak tinggi dari skor awal (misalkan skor awal 10, jika mengalami peningkatan diberikan skor 12/15).
4. Setelah memberikan skor lalu membuat grafik harian, mingguan dan bulanan.

#### g. Pedoman singkat guru BK

1. Mempersiapkan RPBK self defference
2. Mempersiapkan pedoman observasi
3. Mempersiapkan pedoman wawancara
4. Mempersiapkan buku harian
5. Mempersiapkan instrumen self defference
6. Mempersiapkan media
7. Mempersiapkan teknik self management

#### h. Rekomendasi

Berdasarkan bimbingan klasikal sebanyak 36 orang siswa di kelas X PH C, diketahui jumlah kriteria Sangat Tinggi sebanyak 3 orang, Tinggi sebanyak 14 orang, Sedang sebanyak 11 orang, Rendah sebanyak 10 orang. Berdasarkan hal itu maka direkomendasikan untuk mengikuti pertemuan berikutnya (P2, P3, P4 dan

bimbingan kelompok) dan yang akan masuk dalam bimbingan kelompok adalah sebanyak 21 orang siswa. Adapun yang masuk dalam bimbingan kelompok yakni terdapat dalam tabel berikut:

tabel 11 siswa yang mengikuti bimbingan kelompok

No	Nama	Skor	Kategori
1.	AGUS ADI MULIANTARA	25	rendah
2.	DEWA MADE KRAMAS ARTHA WIGUNA	75	tinggi
3.	GEDE ARI WIDIWAN	95	sangat tinggi
4.	GEDE EKA DHARMA PUTRA	20	rendah sekali
5.	GEDE NOVA RUDIARTA	50	kurang
6.	I GEDE RAKA AMBARA	86	tinggi
7.	I WAYAN RAMA	76	tinggi
8.	KADEK ANGGA PRASETYA	80	tinggi
9.	KADEK ERA SUKMAWATI	45	kurang
10.	KADEK JUNIANI	65	tinggi
11.	KADEK NINDIA VERAYANTI	85	sangat tinggi
12.	KADEK PUTRI DEWI	95	sangat tinggi
13.	KADEK RYAN DWIPAYANA	82	sangat tinggi
14.	KADEK SENTARA	15	rendah sekali
15.	KADEK WIDIANA	81	sangat tinggi
16.	KADEK YUNIA SARI	80	tinggi
17.	KETUT WIDIARI	50	kurang
18.	KOMANG BUDARANI	72	tinggi
19.	KOMANG DIKA DARMA PUTRA	61	tinggi
20.	KOMANG INTAN TRI WAHYUNI	35	rendah
21.	KOMANG JANU ARIANI	42	kurang
22.	KOMANG NONIK LANSENI	75	tinggi
23.	KOMANG SINTA DEWI	79	tinggi
24.	KOMANG SUAR AYU MARDEWI	85	sangat tinggi
25.	KOMANG SUBINTARA	79	kurang
26.	KOMANG YUDIANI	45	kurang
27.	LUH DE METRI WARDANI	60	kurang
28.	LUH HENDRIYANI	10	rendah sekali
29.	LUH PUTU MAS PURWANTI	15	rendah sekali
30.	MARIATUL QIBTIAH	83	sangat tinggi
31.	NI KETUT CARIANI	65	tinggi
32.	NI LUH SANI ARTINI	95	sangat tinggi
33.	PUTU DITA SINTYA DEWI	25	rendah
34.	PUTU REVITA INDRA SETIANA	70	tinggi
35.	WAYAN BUDARSA	90	sangat tinggi
36.	WULAN CAHYANI	62	tinggi

	ST = 10
--	---------

	T = 13
	K = 6
	R = 4
	RS = 3



Lampiran 15.

RPBK Bimbingan Kelompok

# RPBK

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

SETTING BIMBINGAN KELOMPOK

PENGEMBANGAN SELF DEFFERENCE



Oleh :

MUHAMMAD ABDUL AZIZ

NIM. 1611011024

JURUSAN BIMBINGAN KONSELING FAKULTAS  
ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN  
GANESHA

2020

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING (RPBK)**

**A. IDENTITAS**

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK : Muhammad Abdul Aziz  
 NIM/NIP : 1611011024  
 Semester/Kelas : VIII/A  
 Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan  
 Fakultas : Ilmu Pendidikan  
 No. HP : 085847169647  
 Email : [muhammadabdaziz095@gmail.com](mailto:muhammadabdaziz095@gmail.com)  
 Setting : Bimbingan Klasikal  
 Jenis Layanan : Orientasi  
 Bidang Layanan : Pribadi  
 Kelas : X PH C  
 Sekolah : SMK Negeri 1 Singaraja  
 B. MATA KULIAH : Penelitian Skripsi

Singaraja, 27 Juni 2020

Muhammad Abdul Aziz  
 NIM.1611011024

Guru Pamong

Dosen Pembimbing

Ni Nyoman Ariani,S.Pd  
 NIP.19670628 198902 2 001

Prof. Dr. Ketut Dharsana,M.Pd.,Kons  
 NIP. 19570801 198303 1 003

Mengetahui/Menyetujui  
 Korprodi

Mengetahui/Menyetujui,  
 Kepala SMKN 1 Singaraja

Prof. Dr. Ketut Dharsana,M.Pd.,Kons  
 19570801 198303 1 003

Drs. Nengah Suteja, M.Pd NIP.  
 NIP. 19620528 198803 1 008

**(RPBK)****RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING**

Nama Sekolah : SMK Negeri 1 Singaraja

Kelas/ Semester : X PH C

Siklus : II (Dua)

Pertemuan (P) : P1, P2, P3, P4

Alokasi Waktu : 2 x 30 menit/pertemuan

Bidang layanan : Pribadi

Jenis layanan : BimbinganKelompok

StandarKompetensi : MemahamiSelf Defference

Kompetensi Dasar: Siswa mampu mengenal dan memahami selfDefference

**D. Indikator :**

1. Siswa dapat menjelaskan arti Self Defference.
2. Siswa dapat menyebutkan contoh-contoh Self Defference.
3. Siswa dapat menerapkan Self Defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

**E. Tujuan :**

1. Untuk dapat menjelaskan arti Self Defference.
2. Untuk dapat menyebutkan contoh-contoh Self Defference.
3. Untuk menerapkan Self Defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

**F. Materi :**

1. Pengertian Self Defference.

SelfDefference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang

diharapkannya. Berdasarkan definisi tersebut maka *defference* mengandung 3 aspek yaitu : 1)Menerima saran-saran dari orang lain, 2)Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, 3)Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

Menurut kamus besar bahasa Indonesia *defference* (mentaati aturan dan disiplin) mentaati artinya mematuhi, menuruti perintah dan aturan, peraturan atau aturan artinya hasil perbuatan mengatur, disiplin artinya tata tertib, ketaatan kepada peraturan. Jadi mentaati aturan dan disiplin adalah mematuhi perintah atau aturan-aturan yang dibuat dari hasil perbuatan baik tata tertib dan ketaatan kepada aturan-aturan yang berlaku. Berdasarkan definisi tersebut maka *defference* mengandung 1 aspek yaitu : 1) mentaati perintah dan aturan.

Sejalan dengan pendapat di atas, menurut Prijodarminto (1994: 23) *defference* adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban.

Berdasarkan definisi di atas menyangkut *defference* maka dapat disimpulkan bahwa *Defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Berdasarkan definisi tersebut maka *defference* mengandung 3 aspek yaitu : 1) Menerima saran-saran dari orang lain, 2) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, 3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

## 2. Contoh-contoh orang yang memiliki self *defference*

Dalam lingkup kelas, orang-orang yang termasuk kategori self *defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Dalam ruanglingkup pendidikan orang termasuk memiliki self *Defference* adalah Guru besar jurusan Bimbingan Konseling, FIP Undiksha (Prof. Dr. I Ketut Dharsana M.Pd., Kons). Kemudian Ketua jurusan Bimbingan Konseling, FIP Undiksha (

Prof. Dr. Ni Ketut Suarni. M.S. dan Guru Besar Jurusan Bimbingan Konseling Undiksha (Prof. Dr. I Nyoman Dantes).



Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons



Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S



Prof. Dr. I Nyoman Dantes

Contoh-contoh orang yang tidak memiliki self Defference yang rendah adalah orang yang tidak mentaati perintah atau aturan meliputi tidak menerima saran-saran dari orang lain, tidak mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, tidak mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.



### 3. Penerapan self deference:

Penerapan *self Defference* dapat dilakukan dengan teknik *self management* melalui bimbingan klasikal, kemudian dilanjutkan dengan bimbingan kelompok, selanjutnya dengan konseling kelompok kemudian dengan konseling individu. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *self deference* tersebut ke dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir. Tabel

01. Gejala prilaku yang diamati di kelas X PH C

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	AAM	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	DMKAW	Siswa ini nampaksering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GAW	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GEDP	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GNR	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	IGRA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	IWR	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KAP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KES	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KJ	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KNV	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KPD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KRD	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KS	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KW	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KYS	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KW	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KB	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	KDDP	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	KITW	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	KJA	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	KNL	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	KSD	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	KSAM	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	KS	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	KY	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	LDMW	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	LH	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	LPMP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	MQ	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)

31	NKC	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
----	-----	---

32	NLSA	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PDSD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PRIS	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	WB	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	WC	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)
No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak

#### 4. Tujuan Bimbingan Konseling

Bimbingan konseling bertujuan untuk menunjang pembinaan siswa dalam mengembangkan potensi dan mengatasi masalah berkenaan dengan kemampuan dasar , bakat, minat, kreativitas, kompetensi dan kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan tuntutan karakter cerdas terpuji, kemampuan kehidupan kaagamaan, kemampuan sosial, kemampuan belajar, wawasan dan perencanaan karir. (Dharsana, 2013:12)

#### 5. Prinsip Bimbingan Konseling

Prinsip-prinsip pelayanan bimbingan konseling berkenaan dengan kondisi diri siswa, program pelayanan, serta tujuan dan pelaksanaan pelayanan, mengacu pada pelayanan yang efektif dan efisien, untuk berkehidupan yang cerdas dan berkarakter. (Dharsana, 2013:19).

#### 6. Fungsi Bimbingan Konseling

Fungsi-fungsi bimbingan konseling yaitu: 1) Fungsi Pemahaman adalah fungsi bimbingan konseling yang membantu siswa agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya. 2) Fungsi Preventif adalah fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya, supaya tidak dialami oleh siswa. 3) Fungsi Preservatif yaitu fungsi perawatan, konselor senantiasa berupaya untuk menciptakan lingkungan yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan siswa, 4) Fungsi Kuratif adalah fungsi bimbingan konseling bersifat penyembuhan, fungsi ini berkaitan dengan upaya pemberian bantuan kepada siswa yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir. (Dharsana, 2013:18)

#### 7. Asas-asas dalam Bimbingan Konseling

Asas-asas bimbingan konseling yaitu: 1) Asas Kerahasiaan, yaitu asas bimbingan konseling yang menuntut dirahasiakannya segenap data dan keterangan tentang siswa yang menjadi sasaran layanan, 2) Asas kesukarelaan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan siswa mengikuti/menjalani layanan/kegiatan yang diperlukan baginya, 3) Asas keterbukaan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar siswa yang menjadi sasaran layanan/kegiatan bersifat terbuka dan tidak berpura-pura, baik di dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun dalam

menerima berbagai informasi, 4) Asas kegiatan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar siswa yang menjadi sasaran layanan berpartisipasi secara aktif di dalam penyelenggaraan layanan/kegiatan, 5) Asas kemandirian, yaitu asas bimbingan konseling yang menunjuk pada tujuan umum bimbingan konseling, yakni: siswa sebagai sasaran layanan bimbingan konseling diharapkan menjadi siswa-siswa yang mandiri, 6) Asas kekinian, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar objek sasaran layanan bimbingan konseling ialah permasalahan siswa dalam kondisinya sekarang, 7) Asas kedinamisan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar isi layanan terhadap sasaran layanan siswa yang sama kehendaknya selalu bergerak maju, tidak monoton, dan terus berkembang serta berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangannya dari waktu ke waktu, 8) Asas keterpaduan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar berbagai layanan dan kegiatan bimbingan konselingsaling menunjang, harmonis, dan terpadu, 9) Asas keharmonisan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar segenap layanan dan kegiatan bimbingan konseling didasarkan pada norma yang ada, 10) Asas keahlian, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar layanan dan kegiatan bimbingan konseling diselenggarakan atas dasar kaidah-kaidah profesional, 11) Asas alih tangan kasus, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar pihak-pihak yang tidak mampu menyelenggarakan bimbingan konseling secara tuntas agar mengalih tangankan kepada pihak yang lebih ahli, 12) Asas tut wuri handayani yaitu menunjuk pada suasana umum yang hendaknya tercipta dalam rangka hubungan keseluruhan antara konselor dengan siswa. (Dharsana 2014)

#### **D. Teori konseling : Teori Behavioral**

##### 1) Filosofis

Teori konseling behavioral mengandung filosofis atau pandangan terhadap *Self Defference* yaitu mengenai penekankan pada perubahan tingkah laku. Karena seperti yang telah diketahui bahwa “konseling Behavioral adalah teori konseling yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses latihan. Oleh karena itu sasaran konseling behavioral adalah membentuk dan mempertahankan perilaku *Self Defference* sehingga *Self Defference* tersebut dapat dimunculkan dan diterapkan dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

##### 2) Prosedur Konseling Behavioral

Mengandung prosedur-prosedur peningkatan *Self Defference* sebagai berikut:

- 1) mengobservasi gejala *Self Defference*,
  - 2) mentabulasi gejala *Self Defference*,
  - 3) menganalisis gejala *Self Defference*,
  - 4) mengidentifikasi gejala *Self Defference*,
  - 5) melakukan diagnosa,
  - 6) melakukan prognosa dan
  - 7) melakukan tindakan/treatmen
- 3) Langkah-langkah Konseling Behavioral
- PERTEMUAN KE I:
1. Melakukan Rapport
  2. Mengecek absen siswa
  3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
  4. Merefleksi pertemuan sebelumnya (pengertian, contoh, dan penerapan)
  5. Melaksanakan skill open question
  6. Membentuk bimbingan kelompok pertemuan ini
  7. Melakukan bimbingan kelompok terkait self defference siswa
  8. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik harian antar siswa di dalam bimbingan kelompok
  9. Menampilkan sosiodrama di dalam bimbingan kelompok
  10. Merefleksi penyajian sosiodrama terkait self defference
  11. Pesan dan kesan selama mengikuti bimbingan kelompok
  12. Mengisi kuesioner self defference (seluruh siswa)
  13. Merencanakan untuk pertemuan ke II
  14. Terminasi pertemuan pertama
- PERTEMUAN KE II:
1. Melakukan Rapport
  2. Mengecek absen siswa
  3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
  4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
  5. Assesmen buku harian self defference
  6. Membentuk bimbingan kelompok pertemuan ini
  7. Melakukan bimbingan kelompok terkait self defference siswa
  8. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik mingguan pertama antar siswa di dalam bimbingan kelompok
  9. Menampilkan sosiodrama di dalam bimbingan kelompok
  10. Merefleksi penyajian sosiodrama terkait self defference
  11. Pesan dan kesan selama mengikuti bimbingan kelompok
  12. Merencanakan untuk pertemuan ke III

### 13. Terminasi pertemuan kedua

#### PERTEMUAN KE III:

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian self defference
6. Membentuk bimbingan kelompok pertemuan ini
7. Melakukan bimbingan kelompok terkait self defference siswa
8. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik mingguan kedua dan ketiga antar siswa di dalam bimbingan kelompok
9. Menampilkan sosiodrama di dalam bimbingan kelompok
10. Merefleksi penyajian sosiodrama terkait self defference
11. Pesan dan kesan selama mengikuti bimbingan kelompok
12. Merencanakan untuk pertemuan ke IV
13. Terminasi pertemuan ketiga

#### PERTEMUAN KE IV:

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian self defference
6. Membentuk bimbingan kelompok pertemuan ini
7. Melakukan bimbingan kelompok terkait self defference siswa
8. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik mingguan keempat dan bulanan antar siswa di dalam bimbingan kelompok
9. Menampilkan sosiodrama di dalam bimbingan kelompok
10. Merefleksi penyajian sosiodrama terkait self defference
11. Pesan dan kesan selama mengikuti bimbingan kelompok
12. Rekomendasi untuk menuju ke Konseling Kelompok
13. Terminasi pertemuan keempat menuju ke Konseling Kelompok

## **E. Teknik Konseling**

### b. Pengertian Teknik Modeling

Perry dan Furukawa (dalam Abimanyu dan Manrihu 1996) mendefinisikan modeling sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seorang individu atau kelompok, sebagai model, berperan sebagai rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku sebagai bagian dari individu yang lain yang mengobservasi model yang

ditampilkan. Teknik modeling ini adalah suatu komponen dari

suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan. Model dapat berupa model sesungguhnya (langsung) dan dapat pula simbolis.

b. Prosedur Melakukan Teknik Modeling

Untuk dapat melakukan hal itu dilanjutkan melalui prosedur sebagai berikut:

- 7) Menyebarkan lembaran tes *Self deference*
- 8) Menganalisis hasil tes *Self deference*
- 9) Menyebarkan lembaran kuesioner *Self deference*
- 10) menganalisis hasil kuesioner *Self deference*
- 11) Menulis dan menyajikan RPBK serta melakukan pelatihan-pelatihan Modeling dengan melatih *Self deference*
- 12) Menyaksikan tampilan Modeling

c. Langkah-langkah Teknik Konseling Modeling :

- 6) Membentuk peran-peran Modeling terkait *Self deference*
- 7) Melatih peran-peran Modeling dalam *Self deference*
- 8) Menyajikan hasil olah data dalam bentuk Modeling
- 9) Menyaksikan Modeling
- 10) Merefleksi tampilan Modeling

d. Skill Konseling



Berikut ini keterampilan konseling yang harus dimiliki oleh seorang konselor yaitu:

11. *Multiculture from clien and culture counselor* adalah kemampuan konselor memahami kebudayaan–kebudayaan konseli dalam proses konseling. Contoh : menanyakan sesuatu yang khas didaerah konseli.
12. *Atending behavioral* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan gerak-gerik konseling dalam proses konseling. contohnya : anggukan

kepala, senyum dimana attending behavioral yang terdiri dari

- f. *Eye contac* adalah kemampuan konselor menatap dan memandang konseli dalam proses konseling.
  - g. *Cultural Appropriate* adalah kemampuan konselor dalam memperhatikan budaya-budaya konseling dalam proses konseling.
  - h. *Body Language* adalah kemampuan konselor menerapkan atau menggunakan bahasa tubuh dalam proses konseling.
  - i. *Vocal Quality* adalah kemampuan konselor memperhatikan tinggi rendahnya nada suara dalam proses konseling.
  - j. *Verbal Tracking* adalah kemampuan konselor memperhatikan jalurnya pembicaraan dalam proses konseling.
13. *Clieen observation skill* adalah kemampuan konselor mengobservasi klien dalam proses konseling.
  14. *Open and close Question* adalah kemampuan konselor dalam membuat pertanyaan terbuka dan tertutup dalam proses konseling. Contoh pertanyaan terbuka mengapa adik cari jurusan IPS ? Coba jelaskan apa alasannya! Contoh pertanyaan tertutup apakah adik mengerti dengan apa yang ibu sampaikan?
  15. a. *Encourage* adalah kemampuan konselor mendorong, membesarkan hati, mengorbankan semangat konseli dalam proses konseling Contohnya : “ya.... pak yakin kamu pasti bisa.  
 b. *Paraphrase* adalah kemampuan konselor menafsirkan dan mengartikan apa yang telah di sampaikan dalam proses konseling  
 c. *Summaration* adalah kemampuan konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menyimpulkan pembicaraan yang telah dilakukan dalam proses konseling
  16. *Reflection of feeling* adalah kemampuan konselor merefleksikan perasaan konseli dalam proses konseling
  17. *Reflection of meaning* adalah kemampuan konselor merefleksikan arti kata yang dikatakan atau diucapkan konseli dalam proses konseling.
  18. *Focusing Clieen, problemother, "we" intervienewer, cultural/environmental* adalah kemampuan konselor fokus kepadakonseli dalam wawancara,kebudayaan atau konteksnya dalam proses konseling .
  19. *Influencing skills* adalah ketrampilan yang mempengaruhi konselor dalam proses konseling, yang terdiri dari :
    - a. *Diretiv* adalah kemampuan konselor mengarahkan dan menunjukkan konseli ke arah yang lebih baik dalam proses konseling
    - b. *Logical consequences* adalah kemampuan konselor memberikan akibat yang baik dalam proses konseling.
    - c. *Interpretastion* adalah kemampuan konselor menafsirkan apa yang terjadi dalam proses konseling
    - d. *Self disclosure* adalah kemampuan konselor membuka diri dalam

proses konseling

- e. *Advice/information/Explanation/intruccion* adalah kemampuan konselor memberikan nasehat, informasi, penjelasan dan intuksi kepada konseli dalam proses konseling.
  - f. *Feedback* adalah kemampuan konselor memberikan motivasi kepada konseli dalam proses konseli contoh : “ya ibu yakin kamu pasti bisa melakukannya”,
  - g. *Influencing summary* adalah kemampuan konselor memberiksn ringkasan pada konseli dalam proses konseling.
20. *Confrontation* adalah kemampuan konselor memperhatikan konseli dalam proses konseling yang terdiri dari :
- a. *Disrepancies* adalah kemampuan konselor mengutarakan ketidaksetujuan kepada klien dalam proses konseling
  - b. *Incogruit* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan ketidakcocokan yang dihadapi konseli dalam proses konseling.
11. *Skill sequencing adnstructuring the interview* adalah kemampuan konselor mengembangkan dan membuat wawancara yang terstruktur dalam proses konseling.
12. *Pesonal dan teory counseling skill integration* adalah kemampuan konselor memadukan dan menyatukan konseli dalam proses konseling.
13. *Style* adalah kemampuan konselor memahami gaya pribadi dalam memakai teori konseling dalam proses konseling.
- a. *Face to face* (individual)

Face to face merupakan suatu konseling yang dilakukan dengan tatap muka antara konselor dan konseli saja.

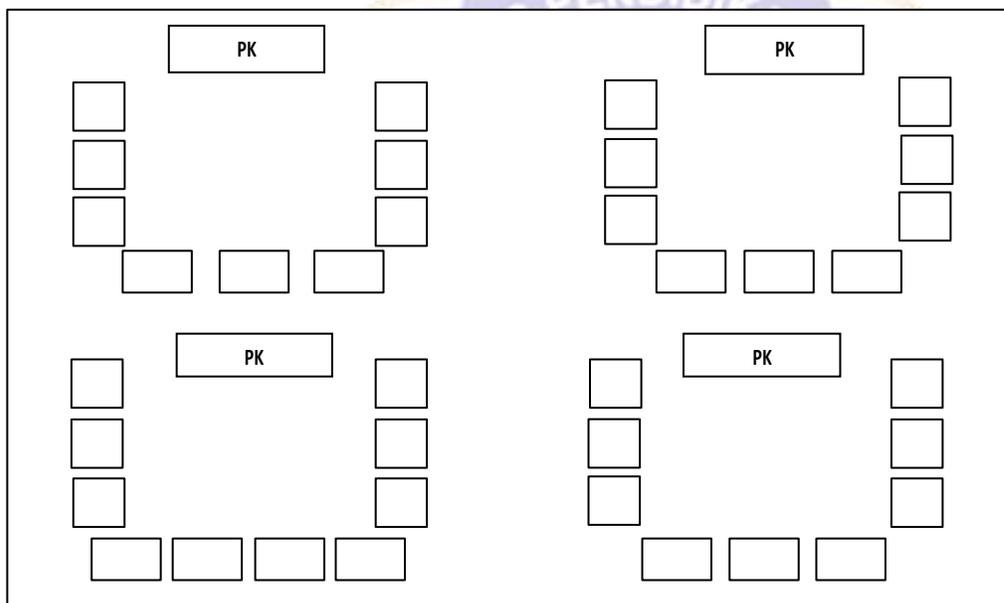
Skill Mikro Konseling : Keterampilan Attending seperti:

- 2. Kontak Mata (melihat konseli pada saat di berbicara pada konseli begitu pula sebaliknya)
- 9. Ekspresi wajah (Tenang, ceria dan tersenyum)
- 10. Sapaan
- 11. Salam/jabat tangan
- 12. Kualitas Suara (ehem, iya)
- 13. Anggukan (body language)
- 14. Posisi Tubuh (agak condong kearah konseli, jarak antara konselor dengan konseli agak dekat, duduk akrab berhadapan atau berdampingan)
- 15. Mendengarkan (aktif penuh perhatian, tidak memotong pembicaraan konseli)
  - c. Group (kelompok)
  - d. *Class room* (kelas)

## F. Langkah Dan Prosedur Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

### 1. Langkah-langkah :

- g. Persiapan RPBK
  - 1. Observasi
  - 2. Wawancara
  - 3. Penyebaran tes self defference
- h. Persiapan media
- i. Persiapan kelompok sosiodrama
- j. Persiapan pementasan sosiodrama
- k. Penyajian
- l. Penyebaran kuesioner (refleksi terlampir)
- m. Pelatihan pengisian buku harian (terlampir)
- h. Pembentukan Kelompok



Gambar I.1. Desain Penelitian Siklus I

(dalam Dharsana, *Dasar-dasar Konseling Seri 2: 2007*)

**(b) Tahap Identifikasi**

Tahap identifikasi adalah data awal yang berhubungan dengan data pribadi siswa. Identifikasi yang dilakukan pada tahap ini adalah:

1. Menyusun dan mempersiapkan pedoman observasi yang akan digunakan untuk memantau pelaksanaan dan hasil tindakan (lampiran).
2. Menyiapkan alat pemantau berupa kuesioner dan monitoring dengan buku harian untuk menentukan siswa yang memiliki self defferencerendah dan sedang.

**(f) Tahap Diagnosa**

Tahap diagnosa adalah suatu proses untuk menganalisis penyebab suatu masalah yang dihadapi oleh konseli. Setelah diidentifikasi siswa yang memiliki self defference yang rendah dan sedang maupun tinggi, maka langkah selanjutnya adalah menentukan penyebab siswa mengalami masalah tersebut.

**(g) Tahap Prognosa**

Tahap prognosa adalah suatu tahapan untuk menyiapkan rencana-rencana untuk melatih siswa dalam sebuah upaya yang dilakukan dalam proses bimbingan konseling yaitu dengan a) melatih tingkat pemahaman siswa tentang self defferencemelalui bimbingan kelompok, b) memberikan contoh-contoh orang yang memiliki self defferencemelalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu, c) menerapkan konseling kognitif sosial dengan teknik sosiodrama.

**(h) Tahap Treatment**

Treatment bertujuan untuk membantu siswa yang memiliki self defference yang rendah agar dapat meningkat. Treatment/terapi/perawatan siswa sesuai dengan prosedur dan langkah-langkah bantuan yang telah ditetapkan dalam tahap prognosa.

**(i) Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi/tindak lanjut/follow up adalah tahap penilaian terhadap indikator-indikator yang tercantum dalam prognosa. Evaluasi merupakan suatu tindakan atau suatu proses untuk mengetahui hasil dari tindakan yang dilakukan. Dalam penelitian ini kuesioner, observasi, wawancara dan buku harian akan digunakan untuk mengukur peningkatan self defference siswa.

## 2. Prosedur :

## 1. Apersepsi Ucapan

Salam :

Selamat pagi anak-anak.

Om Swastyastu, Assalamualaikum Wr. Wb.

Ada yang tidak hadir, ibu absen dulu ya...

Sehubungan dengan pertemuan kita sebelumnya, ibu sudah merekomendasikan siswa-siswa yang masuk dalam bimbingan kelompok. Nah untuk ibu lebih tahu pemahaman kalian dan kalian juga bisa memperoleh pemahaman yang lebih mendalam lagi silahkan nama-nama yang kemarin sudah ibu panggil untuk melaksanakan bimbingan kelompok bisa maju. untuk siswa lain yang tidak mengikuti bimbingan kelompok tetap di dalam kelas, mengisi buku harian, dan menyaksikan bimbingan kelompok yang akan teman-teman kalian lakukan ya.

## 2. Inti

## a) Daftar Nama Bimbingan Kelompok Siswa Kelas X PH C

Tabel 02. Daftar Nama Siswa Bimbingan Kelompok

No.	Nama Siswa	Catatan perilaku
1	AGUS ADI MULIANTARA	
2	DEWA MADE KRAMAS ARTHA WIGUNA	
3	GEDE ARI WIDIWAN	
4	GEDE EKA DHARMA PUTRA	
5	GEDE NOVA RUDIARTA	
6	I GEDE RAKA AMBARA	
7	I WAYAN RAMA	
8	KADEK ANGGA PRASETYA	
9	KADEK ERA SUKMAWATI	
10	KADEK JUNIANI	
11	KADEK NINDIA VERAYANTI	
12	KADEK PUTRI DEWI	
13	KADEK RYAN DWIPAYANA	
14	KADEK SENTARA	
15	KADEK WIDIANA	
16	KADEK YUNIA SARI	
17	KETUT WIDIARI	
18	KOMANG BUDARANI	
19	KOMANG DIKA DARMA PUTRA	
20	KOMANG INTAN TRI WAHYUNI	
21	KOMANG JANU ARIANI	
22	KOMANG NONIK LANSANI	
23	KOMANG SINTA DEWI	
24	KOMANG SUAR AYU MARDEWI	

25	KOMANG SUBINTARA	
26	KOMANG YUDIANI	
27	LUH DE METRI WARDANI	
28	LUH HENDRIYANI	
29	LUH PUTU MAS PURWANTI	
30	MARIATUL QIBTIAH	
31	NI KETUT CARIANI	
32	NI LUH SANI ARTINI	
33	PUTU DITA SINTYA DEWI	
34	PUTU REVITA INDRA SETIANA	
35	WAYAN BUDARSA	
36	WULAN CAHYANI	

Tabel. 03 proses bimbingan kelompok

No	Tahapan BKP	Yang Memberi Pernyataan	Pernyataan	Keterangan
1	Tahap Pembentukan	PK (ARYANITA)	Selamat pagi anak-anak. Bagaimana kabar anak-anak pada pagi hari ini?	PK mengucapkan salam dan mulai menanyakan kabar.
		Anggota BKP (semua)	Baik Buk.	
		PK (ARYANITA )	Bagus sekali anak-anak. Semoga kita semua selalu dalam keadaan yang baik - baik Sebelumnya ibu ucapkan terima kasih kepada anak – anak semuanya karena anak-anak sudah bersedia mengikuti bimbingan kelompok ini. Nah anak – anak sebelum kita melakukan kegiatan ini ada baiknya kalau kita melaksanakan doa terlebih dahulu. Ada yang tahu mengapa kita harus melaksanakan doa sebelum kegiatan kita mulai?	Menerima anggota kelompok dengan terbuka. Dan mulai mengatur lalu lintas kegiatan bimbingan kelompok.
		Anggota BKP	Saya buk.	
		PK (aryanita)	Ya silahkan auel, sampaikan pendapat anda ,mengapa kita harus berdoa sebelum kita melakukan kegiatan?	PK memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya dengan terbuka dan memberikan dorongan.
		Anngota BKP	Terima kasih buk atas kesempatannya. Sebelum melaksanakan kegiatan kita harus melaksanakan doa terlebih dahulu agar kegiatan yang kita laksanakan bisa berjalan dengan baik dan tidak menemukan suatu hambatan nantinya.	
		PK ( aryanita )	Benar sekali auel. Nah apa yang disampaikan oleh auel benar sekali anak – anak, sebelum kita melakukan kegiatan apa pun, ada baiknya kalau kita berdoa terlebih dahulu, agar kegiatan yang kita lakukan nantinya bisa berjalan baik dan lancar. Nah kalau begitu, siapa sekarang yang bersedia memimpin doa?	PK memberikan pengutan positif kepada anggota kelompok yang sudah menyampaikan ide dan pendapatnya.
		Anngota BKP	Saya buk	
		PK (aryanita)	Ya silahkan bayu.	
		Anggota BKP	Baiklah teman-teman. Sebelum kita melaksanakan kegiatan, marilah kita berdoa terlebih dahulu, agar kegiatan kita bisa terlaksana dengan baik. Berdoa menurut agama dan kepercayaan masing – masing berdoa dipersilahkan - Selesai.	

		PK ( arianita)	Terima kasih ya bayu sudah bersedia untuk memimpin doa pada pagi hari ini.	PK memberikan penguatan verbal kepada anggota
		Seluruh Anggota BKP	Belum buk.	
		PK ( arianita)	Baiklah nak kalau begitu apakah diantara anak-anak ada yang tahu apa itu bimbingan kelompok?	PK selalu memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pendapat dan PK tetap sebagai pengatur lalu lintas.
		Anggota BKP	Saya buk.	
		PK ( arianita)	Ya silahkan Ayu	
		Anggota BKP	Terima kasih atas kesempatannya buk. Sebelumnya saya memang belum pernah buk mengikuti bimbingan kelompok, tetapi saya pernah mendengar tentang kegiatan konseling kelompok buk. Menurut saya kegiatan ini adalah kegiatan yang dilakukan bersama kelompok untuk memecahkan permasalahan dalam kelompok.	
		PK ( arianita )	Ya bagus sekali ayu. Apa ada lagi yang ingin menyampaikan pendapatnya?	
		Anggota BKP	Saya buk.	
		PK( arianita)	Ya silahkan fauzan untuk menyampaikan pendapatnya.	
		Anggota BKP	Ya buk terima kasih. Menurut saya Bimbingan kelompok itu merupakan sebuah layanan yang bisa kita manfaatkan untuk memecahkan masalah kelompok melalui dinamika kelompok.	
		PK ( Valentina)	Ya bagus sekali fauzan. Memang benar sekali anak – anak bahwa Bimbingan kelompok itu merupakan suatu kegiatan yang kita laksanakan seperti sekarang ini dimana kita memanfaatkan kelompok yang sudah kita bentuk ini untuk dapat membahas dan mengentaskan permasalahan dalam kelompok. Dan yang paling penting dalam kelompok ini adalah dinamika kelompok. Maksud dari dinamika kelompok disini adalah suasana yang hidup, bergerak, serta berkembang yang ditandai dengan adanya interaksi dan komunikasi diantara kita disini sebagai anggota kelompok. Anak-anak kegiatan bimbingan kelompok ini dibagi menjadi 4 tahapan. Tahapan pertama yaitu tahap pembentukan, tahap kedua yaitu tahap peralihan, tahap ketiga yaitu tahap kegiatan dan tahap keempat yaitu tahap pengakhiran. Dari beberapa hal yang sudah ibuk sampaikan apakah anak-anak sudah mengerti?	PK memberikan penguatan kepada anggota kelompoknya yang sudah menyampaikan idenya. PK memperjelas penyampaian pengertian BKP.
		Seluruh Anggota BKP	Sudah buk.	
		PK ( arianita)	Baiklah anak-anak, ibuk rasa kalian sudah mengerti mengenai bimbingan kelompok, baiklah anak – anak untuk selanjutnya ibuk akan lanjutkan mengenai tujuan bimbingan kelompok. Berdasarkan pengertian bimbingan kelompok yang sudah kita bahas tadi, apakah anak-anak ada yang tahu apa tujuan yang ingin kita capai dalam kegiatan bimbingan kelompok ini?	
		Seluruh Anggota BKP	Tidak buk. Kami belum terlalu mengerti dengan tujuannya buk.	
		PK ( arianita)	Baiklah anak – anak, ibuk akan menyampaikan tujuan dari bimbingan kelompok ini agar kalian semakin mengerti. Seperti yang sudah disampaikan oleh fauzan tadi kalau bimbingan kelompok ini memiliki tujuan untuk mengentaskan	PK memperjelas tujuan-tujuan dari BKP anggota kelompok

			<p>permasalahan yang ada dalam kelompok, dimana saat ini kalian adalah sebagai anggota kelompok. Selain itu tujuan selanjutnya adalah untuk membantu anggota kelompok yaitu anak – anak sendiri untuk mengembangkan kemampuan kalian didalam bersosialisasi yaitu khususnya dalam hal kemampuan kalian untuk berkomunikasi serta untuk membantu anak-anak dalam mengembangkan aspek selfdifferencemisialnya menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya</p> <p>Baiklah anak – anak dari tujuan – tujuan yang telah ibuk sampaikan,apa ada yang kalian ingin tanyakan atau yang kalian belum mengerti ?</p>	
		Seluruh Anggota BKP	Tidak buk.	
		PK (aryanita)	<p>Baiklah anak – anak, Ibuk rasa kalian sudah cukup memahami mengenai bimbingan kelompok dan tujuan - tujuannya. Untuk selanjutnya Ibuk akan menjelaskan mengenai azas-azas dari bimbingan kelompok. Tetapi sebelumnya Ibuk akan bertanya kepada anak-anak. Apakah diantara anak-anak sudah ada yang tahu mengenai azas-azas apa saja yang ada didalam bimbingan kelompok ini ?</p>	
		Anggota BKP	Saya Buk.	
		PK (aryanita)	Ya baik silahkan Ariana.	
		Anggota BKP	<p>Baik terimakasih Buk atas kesempatannya. Mungkin menurut saya azas yang digunakan didalam bimbingan kelompok adalah azas kerahasiaan Buk. Karena seperti yang Ibuk katakana tadi kalau didalam bimbingan kelompok ini akan membahas mengenai masalah – masalah dalam kelompok. Jadi menurut saya masalah yang nanti akan dibahas oleh anggota kelompok tidak boleh diceritakan kepada orang lain. Itu saja buk kalau menurut pendapat saya.</p>	
		PK (aryanita)	Ya sangat bagus sakali ariana. Benar sekali anak – anak tentang apa yang telah disampaikan oleh ariana tadi, apakah ada yang ingin berpendapat lagi?	
		Seluruh Anggota BKP	Tidak buk.	
		PK (aryanita)	<p>Baiklah Anak-anak, kalau begitu Ibuk akan menyampaikan azas – azas apa saja yang perlu dan sangat penting didalam bimbingan kelompok ini.</p> <p>Untuk yang pertama, seperti yang disampaikan oleh martin tadi adalah kita harus bisa merahasiakan semua hal yang nantinya akan kita bicarakan disini. Nah untuk itu Ibuk sangat mengharap agar anak-anak bisa merahasiakan hal-hal apa saja yang kita bicarakan disini. Apakah anak-anak bisa berjanji untuk dapat merahasiakannya?</p>	<p>PK menunjukkan empatinya kepada anggota BKP. Dan mulai menyampaikan tentang azas-azas BKP.</p>
		Seluruh Anggota BKP	Bisa buk.	

		PK (aryanita)	Nah selanjutnya anak – anak di dalam mengikuti bimbingan kelompok ini lbuk berharap kalian bisa untuk lebih terbuka dan secara sukarela didalam menyampaikan permasalahan dalam kelompok, menyampaikan masukan atau pendapat yang kalian miliki, ataupun ide – ide guna melancarkan terlaksananya proses bimbingan kelompok ini. lbuk sangat berharap agar anak – anak tidak menutup-	
		Seluruh Anggota BKP	Tidak buk.	
		PK (aryanita)	Baiklah anak-anak, lbuk rasa anak – anak semuanya sudah bisa mengerti dengan apa yang sudah lbuk sampaikan. Anak-anak sebelum kita melaksanakan kegiatan ini lebih lanjut ada baiknya jika kita menyepakati waktu terlebih dahulu. Menurut anak-anak sekalian kita melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok ini sampai jam berapa? Sekarang waktu sudah menunjukkan pukul 08.00 Wita. Apakah anak-anak bisa memberikan masukan mengenai berapa lama dan sampai jam berapa kita akan melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok ini?	PK memberikan penguatan kepada seluruh Anngota BKP. Dan mengajak anggota BKP untuk belajar bermusyawarah mufakat.
		Anggota BKP	Saya buk.	
		PK (aryanita)	Silahkan agus.	
		Anggota BKP	Terima kasih buk atas kesempatannya. Kalau menurut saya, kita sebaiknya melaksanakan kegiatan ini sampai pukul 09.00 Wita saja, karena pukul 09.30 wita waktunya istirahat pertama, dan kebetulan juga untuk pukul 09.40 wita kami ada ulangan Matematika bu, jadi biar saya dan teman – teman yang lain dapat beristirahat sebentar sebelum pelajaran atau ujian dimulai.	
		PK (valentina)	Oh begitu Nila? Baiklah anak – anak kalau yang lainnya bagaimana? Apakah anak – anak setuju dengan pendapat Nila?	
		Anggota BKP	Saya sangat setuju Buk. Memang benar sekali, mengenai apa yang disampaikan oleh Nila. Jadi saya setuju kalau kita melakukan kegiatan bimbingan kelompok ini sampai puku 09.00 wita.	
		PK (aryanita)	Baiklah bayu, lbuk ucapkan terimakasih atas masukkan yang telah diberikan. Baiklah anak – anak kalau begitu karena anak-anak akan mendapat pelajaran dimasing-masing kelas pada pukul 09.40 Wita, maka kita sepakati kegiatan bimbingan kelompok pada hari ini akan berlangsung sampai pukul 09.00. dengan pertimbangan	

			agar anak – anak dapat waktu istirahat 40 menit sebelum melanjutkan pelajaran pada pukul 09.40 wita nanti. Apakah kalian setuju anak-anak?	
		Seluruh Anggota BKP	Setuju buk.	
		PK (aryanita)	Baiklah anak-anak, Ibuk sangat senang kalian mau mengeluarkan pendapat kalian. Baiklah anak – anak sekarang kita akan melanjutkan ke kegiatan selanjutnya. Keliatannya anak-anak sedikit tegang ya. Baiklah anak – anak untuk mengakrabkan kita semua, ada baiknya kita melakukan perkenalan rangkaian nama terlebih dahulu. Agar kita jadi lebih mengenal satu sama lainnya dan menjadi semakin akrab sehingga kalian tidak menjadi terlihat tegang mengikuti kegiatan ini. Nah anak – anak dalam rangkaian nama tersebut kita selingi dengan permainan. Bagaimana anak-anak?	PK mengajak anggota BKP untuk memperkenalkan diri dengan rangkaian nama agar bisa kenal satu sama lainnya dan lebih akrab, serta mengadakan permainan.
		Seluruh Anggota BKP	Ya Buk...	
		PK (valentina)	Begini anak-anak didalam rangkaian nama tersebut, nantinya kalau ada diantara anak – anak yang salah menyebutkan nama temannya maka akan diberikan kesempatan untuk menyanyi atau mempertunjukkan salah satu keahliannya. Didalam rangkaian nama tersebut siapapun yang mendapat gilirannya harus menyebutkan nama temannya yang lebih dulu menyebutkan namanya dan diurut sesuai dengan gilirannya setelah itu baru menyebutkan nama dirinya sendiri. Dan bagi yang salah, seperti yang sudah Ibuk telah sampaikan tadi, akan diberikan kesempatan untuk mempertunjukkan keboleहannya atau keahliannya. Bagaimana anak – anak, apakah anak-anak setuju?	
		Seluruh Anggota BKP	Setuju Buk.	
		PK (aryanita)	Baiklah anak-anak kita langsung saja dengan perkenalannya ya. Ibuk mulai dari sebelah kanan Ibuk ya!	
		Anggota BKP (Aurel)	Saya buk.	
		PK (aryanita)	Ya Aurel, Silahkan nak perkenalkan dirimu!	
		Anggota BKP (Aurel)	Iya buk. SayaAurel.	
		PK (aryanita)	Kamudian dilanjutkan dengan yang disamping kanan aurel ya!	
		Anggota BKP	Ya buk. aurel, saya bayu.	
		Anggota BKP	Aurel, bayu,saya ayu	
		Anggota BKP	Aurel, bayu,Ayu, saya Fauzan	
		Anggota BKP	Aurel, bayu,Ayu, , fauzan saya ariana	
		Anggota BKP `1	Aurel, bayu,Ayu, , fauzan, Ariana saya agus	
		Anggota BKP	Aurel, bayu,Ayu, , fauzan, Ariana, agus saya Kripna	
		PK (aryanita)	Nah,,anak – anak karena anak – anak tidak ada yang salah didalam sesi perkenalan tadi, jadi tidak ada yang dihukum, tetapi untuk dapat menambah keakraban kita disini apa ada yang mau dengan sukarela untuk menghibur kita disini, misalnya dengan bernyanyi, menari, main tebak – tebak atau lain sebagainya anak – anak, apa ada yang mau?	PK tidak memaksakan kehendak dan selalu bertanya kepada anggota BKP agar tidak terkesan memaksa.
		Anggota BKP	Saya buk,,	
		PK (aryanita)	Ya,,kripna,,Apa benar kripna mau menghibur kita disini?	
		Anggota BKP	Iya buk. Saya bersedia.	

		PK (aryanita)	Bagus sekali kripna. Keliatannya kripna sangat bersemangat untuk menghibur teman – teman semua disini?	PK memberikan dorongan kepada anggota BKP.
		Anggota BKP	Iya buk saya mau bernyanyi. Tetapi teman-teman ikut ya, sambil berdiri dan sambil menepukkan tangan serta ikut bernyanyi bersama-sama ya. Saya mau bernyanyi "malam Minggu Malam yang Panjang". Saya rasa teman – teman sudah tau lagu ini. Mudah-mudahan teman-teman bisa mengikutinya.	
		Seluruh Anggota BKP	Ya.....	Anggota kelompok yang lain bergegas untuk berdiri dan bersiap mengikutinya.
		Anggota KP	Ayo teman-teman ikuti ya....sambil bertepuk tangan Malam minggu malam yang panjang Malam yang asyik buat pacaran Pacar baru, baru kenalan Kenal di jalan jendral sudirman. Singkat kata singkat cerita Aku dan dia jatuh cinta Cinta yang dalam sedalam laut, laut meluap cinta pun hanyut Jatuh cinta ayo ta..tahan lama ayo ma... Mati aku ayo ku...kurang bumbu ..bumbu rindu ayo du.....duduk berdua denganmu..u..u.. Mari pacararan sayangku iu..iu..iu Mari pacaran pacarku ya okelah yau... Demikian teman-teman lagu yang saya nyanyikan.	Diah bernyanyi sambil diikuti oleh teman-temannya serta BPK sambil bertepuk tangan.
II	Tahap Peralihan	PK (aryanita)	Silahkan duduk kripna dan silahkan duduk juga anak-anak. Terima kasih ya kripna sudah bersedia untuk menghiburr kita disini. Anak-anak apakah sudah merasa senang?	
		Seluruh Anggota BPK	Sudah buk	
		PK (aryanita)	Bagus sekali anak - anak. Anak-anak juga Ibuk perhatikan sudah terlihat akrab satu sama lainnya. Kalau begitu untuk kegiatan rangkaian nama dan permainannya kita cukupkan dulu. Dan untuk itu kegiatan akan kita lanjutkan. Apakah anak-anak setuju?	
		Seluruh Anggota BKP	Setuju buk.	
		PK (aryanita)	Baiklah anak-anak kalau begitu Ibuk akan jelaskan kembali mengenai bimbingan kelompok ini ya. bimbingan kelompok yang kita laksanakan pada pagi hari ini dibagi menjadi 4 tahapan, yaitu : pertama, tahap pembentukan, kedua, tahap peralihan, ketiga, tahap kegiatan, dan yang terakhir tahap pengakhiran. Bimbingan kelompok merubukan suatu kegiatan yang kita laksanakan seperti sekarang ini dan memanfaatkan dinamika kelompok yang sudah kita bentuk ini untuk dapat membahas dan mengentaskan permasalahan dalam kelompok. Dimana tujuan yang ingin dicapai dalam bimbingan kelompok ini, yaitu untuk mengentaskan masalah pribadi dalam kelompok dan dalam mengembangkan kemampuan sosialisasi anak-anak khususnya dalam hal kemampuan berkomunikasi dengan orang – orang di sekitar kalian. Dari beberapa hal yang sudah Ibuk jelaskan apakah anak-anak sudah mengerti?	PK menjelaskan kembali mengenai BKP.
		Seluruh Anggota BKP	Sudah buk.	

		PK (aryanita)	Baiklah kalau begitu anak – anak. Kelihatannya anak – anak sudah bisa memahami mengenai bimbingan kelompok ini. Nah sekarang apakah anak – anak sudah siap untuk menuju ke kegiatan inti atau ke kegiatan berikutnya?	PK menanyakan kesiapan anggota BKP.
		PK (valentina)	Apakah bisa lbuk lanjutkan sekarang?	
		Seluruh Anggota BKP	Bisa buk.	
III	Tahap Kegiatan	PK (aryanita)	Baiklah anak-anak sekarang lbuk akan menyampaikan sebuah topic yaitu self defference. Dilihat dari hasil tes yang sudah kalian terima ternyata dan hasil pengamatan lbuk self defference kalian sangat rendah. Nah sekarang coba kalian sampaikan kenapa hal itu bisa terjadi. Dimulai dari sebelah kiri lbuk.	PK menyampaikan topik tugas pada anggota BKP dan mendorong anggota untuk menyampaikan masalah yang berhubungan dengan topic.
		Anggota BKP	Begini buk, saya orangnya belum bisa menerima saran dari orang lain bu.	PK mendengarkan anggota BKP menyampaikan permasalahannya dan sambil memberikan dorongan minimal. Serta tidak lupa untuk melakukan attending.
		PK (aryanita)	Nah tadi kripna sudah menyampaikan permasalahannya yaitu belum bisa menerima saran dari orang lain. Selanjutnya aurel	PK melakukan restatement (mengulang kembali pernyataan anggota kelompok)
		Anggota BKP	Kalao saya, apabila saya ingin bertanya kepada teman saya kadang saya kurang mendapatkan keterangan bu	
		PK (aryanita)	Nah tadi kripna sudah menyampaikan permasalahannya yaitu kurang mendapatkan keterangan dari temannya. Selanjutnya ayu	
		Anggota BKP	Sedangkan saya tidak percaya dengan petunjuk-petunjuk yang diberikan oleh teman saya dalam mengerjakan suatu hal buk	PK melakukan attending kepada anggota kelompok yang menyampaikan permasalahan.
		PK (aryanita)	Baiklah tadi ayu mengatakan tidak percaya dengan petunjuk yang diberikan oleh temannya dalam mengerjakan suatu hal. Selanjutnya Fauzan	PK melakukan restatement (mengulang kembali pernyataan anggota kelompok)
		Anggota BKP	Kalau saya biasa saja buk, teman saya meberikan saran kepada saya, ya saya terima karena akan saya jadikan panutan dalam menjalankan suatu hal	PK melakukan attending kepada anggota kelompok yang menyampaikan permasalahan.
		PK	Baiklah tadi fauzan menyatakan kalau dia bisa menerima saran dari orang lain. Benar begitu fauzan?	
		Anggota BPK (fauzan)	Benar buk	
		PK (valentina)	Selanjutnya silahkan Ariana	
		Anggota BPK	Begini buk kalo saya lebih suka menuntaskan pekerjaan sendiri ketimbang menunggu saran dari orang lain.	
		PK	Terimakasih ariana, pendapat ariana yaitu lebih suka menuntaskan pekerjaan sendiri ketimbang menunggu saran dari orang lain. Selanjutnya bayu	
		Anggota BPK	Kalau saya sama permasalahannya dengan ariana lebih suka menuntaskan pekerjaan sendiri ketimbang menunggu saran dari orang lain	
		PK	Iya terimakasih bayu. Permasalahan bayu sama dengan ariana. Selanjutnya agus	
		Anggota BPK	Kalau saya mungkin permasalahan saya sama dengan fauzan bu, saya mungkin bisa menerima saran dari teman karena bisa dijadikan panutan dalam menjalankan suatu hal di dalam pembelajaran	

		PK	Baiklah kalian semua sudah mengemukakan mengenai pendapat kalian tentang topik yang kita bahas saat ini yaitu self-defference, sebelumnya ibuk tanya dulu pada kalian menurut kalian sifat menaati aturan dan disiplin itu perlu tidak di	
--	--	----	---	--

			terapkan?	
		PK	Silakan fauzan berikan pendapat kamu	
		Anggota BKP	Baik terima kasi ibuk, menurut saya sifat menaati peraturan perlu diterapkan di dalam diri karena dengan menaati peraturan yang ada kita akan menjadi pribadi yang lebih baik.	
		PK	Ya bagus sekali fauzan dengan mentaati peraturan kita akan menjadi pribadi yang lebih baik/ kalo menurut agus gimana?	
		Anggota BKP	Kalalo menurut saya memang penting buk, tapi kadang kita tidak semuanya harus mentaati peraturan yang ada, karena mungkin peraturan yang dibuat oleh seseorang kepada kita tidak sesuai dengan kepribadian kita.	
		PK	Jadi seperti itu, Kalau menurut bayu?	
		Anggota BKP	Kalau menurut saya hampir sama seperti fauzan buk, mentaati peraturan emang sangat penting buk karena akan membuat kita menjadi semakin disiplin terhadap peraturan yang ada dan kepribadian kita akan menjadi lebih baik dari sebelumnya.	
		PK	Wah bagus sekali pendapat dari bayu, sekarang ibu minta satu pendapat lagi dari ariana	
		Anggota BKP	Terimakasih buk, menurut saya mentaati aturan dan disiplin perlu diterapkan di dalam diri setiapindividu karena dengan adanya peraturan kita akan menjadi lebih disiplin, dengan adanya disiplin kita akan menjadi pribadi yang lebih baik.	
		PK	Iya,,, bagus sekali semua jawaban yang sudah ibuk dengar dari kalian mengenai self defference, sekarang kalau menurut kalian mentaati peraturan dan disiplin itu merupakan sesuatu yang penting di dalam diri kalian kenapa kalian menunjukkan Sef defference yang sangat rendah , silakan ayuberikan pendapat ayu mengenai itu	
		Anggota PK	Terimakasih buk, ya menurut saya mengikuti petunjuk-petunjuk yang diberikan oleh orang lain kepada saya dalam hal pembelajaran saya kurang yakin karena mungkin saja petunjuk yang diberikan oleh teman terhadap saya itu adalah salah dan ingin menjatuhkan saya.	

		PK	Nah itu tadi pendapat dari ayu, kenapa mentaati aturan itu sangat sulit dilakukan, nah ibuk akan memberikan suatu gambaran atau cara untuk meningkatkan self-defference di dalam diri. Pertama kamu harus mengidentifikasi atau memantau diri terhadap tujuan-tujuan yang terdapat di dalam diri kamu dengan cara mencatat segala tujuan yang ingin kamu capai, selanjutnya kamu harus bisa menganalisis apa kelemahan kamu terhadap petunjuk orang lain dan kelebihan kamu dari petunjuk orang lain yang diberikan, dari analisis diri tersebut kamu dapat melakukan perubahan dan pengembangan terhadap peraturan yang diberikan dengan berpacu terhadap kelemahan dan kelebihan yang kamu miliki, dan yang terakhir kamu harus bisa melakukan perbaikan terhadap aspek yang menurut kamu masih lemah dalam perubahan dan pengembangan perilaku yang sudah disepakati. dan sekarang dari apa yang kalian dengar tadi tadi, ada yang bisa memberikan pendapatnya? kripna apa pendapat kamu tentang self	
--	--	----	--	--

		Anggota BPK	defference? Baik bu menurut saya pengelolaan diri yang ibu berikan tadi cukup bagus bu dimana dengan pengelolaan diri tersebut mungkin akan bisa menjadikan kita lebih meningkatkan disiplin dan mentaati peraturan dengan petunjuk-petunjuk yang diberikan.	
		PK	Iya agus sekali kripna. Nah sekarang ibu harapkan dari kalian semua bisa mengelola diri terhadap apa yang ingin kalian lakukan dengan tetap memegang teguh kekuatan dan kelemahan yang ada dalam diri kalian masing- masing. Bagaimana menurut aurel?	
		Anggota BPK	Sikap mentaati peraturan dan disiplin memang perlu diterapkan di dalam diri kita sendiri bu, dimana dengan mentaati peraturan kita akan menjadi disiplin dan dengan disiplin kita akan menjadi pribadi yang lebih baik namun tidak selamanya kita harus mentaati peraturan yang diberikan kepada kita karena kita juga memiliki kelemahan dan kelebihan dalam mentaati peraturan yang ada.	
		PK	Ya itu tadi pendapat dari aurel karakter dari orang yang memiliki sikap defference bahwa self defference itu sangat penting dan perlu kita miliki, nah indikator dari self defference menurut sertifikat tes IQ adalah 1)Menerima saran-saran dari orang lain, 2)Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, 3)Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Nah ini semakin memperkuat bahwa self defference ini sangat penting kalian miliki. Sekarang saya minta pendapat dari kalian bagaimana cara kalian agar kita bisa memiliki self defference yang tinggi, saya mulai dari kripna	

		Anggota BPK	Ya terimakasih buk, jadi menurut saya cara yang kita lakukan agar bisa memiliki self defference yang tinggi adalah kita harus tau bahwa mentaati peraturan itu sangat penting di dalam diri, kemudian akibat dari kita tidak memiliki self defference yang tinggi adalah kita tidak akan bisa menerima saran dari orang lain tidak aka mendapatkan keterangan dan tidak mendapatkan petunjuk terhadap apa yang diharapkannya dari peraturan dan kita akan menjadi pribadi yang kurang baik.	
		PK	Ya bagus sekali pendapat dari kripna tadi, sekarang saya minta ayu untuk mengemukakan pendapatnya	
		Anggota BPK (ayu)	kalau menurut saya hal yang haru kita lakukan untuk meningkatkan self defference adalah kita lebih memiliki rasa percaya diri terhadap diri kita sendiri dan harus berfikir positif bahwa pendapat kita sendiri tidak selalu salah	
		PK	Bagus sekali pemikiran kalian berdua, lbuk senang kalian sudah bisa berpikir bahwa self defference itu sangat penting bagi kalian, mudah-mudahhan setelah Bimbingan Kelompok ini selesai kalian bisa merubah sikap kalian dan bisa menumbuhkan self defference menjadi meningkat lagi dengan cara pengelolaan diri yang baik di dalam diri sendiri.	
		PK	Nah dari pembahasan kita di atas apakah ada yang ingin menambahkan lagi mengenai	

			cara menurunkan self defference	
		Seluruh Anggota BKP	Tidak buk	
		PK	Kelihatannya kalian tegang sekali ya. Bagaimana kalau kita mengadakan peregangan. Bagaimana kalian setuju?	
		Seluruh Anggota BKP	Setuju buk	
		PK	Baiklah anak-anak sekarang kalian duduk hadap ke kanan, pegang bahu teman kalian yang ada di depannya, pijat bahu teman kalian selama 2 menit lalu menghadap ke kiri lakukan hal memijat bahu teman kalian selama 2 menit. Bagaimana?? Apa kalian sudah merasa rileks sekarang?	(selingan) Anggota kelompok merilekskan badannya dengan bersandar dan mulai memejamkan mata
		Semua anggota	Sudah buk,	
		PK	Bagus anak-anak, silahkan kalian kembali duduk seperti semula. Sekarang kita simpulkan pembahasan yang sudah kita laksanakan tadi. Siapa yang mau menyimpulkannya?	PK bersama anggota kelompok menyimpulkan kegiatan BKP.
		Anggota BKP	Saya Buk.	
		PK	Ya silahkan fauzan untuk menyimpulkan pembahasan kita kali ini mengenai self defference.	
		Anggota BKP	Baik buk, disini saya dapat simpulkan bahwa mentaati aturan dan disiplin itu sangat penting karena dengan adanya peraturan kita akan menjadi pribadi yang lebih baik dan akan menjadi lebih disiplin lagi terhadap peraturan. sekian kesimpulan yang bisa saya sampaikan untuk topik self defference ini buk terimakasih	

IV	Tahap Pengakhiran	PK	Terima kasih ya fauzansudah membantu menyimpulkan pembahasan kita pada hari ini. Nah anak-anak itu tadi kesimpulan kegiatan kita pada hari ini. Berarti kegiatan kita pada hari ini segera akan kita akhiri. Tetapi sebelum itu apakah kalian bersedia untuk terus mencoba dan mempraktikkan apa yang telah kalia dapat, dimana pun, termasuk dikelas?	PK menanyakan pesan dan kesan konseli dan anggota kelompok yang lain mengenai kegiatan BKP.
		Semua anggota	Bersedia buk,	
		PK	Nah sekarang siapa diantara anak-anak yang mau memberikan pesan dan kesannya? Mungkin dari ayu dulu ya. Bagaimana perasaannya setelah ayu mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini?	
		Anggota BKP	Terima kasih ya buk. Terus terang dari pembahasan kita ini saya menyadari bahwa mentaati peraturan itu sangat penting untuk diri kita sendiri dan juga orang lain.	
		PK	Ya bagus sekali ayu. Siapa lagi yang mau menyampaikan pesan dan kesannya?	
		Anggota BKP	Saya buk.	
		PK	Silahkan kripna.	
		Anggota BKP	Kalau menurut saya kegiatan bimbingan kelompok ini sangat bagus sekali dilaksanakan. Karena saya merasakan sendiri kalau melalui kegiatan ini saya mendapat pengetahuan seberapa pintar seseorang tersebut bukan berarti dia selalu benar tapi ada kalanya kita harus bisa menerima masukan kritikan dari teman dan guru kita karena manusia tidak pernah lepas dari yang namanya kesalahan. Dan juga kita harus bisa menerima saran yang dibeirkan kepada kita demi kebaikan kita nantinya.	
		PK	Ya bagus sekali kripna. Apakah ada yang mau lagi menyampaikan pesan dan kesannya?	
		Seluruh Anggota BKP	Tidak buk.	
		PK	Ya anak-anak itu tadi telah anak-anak sampaikan pesan dan kesannya. Nah sekarang kapan kira-kira akan melaksanakan Bimbingan kelompok lagi?	PK bersama anggota BKP mengadakan pembahasan kegiatan lanjutan.
		Anggota BKP	Saya buk.	
		PK	Silahkan ariana.	
		Anggota BKP	Kalau menurut saya minggu depan saja buk. Pada waktu yang sama seperti sekarang.	
		PK	Ya anak-anak itu tadi pendapat dari ariana. Bagaimana dengan anak-anak yang lain? Apakah juga setuju dengan pendapat ariana?	
		Seluruh Anggota BKP	Setuju buk.	

		PK	Baiklah anak-anak karena anak-anak sudah setuju kita laksanakan minggu depan pada jam yang sama berarti kita sepakati saja kita laksanakan minggu depan. Nah anak-anak lbuk ucapkan terima kasih karena anak-anak sudah bersedia mengikuti kegiatan ini dan sudah menunjukkan self defference, mudah-mudahan setelah kegiatan ini kalian bisa bersikap seperti hasil diskusi kita hari ini yaitu: 1)Menerima saran-saran dari orang lain, 2)Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, 3)Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Karena kegiatan kita ini akan kita akhiri, tadi sudah kita awali dengan doa maka sekarang kita tutup kembali dengan doa agar apa yang sudah kita laksanakan tadi bisa bermanfaat. Siapa yang mau memimpin doa?	Ucapan terima kasih PK atas terlaksananya kegiatan BKP.
		Anggota BKP	Saya buk	
		PK	Silahkan agus.	
		Anggota KP	Teman-teman kita akhiri kegiatan ini dengan doa agar apa yang sudah kita laksanakan tadi bermanfaat untuk kita semua. Berdoa menurut agama dan kepercayaan kita masing-masing. Berdoa mulai.....selesai.	Berdoa untuk mengakhiri kegiatan.
		PK	Terima kasih Yogi. Anak-anak sekarang kita bernyanyi untuk mengakhiri kegiatan ini. Sayonara-sayonara sampai berjumpa pulang. Buat apa susah buat apa susah.....susah itu tak ada gunanya.	PK dan seluruh Anggota BKP bernyanyi sambil berjalan beiringan menuju PK dan bersalaman satu persatu dengan PK.

### 3. Penutup

Itu tadi adalah bimbingan kelompok yang sudah dilaksanakan oleh teman-teman kalian. Untuk melihat sejauh mana perkembangan Self Defference kalian, ibu akan membagikan kuesioner Self Defference. Jadi, silahkan isi sesuai dengan petunjuk dan sesuai keadaan kalian.Silahkan... ya kalau sudah silahkan dikumpul.

Demikian pelaksanaan bimbingan kelompok pada hari ini.

Semoga dari apa yang ibu sampaikan tadi dapat bermanfaat bagi anak- anak untuk lebih memahami tentang self defferenceyang ada dalam diri kalian. Akhir kata, ibu mengucapkan terimakasih atas perhatian dan partisipasinya.

Om shanty shanty shanty om  
 Ucapan paramasanthi, Wassalamualaikum Wr. Wb.  
 Ucapan terimakasih.

Tabel.04. Skor kriteria *self defference*

SKOR	KRITERIA
81-100	Sangat Tinggi
61-80	Tinggi
41-60	Sedang
0-40	Rendah

Langkah-langkah :

6. Mengumpul data, mengolah dan menganalisis data
7. Menjalankan prosedur
8. Menyusun dan menyajikan RPBK
9. Menyebarkan instrument kuesioner
10. Menata ruangan

### G. Sumber

Dharsana, Ketut.2013. *Teori-Teori Konseling(Diktat)*.Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

Dharsana, Ketut. 2014. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

Dharsana, Ketut. 2014. *Model-Model Teori, Teknik, Skill Bimbingan Konseling*. Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

### H. Media dan alat

- 3) Media : Kuesioner, Buku Harian,
- 4) Alat : Laptop, LCD, Buku

### I. Buku Harian Self Defference

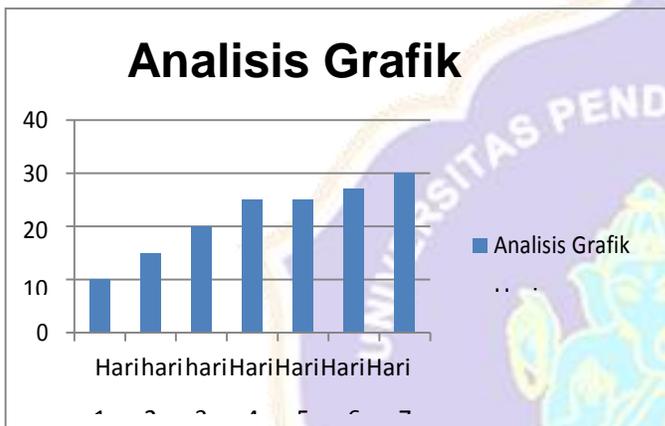
Tabel 05. Buku Harian Self Defference

No	Hari/ tanggal	Situasi	Indikator			Kriteria pencapaian (0-100)
			menerima saran-saran dari orang lain	mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain	mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	
1	Senin, 9-02-2015 jam 07.30-13.00	Belajar di dalam kelas	Saya sangat tidak suka ketika saya diskusi jawaban saya di kritik	Saya tidak pernah merasa jawaban yang saya sampaikan salah	Saya tidak suka jika saya di beritahu oleh teman padasaat diskusi	10

2	Senin, 9-02-2015	Di rumah	Pulang sekolah saya langsung tidur	Saya tidak suka jika adik	Setiap sore saya bermain catur dengan	12
---	------------------	----------	------------------------------------	---------------------------	---------------------------------------	----

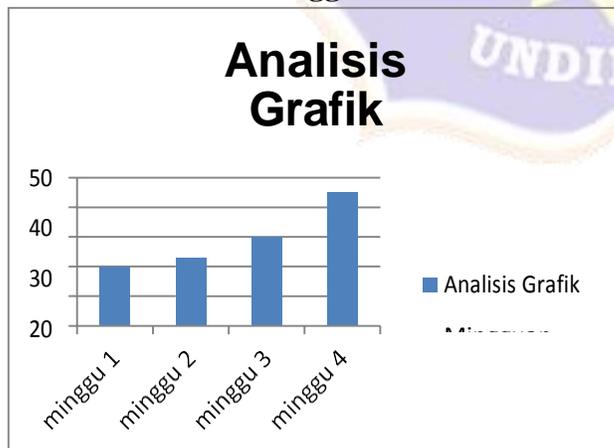
	jam 13.00-15.00			saya dimanjakan di rumah	ayah dan saya paling kesal kalo saya kalah	
3	Selasa, 10-02-2015 jam 07.30-13.00	Di sekolah	Saya mengerjakan tugas dengan teman saya	Saya dibantu oleh teman ketika saya kesulitan dalam menghitung	Saya saling memberi masukan dalam proses diskusi di kelas	15
4	Selasa, 10-02-2015, Jam 13.00-15.00	Di rumah	Saya membersihkan halaman rumah sampai bersih	Saya membantu adik mengerjakan PR	Saya diajari ayah strategi dalam bermain catur	17

**Grafik 01. Grafik Harian**



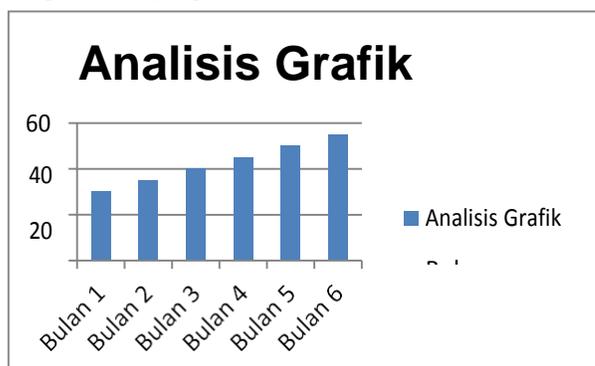
$$N = \frac{H1+H2+H3+H4+H5+H6+H7}{7}$$

**Grafik 02. Grafik Mingguan**



$$N = \frac{M1+M2+M3+M4}{4}$$

Grafik 03. Grafik Bulanan



$$N = \frac{B1+B2+B3+B3+B4+B5+B6}{6}$$

## J. Penyusunan Instrumen

### 1. Definisi Konsep

#### a. Pengertian Self Defference.

Menurut (Dharsana, 2009 : 2) “Defference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

Adapun indikator dari self defference adalah:

- 1)Menerima saran-saran dari orang lain,
- 2)Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain,
- 3)Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

#### b. Contoh-contoh orang yang memiliki self defference

Dalam lingkup kelas, orang-orang yang termasuk kategori self defference adalahkebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya

Contoh-contoh orang yang tidak memiliki self Defference yang rendah adalah orang yang tidak mentaati perintah atau aturan meliputi tidak menerima saran-saran dari orang lain, tidak mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, tidak mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

#### c. Penerapan self Defference:

Penerapan self defference dapat dilakukan dengan cara atau teknik self Management

### 2. Definisi Oprasional

Instrumen ini digunakan untuk mengetahui pengertian self defference, orang

yang memiliki self defference, dan mengetahui cara untuk

menerapkan self defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

#### a. Pedoman Observasi

Observasi adalah suatu cara pengumpulan data dengan melakukan pengamatan langsung terhadap suatu obyek dalam suatu periode dan mengadakan pencatatan secara sistematis tentang hal-hal tertentu yang diamati. Adapun pedoman observasi yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 05. Pedoman Observasi Siswa Dalam Pelaksanaan Tindakan BimbinganKonseling

Aspek	Indikator	Tampak	Tidak Tampak
Self Defference	1. Menerima saran-saran dari orang lain, 2)		
	2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain		
	3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya		

Tabel 06. Hasil pengamatan observasi self defference di kelas X PH C

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	AAM	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	DMKAW	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GAW	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GEDP	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GNR	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	IGRA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	IWR	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KAP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KES	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KJ	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KNV	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KPD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KRD	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KS	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KW	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KYS	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KW	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KB	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	KDDP	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)

20	KITW	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	KJA	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	KNL	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	KSD	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	KSAM	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	KS	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	KY	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	LDMW	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	LH	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	LPMP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	MQ	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	NKC	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	NLSA	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PDSD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PRIS	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	WB	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	WC	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)
No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak

#### b. Pedoman wawancara

Wawancara adalah suatu cara pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan saat bertatap muka dalam suatu pertemuan secara langsung. Adapun pedoman wawancara yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 08. Pedoman Wawancara Siswa Tentang Self defference

Pertanyaan	Jawaban Siswa	Keterangan
Coba kamu ulangi pengertian dari self defference yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, self defference adalah kebutuhan mentaati aturan dan perinyah.	Siswa sudah paham tentang pengertian self defference
	Saya masih bingung bu belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian self defference
Coba sebutkan indiator-indikator dari self defference!	Indikator dari self defference adalah: 1. mentaati peraturan 2. mematuhi perintah 3. mengikuti petunjuk	Siswa sudah paham
	Saya lupa bu, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator self defference
Siapa yang tau dan dapat menyebutkan contoh-contoh dari orang yang memiliki self defference tinggi dan rendah misalkan di dalam kelas?	Saya bu, contoh orang yang memiliki self defference yang tinggi adalah ketua kelas, kepala sekolah, pak dosen, pak bupati, pak gubernur, pak presiden dan menteri Kemudian orang yang memiliki minat self defference adalah anak yang suka bolos tidak pernah masuk sekolah bu, jarang bergaul dengan teman, suka menyendiri.	Siswa sudah paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki self defference
	Saya tidak tau bu	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki self defference

Tabel 08.Kisi-Kisi Instrumen

Variabel	Dimensi/aspek	No Butir		
		Positif	Negatif	Jumlah
Kecenderungan Self Defference	1. mendapatkan keterangan apa yang dipikirkan orang lain	1,2,3	4,5	5
	2. menerima saran dari orang lain	6,7,8,9,13,14,15,16,20,21,22,23	10,11,12,17, 18, 19,24,25, 26	21
	3. mengikuti petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	27,28,29,30,34,35, 36, 37	31,32,33,38,39, 40	14
	Jumlah	23	17	40

tabel 10. standar kriteria self defference

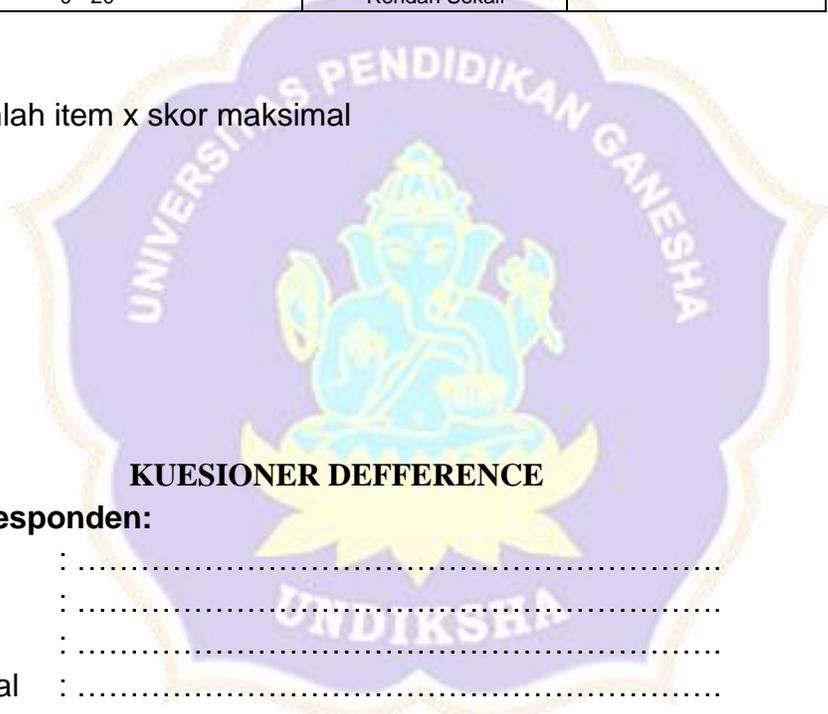
SKOR	KRITERIA NILAI	KATEGORI	KET
5	81 - 100	Sangat Tinggi	
4	61 - 80	Tinggi	
3	41 - 60	Kurang	
2	21 - 40	Rendah	
1	0 - 20	Rendah Sekali	

**Rumus:**

Skor Ideal = jumlah item x skor maksimal

$$SMI = \frac{X_a}{X_i} \times 100$$

$X_i$



### KUESIONER DEFFERENCE

**2. Identitas Responden:**

Nama : .....

Kelas : .....

Sekolah : .....

Hari/ Tanggal : .....

**3. Petunjuk**

Dalam instrumen ini terdapat 30 butir pernyataan yang kesemuanya merupakan gambaran keadaan diri kita masing-masing. Sebelum menjawab dan menentukan pilihan pada masing-masing pernyataan tersebut, anda perlu mengetahui beberapa hal berikut ini :

1. Bayangkan situasi di bawah ini seolah-olah sedang dan pernah anda hadapi dan kerjakan.
- e) Mantapkanlah pilihan atau tanggapan anda terhadap peristiwa atau pernyataan tersebut, dan bubuhkanlah tanda silang (  $\surd$  ) di kolom lembar jawaban yang telah disediakan. Adapun pilihan yang dapat anda sampaikan adalah sebagai berikut:  
SS : bila anda Sangat Sesuai S : bila anda Sesuai

KS : bila anda Kurang Sesuai

TS : bila anda Tidak Sesuai

STS : bila anda Sangat Tidak Sesuai

- f) Instrumen ini tidak mempunyai hubungan sama sekali dengan kegiatan akademik anda, sehingga apapun jawaban yang akan anda berikan tidak akan mempengaruhi prestasi belajar anda. Maka jawablah sesuai dengan kata hati anda sendiri.
- g) Jangan sampai ada pernyataan yang terlewat dan silahkan mengisi formulir

### Selamat Mengerjakan

#### 1. Pernyataan

No.	Butir (+/-)	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
1	+	Saya datang ke sekolah tepat waktu					
2	+	Saya memakai seragam dan atribut sekolah dengan baik					
3	+	Dengan mematuhi aturan di sekolah saya merasa sangat senang					
4	+	Saya berada di kelas sebelum bel masuk kelas berbunyi					
5	-	Saya tidak pernah datang ke sekolah tepat waktu					
6	+	Saya selalu menceritakan hal yang saya alami kepada orang lain					
7	+	Saya mudah menerima kritikan dan saran dari orang lain					
8	+	Saya selalu menerima keberadaan orang lain					
9	+	Saya selalu meminta bantuan kepada orang lain di saat saya kesusahan					
10	-	Saya tidak pernah menceritakan hal yang saya alami dengan orang lain					
11	-	Saya tidak mudah menerima kritikan dan saran dari orang lain					
12	-	Jika saya dimarahi orang lain dengan kelakuan saya, saya akan merasa marah					
13	+	Saya selalu mentaati apa yang dikatakan oleh orang tua					
14	+	Saya berusaha menaati apa yang dikatakan oleh teman dan itu baik bagi saya					
15	+	Saya akan menjalankan perintah yang dikatakan teman yang saya percaya					
16	+	Saya sering menjalankan amanat yang diberikan oleh orang tua					
17	-	Saya tidak pernah mentaati apa yang dikatakan orang tua					
18	-	Saya sering melanggar perintah yang ditetapkan orang lain kepada saya					
19	-	Saya akan marah jika ada teman saya yang memerintahkan sesuatu kepada saya					
20	+	Jika ada teman berpendapat kepada saya, saya akan menerimanya					
21	+	Kadang pendapat teman yang menjelekkan saya, saya tetap menerimanya karena akan saya jadikan pelajaran di dalam diri					
22	+	Saya akan menerima pendapat teman saya meskipun pendapat teman saya dengan saya berbeda					
23	+	Jika ada teman saya yang berbicara kepada saya, saya akan mendengarkan dengan antusias					
24	-	Jika ada teman berpendapat kepada saya, saya akan merasa tersinggung dan marah					
25	-	Jika teman saya sedang berbicara kepada saya kadang saya tidak memperhatikannya					
26	-	Saya tidak pernah menghiraukan pendapat teman saya kepada saya					
27	+	Saya sudah berada di sekolah sebelum bel pembelajaran dimulai					
28	+	Saya selalu mentaati peraturan yang telah ditetapkan di sekolah					
29	+	Saya memakai seragam sekolah sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan					
30	+	Dengan mematuhi aturan di sekolah saya merasa sangat senang					
31	-	Saya kadang membolos bersama teman pada saat jam pelajaran di sekolah					
32	-	Karena ajakan teman saya sering tidak masuk sekolah					
33	-	Saya tidak pernah datang ke sekolah tepat waktu					
34	+	Saya selalu memperhatikan guru pada saat menjelaskan pembelajaran di dalam kelas					

35	+	Dalam proses pembelajaran di kelas jika ada teman yang ribut saya akan memarahinya karena akan mengganggu konsentrasi belajar					
36	+	Saya selalu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru kepada saya					

37	+	Saya sering mencontek pekerjaan teman					
38	-	Saya sering membuat keributan pada saat jam pelajaran berlangsung					
39	-	Jika saya bosan belajar di kelas, saya akan membuat coretan-coretan di buku untuk menghilangkan kejenuhan saya pada saat belajar					
40	-	Saya lebih suka diam menunggu teman mengerjakan tugas daripada saya yang mengerjakan tugas tersebut					

## 5. Pedoman Pelatihan

### a. Latihan mengisi Buku Harian

1. Mempersiapkan buku tulis kosong, gunting, penggaris dan pulpen, kemudian buat format buku harian dengan menggunting bagian atas kertas dan membuat tabel format buku harian self defference seperti contoh di atas.
2. Mulai mengisi buku harian sesuai dengan tanggal dan situasi saat menulis buku harian, kemudian tulis kegiatan/ perilaku saat situasi tersebut sesuai dengan indikator self defference dalam masing- masing kolom yang sudah dibuat.
3. Memberikan skor pada kolom terakhir, rentang skor yang diberikan antara 1-100, jika mengalami peningkatan pemberian skor tidak tinggi dari skor awal (misalkan skor awal 10, jika mengalami peningkatan diberikan skor 12/15).
4. Setelah memberikan skor lalu membuat grafik harian, mingguan dan bulanan.

### 6. Pedoman singkat guru BK

8. Mempersiapkan RPBK self defference
9. Mempersiapkan pedoman observasi
10. Mempersiapkan pedoman wawancara
11. Mempersiapkan buku harian
12. Mempersiapkan instrumen self defference
13. Mempersiapkan media
14. Mempersiapkan teknik self management

### 7. Rekomendasi

Berdasarkan bimbingan Kelompok sebanyak 21 orang siswa di kelas VII.B, diketahui jumlah kriteria Sangat Tinggi sebanyak 5 orang, Tinggi sebanyak 7 orang, Sedang sebanyak 4 orang, Rendah sebanyak 5 orang. Berdasarkan hal itu maka direkomendasikan untuk mengikuti pertemuan berikutnya (P1, P2, P3 P4 dan konseling kelompok) dan yang akan masuk dalam konseling kelompok adalah sebanyak 9 orang siswa. Adapun yang masuk dalam konseling kelompok yakni terdapat dalam tabel berikut:

Tabel 11. Data Hasil Bimbingan Kelompok Self defference pada Siswa Kelas X PH C

NO	NAMA	SKOR	KATEGORI
1	AGUS ADI MULIANTARA	70	Tinggi
2	DEWA MADE KRAMAS ARTHA WIGUNA	82	Sangat Tinggi
3	GEDE ARI WIDIAWAN	85	Sangat Tinggi
4	GEDE EKA DHARMA PUTRA	55	Kurang
5	GEDE NOVA RUDIARTA	75	Tinggi
6	I GEDE RAKA AMBARA	55	Kurang
7	I WAYAN RAMA	70	Tinggi
8	KADEK ANGGA PRASETYA	75	Tinggi
9	KADEK ERA SUKMAWATI	50	Kurang
10	KADEK JUNIANI	75	Tinggi
11	KADEK NINDIA VERAYANTI	50	Kurang
12	KADEK PUTRI DEWI	45	Kurang
13	KADEK RYAN DWIPAYANA	55	Kurang
14	KADEK SENTARA	60	Kurang
JUMLAH		JUMLAH	



Lampiran 16.

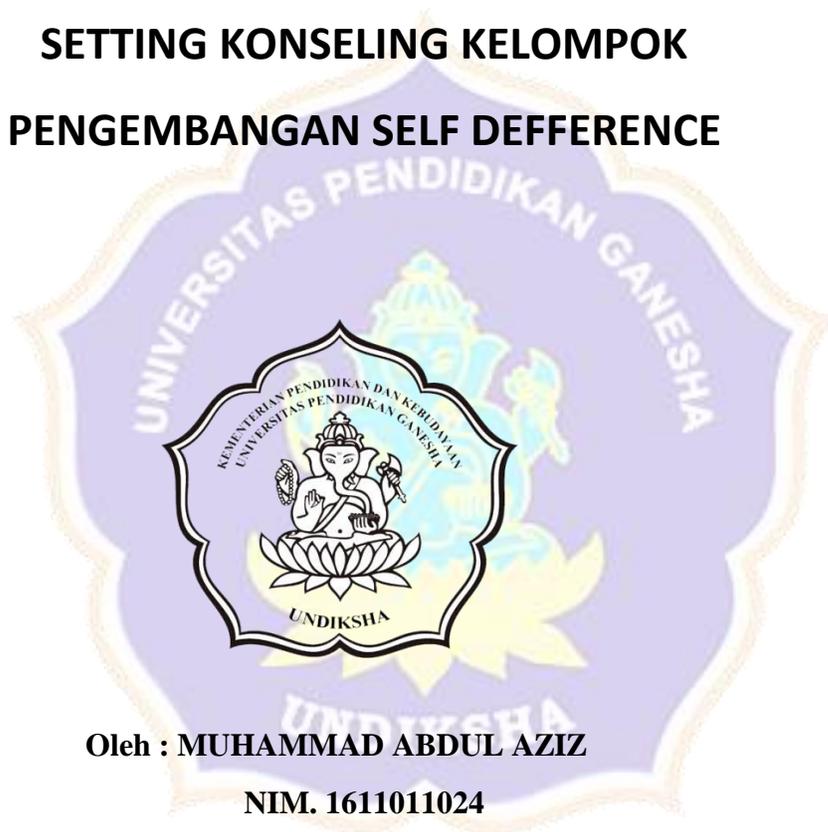
RPBK Konseling Kelompok

# RPBK

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

SETTING KONSELING KELOMPOK

PENGEMBANGAN SELF DEFFERENCE



Oleh : MUHAMMAD ABDUL AZIZ

NIM. 1611011024

JURUSAN BIMBINGAN KONSELING FAKULTAS  
ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN  
GANESHA

2020

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING (RPBK)**

**A. IDENTITAS**

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK : Muhammad Abdul Aziz  
 NIM/NIP : 1611011024  
 Semester/Kelas : VIII/A  
 Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan  
 Fakultas : Ilmu Pendidikan  
 No. HP : 085847169647  
 Email : [muhammadabdaziz095@gmail.com](mailto:muhammadabdaziz095@gmail.com)  
 Setting : Bimbingan Klasikal  
 Jenis Layanan : Orientasi  
 Bidang Layanan : Pribadi  
 Kelas : X PH C  
 Sekolah : SMK Negeri 1 Singaraja  
 B. MATA KULIAH : Penelitian Skripsi

Singaraja, 27 Juni 2020

Muhammad Abdul Aziz  
 NIM.1611011024

Guru Pamong

Dosen Pembimbing

Ni Nyoman Ariani,S.Pd  
 NIP.19670628 198902 2 001

Prof. Dr. Ketut Dharsana,M.Pd.,Kons  
 NIP. 19570801 198303 1 003

Mengetahui/Menyetujui  
 Korprodi

Mengetahui/Menyetujui,  
 Kepala SMKN 1 Singaraja

Prof. Dr. Ketut Dharsana,M.Pd.,Kons  
 19570801 198303 1 003

Drs. Nengah Suteja, M.Pd NIP.  
 NIP. 19620528 198803 1 00

**(RPBK)****RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING**

Nama Sekolah : SMK Negeri 1 Singaraja  
 Kelas/ Semester : X PH C  
 Siklus : III (Tiga)  
 Pertemuan (P) : P1,P2,P3,P4  
 Alokasi Waktu : 2 x 30 menit/pertemuan  
 Bidang layanan : Pribadi  
 Jenis layanan :Konseling Kelompok  
 Standar Kompetensi :Memahami Self Defference  
 Kompetensi Dasar: Siswa mampu mengenal dan memahami Self Defference

**G. Indikator :**

1. Siswa dapat menjelaskan arti Self Defference.
2. Siswa dapat menyebutkan contoh-contoh Self Defference.
3. Siswa dapat menerapkan Self Defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

**H. Tujuan :**

1. Untuk dapat menjelaskan arti Self Defference.
2. Untuk dapat menyebutkan contoh-contoh Self Defference.
3. Untuk menerapkan Self Defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

**I. Materi :**

3. Pengertian Self Defference.

*Self Defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Berdasarkan definisi tersebut maka defference mengandung 3 aspek yaitu : 1)Menerima saran-saran dari orang lain, 2)Mendapat keterangan apa

yang dipikirkan orang lain, 3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

Menurut kamus besar bahasa Indonesia *defference* (mentaati aturan dan disiplin) mentaati artinya mematuhi, menuruti perintah dan aturan, peraturan atau aturan artinya hasil perbuatan mengatur, disiplin artinya tata tertib, ketaatan kepada peraturan. Jadi mentaati aturan dan disiplin adalah mematuhi perintah atau aturan-aturan yang dibuat dari hasil perbuatan baik tata tertib dan ketaatan kepada aturan-aturan yang berlaku. Berdasarkan definisi tersebut maka *defference* mengandung 1 aspek yaitu : 1) mentaati perintah dan aturan.

Sejalan dengan pendapat di atas, menurut Prijodarminto (1994: 23) *defference* adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban.

Berdasarkan definisi di atas menyangkut *defference* maka dapat disimpulkan bahwa *Defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Berdasarkan definisi tersebut maka *defference* mengandung 3 aspek yaitu : 1) Menerima saran-saran dari orang lain, 2) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, 3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

#### 4. Contoh-contoh orang yang memiliki self *defference*

Dalam lingkup kelas, orang-orang yang termasuk kategori self *defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Dalam ruang lingkup pendidikan orang termasuk memiliki self *Defference* adalah Guru besar jurusan Bimbingan Konseling, FIP Undiksha (Prof. Dr. I Ketut Dharsana M.Pd., Kons). Kemudian Ketua jurusan Bimbingan Konseling, FIP Undiksha ( Prof. Dr. Ni Ketut Suarni. M.S. dan Guru Besar Jurusan Bimbingan Konseling Undiksha (Prof. Dr.I Nyoman Dantes).



Contoh-contoh orang yang tidak memiliki self Defference yang rendah adalah orang yang tidak mentaati perintah atau aturan meliputi tidak menerima saran-saran dari orang lain, tidak mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, tidak mengikuti petunjuk-petunjuk dan tidak mengerjakan apa yang diharapkannya.



### 3. Penerapan self defference:

Penerapan *self Defference* dapat dilakukan dengan teknik *self management* melalui bimbingan klasikal, kemudian dilanjutkan dengan bimbingan kelompok, selanjutnya dengan konseling kelompok kemudian dengan konseling individu. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *self defference* tersebut ke dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

Tabel 01. Gejala prilaku yang diamati di kelas X PH C

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	AAM	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	DMKAW	Siswa ini nampaksering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GAW	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GEDP	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GNR	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	IGRA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	IWR	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KAP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KES	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KJ	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KNV	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KPD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KRD	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KS	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KW	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KYS	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KW	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KB	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	KDDP	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	KITW	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	KJA	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	KNL	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	KSD	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	KSAM	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	KS	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	KY	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	LDMW	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	LH	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	LPMP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	MQ	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)

31	NKC	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
----	-----	---

32	NLSA	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PDSD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PRIS	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	WB	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	WC	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)
No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak

#### 4. Tujuan Bimbingan Konseling

Bimbingan konseling bertujuan untuk menunjang pembinaan siswa dalam mengembangkan potensi dan mengatasi masalah berkenaan dengan kemampuan dasar , bakat, minat, kreativitas, kompetensi dan kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan tuntutan karakter cerdas terpuji, kemampuan kehidupan kaagamaan, kemampuan sosial, kemampuan belajar, wawasan dan perencanaan karir. (Dharsana, 2013:12)

#### 5. Prinsip Bimbingan Konseling

Prinsip-prinsip pelayanan bimbingan konseling berkenaan dengan kondisi diri siswa, program pelayanan, serta tujuan dan pelaksanaan pelayanan, mengacu pada pelayanan yang efektif dan efisien, untuk berkehidupan yang cerdas dan berkarakter. (Dharsana, 2013:19).

#### 6. Fungsi Bimbingan Konseling

Fungsi-fungsi bimbingan konseling yaitu: 1) Fungsi Pemahaman adalah fungsi bimbingan konseling yang membantu siswa agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya. 2) Fungsi Preventif adalah fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya, supaya tidak dialami oleh siswa. 3) Fungsi Preservatif yaitu fungsi perawatan, konselor senantiasa berupaya untuk menciptakan lingkungan yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan siswa, 4) Fungsi Kuratif adalah fungsi bimbingan konseling bersifat penyembuhan, fungsi ini berkaitan dengan upaya pemberian bantuan kepada siswa yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir. (Dharsana, 2013:18)

#### 7. Asas-asas dalam Bimbingan Konseling

Asas-asas bimbingan konseling yaitu: 1) Asas Kerahasiaan,yaitu asas bimbingan konseling yang menuntut dirahasiakanya segenap data dan keterangan tentang siswa yang menjadi sasaran layanan, 2) Asas kesukarelaan,yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan siswa mengikuti/menjalani layanan/kegiatan yang diperlukan baginya, 3) Asas keterbukaan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar siswa yang menjadi sasaran layanan/kegiatan bersifat terbuka dan tidak berpura-pura, baik di dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun dalam

menerima berbagai informasi, 4) Asas kegiatan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar siswa yang menjadi sasaran layanan berpartisipasi secara aktif di dalam penyelenggaraan layanan/kegiatan, 5) Asas kemandirian, yaitu asas bimbingan konseling yang menunjuk pada tujuan umum bimbingan konseling, yakni: siswa sebagai sasaran layanan bimbingan konseling diharapkan menjadi siswa-siswa yang mandiri, 6) Asas kekinian, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar objek sasaran layanan bimbingan konseling ialah permasalahan siswa dalam kondisinya sekarang, 7) Asas kedinamisan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar isi layanan terhadap sasaran layanan siswa yang sama kehendaknya selalu bergerak maju, tidak monoton, dan terus berkembang serta berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangannya dari waktu ke waktu, 8) Asas keterpaduan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar berbagai layanan dan kegiatan bimbingan konselingsaling menunjang, harmonis, dan terpadu, 9) Asas keharmonisan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar segenap layanan dan kegiatan bimbingan konseling didasarkan pada norma yang ada, 10) Asas keahlian, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar layanan dan kegiatan bimbingan konseling diselenggarakan atas dasar kaidah-kaidah profesional, 11) Asas alih tangan kasus, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar pihak-pihak yang tidak mampu menyelenggarakan bimbingan konseling secara tuntas agar mengalih tangankan kepada pihak yang lebih ahli, 12) Asas tut wuri handayani yaitu menunjuk pada suasana umum yang hendaknya tercipta dalam rangka hubungan keseluruhan antara konselor dengan siswa. (Dharsana, 2014)

#### **J. Teori konseling : Teori Behavioral**

##### **4) Filosofis**

Teori konseling behavioral mengandung filosofis atau pandangan terhadap *Self Defference* yaitu mengenai penekankan pada perubahan tingkah laku. Karena seperti yang telah diketahui bahwa “konseling Behavioral adalah teori konseling yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses latihan. Oleh karena itu sasaran konseling behavioral adalah membentuk dan mempertahankan perilaku *Self Defference* sehingga *Self Defference* tersebut dapat dimunculkan dan diterapkan dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

5) Prosedur Konseling Behavioral

Mengandung prosedur-prosedur peningkatan *Self Defference* sebagai berikut:

- 1) mengobservasi gejala *Self Defference*,
  - 2) mentabulasi gejala *Self Defference*,
  - 3) menganalisis gejala *Self Defference*,
  - 4) mengidentifikasi gejala *Self Defference*,
  - 5) melakukan diagnosa,
  - 6) melakukan prognosa dan
  - 7) melakukan tindakan/treatmen
- 6) Langkah-langkah Konseling Behavioral

**PERTEMUAN KE I:**

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
4. Merefleksi pertemuan sebelumnya (pengertian, contoh, dan penerapan)
5. Melaksanakan skill open question
6. Membentuk konseling kelompok pertemuan ini
7. Melakukan konseling kelompok terkait self defference siswa
8. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik harian antar siswa di dalam konseling kelompok
9. Menampilkan sosiodrama di dalam konseling kelompok
10. Merefleksi penyajian sosiodrama terkait self defference
11. Pesan dan kesan selama mengikuti konseling kelompok
12. Mengisi kuesioner self defference (seluruh siswa)
13. Merencanakan untuk pertemuan ke II
14. Terminasi pertemuan pertama

**PERTEMUAN KE II:**

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian self defference
6. Membentuk konseling kelompok pertemuan ini
7. Melakukan konseling kelompok terkait self defference siswa
8. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik mingguan pertama antar siswa di dalam konseling kelompok
9. Menampilkan sosiodrama di dalam konseling kelompok
10. Merefleksi penyajian sosiodrama terkait self defference
11. Pesan dan kesan selama mengikuti konseling kelompok
12. Merencanakan untuk pertemuan ke III

### 13. Terminasi pertemuan kedua

#### **PERTEMUAN KE III:**

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian self defference
6. Membentuk konseling kelompok pertemuan ini
7. Melakukan konseling kelompok terkait self defference siswa
8. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik mingguan kedua dan ketiga antar siswa di dalam konseling kelompok
9. Menampilkan sosiodrama di dalam konseling kelompok
10. Merefleksi penyajian sosiodrama terkait self defference
11. Pesan dan kesan selama mengikuti konseling kelompok
12. Merencanakan untuk pertemuan ke IV
13. Terminasi pertemuan ketiga

#### **PERTEMUAN KE IV:**

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian self defference
6. Membentuk konseling kelompok pertemuan ini
7. Melakukan konseling kelompok terkait self defference siswa
8. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik mingguan keempat dan bulanan antar siswa di dalam konseling kelompok
9. Menampilkan sosiodrama di dalam konseling kelompok
10. Merefleksi penyajian sosiodrama terkait self defference
11. Pesan dan kesan selama mengikuti konseling kelompok
12. Rekomendasi untuk menuju ke Konseling Individual
13. Terminasi pertemuan keempat menuju ke Konseling Individual

## **K. Teknik Konseling**

### c. Pengertian Teknik Modeling

Perry dan Furukawa (dalam Abimanyu dan Manrihu 1996) mendefinisikan modeling sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seorang individu atau kelompok, sebagai model, berperan sebagai rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku sebagai bagian dari individu yang lain yang mengobservasi model yang ditampilkan. Teknik modeling ini adalah suatu komponen dari suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang

menjadi tujuan. Model dapat berupa model sesungguhnya (langsung) dan dapat pula simbolis.

b. Prosedur Melakukan Teknik Modeling

Untuk dapat melakukan hal itu dilanjutkan melalui prosedur sebagai berikut:

- 13) Menyebarkan lembar tes *Self deference*
- 14) Menganalisis hasil tes *Self deference*
- 15) Menyebarkan lembar kuesioner *Self deference*
- 16) menganalisis hasil kuesioner *Self deference*
- 17) Menulis dan menyajikan RPBK serta melakukan pelatihan-pelatihan Modeling dengan melatih *Self deference*
- 18) Menyaksikan tampilan Modeling

c. Langkah-langkah Teknik Konseling Modeling :

- 11) Membentuk peran-peran Modeling terkait *Self deference*
- 12) Melatih peran-peran Modeling dalam *Self deference*
- 13) Menyajikan hasil olah data dalam bentuk Modeling
- 14) Menyaksikan Modeling
- 15) Merefleksikan tampilan Modeling

d. Skill Konseling



Gambar 01. Keterampilan dasar dalam mikro konseling

Berikut ini keterampilan konseling yang harus dimiliki oleh seorang konselor yaitu:

21. *Multiculture from clien and culture counselor* adalah kemampuan konselor memahami kebudayaan-kebudayaan konseli dalam proses konseling. Contoh : menanyakan sesuatu yang khas di daerah konseli.
22. *Atending behavioral* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan gerak-gerik konseling dalam proses konseling. contohnya : anggukan kepala, senyum dimana attending behavioral yang terdiri dari :
  - k. *Eye contac* adalah kemampuan konselor menatap dan memandang konseli dalam proses konseling.

- l. *Cultural Appropriate* adalah kemampuan konselor dalam memperhatikan budaya-budaya konseling dalam proses konseling.
  - m. *Body Language* adalah kemampuan konselor menerapkan atau menggunakan bahasa tubuh dalam proses konseling.
  - n. *Vocal Quality* adalah kemampuan konselor memperhatikan tinggi rendahnya nada suara dalam proses konseling.
  - o. *Verbal Tracking* adalah kemampuan konselor memperhatikan jalurnya pembicaraan dalam proses konseling.
23. *Client observation skill* adalah kemampuan konselor mengobservasi klien dalam proses konseling.
24. *Open and close Question* adalah kemampuan konselor dalam membuat pertanyaan terbuka dan tertutup dalam proses konseling. Contoh pertanyaan terbuka mengapa adik cari jurusan IPS ? Coba jelaskan alasannya! Contoh pertanyaan tertutup apakah adik mengerti dengan apa yang ibu sampaikan?
25. a. *Encourage* adalah kemampuan konselor mendorong, membesarkan hati, mengorbankan semangat konseli dalam proses konseling Contohnya : "ya.... pak yakin kamu pasti bisa.
- b. *Paraphrase* adalah kemampuan konselor menafsirkan dan mengartikan apa yang telah di sampaikan dalam proses konseling
- c. *Summaration* adalah kemampuan konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menyimpulkan pembicaraan yang telah dilakukan dalam proses konseling
26. *Reflection of feeling* adalah kemampuan konselor merefleksikan perasaan konseli dalam proses konseling
27. *Reflection of meaning* adalah kemampuan konselor merefleksikan arti kata yang dikatakan atau diucapkan konseli dalam proses konseling.
28. *Focusing Client, problem, "we" interviewer, cultural/environmental* adalah kemampuan konselor fokus kepada konseli dalam wawancara, kebudayaan atau konteksnya dalam proses konseling .
29. *Influencing skills* adalah ketrampilan yang mempengaruhi konselor dalam proses konseling, yang terdiri dari :
- a. *Directive* adalah kemampuan konselor mengarahkan dan menunjukkan konseli ke arah yang lebih baik dalam proses konseling
  - b. *Logical consequences* adalah kemampuan konselor memberikan akibat yang baik dalam proses konseling.
  - c. *Interpretation* adalah kemampuan konselor menafsirkan apa yang terjadi dalam proses konseling
  - d. *Self disclosure* adalah kemampuan konselor membuka diri dalam proses konseling
  - e. *Advice/information/Explanation/instruction* adalah kemampuan konselor memberikan nasehat, informasi, penjelasan dan intuksi kepada konseli

dalam proses konseling.

- f. *Feedback* adalah kemampuan konselor memberikan motivasi kepada konseli dalam proses konseli contoh : “ya ibu yakin kamu pasti bisa melakukannya”,
  - g. *Influencing summary* adalah kemampuan konselor memberiksn ringkasan pada konseli dalam proses konseling.
30. *Confrontation* adalah kemampuan konselor memperhatikan konseli dalam proses konseling yang terdiri dari :
- a. *Disrepancies* adalah kemampuan konselor mengutarakan ketidaksetujuan kepada klien dalam proses konseling
  - b. *Incogruit* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan ketidakcocokan yang dihadapi konseli dalam proses konseling.
11. *Skill sequencing adnstructuring the interview* adalah kemampuan konselor mengembangkan dan membuat wawancara yang terstruktur dalam proses konseling.
12. *Pesonal dan teory counseling skill integration* adalah kemampuan konselor memadukan dan menyatukan konseli dalam proses konseling.
13. *Style* adalah kemampuan konselor memahami gaya pribadi dalam memakai teori konseling dalam proses konseling.
- a. *Face to face* (individual)

Face to face merupakan suatu konseling yang dilakukan dengan tatap muka antara konselor dan konseli saja.

Skill Mikro Konseling : Keterampilan Attending seperti:

- 3. Kontak Mata (melihat konseli pada saat di berbicara pada konseli begitu pula sebaliknya)
- 16. Ekspresi wajah (Tenang, ceria dan tersenyum)
- 17. Sapaan
- 18. Salam/jabat tangan
- 19. Kualitas Suara (ehem, iya)
- 20. Anggukan (body language)
- 21. Posisi Tubuh (agak condong kearah konseli, jarak antara konselor dengan konseli agak dekat, duduk akrab berhadapan atau berdampingan)
- 22. Mendengarkan (aktif penuh perhatian, tidak memotong pembicaraan konseli)
- e. Group (kelompok)
- f. *Class room* (kelas)

## **F. Langkah Dan Prosedur Pelaksanaan Konseling Kelompok**

- a. Langkah-langkah :
- b. Persiapan RPBK
  - 1. Observasi

## 2. Wawancara

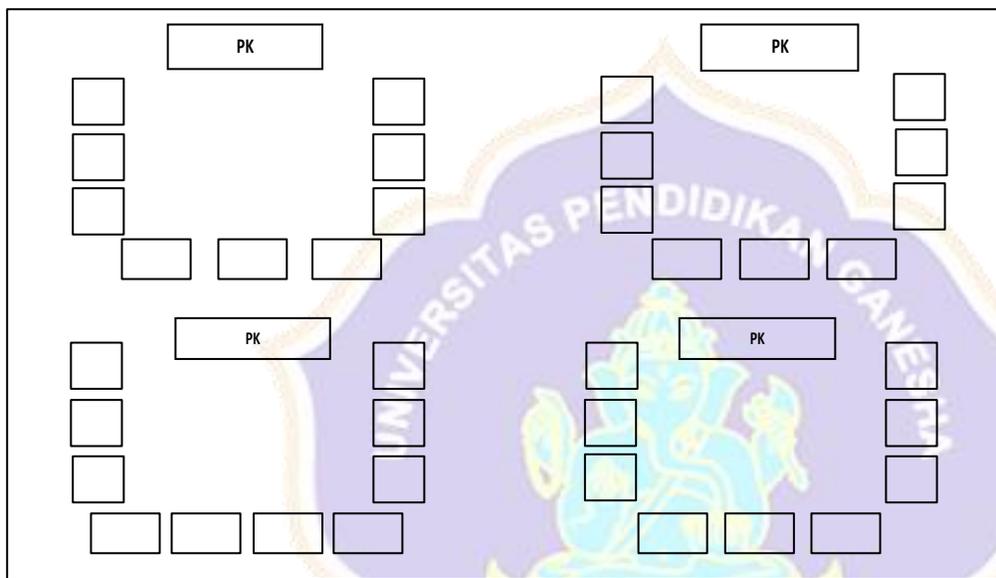
## 3. Penyebaran tes self defference

- c. Persiapan media
- d. Persiapan kelompok sosiodrama
- e. Persiapan pementasan sosiodrama
- f. Penyajian
- g. Penyebaran kuesioner (refleksi terlampir)

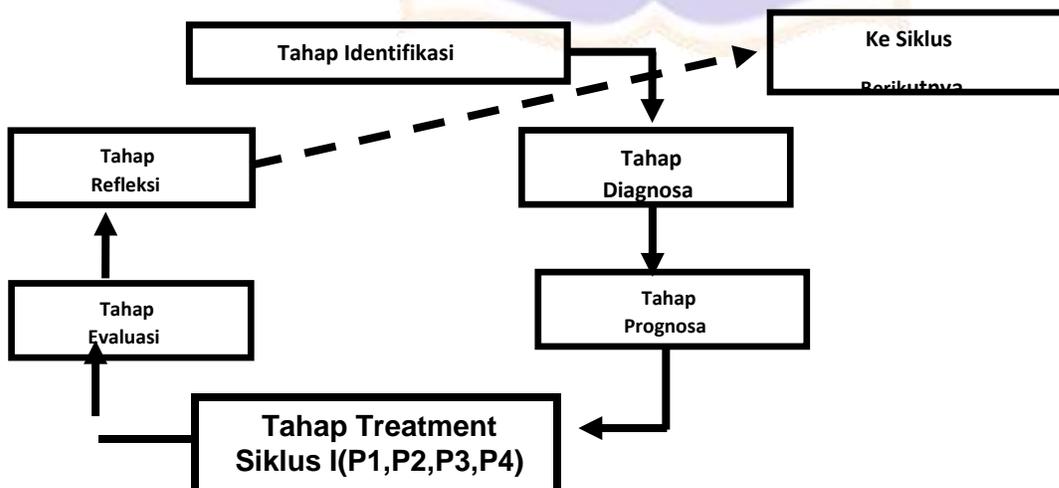
## 4. Pelatihan pengisian buku harian (terlampir)

## 5. Pembentukan Kelompok

## h. pembentukan kelompok



## i. Pelaksanaan Konseling Kelompok



Gambar 1.1Desain Penelitian Siklus I

(dalam Dharsana, *Dasar-dasar Konseling Seri 2: 2007*)**(c) Tahap Identifikasi**

Tahap identifikasi adalah data awal yang berhubungan dengan data pribadi siswa. Identifikasi yang dilakukan pada tahap ini adalah:

1. Menyusun dan mempersiapkan pedoman observasi yang akan digunakan untuk memantau pelaksanaan dan hasil tindakan (lampiran).
2. Menyiapkan alat pemantau berupa kuesioner dan monitoring dengan buku harian untuk menentukan siswa yang memiliki *Selfdefference* rendah dan sedang.

**(j) Tahap Diagnosa**

Tahap diagnosa adalah suatu proses untuk menganalisis penyebab suatu masalah yang dihadapi oleh konseli. Setelah diidentifikasi siswa yang memiliki *Selfdefference* yang rendah dan sedang maupun tinggi, maka langkah selanjutnya adalah menentukan penyebab siswa mengalami masalah tersebut.

**(k) Tahap Prognosa**

Tahap prognosa adalah suatu tahapan untuk menyiapkan rencana- rencana untuk melatih siswa dalam sebuah upaya yang dilakukan dalam proses bimbingan konseling yaitu dengan a) melatih tingkat pemahaman siswa tentang pengertian *self defference* melalui bimbingan klasikal, b) memberikan contoh-contoh orang yang memiliki *self defference* melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu, c) menerapkan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik *self managment*.

**(l) Tahap Treatment**

Treatment bertujuan untuk membantu siswa yang memiliki *SelfDefference* yang rendah agar dapat meningkat. Treatment/terapi/perawatan siswa sesuai dengan prosedur dan langkah- langkah bantuan yang telah ditetapkan dalam tahap prognosa.

**(m) Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi/tindak lanjut/follow up adalah tahap penilaian terhadap indikator-indikator yang tercantum dalam prognosa. Evaluasi merupakan suatu tindakan atau suatu proses untuk mengetahui hasil dari tindakan yang

dilakukan. Dalam penelitian ini kuesioner, observasi, wawancara dan buku harian akan digunakan untuk mengukur peningkatan *Selfdefference* siswa.

2. Prosedur :

3. Apersepsi Ucapan

Salam :

Selamat pagi anak-anak.

Om Swastyastu, Assalamualaikum Wr. Wb.

Ibu absen dulu ya....

Sehubungan dengan pertemuan kita sebelumnya, ibu sudah merekomendasikan siswa-siswa yang masuk dalam konseling kelompok. Nah untuk ibu lebih tahu pemahaman kalian dan kalian juga bisa memperoleh pemahaman yang lebih mendalam lagi silahkan nama-nama yang kemarin sudah ibu panggil untuk melaksanakan konseling kelompok bisa maju. untuk siswa lain yang tidak mengikuti konseling kelompok tetap di dalam kelas, mengisi buku harian, dan menyaksikan konseling kelompok yang akan teman-teman kalian lakukan ya.

4. Inti

Daftar Nama Konseling Kelompok Siswa Kelas X PH C

Tabel 02. Daftar Nama Siswa Konseling Kelompok

No.	Nama Siswa	Catatan prilaku
1	AGUS ADI MULIANTARA	
2	DEWA MADE KRAMAS ARTHA WIGUNA	
3	GEDE ARI WIDIAWAN	
4	GEDE EKA DHARMA PUTRA	
5	GEDE NOVA RUDIARTA	
6	I GEDE RAKA AMBARA	
7	I WAYAN RAMA	
8	KADEK ANGGA PRASETYA	
9	KADEK ERA SUKMAWATI	
10	KADEK JUNIANI	
11	KADEK NINDIA VERAYANTI	
12	KADEK PUTRI DEWI	
13	KADEK RYAN DWIPAYANA	
14	KADEK SENTARA	
15	KADEK WIDIANA	
16	KADEK YUNIA SARI	
17	KETUT WIDIARI	
18	KOMANG BUDARANI	
19	KOMANG DIKA DARMA PUTRA	
20	KOMANG INTAN TRI WAHYUNI	
21	KOMANG JANU ARIANI	
22	KOMANG NONIK LANSENI	
23	KOMANG SINTA DEWI	

24	KOMANG SUAR AYU MARDEWI	
25	KOMANG SUBINTARA	
26	KOMANG YUDIANI	
27	LUH DE METRI WARDANI	
28	LUH HENDRIYANI	
29	LUH PUTU MAS PURWANTI	
30	MARIATUL QIBTIAH	
31	NI KETUT CARIANI	
32	NI LUH SANI ARTINI	
33	PUTU DITA SINTYA DEWI	
34	PUTU REVITA INDRA SETIANA	
35	WAYAN BUDARSA	
36	WULAN CAHYANI	

Tabel03. Proses Konseling kelompok

Uraikan	Waktu
<p style="text-align: center;"><b>1. Tahap Pembentukan</b></p> <p>a. Membentuk kelompok yang terdiri dari 7 orang siswa yang dipilih berdasarkan hasil analisis kuesioner yang telah disebar. Ketujuh siswa tersebut yaitu : PW, RD, DS, TL, KW, YS, NS.</p> <p>b. Mengumpulkan ke tujuh siswa peserta konseling kelompok di Ruang yang sudah disiapkan.</p> <p>c. Menerima kehadiran peserta Konseling Kelompok</p> <p>d. Berdoa bersama yang dipimpin oleh PK</p> <p>e. Masing-masing anggota kelompok memperkenalkan dirinya.</p> <p>f. Untuk mengakrabkan dan membuat suasana menjadi kondusif PK mengadakan selingan dengan permainan “rangkain nama”</p> <p>g. PK menjelaskan materi layanan dan tujuan konseling kelompok</p> <p>h. PK menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok. Cara pelaksanaan dengan duduk melingkar, untuk mempermudah saling berinteraksi dan komunikasi.</p>	5 menit
<p style="text-align: center;"><b>2. Tahap peralihan</b></p> <p>a. PK kembali menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok</p> <p>b. PK menanyakan kembali anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan ke tahap berikutnya</p> <p>c. Mengenali suasana, terbebaskannya anggota kelompok dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk mengungkap masalah</p> <p>d. Memantapkan dinamika kelompok dan kebersamaan</p> <p>e. Memotivasi minat anggota untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok</p>	5 menit
<p style="text-align: center;"><b>3. Tahap Kegiatan</b></p> <p>a. Tanya jawab anatar pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengenai hal-hal yang berkaitan dengan topik yang di bahas</p> <p>b. Pembahasan topik secara mendalam dan tuntas dengan mengaktifkan dinamika kelompok</p> <p>c. PK menjelaskan asas-asas konseling kelompok</p> <p>d. PK mengajak anggota kelompok mengucapkan janji kerahasiaan agar anggota tidak ragu dan mau berpartisipasi dalam kegiatan konseling kelompok</p> <p>e. PK memberikan selingan untuk menghilangkan kejenuhan/ketegangan selama mengikuti kegiatan dengan mengadakan permainan “<i>ana ani</i>”</p>	30 menit
<p style="text-align: center;"><b>4. Tahap Pengakhiran</b></p> <p>a. PK mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri</p> <p>b. PK menyimpulkan hasil kegiatan yang sudah dilaksanakan</p> <p>c. PK dan masing-masing anggota kelompok memberikan kesan terhadap pelaksanaan kegiatan</p> <p>d. Anggota kelompok berkomitmen akan menerapkan dan melaksanakan hasil pembahasan dalam konseling kelompok</p> <p>e. PK mengucapkan terima kasih</p> <p>f. Berdoa</p> <p>g. Perpisahan sambil bernyanyi</p>	5 menit

### Penugasan

- a) Berlatih melakukan standar-standar self defference yang baik  
Contoh : melakukan self defference.
- b) berlatih mengisi buku harian
- c) Mengisi, menulis buku harian dalam situasi self defference.

### 3. Penutup

Demikian pelaksanaan konseling kelompok pada hari ini.

Semoga dari apa yang ibu sampaikan tadi dapat bermanfaat bagi anak-anak untuk lebih memahami tentang self defference yang ada dalam diri kalian. Akhir kata, ibu mengucapkan terimakasih atas perhatian dan partisipasinya. Ucapan paramasanthi, Wassalamualaikum Wr. Wb.

Ucapan terimakasih.

tabel 03. skor kriteria *self defference*

SKOR	KRITERIA
81-100	Sangat Tinggi
61-80	Tinggi
41-60	Sedang
0-40	Rendah

### Langkah-langkah :

11. Mengumpul data, mengolah dan menganalisis data
12. Menjalankan prosedur
13. Menyusun dan menyajikan RPBK
14. Menyebarkan instrument kuesioner
15. Menata ruangan

### G. Sumber

Dharsana, Ketut.2013. *Teori-Teori Konseling(Diktat)*.Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

Dharsana, Ketut. 2014. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

Dharsana, Ketut. 2014. *Model-Model Teori, Teknik, Skill Bimbingan Konseling*. Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

### H. Media dan alat

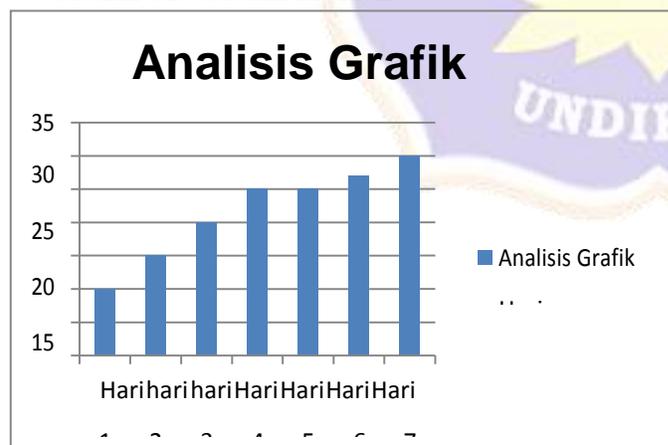
- 5) Media : Kuesioner, Buku Harian,
- 6) Alat : Laptop, LCD, Buku

## I. Buku Harian

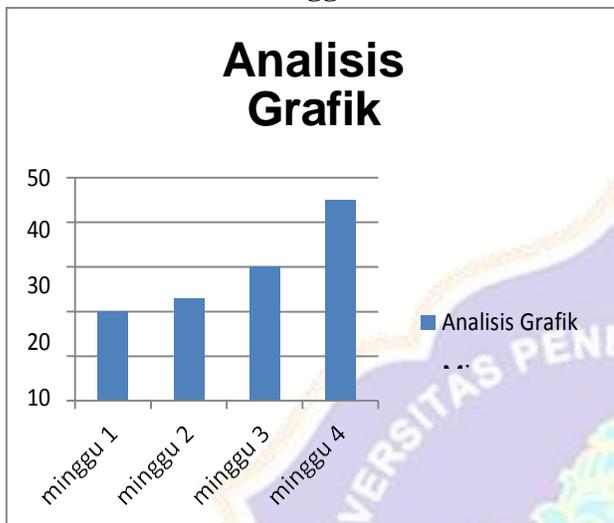
Table 05. Buku Harian Self Defference

No	Hari/ tanggal	Situasi	Indikator			Kriteria pencapaian (0-100)
			menerima saran-saran dari orang lain	mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain	mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	
1	Senin, 9-02-2015 jam 07.30-13.00	Belajar di dalam kelas	Saya sangat tidak suka ketika saya diskusi jawaban saya di kritik	Saya tidak pernah merasa jawaban yang saya sampaikan salah	Saya tidak suka jika saya di beritahu oleh teman padasaat diskusi	10
2	Senin, 9-02-2015 jam 13.00-15.00	Di rumah	Pulang sekolah saya langsung tidur	Saya tidak suka jika adik saya dimanjakan di rumah	Setiap sore saya bermain catur dengan ayah dan saya paling kesal kalao saya kalah	12
3	Selasa, 10-02-2015 jam 07.30-13.00	Di sekolah	Saya mengerjakan tugas dengan teman saya	Saya dibantu oleh teman ketika saya kesulitan dalam menghitung	Saya saling memberi masukan dalam proses diskusi di kelas	15
4	Selasa, 10-02-2015, Jam 13.00-15.00	Di rumah	Saya membersihkan halaman rumah sampai bersih	Saya membantu adik mengerjakan PR	Saya diajari ayah strategi dalam bermain catur	17

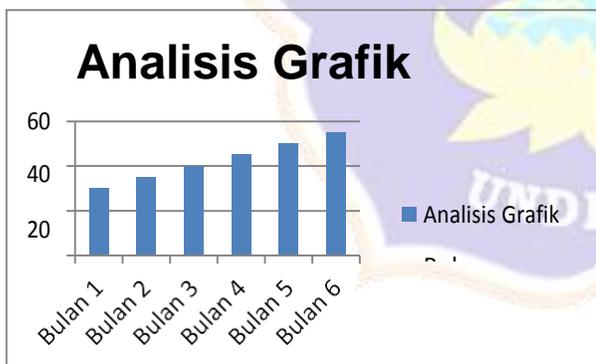
Grafik 01. Grafik Harian



$$N = \frac{H1+H2+H3+H4+H5+H6+H7}{7}$$

**Grafik 02. Grafik Mingguan**

$$N = \frac{M1+M2+M3+M4}{4}$$

**Grafik 03. Grafik Bulanan**

$$N = \frac{B1+B2+B3+B3+B4+B5+B6}{6}$$

**J. Penyusunan Instrumen**

## 1. Definisi Konsep

## b. Pengertian Self Defference.

Menurut (Dharsana, 2009 : 2) “Defference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

Adapun indikator dari self defference adalah: Menerima saran-saran dari orang lain,  
 1) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain,  
 2) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkan.

b. Contoh-contoh orang yang memiliki self defference

Dalam lingkup kelas, orang-orang yang termasuk kategori self defference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkan. Contoh-contoh orang yang tidak memiliki self Defference yang rendah adalah orang yang tidak mentaati perintah atau aturan meliputi tidak menerima saran-saran dari orang lain, tidak mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, tidak mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkan.

d. Penerapan self Defference:

Penerapan self defference dapat dilakukan dengan cara atau teknik self Management

2. Definisi Oprasional

Instrumen ini digunakan untuk mengetahui pengertian self defference, orang yang memiliki self defference, dan mengetahui cara untuk menerapkan self defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

a. Pedoman Observasi

Observasi adalah suatu cara pengumpulan data dengan melakukan pengamatan langsung terhadap suatu obyek dalam suatu periode dan mengadakan pencatatan secara sistematis tentang hal-hal tertentu yang diamati. Adapun pedoman observasi yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 04. Pedoman observasi siswa dalam pelaksanaan tindakan bimbingan konseling

Aspek	Indikator	Tampak	Tidak Tampak
Self Defference	1. Menerima saran-saran dari orang lain, 2)		
	2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain		
	3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkan		

Tabel 05. Hasil pengamatan observasi self defference di kelas X PH C

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	AAM	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	DMKAW	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GAW	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GEDP	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GNR	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan

		dari temannya (-)
6	IGRA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	IWR	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KAP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KES	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KJ	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KNV	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KPD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KRD	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KS	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KW	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KYS	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KW	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KB	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	KDDP	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	KITW	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	KJA	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	KNL	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	KSD	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	KSAM	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	KS	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	KY	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	LDMW	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	LH	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	LPMP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	MQ	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	NKC	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	NLSA	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PDSD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PRIS	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	WB	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	WC	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)
No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak

#### b. Pedoman wawancara

Wawancara adalah suatu cara pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan saat bertatap muka dalam suatu pertemuan secara langsung. Adapun pedoman wawancara yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 08. Pedoman Wawancara Siswa Tentang Self defference

Pertanyaan	Jawaban Siswa	Keterangan
Coba kamu ulangi pengertian dari self defference yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, self defference adalah kebutuhan mentaati aturan dan perinyah.	Siswa sudah paham tentang pengertian self defference

	Saya masih bingung bu belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian self defference
Coba sebutkan indiator-indikator dari self defference!	Indikator dari self defference adalah: 1. mentaati peraturan 2. mematuhi perintah 3. mengikuti petunjuk	Siswa sudah paham
	Saya lupa bu, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator self defference
Siapa yang tau dan dapat menyebutkan contoh-contoh dari orang yang memiliki self defference tinggi dan rendah misalkan di dalam kelas?	Saya bu, contoh orang yang memiliki self defference yang tinggi adalah ketua kelas, kepala sekolah, pak dosen, pak bupati, pak gubernur, pak presiden dan menteri Kemudian orang yang memiliki minat self defference adalah anak yang suka bolos tidak pernah masuk sekolah bu, jarang bergaul dengan teman, suka menyendiri.	Siswa sudah paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki self defference
	Saya tidak tau bu	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki self defference

Tabel 09. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Dimensi/aspek	No Butir		
		Positif	Negatif	Jumlah
Kecenderungan Self Defference	1. mendapatkan keterangan apa yang dipikirkan orang lain	1,2,3	4,5	5
	2. menerima saran dari orang lain	6,7,8,9,13,14,15,16,20,21,22,23	10,11,12,17, 18, 19,24,25, 26	21
	3. mengikuti petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	27,28,29,30,34,35, 36, 37	31,32,33,38,39, 40	14
	Jumlah	23	17	40

Tabel 10. Standar Kriteria Self defference

SKOR	KRITERIA NILAI	KATEGORI	KET
5	81 - 100	Sangat Tinggi	
4	61 - 80	Tinggi	
3	41 - 60	Kurang	
2	21 - 40	Rendah	
1	0 - 20	Rendah Sekali	

**Rumus:**

Skor Ideal = jumlah item x skor maksimal

$$SMI = \frac{X_a}{X_i} \times 100$$

$$X_i$$

## e. Kuesioner Self Defference

**KUESIONER DEFFERENCE****2. Identitas Responden:**

Nama : .....  
Kelas : .....



Sekolah : .....

Hari/ Tanggal : .....

### 3. Petunjuk

Dalam instrumen ini terdapat 30 butir pernyataan yang kesemuanya merupakan gambaran keadaan diri kita masing-masing. Sebelum menjawab dan menentukan pilihan pada masing-masing pernyataan tersebut, anda perlu mengetahui beberapa hal berikut ini :

1. Bayangkan situasi di bawah ini seolah-olah sedang dan pernah anda hadapi dan kerjakan.
  - h) Mantapkanlah pilihan atau tanggapan anda terhadap peristiwa atau pernyataan tersebut, dan bubuhkanlah tanda silang (  $\surd$  ) di kolom lembar jawaban yang telah disediakan. Adapun pilihan yang dapat anda sampaikan adalah sebagai berikut:
 

SS : bila anda Sangat Sesuai S  
: bila anda Sesuai

KS : bila anda Kurang Sesuai TS  
: bila anda Tidak Sesuai

STS : bila anda Sangat Tidak Sesuai
  - i) Instrumen ini tidak mempunyai hubungan sama sekali dengan kegiatan akademik anda, sehingga apapun jawaban yang akan anda berikan tidak akan mempengaruhi prestasi belajar anda. Maka jawablah sesuai dengan kata hati anda sendiri.
  - j) Jangan sampai ada pernyataan yang terlewat dan silahkan mengisi formulir

**Selamat Mengerjakan**

#### 1. Pernyataan

No.	Butir (+/-)	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
1	+	Saya datang ke sekolah tepat waktu					
2	+	Saya memakai seragam dan atribut sekolah dengan baik					
3	+	Dengan mematuhi aturan di sekolah saya merasa sangat senang					
4	+	Saya berada di kelas sebelum bel masuk kelas berbunyi					
5	-	Saya tidak pernah datang ke sekolah tepat waktu					
6	+	Saya selalu menceritakan hal yang saya alami kepada orang lain					
7	+	Saya mudah menerima kritikan dan saran dari orang lain					
8	+	Saya selalu menerima keberadaan orang lain					
9	+	Saya selalu meminta bantuan kepada orang lain di saat saya kesusahan					
10	-	Saya tidak pernah menceritakan hal yang saya alami dengan orang lain					
11	-	Saya tidak mudah menerima kritikan dan saran dari orang lain					
12	-	Jika saya dimarahi orang lain dengan kelakuan saya, saya akan merasa marah					
13	+	Saya selalu mentaati apa yang dikatakan oleh orang tua					
14	+	Saya berusaha menaati apa yang dikatakan oleh teman dan itu baik bagi saya					
15	+	Saya akan menjalankan perintah yang dikatakan teman yang saya percaya					
16	+	Saya sering menjalankan amanat yang diberikan oleh orang tua					
17	-	Saya tidak pernah mentaati apa yang dikatakan orang tua					

18	-	Saya sering melanggar perintah yang ditetapkan orang lain kepada saya					
19	-	Saya akan marah jika ada teman saya yang memerintahkan sesuatu kepada saya					
20	+	Jika ada teman berpendapat kepada saya, saya akan menerimanya					
21	+	Kadang pendapat teman yang menjelekkan saya, saya tetap menerimanya karena akan saya jadikan pelajaran di dalam diri					
22	+	Saya akan menerima pendapat teman saya meskipun pendapat teman saya dengan saya berbeda					
23	+	Jika ada teman saya yang berbicara kepada saya, saya akan mendengarkan dengan antusias					
24	-	Jika ada teman berpendapat kepada saya, saya akan merasa tersinggung dan marah					
25	-	Jika teman saya sedang berbicara kepada saya kadang saya tidak memperhatikannya					
26	-	Saya tidak pernah menghiraukan pendapat teman saya kepada saya					
27	+	Saya sudah berada di sekolah sebelum bel pembelajaran dimulai					
28	+	Saya selalu mentaati peraturan yang telah ditetapkan di sekolah					
29	+	Saya memakai seragam sekolah sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan					
30	+	Dengan mematuhi aturan di sekolah saya merasa sangat senang					
31	-	Saya kadang membolos bersama teman pada saat jam pelajaran di sekolah					
32	-	Karena ajakan teman saya sering tidak masuk sekolah					
33	-	Saya tidak pernah datang ke sekolah tepat waktu					
34	+	Saya selalu memperhatikan guru pada saat menjelaskan pembelajaran di dalam kelas					
35	+	Dalam proses pembelajaran di kelas jika ada teman yang ribut saya akan memarahinya karena akan mengganggu konsentrasi belajar					
36	+	Saya selalu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru kepada saya					
37	+	Saya sering mencontek pekerjaan teman					
38	-	Saya sering membuat keributan pada saat jam pelajaran berlangsung					
39	-	Jika saya bosan belajar di kelas, saya akan membuat coretan-coretan di buku untuk menghilangkan kejenuhan saya pada saat belajar					
40	-	Saya lebih suka diam menunggu teman mengerjakan tugas daripada saya yang mengerjakan tugas tersebut					

## 5. Pedoman Pelatihan

### Latihan mengisi Buku Harian

1. Mempersiapkan buku tulis kosong, gunting, penggaris dan pulpen, kemudian buat format buku harian dengan menggunting bagian atas kertas dan membuat tabel format buku harian self defference seperti contoh di atas.
2. Mulai mengisi buku harian sesuai dengan tanggal dan situasi saat menulis buku harian, kemudian tulis kegiatan/ perilaku saat situasi tersebut sesuai dengan indikator self defference dalam masing- masing kolom yang sudah dibuat.
3. Memberikan skor pada kolom terakhir, rentang skor yang diberikan antara 1-100, jika mengalami peningkatan pemberian skor tidak tinggi dari skor awal (misalkan skor awal 10, jika mengalami peningkatan diberikan skor 12/15).

4. Setelah memberikan skor lalu membuat grafik harian, mingguan dan bulanan.

#### 6. Pedoman singkat guru BK

15. Mempersiapkan RPBK self defference
16. Mempersiapkan pedoman observasi
17. Mempersiapkan pedoman wawancara
18. Mempersiapkan buku harian
19. Mempersiapkan instrumen self defference
20. Mempersiapkan media
21. Mempersiapkan teknik self management

#### 7. Rekomendasi

Berdasarkan konseling kelompok sebanyak 9 orang siswa di kelas VIIIH, diketahui jumlah kriteria Tinggi sebanyak 4 orang, Sedang 2 orang, dan Rendah sebanyak 3 orang. Berdasarkan hal itu maka direkomendasikan untuk mengikuti pertemuan berikutnya (P1, P2, P3, P4 dan konselingindividu) dan yang akan masuk dalam konselingindividu adalah sebanyak 3 orang siswa. Adapun yang masuk dalam konselingindividu yakni terdapat dalam tabel berikut:

**Tabel 11. Data Hasil Konseling Kelompok Self order pada Siswa Kelas VIII- b**

NO	NAMA	SKOR	KATEGORI
1	AGUS ADI MULIANTARA	65	Tinggi
2	DEWA MADE KRAMAS ARTHA WIGUNA	65	Tinggi
3	GEDE ARI WIDIWAN	60	Kurang
4	GEDE EKA DHARMA PUTRA	55	Kurang
5	GEDE NOVA RUDIARTA	65	Tinggi
6	I GEDE RAKA AMBARA	65	Tinggi
7	I WAYAN RAMA	65	Tinggi

Lampiran 17.

RPBK Konseling Individu

# RPBK

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

SETTING KONSELING INDIVIDUAL

PENGEMBANGAN SELF DEFFERENCE



Oleh :

**MUHAMMAD ABDUL AZIZ**

**NIM. 1611011024**

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING FAKULTAS ILMU  
PENDIDIKAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

**2020**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING (RPBK)**

**A. IDENTITAS**

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK : Muhammad Abdul Aziz  
 NIM/NIP : 1611011024  
 Semester/Kelas : VIII/A  
 Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan  
 Fakultas : Ilmu Pendidikan  
 No. HP : 085847169647  
 Email : [muhammadabdaziz095@gmail.com](mailto:muhammadabdaziz095@gmail.com)  
 Setting : Bimbingan Klasikal  
 Jenis Layanan : Orientasi  
 Bidang Layanan : Pribadi  
 Kelas : X PH C  
 Sekolah : SMK Negeri 1 Singaraja  
 B. MATA KULIAH : Penelitian Skripsi

Singaraja, 27 Juni 2020

Muhammad Abdul Aziz  
 NIM.1611011024

Guru Pamong

Dosen Pembimbing

Ni Nyoman Ariani, S.Pd  
 NIP.19670628 198902 2 001

Prof. Dr. Ketut Dharsana, M.Pd., Kons  
 NIP. 19570801 198303 1 003

Mengetahui/Menyetujui  
 Korprodi

Mengetahui/Menyetujui,  
 Kepala SMKN 1 Singaraja Prof. Dr. Ketut

Dharsana, M.Pd., Kons  
 NIP. 19570801 198303 1 003

Drs. Nengah Suteja, M.Pd  
 NIP. 19620528 198803 1 008

**(RPBK)**

## RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

---

Nama Sekolah : SMK Negeri 1 Singaraja

Kelas/ Semester : X PH C

Siklus : IV (Empat)

Pertemuan (P) : P1,P2,P3,P4

Alokasi Waktu : 2 x 30 menit

Bidang layanan : Pribadi

Jenis layanan :Konseling Individual

StandarKompetensi : Memahami Self Defference

Kompetensi Dasar : Siswa mampu mengenal dan memahami Self Defference

### L. Indikator :

1. Siswa dapat menjelaskan arti Self Defference.
2. Siswa dapat menyebutkan contoh-contoh Self Defference.
3. Siswa dapat menerapkan Self Defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

### M. Tujuan :

1. Untuk dapatmenjelaskan arti Self Defference.
2. Untuk dapatmenyebutkan contoh-contoh Self Defference.
3. Untuk menerapkan Self Defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

### N. Materi :

5. Pengertian Self Defference.

*Self Defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Berdasarkan definisi tersebut maka defference mengandung 3 aspek yaitu : 1)Menerima saran-saran dari orang lain2)Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain,

3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

Menurut kamus besar bahasa Indonesia *defference* (mentaati aturan dan disiplin) mentaati artinya mematuhi, menuruti perintah dan aturan, peraturan atau aturan artinya hasil perbuatan mengatur, disiplin artinya tata tertib, ketaatan kepada peraturan. Jadi mentaati aturan dan disiplin adalah mematuhi perintah atau aturan-aturan yang dibuat dari hasil perbuatan baik tata tertib dan ketaatan kepada aturan-aturan yang berlaku. Berdasarkan definisi tersebut maka *defference* mengandung 1 aspek yaitu :

1) mentaati perintah dan aturan.

Sejalan dengan pendapat di atas, menurut Prijodarminto (1994: 23) *defference* adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban.

Berdasarkan definisi di atas menyangkut *defference* maka dapat disimpulkan bahwa *Defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Berdasarkan definisi tersebut maka *defference* mengandung 3 aspek yaitu : 1) Menerima saran-saran dari orang lain, 2) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, 3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

#### 6. Contoh-contoh orang yang memiliki self *defference*

Dalam ruanglingkup pendidikan, orang-orang yang termasuk kategori self *defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Dalam ruanglingkup pendidikan orang termasuk memiliki self *Defference* adalah Guru besar jurusan Bimbingan Konseling, FIP Undiksha (Prof. Dr. I Ketut Dharsana M.Pd.,

Kons). Kemudian Ketua jurusan Bimbingan Konseling, FIP Undiksha ( Prof. Dr. Ni Ketut Suarni. M.S. dan Guru Besar Jurusan Bimbingan Konseling Undiksha (Prof. Dr. I Nyoman Dantes).



Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons



Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S



Prof. Dr. I Nyoman Dantes

Dalam Lingkup kelas Contoh orang yang tidak memiliki self Defference yang rendah adalah orang yang tidak mentaati perintah atau aturan meliputi tidak menerima saran-saran dari orang lain, tidak mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, tidak mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.



### 3. Penerapan self deference:

Penerapan *self Defference* dapat dilakukan dengan teknik *self management* melalui bimbingan klasikal, kemudian dilanjutkan dengan bimbingan kelompok, selanjutnya dengan konseling kelompok kemudian dengan konseling individu. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *self deference* tersebut ke dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

TABEL 01. GEJALA PRILAKU YANG DIAMATI DI KELAS X PH C

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	AAM	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	DMKAW	Siswa ini nampaksering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GAW	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GEDP	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GNR	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	IGRA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	IWR	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KAP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KES	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KJ	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KNV	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KPD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KRD	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KS	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KW	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KYS	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KW	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KB	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	KDDP	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	KITW	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	KJA	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	KNL	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	KSD	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	KSAM	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	KS	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	KY	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	LDMW	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	LH	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan

		guru (+)
29	LPMP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	MQ	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	NKC	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	NLSA	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PDSD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PRIS	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	WB	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	WC	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)
No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak

#### 4. Tujuan Bimbingan Konseling

Bimbingan konseling bertujuan untuk menunjang pembinaan siswa dalam mengembangkan potensi dan mengatasi masalah berkenaan dengan kemampuan dasar, bakat, minat, kreativitas, kompetensi dan kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan tuntutan karakter cerdas terpuji, kemampuan kehidupan kaagamaan, kemampuan sosial, kemampuan belajar, wawasan dan perencanaan karir. (Dharsana, 2013:12)

#### 5. Prinsip Bimbingan Konseling

Prinsip-prinsip pelayanan bimbingan konseling berkenaan dengan kondisi diri siswa, program pelayanan, serta tujuan dan pelaksanaan pelayanan, mengacu pada pelayanan yang efektif dan efisien, untuk berkehidupan yang cerdas dan berkarakter. (Dharsana, 2013:19).

#### 6. Fungsi Bimbingan Konseling

Fungsi-fungsi bimbingan konseling yaitu: 1) Fungsi Pemahaman adalah fungsi bimbingan konseling yang membantu siswa agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya. 2) Fungsi Preventif adalah fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya, supaya tidak dialami oleh siswa. 3) Fungsi Preservatif yaitu fungsi perawatan, konselor senantiasa berupaya untuk menciptakan lingkungan yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan siswa, 4) Fungsi Kuratif adalah fungsi bimbingan konseling bersifat penyembuhan, fungsi ini berkaitan dengan upaya pemberian bantuan kepada siswa yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir. (Dharsana, 2013:18)

#### 7. Asas-asas dalam Bimbingan Konseling

Asas-asas bimbingan konseling yaitu: 1) Asas Kerahasiaan, yaitu asas bimbingan konseling yang menuntut dirahasiakannya segenap data dan keterangan tentang siswa yang menjadi sasaran layanan, 2) Asas kesukarelaan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan siswa mengikuti/menjalani layanan/kegiatan yang diperlukan baginya, 3) Asas keterbukaan, yaitu

asas bimbingan konseling yang menghendaki agar siswa yang menjadi sasaran layanan/kegiatan bersifat terbuka dan tidak berpura-pura, baik di dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun dalam menerima berbagai informasi, 4) Asas kegiatan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar siswa yang menjadi sasaran layanan berpartisipasi secara aktif di dalam penyelenggaraan layanan/kegiatan, 5) Asas kemandirian, yaitu asas bimbingan konseling yang menunjuk pada tujuan umum bimbingan konseling, yakni: siswa sebagai sasaran layanan bimbingan konseling diharapkan menjadi siswa-siswa yang mandiri, 6) Asas kekinian, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar objek sasaran layanan bimbingan konseling ialah permasalahan siswa dalam kondisinya sekarang, 7) Asas kedinamisan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar isi layanan terhadap sasaran layanan siswa yang sama kehendaknya selalu bergerak maju, tidak monoton, dan terus berkembang serta berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangannya dari waktu ke waktu, 8) Asas keterpaduan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar berbagai layanan dan kegiatan bimbingan konselingsaling menunjang, harmonis, dan terpadu, 9) Asas keharmonisan, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar segenap layanan dan kegiatan bimbingan konseling didasarkan pada norma yang ada, 10) Asas keahlian, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar layanan dan kegiatan bimbingan konseling diselenggarakan atas dasar kaidah-kaidah profesional, 11) Asas alih tangan kasus, yaitu asas bimbingan konseling yang menghendaki agar pihak-pihak yang tidak mampu menyelenggarakan bimbingan konseling secara tuntas agar mengalih tangankan kepada pihak yang lebih ahli, 12) Asas tut wuri handayani yaitu menunjuk pada suasana umum yang hendaknya tercipta dalam rangka hubungan keseluruhan antara konselor dengan siswa. (Dharsana, 2014)

#### **O. Teori konseling : Teori Behavioral**

##### **7) Filosofis**

Teori konseling behavioral mengandung filosofis atau pandangan terhadap *Self Defference* yaitu mengenai penekankan pada perubahan tingkah laku. Karena seperti yang telah diketahui bahwa “konseling Behavioral adalah teori konseling yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses latihan. Oleh karena itu sasaran konseling behavioral adalah membentuk dan mempertahankan prilaku *Self Defference* sehingga *Self Defference*

tersebut dapat dimunculkan dan diterapkan dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

8) Prosedur Konseling Behavioral

Mengandung prosedur-prosedur peningkatan *Self Defference* sebagai berikut:

- 1) mengobservasi gejala *Self Defference*,
- 2) mentabulasi gejala *Self Defference*,
- 3) menganalisis gejala *Self Defference*,
- 4) mengidentifikasi gejala *Self Defference*,
- 5) melakukan diagnosa,
- 6) melakukan prognosa dan
- 7) melakukan tindakan/treatmen

c. Langkah-langkah Konseling Behavioral:

**PERTEMUAN KE I:**

15. Melakukan Rapport
16. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
17. Merefleksi pertemuan sebelumnya (pengertian, contoh, dan penerapan)
18. Menerapkan skill konseling
19. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik harian di dalam konseling individual
20. Pemberian attending dan motivasi
21. Mengisi kuesioner self defference
22. Merencanakan untuk pertemuan ke II
23. Terminasi pertemuan pertama

**PERTEMUAN KE II:**

14. Melakukan Rapport
15. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
16. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
17. Menerapkan skill konseling
18. Assesmen buku harian self defference
19. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik mingguan pertama dan kedua di dalam konseling individual
20. Pemberian attending dan motivasi
21. Merencanakan untuk pertemuan ke III
22. Terminasi pertemuan kedua

**PERTEMUAN KE III:**

14. Melakukan Rapport
15. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini

16. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
17. Menerapkan skill konseling
18. Assesmen buku harian self defference
19. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik mingguan ketiga dan keempat di dalam konseling individual
20. Pemberian attending dan motivasi
21. Merencanakan untuk pertemuan ke IV
22. Terminasi pertemuan ketiga

#### **PERTEMUAN KE IV:**

14. Melakukan Rapport
15. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
16. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
17. Menerapkan skill konseling
18. Assesmen buku harian self defference
19. Sharing buku harian self defference dan skor pada grafik bulanan di dalam konseling individual
20. Pemberian attending dan motivasi
21. Penutup

#### **P. Teknik Konseling**

##### **d. Pengertian Teknik Modeling**

Perry dan Furukawa (dalam Abimanyu dan Manrihu 1996) mendefinisikan modeling sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seorang individu atau kelompok, sebagai model, berperan sebagai rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku sebagai bagian dari individu yang lain yang mengobservasi model yang ditampilkan. Teknik modeling ini adalah suatu komponen dari suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan. Model dapat berupa model sesungguhnya (langsung) dan dapat pula simbolis.

##### **b. Prosedur Melakukan Teknik Modeling**

Untuk dapat melakukan hal itu dilanjutkan melalui prosedur sebagai berikut:

- 19) Menyebarkan lembaran tes *Self deference*
- 20) Menganalisis hasil tes *Self deference*
- 21) Menyebarkan lembaran kuesioner *Self deference*
- 22) menganalisis hasil kuesioner *Self deference*
- 23) Menulis dan menyajikan RPBK serta melakukan pelatihan-pelatihan Modeling dengan melatih *Self deference*
- 24) Menyaksikan tampilan Modeling

c. Langkah-langkah Teknik Konseling Modeling :

- 16) Membentuk peran-peran Modeling terkait *Self deference*
- 17) Melatih peran-peran Modeling dalam *Self deference*
- 18) Menyajikan hasil olah data dalam bentuk Modeling
- 19) Menyaksikan Modeling
- 20) Merefleksi tampilan Modeling

d. Skill Konseling



Gambar 01. Keterampilan dasar dalam mikro konseling

Berikut ini keterampilan konseling yang harus dimiliki oleh seorang konselor yaitu:

31. *Multiculture from clien and culture counselor* adalah kemampuan konselor memahami kebudayaan–kebudayaan konseli dalam proses konseling. Contoh : menanyakan sesuatu yang khas didaerah konseli.
32. *Atending behavioral* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan gerak-gerik konseling dalam proses konseling. contohnya : anggukan kepala, senyum dimana attending behavioral yang terdiri dari :
  - p. *Eye contac* adalah kemampuan konselor menatap dan memandang konseli dalam proses konseling.
  - q. *Cultural Appropriate* adalah kemampuan konselor dalam memperhatikan budaya-budaya konseling dalam proses konseling.
  - r. *Body Language* adalah kemandpuan konselor menerapkan atau menggunakan bahasa tubuh dalam proses konseling.
  - s. *Vocal Quality* adalah kemampuan konselor memperhatikan tinggi rendahnya nada suara dalam proses konseling.
  - t. *Verbal Tracking* adalah kemampuan konselor memperhatikan jalurnya pembicaraan dalam proses konseling.

33. *Clie observation skill* adalah kemampuan konselor mengobservasi klien dalam proses konseling.
34. *Open and close Question* adalah kemampuan konselor dalam membuat pertanyaan terbuka dan tertutup dalam proses konseling. Contoh pertanyaan terbuka mengapa adik cari jurusan IPS ? Coba jelaskan apa alasannya! Contoh pertanyaan tertutup apakah adik mengerti dengan apa yang ibu sampaikan?
35. a. *Encourage* adalah kemampuan konselor mendorong, membesarkan hati, mengorbankan semangat konseli dalam proses konseling Contohnya : “ya.... pak yakin kamu pasti bisa.
- b. *Paraphrase* adalah kemampuan konselor menafsirkan dan mengartikan apa yang telah di sampaikan dalam proses konseling
- c. *Summaration* adalah kemampuan konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menyimpulkan pembicaraan yang telah dilakukan dalam proses konseling
36. *Reflection of feeling* adalah kemampuan konselor merefleksikan perasaan konseli dalam proses konseling
37. *Reflection of meaning* adalah kemampuan konselor merefleksikan arti kata yang dikatakan atau diucapkan konseli dalam proses konseling.
38. *Focusing Clie, problemother, "we" intervienewer, cultural/environmental* adalah kemampuan konselor fokus kepadakonseli dalam wawancara,kebudayan atau konteksnya dalam proses konseling .
39. *Influencing skills* adalah ketrampilan yang mempengaruhi konselor dalam proses konseling, yang terdiri dari :
- a. *Diretiv* adalah kemampuan konselor mengarahkan dan menunjukkan konseli ke arah yang lebih baik dalam proses konseling
- b. *Logical consequences* adalah kemampuan konselor memberikan akibat yang baik dalam proses konseling.
- c. *Interpretastion* adalah kemampuan konselor menafsirkan apa yang terjadi dalam proses konseling
- d. *Self disclosure* adalah kemampuan konselor membuka diri dalam proses konseling
- e. *Advice/information/Explanation/intruccion* adalah kemampuan konselor memberikan nasehat,informasi, penjelasan dan intuksi kepada konseli dalam proses konseling.
- f. *Feedback* adalah kemampuan konselor memberikan motivasi kepada konseli dalam proses konseli contoh : “ya ibu yakin kamu pasti bisa melakukannya”,
- g. *Influencing summary* adalah kemampuan konselor memberiksn ringkasan pada konseli dalam proses konseling.
40. *Confrontation* adalah kemampuan konselor memperhatikan konseli dalam

proses konseling yang terdiri dari :

- a. *Disrepancies* adalah kemampuan konselor mengutarakan ketidaksetujuan kepada klien dalam proses konseling
  - b. *Incogruit* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan ketidakcocokan yang dihadapi konseli dalam proses konseling.
11. *Skill sequencing adnstructuring the interview* adalah kemampuan konselor mengembangkan dan membuat wawancara yang terstruktur dalam proses konseling.
  12. *Pesonal dan teory counseling skill integration* adalah kemampuan konselor memadukan dan menyatukan konseli dalam proses konseling.
  13. *Style* adalah kemampuan konselor memahami gaya pribadi dalam memakai teori konseling dalam proses konseling.

a. *Face to face* (individual)

Face to face merupakan suatu konseling yang dilakukan dengan tatap muka antara konselor dan konseli saja.

Skill Mikro Konseling : Keterampilan Attending seperti:

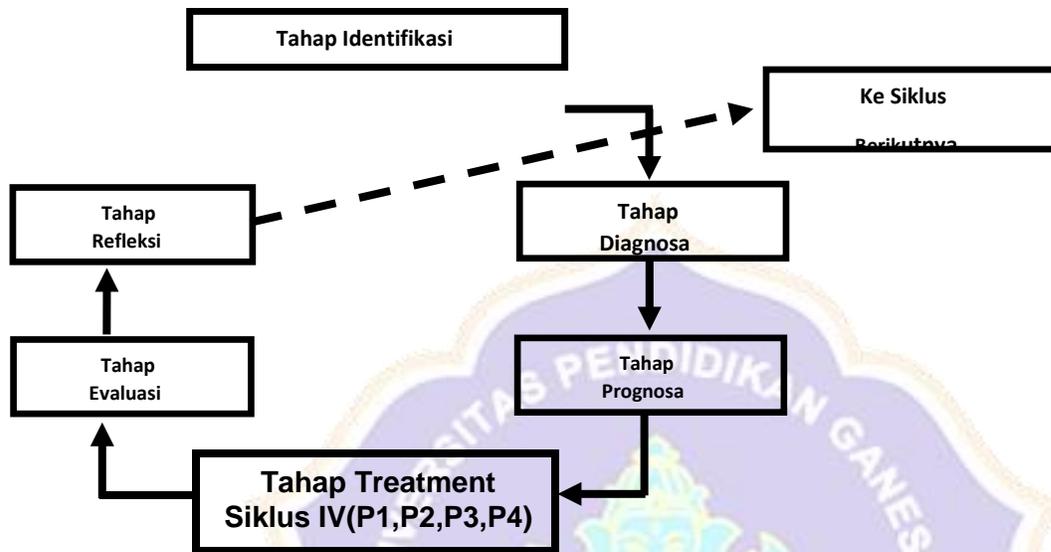
4. Kontak Mata (melihat konseli pada saat di berbicara pada konseli begitu pula sebaliknya)
  23. Ekspresi wajah (Tenang, ceria dan tersenyum)
  24. Sapaan
  25. Salam/jabat tangan
  26. Kualitas Suara (ehem, iya)
  27. Anggukan (body language)
  28. Posisi Tubuh (agak condong kearah konseli, jarak antara konselor dengan konseli agak dekat, duduk akrab berhadapan atau berdampingan)
  29. Mendengarkan (aktif penuh perhatian, tidak memotong pembicaraan konseli)
- g. Group (kelompok)
  - h. *Class room* (kelas)

## **Q. Langkah dan Prosedur Pelaksanaan Konseling Individual**

1. Langkah-langkah :

- n. Persiapan RPBK
  1. Observasi
  2. Wawancara
  3. Penyebaran tes self defference
- o. Persiapan media
- p. Persiapan kelompok sosiodrama
- q. Persiapan pementasan sosiodrama
- r. Penyajian
- s. Penyebaran kuesioner
- t. Pelatihan pengisian buku harian

u. Pelaksanaan Konseling Individual



Gambar 02 Desain Penelitian Siklus IV

(dalam Dharsana, *Dasar-dasar Konseling Seri 2: 2007*)

**(d) Tahap Identifikasi**

Tahap identifikasi adalah data awal yang berhubungan dengan data pribadi siswa. Identifikasi yang dilakukan pada tahap ini adalah:

1. Menyusun dan mempersiapkan pedoman observasi yang akan digunakan untuk memantau pelaksanaan dan hasil tindakan (lampiran).
2. Menyiapkan alat pemantau berupa kuesioner dan monitoring dengan buku harian untuk menentukan siswa yang memiliki self defferencerendah dan sedang.

**(n) Tahap Diagnosa**

Tahap diagnosa adalah suatu proses untuk menganalisis penyebab suatu masalah yang dihadapi oleh konseli. Setelah diidentifikasi siswa yang memiliki self defference yang rendah dan sedang maupun tinggi, maka langkah selanjutnya adalah menentukan penyebab siswa mengalami masalah tersebut.

**(o) Tahap Prognosa**

Tahap prognosa adalah suatu tahapan untuk menyiapkan rencana-rencana untuk melatih siswa dalam sebuah upaya yang dilakukan dalam proses bimbingan konseling yaitu dengan a) melatih tingkat pemahaman siswa tentang self defferencemelalui konseling Individual, b) memberikan contoh-

contoh orang yang memiliki self defferencemelalui bimbingan

klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu,  
c) menerapkan konseling kognitif sosial dengan teknik sodiodrama.

**(p) Tahap Treatment**

Treatment bertujuan untuk membantu siswa yang memiliki self defference yang rendah agar dapat meningkat. Treatment/terapi/ perawatan siswa sesuai dengan prosedur dan langkah-langkah bantuan yang telah ditetapkan dalam tahap prognosa.

**(q) Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi/tindak lanjut/follow up adalah tahap penilaian terhadap indikator-indikator yang tercantum dalam prognosa. Evaluasi merupakan suatu tindakan atau suatu proses untuk mengetahui hasil dari tindakan yang dilakukan. Dalam penelitian ini kuesioner, observasi, wawancara dan buku harian akan digunakan untuk mengukur peningkatan self defference siswa.

2. Prosedur :

TABEL 02. PROSES KONSELING INDIVIDU

PROSES	1. Identifikasi Ditemukan seorang siswi yang mengalami masalah dalam <i>tingkat defference</i> rendah <u>Identitas siswa yang mengalami masalah :</u> Nama Konseli : TTL : NIS : Alamat : Agama : Nama Orang Tua Ayah : Ibu : Pekerjaan Orang Tua Ayah : Ibu : Alamat : No.HP :		
	2. Diagnosa Pada tahap ini dibahas mengenai factor penyebab siswa mengalami masalah rendahnya <i>defference</i> Adapun penyebab <i>defference</i> siswa yaitu kurangnya pemahaman siswa bagaimana mmeningkatkan <i>sikap defference</i>		
	3. Prognosa Setelah menemukan factor penyebab dari permasalahan yang dialami oleh DS selanjutnya perlu diberikan upaya bantuan yang tepat untuk mengatasi permasalahan konseli. Adapun bantuan yang dapat diberikan yaitu memberikan pemahaman kepada konseli bagaimana cara meningkatkan tingkat <i>defference</i>		
	1. Konseling Awal Konseling	Konseli	Skill yang Digunakan
	Selamat Pagi dik, mari silahkan masuk dan duduk dulu,  Bagaimana kabar adik hari ini?  Ibu juga baik-baik saja adik. Oya adik kemarin sudah melaksanakan tes intelegensi bukan?	Selamat pagi bu  Baik bu..., bagaimana dengan ibu?  Ya bu.	Attending  Attending, Rapport  Closed Questions
Inti Konseling	Konselor	Konseli	Skill yang Digunakan
	Nah dari hasil tes	Betul bu.	Closed Questions

	<p>intelengensi yang adik miliki, terlihat bahwa adik memiliki sikap <i>defference</i> yang rendah</p> <p>Dari data intelegensi adik tersebut, dalam aspek <i>defference</i>, menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.</p> <p>Bisakah adik menjelaskan kenapa sampai adik bersikap seperti itu?</p> <p>Saya bisa mengerti dengan apa yang adik rasakan saat ini.</p> <p>Nah adik, untuk bisa meningkatkan sikap <i>defference</i>, adik harus bisa mengelola diri, mana yang baik harus diterima sara teman, dan mana yang tidak baik yang tidak harus diterima saran dari teman. Karena adik yang dapat memutuskan sendiri apa yag terbaik buat adik di dalam diri adik agar nantinya adik tidak tertekan dengan situasi yang ada di sekitar adik. Dan juga jangan pernah adik melanggar peraturan yang ada di sekolah karena peraturan tersebut dibuat oleh sekolah untuk kebaikan adik dan siswa/siswi di sekolah ini. Apakah adik mengerti?? Bagus sekali adik.</p>	<p>Saya memang sangat rendah dalam seperti itu bu bersikap <i>defference</i></p> <p>Saya bingung bagaimana cara agar saya bisa meningkatkan <i>defference</i> saya bu</p> <p>Ya bu disekolah saya kadang mendapatkan saran dari teman, mendapatkan keterangan dan mingkuti petunjuk dari teman dalam pembelajaran di dalam kelas buk, tapi saya kadang merasa tidak sependapat dengan yang diberikan oleh teman-teman saya sehingga kadang saya menolak perkataan teman saya yang di sarankan untuk bisa mengerjakan yang diberikan oleh guru. Kadang saya juga melanggar peraturan yang ada di sekolah dikarenakan peraturan tersebut kurang sependapat dengan diri saya.</p>	<p>Eksplorasi</p> <p>Refleksi Perasaan</p> <p>Penguatan</p> <p>Eksplorasi</p> <p>Penguatan</p> <p>Mulai merilekskan badan.</p> <p>Konselor mulai memperdalam trance.</p>	
--	--	--	--	--

	Baiklah mulai sekarang adik harus merubah sikap adik menjadi ebih baik dan len=bih meningkatkan self defference adik di dalam diri karena dengan meningkatkan self		
--	--	--	--

	defference adik di dalam diri adik, adik akan menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya bagaimana keadaannya sekarang?	Konseli Ya bu, saya sekarang ini sudah mulai merubah sikap saya dengan baik dan akan mentaati peraturan yang ada di sekolah demi belajar dan saya akan mulai mencontoh sara dari teman saya, mulai	Mulai memberikan sugesti skill yang Digunakan Menanyakan pengalaman konseli selama dihipnosis Pengakhiran
	Akhir Konseling  Baiklah sepertinya kamu ada jam pelajaran lagi, dan kamu ibu persilahkan kembali ke kelas.  Baik silahkan	sekarang saya akan merubah kebiasaan saya itu untuk bisa menerima saran teman dan mentaati peraturan yang ada.  Ya bu, dan saya permisi dulu.	
	5. Follow Up Pada tahapan ini dilihat apakah proses konseling yang dilaksanakan dengan konseli berhasil atau tidak. Kalau dianggap belum berhasil maka calon konselor melakukan pengulangan proses konseling dengan konseli		
	a. Question Bertanya kepada klien dengan tujuan untuk mengumpulkan informasi penting untuk konseling		
	b. Perincian Memasukkan informasi-informasi yang relevan ke dalam kategori-kategori yang jelas		
	c. Konfrontasi Menggunakan informasi-informasi tersebut untuk menunjukkan pada klien ada ketidakonsekuensi		
	d. Penjelasan Memberitahu klien tentang apa yang dipikirkan ahli konseling yang akan terjadi		
	e. Ilustrasi Perbandingan-perbandingan anekdot dan kiasan-kiasan digunakan ahli konseling untuk memperkuat penjelasan dan konfrontasi		
	f. Konfirmasi Konfrontasi yang digunakan untuk mendukung istilah-istilah yang sama dari konfrontasi dari sebelumnya		

PROSEDUR	<p>g. Interpretasi Mengemukakan cara-cara untuk memahami situasi dengan tujuan untuk mengoreksi distorsi dan pengelompokan kembali pengalaman-pengalaman klien.</p> <p>h. Perwujudan Menyimpulkan posisi klien untuk membantu pembuatan keputusan</p>
TEKNIK	<p>Teknik yang digunakan dalam penelitian ini untuk meningkatkan self defference melalui self management</p> <p>Teknik ini digunakan untuk memperkuat dorongan-dorongan motivasi yang berada didalam dirinya dengan mengutamakan pengelolaan diri dari kelemahan dan kekuatan yang dimiliki.</p>

### Penugasan

- d) Berlatih melakukan standar-standar self defference yang baik

Contoh : melakukan self defference

- e) berlatih mengisi buku harian
- f) Mengisi, menulis buku harian dalam situasi self defference.

TABEL.03. SKOR KRITERIA SELF DEFFERENCE

SKOR	KRITERIA
81-100	Sangat Tinggi
61-80	Tinggi
41-60	Sedang
0-40	Rendah

### Penugasan Langkah-langkah :

16. Mengumpul data, mengolah dan menganalisis data
17. Menjalankan prosedur
18. Menyusun dan menyajikan RPBK
19. Menyebarkan instrument kuesioner
20. Menata ruangan

### G. Sumber

Dharsana, Ketut.2013. *Teori-Teori Konseling(Diktat)*.Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

Dharsana, Ketut. 2014. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

Dharsana, Ketut. 2014. *Model-Model Teori, Teknik, Skill Bimbingan Konseling*. Singaraja:Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

### H. Media dan alat

- 7) Media : Kuesioner, Buku Harian,
- 8) Alat : Laptop, LCD, Buku

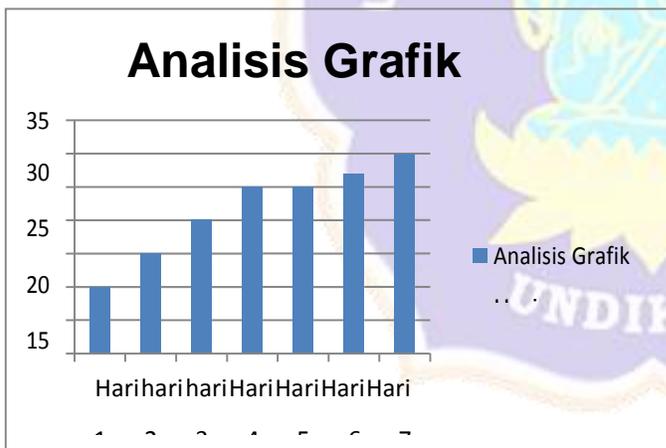
### I. Buku Harian Self Defference

Tabel 04. Buku Harian Self Defference

No	Hari/ tanggal	Situasi	INDIKATOR			Kriteria pencapaian (0-100)
			menerima saran-saran dari orang lain	mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain	mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	
1	Senin, 9-02-2015 jam 07.30-13.00	Belajar di dalam kelas	Saya sangat tidak suka ketika saya diskusi jawaban saya di kritik	Saya tidak pernah merasa jawaban yang saya sampaikan salah	Saya tidak suka jika saya di beritahu oleh teman padasaat diskusi	10

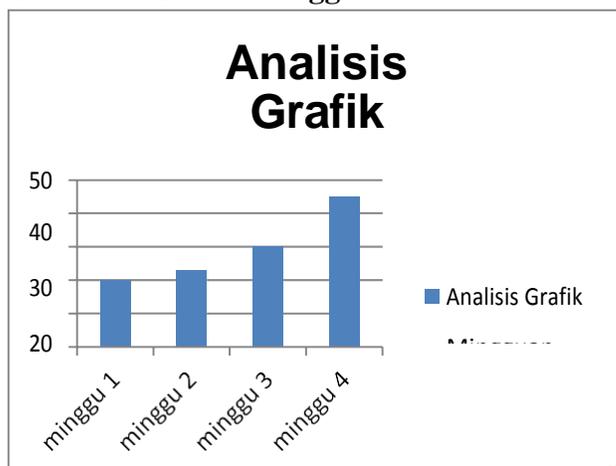
2	Senin, 9-02-2015 jam 13.00-15.00	Di rumah	Pulang sekolah saya langsung tidur	Saya tidak suka jika adik saya dimanjakan di rumah	Setiap sore saya bermain catur dengan ayah dan saya paling kesal kalao saya kalah	12
3	Selasa, 10-02-2015 jam 07.30-13.00	Di sekolah	Saya mengerjakan tugas dengan teman saya	Saya dibantu oleh teman ketika saya kesulitan dalam menghitung	Saya saling memberi masukan dalam proses diskusi di kelas	15
4	Selasa, 10-02-2015, Jam 13.00-15.00	Di rumah	Saya membersihkan halaman rumah sampai bersih	Saya membantu adik mengerjakan PR	Saya diajari ayah strategi dalam bermain catur	17

Grafik 01. Grafik Harian

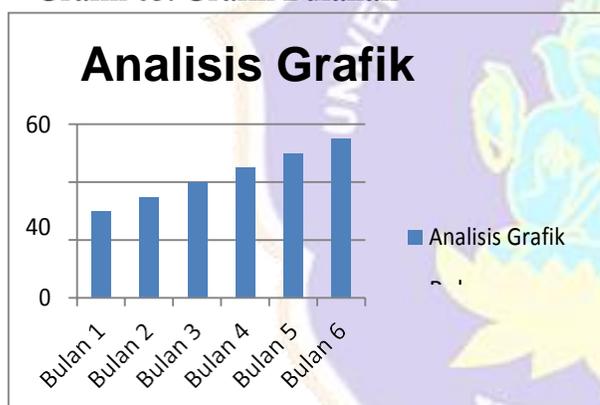


$$N = \frac{H1+H2+H3+H4+H5+H6+H7}{7}$$

7

**Grafik 02. Grafik Mingguan**

$$N = \frac{M1+M2+M3+M4}{4}$$

**Grafik 03. Grafik Bulanan**

$$N = \frac{B1+B2+B3+B3+B4+B5+B6}{6}$$

## J. Penyusunan Instrumen

### 1. Definisi Konsep

#### c. Pengertian Self Defference.

Menurut (Dharsana, 2009 : 2) "Defference adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

Adapun indikator dari self defference adalah:

- 1) Menerima saran-saran dari orang lain,
- 2) Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain,
- 3) Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang

diharapkannya.

b. Contoh-contoh orang yang memiliki self defference

Dalam lingkup kelas, orang-orang yang termasuk kategori self defference adalahkebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannyaContoh-contoh orang yang tidak memiliki self Defference yang rendah adalah orang yang tidak mentaati perintah atau aturan meliputi tidak menerima saran-saran dari orang lain, tidak mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, tidak mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.

e. Penerapan self Defference:

Penerapan self defference dapat dilakukan dengan cara atau teknik self Management

2. Definisi Oprasional

Instrumen ini digunakan untuk mengetahui pengertian self defference, orang yang memiliki self defference, dan mengetahui cara untuk menerapkan self defference dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

a. Pedoman Observasi

Observasi adalah suatu cara pengumpulan data dengan melakukan pengamatan langsung terhadap suatu obyek dalam suatu periode dan mengadakan pencatatan secara sistematis tentang hal-hal tertentu yang diamati. Adapun pedoman observasi yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 04. Pedoman observasi siswa dalam pelaksanaan tindakan bimbingan konseling

Aspek	Indikator	Tampak	Tidak Tampak
Self Defference	1. Menerima saran-saran dari orang lain, 2)		
	2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain		
	3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya		

Tabel 05. Hasil pengamatan observasi self defference di kelas X PH C

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	AAM	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	DMKAW	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GAW	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GEDP	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GNR	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	IGRA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	IWR	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KAP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)

9	KES	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KJ	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KNV	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KPD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KRD	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KS	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KW	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KYS	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KW	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KB	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	KDDP	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	KITW	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	KJA	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	KNL	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	KSD	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	KSAM	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	KS	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	KY	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	LDMW	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	LH	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	LPMP	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	MQ	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	NKC	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	NLSA	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PDSD	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PRIS	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	WB	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	WC	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)
No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak

Berdasarkan Konseling Individu sebanyak 4 orang diketahui jumlah kriteria Sangat Tinggi sebanyak 1 orang, Tinggi sebanyak 1 orang, Sedang sebanyak 2 orang, Rendah sebanyak 0 orang. Maka setelah dilakukan Konseling Individu setiap siswa sekarang sudah memiliki Self Defference jadi penanganan yang dilakukan melalui 4 seting berjalan dengan baik.

#### b. Pedoman wawancara

Wawancara adalah suatu cara pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan saat bertatap muka dalam suatu pertemuan secara langsung. Adapun pedoman wawancara yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 08. Pedoman Wawancara Siswa Tentang Self defference

Pertanyaan	Jawaban Siswa	Keterangan
------------	---------------	------------

Coba kamu ulangi pengertian dari self defference yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, <b>self defference adalah kebutuhan mentaati aturan dan perinyah.</b>	Siswa sudah paham tentang pengertian self defference
	Saya masih bingung bu belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian self defference
Coba sebutkan indiator-indikator dari self defference!	Indikator dari self defference adalah: 1. mentaati peraturan 2. mematuhi perintah 3. mengikuti petunjuk	Siswa sudah paham
	Saya lupa bu, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator self defference
Siapa yang tau dan dapat menyebutkan contoh-contoh dari orang yang memiliki self defference tinggi dan rendah misalkan di dalam kelas?	Saya bu, contoh orang yang memiliki self defference yang tinggi adalah ketua kelas, kepala sekolah, pak dosen, pak bupati, pak gubernur, pak presiden dan menteri	Siswa sudah paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki self defference
	Kemudian orang yang memiliki minat self defference adalah anak yang suka bolos tidak pernah masuk sekolah bu, jarang bergaul dengan teman, suka menyendiri.	
	Saya tidak tau bu	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki self defference

#### d. Kuisisioner Self Defference

Tabel 07. Kisi-kisi instrumen

Variabel	Dimensi/aspek	No Butir		
		Positif	Negatif	Jumlah
Kecenderungan Self Defference	1. mendapatkan keterangan apa yang dipikirkan orang lain	1,2,3	4,5	5
	2. menerima saran dari orang lain	6,7,8,9,13,14,15,16,20,21,22,23	10,11,12,17, 18, 19,24,25, 26	21
	3. mengikuti petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	27,28,29,30,34,35, 36, 37	31,32,33,38,39, 40	14
	Jumlah	23	17	40

Tabel 09. Standar Kriteria Self defference

SKOR	KRITERIA NILAI	KATEGORI	KET
5	81 – 100	Sangat Tinggi	
4	61 – 80	Tinggi	
3	41 – 60	Kurang	
2	21 – 40	Rendah	
1	0 – 20	Rendah Sekali	

#### Rumus:

Skor Ideal = jumlah item x skor maksimal

$$SMI = \frac{X_a}{\bar{X}_i} \times 100$$

#### e. Kuesioner Self Defference

### KUESIONER DEFFERENCE

#### 2. Identitas Responden:

Nama : .....  
 Kelas : .....  
 Sekolah : .....  
 Hari/ Tanggal : .....

### 3. Petunjuk

Dalam instrumen ini terdapat 30 butir pernyataan yang kesemuanya merupakan gambaran keadaan diri kita masing-masing. Sebelum menjawab dan menentukan pilihan pada masing-masing pernyataan tersebut, anda perlu mengetahui beberapa hal berikut ini :

1. Bayangkan situasi di bawah ini seolah-olah sedang dan pernah anda hadapi dan kerjakan.
- k) Mantapkanlah pilihan atau tanggapan anda terhadap peristiwa atau pernyataan tersebut, dan bubuhkanlah tanda silang (  $\checkmark$  ) di kolom lembar jawaban yang telah disediakan. Adapun pilihan yang dapat anda sampaikan adalah sebagai berikut:
 

SS : bila anda Sangat Sesuai S  
       : bila anda Sesuai

KS : bila anda Kurang Sesuai TS  
       : bila anda Tidak Sesuai

STS : bila anda Sangat Tidak Sesuai
- l) Instrumen ini tidak mempunyai hubungan sama sekali dengan kegiatan akademik anda, sehingga apapun jawaban yang akan anda berikan tidak akan mempengaruhi prestasi belajar anda. Maka jawablah sesuai dengan kata hati anda sendiri.
- m) Jangan sampai ada pernyataan yang terlewat dan silahkan mengisi formulir

**Selamat Mengerjakan**

### 1. Pernyataan

No.	Butir (+/-)	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
1	+	Saya datang ke sekolah tepat waktu					
2	+	Saya memakai seragam dan atribut sekolah dengan baik					
3	+	Dengan mematuhi aturan di sekolah saya merasa sangat senang					
4	+	Saya berada di kelas sebelum bel masuk kelas berbunyi					
5	-	Saya tidak pernah datang ke sekolah tepat waktu					
6	+	Saya selalu menceritakan hal yang saya alami kepada orang lain					
7	+	Saya mudah menerima kritikan dan saran dari orang lain					
8	+	Saya selalu menerima keberadaan orang lain					
9	+	Saya selalu meminta bantuan kepada orang lain di saat saya kesusahan					
10	-	Saya tidak pernah menceritakan hal yang saya alami dengan orang lain					
11	-	Saya tidak mudah menerima kritikan dan saran dari orang lain					
12	-	Jika saya dimarahi orang lain dengan kelakuan saya, saya akan merasa marah					
13	+	Saya selalu mentaati apa yang dikatakan oleh orang tua					
14	+	Saya berusaha menaati apa yang dikatakan oleh teman dan itu baik bagi saya					

15	+	Saya akan menjalankan perintah yang dikatakan teman yang saya percaya					
16	+	Saya sering menjalankan amanat yang diberikan oleh orang tua					
17	-	Saya tidak pernah mentaati apa yang dikatakan orang tua					
18	-	Saya sering melanggar perintah yang ditetapkan orang lain kepada saya					
19	-	Saya akan marah jika ada teman saya yang memerintahkan sesuatu kepada saya					
20	+	Jika ada teman berpendapat kepada saya, saya akan menerimanya					
21	+	Kadang pendapat teman yang menjelekkan saya, saya tetap menerimanya karena akan saya jadikan pelajaran di dalam diri					
22	+	Saya akan menerima pendapat teman saya meskipun pendapat teman saya dengan saya berbeda					
23	+	Jika ada teman saya yang berbicara kepada saya, saya akan mendengarkan dengan antusias					
24	-	Jika ada teman berpendapat kepada saya, saya akan merasa tersinggung dan marah					
25	-	Jika teman saya sedang berbicara kepada saya kadang saya tidak memperhatikannya					
26	-	Saya tidak pernah menghiraukan pendapat teman saya kepada saya					
27	+	Saya sudah berada di sekolah sebelum bel pembelajaran dimulai					
28	+	Saya selalu mentaati peraturan yang telah ditetapkan di sekolah					
29	+	Saya memakai seragam sekolah sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan					
30	+	Dengan mematuhi aturan di sekolah saya merasa sangat senang					
31	-	Saya kadang membolos bersama teman pada saat jam pelajaran di sekolah					
32	-	Karena ajakan teman saya sering tidak masuk sekolah					
33	-	Saya tidak pernah datang ke sekolah tepat waktu					
34	+	Saya selalu memperhatikan guru pada saat menjelaskan pembelajaran di dalam kelas					
35	+	Dalam proses pembelajaran di kelas jika ada teman yang ribut saya akan memarahinya karena akan mengganggu konsentrasi belajar					
36	+	Saya selalu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru kepada saya					
37	+	Saya sering mencontek pekerjaan teman					
38	-	Saya sering membuat keributan pada saat jam pelajaran berlangsung					
39	-	Jika saya bosan belajar di kelas, saya akan membuat coretan-coretan di buku untuk menghilangkan kejenuhan saya pada saat belajar					
40	-	Saya lebih suka diam menunggu teman mengerjakan tugas daripada saya yang mengerjakan tugas tersebut					

## 5. Pedoman Pelatihan

Latihan mengisi Buku Harian, seperti:

2. Mempersiapkan buku tulis kosong, gunting, penggaris dan pulpen, kemudian buat format buku harian dengan menggunting bagian atas kertas dan membuat tabel format buku harian self defference seperti contoh di atas.
3. Mulai mengisi buku harian sesuai dengan tanggal dan situasi saat menulis buku harian self defference, kemudian tulis kegiatan/ perilaku saat situasi tersebut sesuai dengan indikator self defference dalam masing-masing kolom yang sudah dibuat.
4. Memberikan skor pada kolom terakhir, rentang skor yang diberikan antara 1-100, jika mengalami peningkatan pemberian skor tidak tinggi

dari skor awal (misalkan skor awal 10, jika mengalami peningkatan diberikan skor 12/15).

5. Setelah memberikan skor lalu membuat grafik harian, mingguan dan bulanan.
6. Pedoman singkat guru BK
  22. Mempersiapkan RPBKself defference
  23. Mempersiapkan pedoman observasi
  24. Mempersiapkan pedoman wawancara
  25. Mempersiapkan buku harianself defference
  26. Mempersiapkan instrumen self defference
  27. Mempersiapkan media

Rekomendasi :

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada siklus I, II, II, dan IV di SMK Negeri 1 Singaraja dinyatakan bahwa Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Self Defference Siswa Kelas X PH C SMK Negeri 1 Singaraja Tahun Ajaran 2020 sudah mengalami peningkatan.



## Lampiran 22.

## Kuesioner Pretest Eksperiment

## SELF DEFFERENCE

Identitas Responden

Nama : Agus Adi Muliantara  
 Kelas : X PHC  
 Sekolah : SMK N 1 Singaraja  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1			✓		
2		✓			
3		✓			
4			✓		
5		✓			
6				✓	
7		✓			
8					✓
9			✓		
10			✓		
11			✓		
12		✓			
13			✓		
14		✓			
15		✓			
16		✓			
21			✓		
22				✓	
23				✓	
24				✓	
25				✓	
26					✓
27			✓		
28		✓			
29					✓
30				✓	
31		✓			
32		✓			
33		✓			
34			✓		
35					✓
36				✓	
37		✓			



17	✓				
18			✓		
19				✓	
20			✓		

38		✓			
39			✓		
40		✓			



### SELF DEFFERENCE

Identitas Responden

Nama : Gede Ari Widiawan  
 Kelas : X PHC  
 Sekolah : SMK N 1 Singaraja  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1			✓		
2		✓			
3			✓		
4		✓			
5		✓			
6		✓			
7			✓		
8		✓			
9				✓	
10			✓		
11		✓			
12			✓		
13		✓			
14		✓			
15				✓	
16		✓			

21		✓			
22			✓		
23				✓	
24				✓	
25		✓			
26				✓	
27		✓			
28				✓	
29				✓	
30			✓		
31		✓			
32			✓		
33				✓	
34		✓			
35			✓		
36			✓		
37		✓			

17			✓		
18			✓		
19				✓	
20				✓	

38	✓				
39		✓			
40				✓	

## SELF DEFFERENCE

Identitas Responden

Nama : Dewa Made Kramas AW  
 Kelas : X PHC  
 Sekolah : SMK N 1 091  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1				✓	
2				✓	
3			✓		
4		✓			
5		✓			
6					✓
7		✓			
8			✓		
9				✓	
10		✓			
11			✓		
12		✓			
13			✓		
14		✓			
15			✓		
16				✓	

21		✓			
22			✓		
23			✓		
24		✓			
25					✓
26			✓		
27			✓		
28			✓		
29					✓
30		✓			
31		✓			
32					✓
33		✓			
34					✓
35			✓		
36					✓
37		✓			

17			✓		
18				✓	
19				✓	
20				✓	

38					✓
39				✓	
40					✓

## Lampiran 23.

### Kuesioner Pretest Kontrol

**SELF DEFFERENCE**

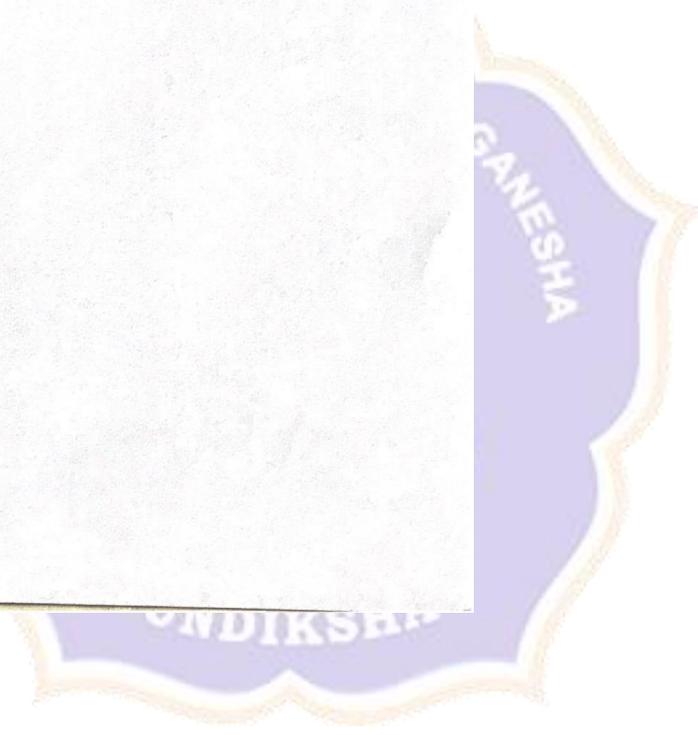
Identitas Responden

Nama : Desak Kadet Wulandari  
 Kelas : X BPPMB  
 Sekolah : SMK N 1 Singaraja  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
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				✓	

17			✓		
18			✓		
19				✓	
20				✓	

38		✓			
39				✓	
40				✓	



## SELF DEFFERENCE

Identitas Responden

Nama : Amanda Sri Wahyuni  
 Kelas : X BOPM B  
 Sekolah :  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1					✓
2		✓			
3			✓		
4		✓			
5		✓			
6	✓				
7		✓			
8			✓		
9				✓	
10		✓			
11			✓		
12		✓			
13				✓	
14		✓			
15			✓		
16			✓		

21				✓	
22		✓			
23			✓		
24		✓			
25				✓	
26			✓		
27				✓	
28	✓				
29				✓	
30		✓			
31		✓			
32			✓		
33		✓			
34				✓	
35		✓			
36			✓		
37				✓	

17		✓			
18			✓		
19				✓	
20		✓			

38		✓			
39			✓		
40				✓	

ANESHA

## SELF DEFFERENCE

## Identitas Responden

Nama : Adin Badun  
 Kelas : X BOPMB  
 Sekolah : SMK N. 1 Singaraja  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1		✓			
2		✓			
3		✓			
4			✓		
5				✓	
6	✓				
7		✓		✓	
8		✓			
9			✓		
10			✓		
11			✓		
12			✓		
13			✓		
14		✓			
15	✓				
16		✓			

21					✓
22	✓				
23				✓	
24				✓	
25				✓	
26	✓				
27				✓	
28		✓			
29					✓
30				✓	
31		✓			
32					✓
33					✓
34		✓			
35				✓	
36				✓	
37					✓

17		✓		
18			✓	
19	✓		✓	
20			✓	

21	✓			
22			✓	
23	✓			



## Lampiran 24.

## Kuesioner Posttest Eksperiment

## SELF DEFFERENCE

Identitas Responden

Nama : Gede An Widiawan  
 Kelas : X PHC  
 Sekolah : SMF N 1 Singaraja  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1			✓		
2		✓			
3			✓		
4		✓			
5		✓			
6		✓			
7			✓		
8		✓			
9				✓	
10			✓		
11		✓			
12			✓		
13		✓			
14		✓			
15				✓	
16		✓			

21		✓			
22			✓		
23				✓	
24				✓	
25		✓			
26				✓	
27		✓			
28				✓	
29		✓		✓	
30		✓		✓	
31				✓	
32			✓		
33				✓	
34		✓			
35				✓	
36				✓	
37				✓	

17			✓	
18			✓	
19				✓
20				✓

21		✓		
22			✓	
23				✓



## SELF DEFFERENCE

Identitas Responden

Nama : Dewa made kramar artha w  
 Kelas : X PHC  
 Sekolah : Smk N 1 Sgr  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1				✓	
2				✓	
3			✓		
4		✓			
5		✓			
6					✓
7		✓			
8			✓		
9				✓	
10		✓			
11			✓		
12		✓			
13			✓		
14		✓			
15			✓		
16				✓	

21		✓			
22					✓
23			✓		
24		✓			
25					✓
26			✓		
27					✓
28			✓		
29					✓
30		✓			
31		✓			
32					✓
33		✓			
34		✓			
35				✓	
36				✓	
37		✓			

17		✓			
18			✓		
19			✓		
20		✓			

36		.		✓	
39			✓		
40				✓	

## SELF DEFFERENCE

Identitas Responden

Nama : Agus Adi Muliantara

Kelas : X PHC

Sekolah : SMK N 1 Singaraja

Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1			✓		
2		✓			
3		✓			
4			✓		
5		✓			
6				✓	
7		✓			
8					✓
9			✓		
10			✓		
11			✓		
12		✓			
13			✓		
14		✓			
15		✓			
16		✓			

21		✓			
22			✓	✓	
23			✓		
24			✓		
25			✓		
26					✓
27			✓		
28			✓		
29					✓
30			✓		
31			✓		
32			✓		
33					✓
34			✓		
35				✓	
36				✓	
37		✓			

17		✓		.	
18		✓		.	
19				✓	
20		✓			

38			✓		
39				✓	
40			✓		



## Lampiran 24.

### Kuesioner Posttest Kontrol

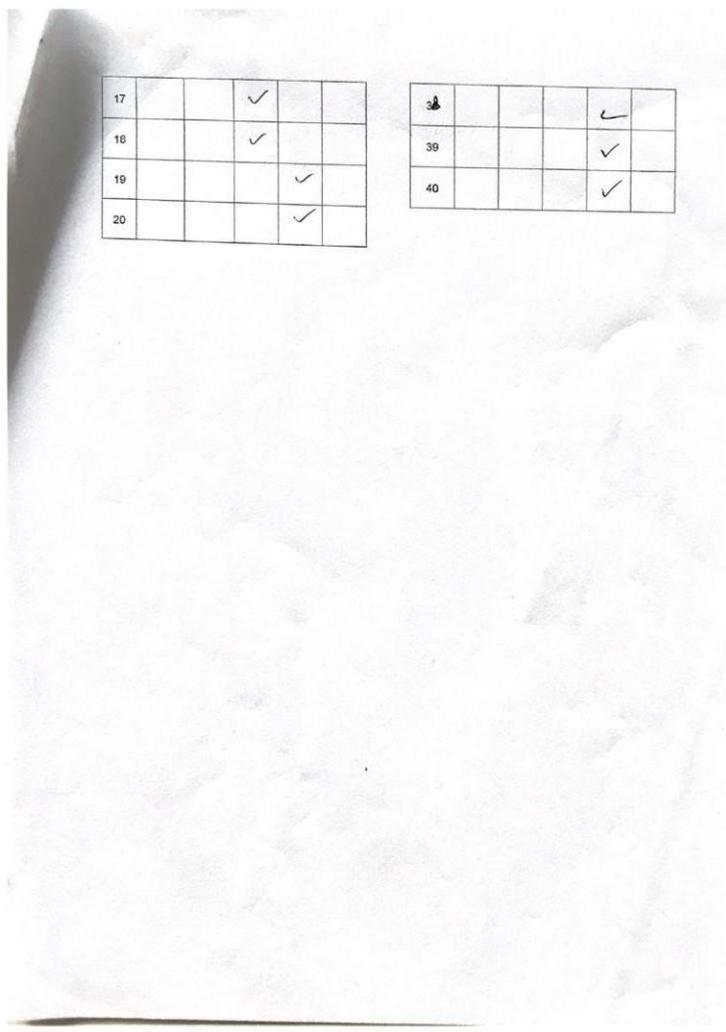
**SELF DEFFERENCE**

Identitas Responden

Nama : Desak Kadek Wulandari  
 Kelas : X BPPMB  
 Sekolah : SMK N 1 Singaraja  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1				✓	
2		✓			
3				✓	
4			✓		
5			✓		
6		✓			
7			✓		
8				✓	
9				✓	
10			✓		
11				✓	
12			✓		
13		✓			
14		✓			
15				✓	
16		✓			
21				✓	
22				✓	
23		✓			
24				✓	
25		✓			
26		✓			
27		✓			
28		✓			
29					✓
30		✓			
31					✓
32				✓	
33					✓
34				✓	
35				✓	
36		✓			
37				✓	





17			✓		
18			✓		
19				✓	
20				✓	

38				✓	
39				✓	
40				✓	



SELF DEFFERENCE

Identitas Responden

Nama : Annanda Sri Wahyuni  
 Kelas : X Bopm R  
 Sekolah : smk N1 595  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1			✓		
2				✓	
3			✓		
4		✓			
5		✓			
6		✓			
7		✓			
8			✓		
9				✓	
10		✓			
11			✓		
12				✓	
13		✓			
14				✓	
15			✓		
16			✓		

21				✓	
22	✓				
23			✓		
24	✓				
25				✓	
26			✓		
27				✓	
28	✓				
29			✓		
30	✓				
31	✓				
32			✓		
33				✓	
34				✓	
35				✓	
36			✓		
37				✓	
38	✓				

17		✓			
18			✓		
19		✓			
20				✓	

38				✓	
39			✓		
40				✓	

## SELF DEFFERENCE

Identitas Responden

Nama : Adin Badrun  
 Kelas : X BPPMB  
 Sekolah : SMK N 1 Singaraja  
 Hari Tanggal :

NO	ST	T	K	R	RS
1		✓	✗		
2		✓			
3		✓			
4			✓		
5				✓	
6					✓
7				✓	
8		✓			
9			✓		
10			✓		
11			✓		
12			✓		
13			✓		
14		✓			
15			✓		
16		✓			

21					✓
22	✓				
23			✓		
24			✓		
25			✓		
26		✓			
27			✓		
28		✓			
29				✓	
30			✓		
31		✓			
32		✓			
33		✓			
34			✓		
35			✓		
36			✓		
37		✓			

17				✓	
18				✓	
19				✓	
20			✓		

<del>38</del>					✓
39	✓				
40		✓			

### Lampiran 25. Dokumentasi Implementasi Teknik Restrukturisasi Pikiran

<p>Tahapan I Assesment dan Diagnosa</p>	<p>Observasi</p> 
	<p>Wawancara</p> 
	<p>Penyebaran alat ukur dan mengumpulkan informasi</p> 
<p>Tahap II Mengidentifikasi Pola</p>	<p>Konselor meminta konseli mendeskripsikan pikiran-pikiran negative dalam dirinya dan pemikiran positif</p>

<p>Pikir Konseli Yang Irrasional</p>	<p>dalam dirinya</p> 
<p>Tahap III Pengenalan Praktik Copying Thought</p>	<p>Konselor menjelaskan pengertian, tujuan, dan penggunaan Copying Thought dan memberi beberapa contoh yang bisa digunakan konseli</p> 
	<p>Konselor meminta konseli membuat Copying Thought yang dapat digunakan atau dapat diaplikasikan</p> 
<p>Tahap IV Memindahkan Pikiran Negatif ke Copying Thought</p>	<p>Konselor memberikan contoh bagaimana membedakan pikiran negative ke Copying Thought dan mendorong konseli untuk mempraktikkannya</p>

	
<p>Tahap V Menjelaskan dan Mempraktikkan Pernyataan Positif</p>	<p>Konselor mendorong konseli untuk melakukan dan mempraktikkan pernyataan positif pada dirinya</p> 
<p>Tahap IV Pekerjaan Rumah dan Tindak Lanjut</p>	<p>Konselor meminta konseli mencatat lembar tugas, membantu konseli mengevaluasi dan menjaga kemajuan yang telah dicapai dan tindak lanjut</p>

UNDIKSHA

## Lampiran 26.

### Riwayat Hidup



Muhammad Abdul Aziz Lahir di Serang Banten pada tanggal 01 Januari 1997. Penulis lahir dari pasangan suami istri Bapak Gaffar Akkas, dan Ibu Imas Masitoh. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Islam. Kini penulis beralamat di Jalan Sudirman gang3 no. 15, Singaraja. Penulis menyelesaikan Pendidikan Dasar di SD Negeri 3 Gunungsari, lulus Pada Tahun 2010. Kemudian melanjutkan di SMP Negeri 1 Sukaratu, lulus tahun 2013. Pada tahun 2016 penulis lulus dari SMA Negeri 6 Tasikmalaya Jurusan IPA. Penulis melanjutkan pendidikan S1 Program Studi Bimbingan Konseling di Universitas Pendidikan Ganesha. Pada semester akhir tahun 2020 penulis telah menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Efektivitas Konseling Kognitif Behavioral Dengan Teknik Restrukturisasi Pikiran Untuk Meningkatkan Self Defference Siswa”.

