

# 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

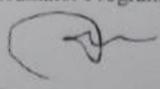
Dengan Hormat,

Bersama surat ini saya sampaikan permohonan kehadapan 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


 PEMERINTAH PROVINSI BALI  
 DINAS PENDIDIKAN KEMUDAAN DAN OLARAGA  
**SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 1 SINGARAJA**  
 Jl. Pemasoka No. 6 Telp. (0362) 22187 Fax (0362) 23166  
 SINGARAJA - BALI  
 Website : www.smkn1singaraja.sch.id  
 e-Mail : smkn1\_sgr@yahoo.com
 

---

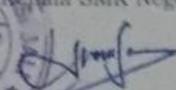
**SURAT KETERANGAN**  
 NOMOR : 423.1/147.04/SMKN1.SGR/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMK Negeri 1 Singaraja, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali dengan ini menerangkan bahwa :

NAMA	: Muhammad Iqbal
NIM	: 1611011002
UNIVERSITAS	: Pendidikan Ganesha Singaraja
PROGRAM STUDI	: Bimbingan Konseling
FAKULTAS	: Ilmu Pendidikan

telah melaksanakan penelitian di kelas X<sup>A</sup> AKL dan X<sup>B</sup> AKL pada tanggal 03 Oktober 2019 s.d 03 Pebruari 2020. Terkait dengan Penelitian yang berjudul : **“EFEKTIVITAS PENDEKATAN KONSELING RASIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL DENGAN SETTING NEURO LINGUISTRE PROGRAMING UNTUK MENINGKATKAN SELF DEFFERENCE SISWA”** Tahun Pelajaran 2019/2020.

Demikian Surat Keterangan ini kami buat dengan sebenarnya agar di gunakan sebagaimana mestinya.


 Singaraja, 01 Juli 2020  
 Kepala SMK Negeri 1 Singaraja,  
  
**Wayan Gunastra, S.Pd., M.Pd.**  
 Pembina Tk I  
 NIP.19621231 198703 1 256

**Lampiran 3 Uji Pakar I****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.	✓		

Singaraja.....  
Judges I,



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



#### Lampiran 4 Surat Pernyataan

#### PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa, skripsi yang berjudul “**Efektivitas Teori Konseling Rasional Emotive Behavior Dengan Teknik *Neuro Linguistic Programming* Untuk Meningkatkan *Self Defference* Siswa Smk Negeri 1 Singaraja**” beserta isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip 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 dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau klain terhadap keaslian karya saya ini.



Singaraja, 15 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan,

Muhamad Iqbal

1611011002

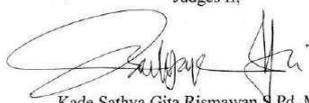
**Lampiran 5 Uji Pakar II****PENILAIAN PAKAR II**

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.	✓		

Singaraja,  
Judges II,



Kade Sathya Gita Rismawan, S.Pd., M.Pd  
NIP. -



**Lampiran 6 Uji Coba LJK**

**Lembar Jawaban Kuesioner Self Deffrence**

**Identitas Responden**

Nama  
Kelas  
Sekolah  
Hari Tanggal

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

No	ST	T	K	R	RS
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					

### Lampiran 7 Hasil Observasi

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	AF	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	DNAK	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GAAY	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GT	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GYA	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	KA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	KCGJ	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KJM	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KSY	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KSM	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KW	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KA	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KD	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KSS	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KA	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KAL	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)

17	KIPA	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KP	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	KTAP	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	LDA	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	LEFP	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	LERW	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	LL	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	LTA	Siswa ini /Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	MRWK	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	NKVD	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	NPEMA	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	NPRAY	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	NBPG	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	NSD	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	PD	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	PEAU	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PIS	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PLSR	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	PMPLP	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	PNWA	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)

## Lampiran 8 Kuisioner *Self Defference*

### KUESIONER DEFFERENCE

#### 1. 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

### Selamat Mengerjakan

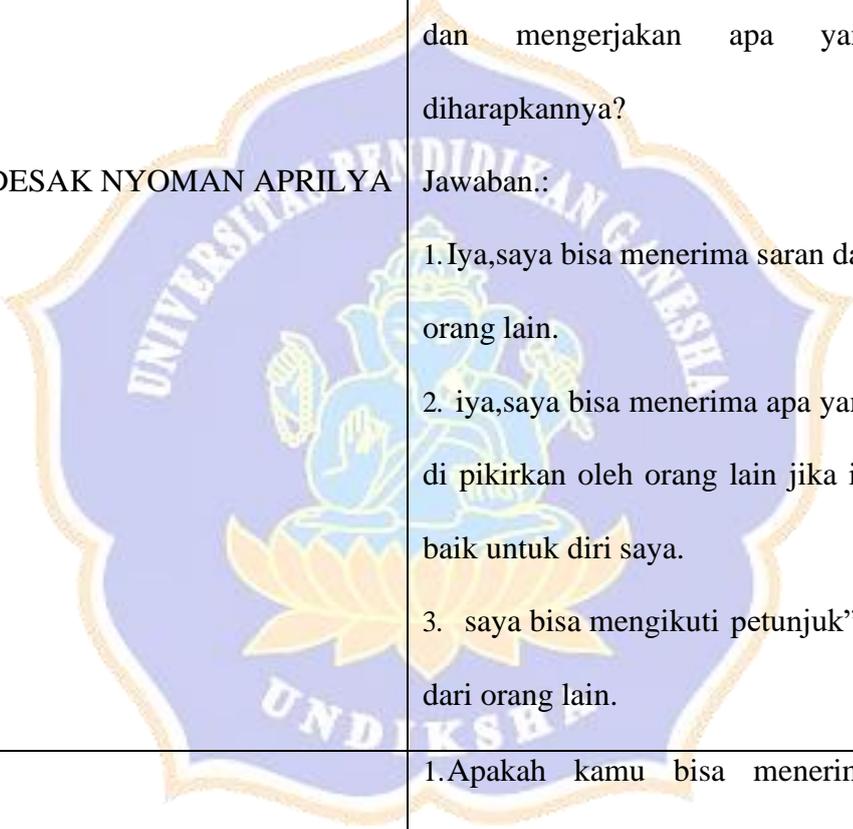
#### 1. Pernyataan

No.	Butir (+/-)	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 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

**Lampiran 9 Hasil Wawancara**

NO	Nama	Hasil Wawancara
1	<p>APING FIRMANSYAH</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. Iya, Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Lain Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</p> <p>2. Iya, Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang di pikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. iya, saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan</p>

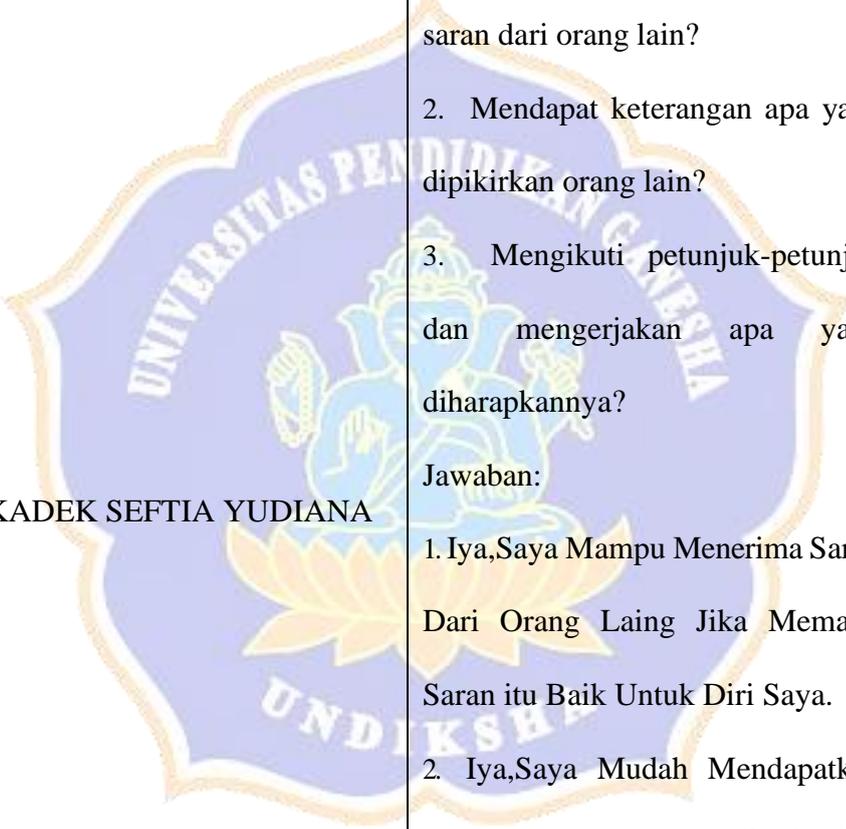
		harapan,.
2	<p>DESAK NYOMAN APRILYA</p> 	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.:</p> <p>1. Iya, saya bisa menerima saran dari orang lain.</p> <p>2. iya, saya bisa menerima apa yang di pikirkan oleh orang lain jika itu baik untuk diri saya.</p> <p>3. saya bisa mengikuti petunjuk” dari orang lain.</p>
3	<p>GEDE AGUS ARTA YASA</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk</p>

		<p>dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1. iya, saya bisa menerima saran dari orang lain atau teman saya.</p> <p>2. kadang-kadang saya bisa menerima pendapat dari orang lain.</p> <p>3. kadang-kadang saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk dari orang lain jika itu petunjuknya baik untuk saya ikuti.</p>
4	<p>GEDE TRIANA</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. Iya, Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Lain Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri</p>

		<p>Saya.</p> <p>2. Iya,Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang di pikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. iya,saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan harapan</p>
5	<p>GEDE YUDA ARIANA</p>	<p>1.Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1.iya,saya bisa menerima saran dari orang lain atau teman saya.</p> <p>2. kadang-kadang saya bisa menerima pendapat dariorang lain.</p>

		<p>3. kadang-kadang saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk dari orang lain jika itu petunjuknya baik untuk saya ikuti.</p>
6	<p>KADEK AGUS ARNAWA</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.:</p> <p>1. Iya, saya bisa menerima saran dari orang lain.</p> <p>2. iya, saya bisa menerima apa yang di pikirkan oleh orang lain jika itu baik untuk diri saya.</p> <p>3. saya bisa mengikuti petunjuk” dari orang lain.</p>
7	<p>KADEK CITRA GOTRA JAYA</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang</p>

		<p>dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1. iya, saya bisa menerima saran dari orang lain atau teman saya.</p> <p>2. kadang-kadang saya bisa menerima pendapat dari orang lain.</p> <p>3. kadang-kadang saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk dari orang lain jika itu petunjuknya baik untuk saya ikuti.</p>
8	<p>KADEK JUNI MAHADIKA</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.:</p> <p>1. Iya, saya bisa menerima saran</p>

		<p>dari orang lain.</p> <p>2. iya,saya bisa menerima apa yang di pikirkan oleh orang lain jika itu baik untuk diri saya.</p> <p>3. saya bisa mengikuti petunjuk” dari orang lain.</p>
9	<p>KADEK SEFTIA YUDIANA</p> 	<p>1.Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. Iya,Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Laing Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</p> <p>2. Iya,Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang di pikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman</p>

		<p>saya.</p> <p>3. iya,saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan harapan,.</p>
10	<p>KADEK SINTIA MARSELA</p>	<p>1.Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1.iya,saya bisa menerima saran dari orang lain atau teman saya.</p> <p>2. kadang-kadang saya bisa menerima pendapat dariorang lain.</p> <p>3. kadang-kadang saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk dari orang lain jika itu petunjuknya baik untuk saya ikuti.</p>

11	KADEK WULANTARI	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. Iya, Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Lain Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</p> <p>2. Iya, Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang di pikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. iya, saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan harapan,.</p>
----	-----------------	---

12	<p>KETUT ANGGRENI</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.:</p> <p>1. Iya, saya bisa menerima saran dari orang lain.</p> <p>2. iya, saya bisa menerima apa yang di pikirkan oleh orang lain jika itu baik untuk diri saya.</p> <p>3. saya bisa mengikuti petunjuk” dari orang lain.</p>
13	<p>KETUT DARMAYASA</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p>

		<p>Jawaban.:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Iya,saya bisa menerima saran dari orang lain.</li> <li>2. iya,saya bisa menerima apa yang di pikirkan oleh orang lain jika itu baik untuk diri saya.</li> <li>3. saya bisa mengikuti petunjuk” dari orang lain.</li> </ol>
14	<p>KETUT SANTI SUGIRI</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</li> <li>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</li> <li>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</li> </ol> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Iya,Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Laing Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</li> <li>2. Iya,Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang di pikirkan</li> </ol>

		<p>oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. iya,saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan harapan,.</p>
15	<p>KOMANG ANDRIANI</p>	<p>1.Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1.iya,saya bisa menerima saran dari orang lain atau teman saya.</p> <p>2. kadang-kadang saya bisa menerima pendapat dariorang lain.</p> <p>3. kadang-kadang saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk dari</p>

		orang lain jika itu petunjuknya baik untuk saya ikuti.
16	KOMANG AYU LIANA	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. Iya, Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Lain Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</p> <p>2. Iya, Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang dipikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. Iya, saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan</p>

		harapan,.
17	KOMANG ITA PERMANA	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1. iya saya mudah menerima saran dari teman orang lain atau teman dekat saya.</p> <p>2. saya sulit mendapatkan keterangan dari orang lain dikarenakan saya orangnya tertutup.</p> <p>3. saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk disaat saya ingin mengerjakan tugas di buku panduannya.</p>
18	KOMANG PEBRIYANTI	1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?

		<p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1. iya, saya bisa menerima saran dari orang lain atau teman saya.</p> <p>2. kadang-kadang saya bisa menerima pendapat dari orang lain.</p> <p>3. kadang-kadang saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk dari orang lain jika itu petunjuknya baik untuk saya ikuti.</p>
19	<p>KOMANG TRI ANA PRATIWI</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p>

		<p>1. Iya, Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Lain Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</p> <p>2. Iya, Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang di pikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. iya, saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan harapan,.</p>
20	LUH DESI ASTUTI	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p>

		<p>1. iya saya mudah menerima saran dari teman orang lain atau teman dekat saya.</p> <p>2. saya sulit mendapatkan keterangan dari orang lain dikarenakan saya orangnya tertutup.</p> <p>3. saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk disaat saya ingin mengerjakan tugas di buku panduannya.</p>
21	<p>LUH EKA FADILLA PRATIWI</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.:</p> <p>1. Iya, saya bisa menerima saran dari orang lain.</p> <p>2. iya, saya bisa menerima apa yang di pikirkan oleh orang lain jika itu</p>

		<p>baik untuk diri saya.</p> <p>3. saya bisa mengikuti petunjuk” dari orang lain.</p>
22	<p>LUH ETTIN REDITIA WATI</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1. iya, saya bisa menerima saran dari orang lain atau teman saya.</p> <p>2. kadang-kadang saya bisa menerima pendapat dari orang lain.</p> <p>3. kadang-kadang saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk dari orang lain jika itu petunjuknya baik untuk saya ikuti.</p>
23	<p>LUH LAKSMI</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang</p>

		<p>dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.:</p> <p>1. Iya, saya bisa menerima saran dari orang lain.</p> <p>2. iya, saya bisa menerima apa yang di pikirkan oleh orang lain jika itu baik untuk diri saya.</p> <p>3. saya bisa mengikuti petunjuk” dari orang lain.</p>
24	<p>LUH TIA ANDAYANI</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1. iya saya mudah menerima saran dari teman orang lain atau teman</p>

		<p>dekat saya.</p> <p>2. saya sulit mendapatkan keterangan dari orang lain dikarenakan saya orangnya tertutup.</p> <p>3.saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk disaat saya ingin mengerjakan tugas di buku panduannya.</p>
25	<p>MADE RICKY WIDI KUSUMA</p> 	<p>1.Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1.iya saya mudah menerima saran dari teman orang lain atau teman dekat saya.</p> <p>2. saya sulit mendapatkan keterangan dari orang lain dikarenakan saya orangnya tertutup.</p>

		<p>3.saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk disaat saya ingin mengerjakan tugas di buku panduannya.</p>
26	<p>NI KADEK VINDI DWIPIA</p>	<p>1.Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. Iya,Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Laing Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</p> <p>2. Iya,Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang di pikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. iya,saya mudah mengikuti</p>

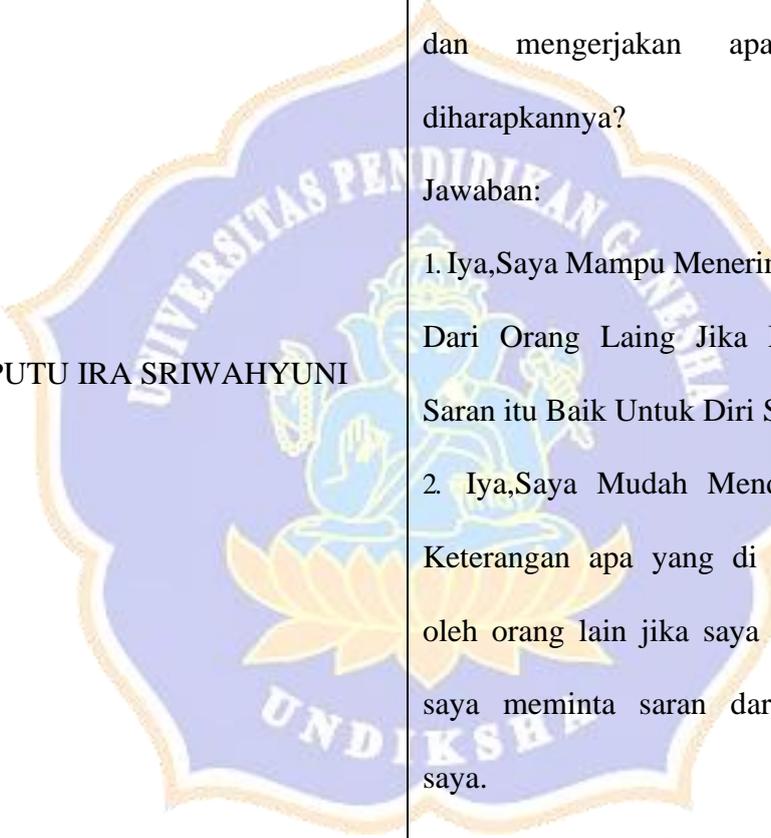
		petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan harapan,.
27	NI PUTU EKA MAHENI AGUSTIN	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1. iya, saya bisa menerima saran dari orang lain atau teman saya.</p> <p>2. kadang-kadang saya bisa menerima pendapat dari orang lain.</p> <p>3. kadang-kadang saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk dari orang lain jika itu petunjuknya baik untuk saya ikuti.</p>
28	NI PUTU RINA ANGGA YANI	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang</p>

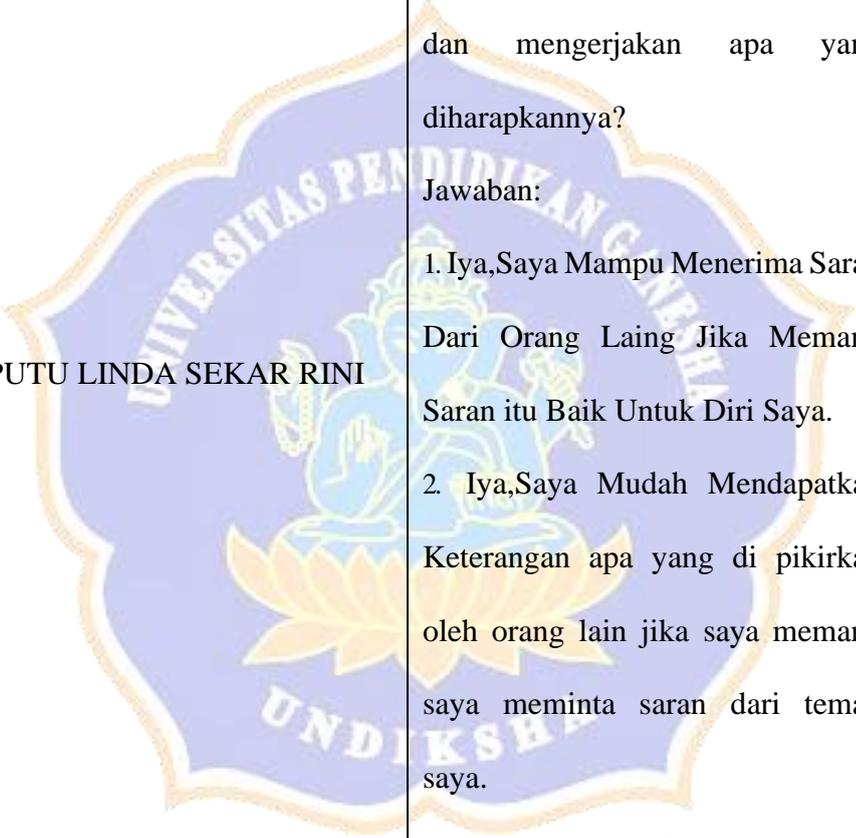
		<p>dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. Iya, Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Lain Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</p> <p>2. Iya, Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang di pikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. Iya, saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan harapan,.</p>
29	<p>NYOMAN BISMA PUTRA GANGGA</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang</p>

		<p>dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.</p> <p>1. iya saya mudah menerima saran dari teman orang lain atau teman dekat saya.</p> <p>2. saya sulit mendapatkan keterangan dari orang lain dikarenakan saya orangnya tertutup.</p> <p>3. saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk disaat saya ingin mengerjakan tugas di buku panduannya.</p>
30	<p>NYOMAN SRI DIANINGSIH</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p>

		<p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Iya,Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Laing Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</li> <li>2. Iya,Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang di pikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</li> <li>3. iya,saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan harapan,.</li> </ol>
31	PUTU DARMAYASA	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</li> <li>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</li> <li>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</li> </ol>

		<p>Jawaban.:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Iya,saya bisa menerima saran dari orang lain.</li> <li>2. iya,saya bisa menerima apa yang di pikirkan oleh orang lain jika itu baik untuk diri saya.</li> <li>3. saya bisa mengikuti petunjuk” dari orang lain.</li> </ol>
32	<p>PUTU EKA ARI UTAMI</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</li> <li>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</li> <li>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</li> </ol> <p>Jawaban.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. iya,saya bisa menerima saran dari orang lain atau teman saya.</li> <li>2. kadang-kadang saya bisa menerima pendapat dari orang lain.</li> <li>3. kadang-kadang saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk dari</li> </ol>

		orang lain jika itu petunjuknya baik untuk saya ikuti.
33	<p>PUTU IRA SRIWAHYUNI</p> 	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. Iya, Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Lain Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</p> <p>2. Iya, Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang dipikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. Iya, saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan</p>

		harapan,.
34	<p>PUTU LINDA SEKAR RINI</p> 	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. Iya, Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Lain Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</p> <p>2. Iya, Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang dipikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. Iya, saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan</p>

		harapan,.
35	<p>PUTU MIRA PRANIKA LISTIANA</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. Iya, Saya Mampu Menerima Saran Dari Orang Laing Jika Memang Saran itu Baik Untuk Diri Saya.</p> <p>2. Iya, Saya Mudah Mendapatkan Keterangan apa yang di pikirkan oleh orang lain jika saya memang saya meminta saran dari teman saya.</p> <p>3. iya, saya mudah mengikuti petunjuk-petunjuk yang saya kerjakan dan sesuai dengan</p>

		harapan,.
36	<p>PUTU NOVA WEDA ASMARA</p>	<p>1. Apakah kamu bisa menerima saran dari orang lain?</p> <p>2. Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain?</p> <p>3. Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya?</p> <p>Jawaban.:</p> <p>1. Iya, saya bisa menerima saran dari orang lain.</p> <p>2. iya, saya bisa menerima apa yang</p>

		<p>di pikirkan oleh orang lain jika itu baik untuk diri saya.</p> <p>3. saya bisa mengikuti petunjuk” dari orang lain.</p>
--	--	--

### Lampiran 9 Alur Penelitian

#### JADWAL PELAKSANAAN PENELITIAN

#### SMK NEGERI 1 SINGARAJA

No.	Waktu	Kegiatan	Sasaran
1.	9 Oktober 2019	Melakukan Observasi	Kelas Eksperimen
2.	16 Oktober 2019	Pemberian Pretest <i>Self Defference</i>	Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol
3.	23 Oktober 2019	Melakukan Treatment Pertemuan Pertama	Kelas Eksperimen
4.	6 November 2019	Melakukan Treatment Pertemuan Kedua	Kelas Eksperimen
5.	13 November 2019	Melakukan Treatment Pertemuan Ketiga	Kelas Eksperimen
6.	20 November 2019	Melakukan Treatment Pertemuan Keempat	Kelas Eksperimen
7.	4 Desember 2019	Melakukan Treatment Pertemuan Kelima	Kelas Eksperimen
8.	11 Desember 2019	Melakukan Treatment Pertemuan Keenam	Kelas Eksperimen
9.	18 Desember 2019	Melakukan Treatment Pertemuan Ketujuh	Kelas Eksperimen
10.	25 Desember 2019	Melakukan Treatment Kedelapan dan Pemberian Posttes	Kelas Eksperimen
11.	8 Januari 2020	Pemberian Follow Up 1	Kelas Eksperimen

### Lampiran 10 Hasil Pretes Eksperimen

GEDE JUNI ARTAWAN	5	3	4	4	4	5	3	3	4	5	3	4	3	3	3	5	4	3	5	5	3	5	5	3	4	4	3	3	3	3	114	Tinggi
GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	2	3	4	3	2	2	3	4	2	3	4	2	3	4	4	3	2	3	4	3	2	4	3	2	3	2	3	4	3	3	89	Sedang
GEDE WINDA ARIANA	3	2	3	4	4	3	2	3	4	2	3	2	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	2	2	1	87	Sedang
GUSTI MADE BUDI UTAMA	5	3	2	3	4	1	4	3	2	4	3	2	3	2	3	5	3	5	3	2	1	4	4	3	2	2	5	3	2	1	89	Sedang
I KADEK PARTAYASA	5	2	2	3	4	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	4	1	3	4	2	4	4	3	2	3	2	2	2	3	2	88	Sedang
I KOMANG AGUS APRIANA	2	1	4	2	4	3	5	4	5	3	2	4	4	3	5	3	1	2	1	3	4	3	2	4	2	5	3	1	3	2	90	Sedang
KADEK AGUS SUTAWAN	4	1	3	2	5	2	2	3	5	1	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3	1	3	4	2	1	3	4	4	3	1	79	Sedang
KADEK AYU ADNYANI	3	1	1	4	2	4	3	2	4	5	1	3	4	4	3	4	4	2	4	1	3	1	2	2	4	3	3	1	4	2	84	Sedang
KADEK DWIPAYANA	2	2	3	1	5	3	2	2	3	5	3	4	4	5	3	3	1	3	2	2	1	3	1	2	4	3	2	2	3	1	80	Sedang
KADEK ERNAYANI	3	2	2	1	5	3	3	4	2	1	4	3	5	4	2	2	1	4	2	3	5	3	4	2	5	3	2	4	2	1	87	Sedang
KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	4	3	5	2	4	4	5	3	3	5	2	2	2	4	3	5	3	4	2	4	1	3	2	5	2	2	4	3	4	2	97	Tinggi
KETUT ARINI	2	2	4	3	1	1	4	4	3	2	5	5	3	2	4	3	1	3	2	4	4	5	3	4	1	3	2	2	1	3	86	Sedang
KETUT DIAN PRATIWI	5	3	4	5	4	2	2	5	3	1	4	3	2	2	1	4	1	3	1	2	4	3	3	1	4	1	2	2	1	3	81	Sedang
KOMANG AGUS DARMAYA	4	5	3	1	4	2	2	3	1	4	5	3	1	2	4	2	1	3	4	1	2	2	3	1	4	3	5	4	2	3	84	Sedang
KOMANG DODI SAPUTRA	4	4	5	3	5	4	4	2	4	3	5	2	1	3	4	2	2	2	3	5	1	2	2	2	2	2	2	5	1	3	89	Sedang
KOMANG JUNI ANTARI	2	2	3	1	4	1	3	3	2	2	5	3	1	3	2	2	4	4	3	3	1	2	1	3	4	4	5	3	4	2	82	Sedang
KOMANG YENIKA YANI	2	2	5	4	2	5	3	4	5	4	4	1	3	2	4	1	1	4	5	3	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4	98	Tinggi
LUH BUDI FEBRIANI	1	2	3	3	2	4	2	5	1	5	5	2	5	1	2	3	2	2	3	4	4	3	2	5	3	4	1	3	4	2	88	Sedang

LUH MELIANI EKA	4	3	4	4	3	4	5	3	3	2	4	3	4	3	1	4	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	4	95	Tinggi
LUH BINTANG ANGGARINI GEDE	3	3	4	5	5	3	3	4	5	2	3	3	1	1	2	2	1	1	3	5	4	3	2	5	4	3	2	5	4	1	92	Tinggi
LUH PUTU INDRA AYU LESTARI	2	3	2	3	2	5	3	4	3	2	1	3	4	3	4	3	2	3	2	1	3	2	3	3	4	3	4	1	1	1	80	Sedang
LUH RISMAYANTI PUTU	2	2	3	1	4	1	3	4	3	2	2	5	3	1	4	3	1	2	2	4	1	3	3	4	2	3	3	4	1	2	78	Sedang
LUH PUTU SRI SUARDANI	1	3	4	3	1	4	2	2	4	3	1	2	2	2	1	3	3	4	3	2	5	3	2	5	4	3	2	5	4	3	86	Sedang
MADE RESTIKA GUNAWAN	4	3	3	5	3	4	5	1	4	1	2	3	2	1	2	2	1	1	1	5	1	5	4	2	5	1	1	5	5	1	83	Sedang
NI APRILIANI KADEK	2	5	3	2	1	2	3	1	2	1	4	3	2	1	3	2	2	2	4	3	1	1	3	4	2	3	2	3	2	4	73	Sedang
NI MURTIASIH KADEK	4	2	5	2	4	3	5	2	2	2	1	4	4	3	1	4	1	1	3	5	3	5	2	1	3	2	2	3	2	1	82	Sedang
NI WARISTA DEWI CAHYANI LUH PUTU	3	2	5	2	2	3	5	2	1	4	2	2	1	2	2	1	2	2	1	5	3	3	2	5	5	1	1	5	4	3	81	Sedang
PUTU SUASTAWAN AGUS	4	3	2	3	2	3	4	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	4	2	3	2	2	3	4	5	3	2	2	3	2	81	Sedang
PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	1	3	2	4	5	2	3	4	3	2	3	4	1	3	3	4	1	3	2	2	1	4	3	2	3	1	3	2	1	2	77	Sedang
PUTU SUGIHARTANA BUDI	2	3	2	3	2	5	3	2	3	1	1	5	3	2	3	1	1	3	2	1	3	3	2	5	3	2	4	4	3	2	79	Sedang
PUTU DHYANA PARAMITA	2	3	2	3	2	3	2	4	3	2	1	2	3	4	3	2	1	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	5	3	2	81	Sedang
PUTU MAHAYANI DINA	3	2	1	4	2	3	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	3	4	2	2	3	77	Sedang
PUTU EKA SUARI	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	4	3	2	3	1	5	2	3	2	79	Sedang
PUTU RASMINI GITA	2	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	2	3	2	2	2	4	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	1	76	Sedang
PUTU PRIA CHAMELIA WAHYU	4	4	4	4	2	3	1	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	4	1	3	2	2	3	1	2	1	1	77	Sedang
VELICIA MARCHI TANAYA	2	3	2	2	2	2	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	2	2	3	2	2	2	1	1	3	70	Sedang

### Lampiran 11 Hasil Postest Eksperimen

Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				
GEDE JUNI ARTAWAN	5	5	3	4	4	3	5	4	4	4	3	5	4	4	4	3	4	5	5	4	3	3	5	4	5	4	4	5	5	4		<b>Total</b>	<b>Keterangan</b>	
GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	124	Sangat Tinggi	
GEDE WINDA ARIANA	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	5	3	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	147	Sangat Tinggi	
GUSTI MADE BUDI UTAMA	5	3	5	3	2	5	3	4	5	2	5	3	4	2	3	2	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	2	4	3	2	120	Tinggi
I KADEK PARTAYASA	4	3	4	5	1	2	2	5	3	1	5	4	4	1	2	5	3	5	4	2	4	5	4	4	4	1	3	1	2	4	5	97	Tinggi	
I KOMANG AGUS APRIANA	4	3	4	5	1	2	2	5	3	1	5	4	4	1	2	5	3	5	4	2	4	5	4	4	4	1	3	1	2	4	5	98	Tinggi	
KADEK AGUS SUTAWAN	4	3	4	5	1	2	2	5	3	1	5	4	4	1	2	5	3	5	4	2	4	5	4	4	4	1	3	1	2	4	5	98	Tinggi	
KADEK AYU ADNYANI	3	4	4	5	5	2	1	3	5	1	5	2	5	1	3	4	3	3	4	3	3	2	5	1	5	2	3	1	3	3	98	Tinggi		
KADEK DWIPAYANA	5	3	5	5	4	4	1	5	5	4	5	4	4	2	3	1	1	5	1	5	2	4	5	5	5	5	1	1	5	5	1	94	Tinggi	
KADEK ERNAYANI	5	3	5	3	1	5	1	5	3	3	5	1	5	1	3	3	1	5	3	5	3	3	5	3	3	3	3	3	3	5	3	106	Tinggi	
KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	5	2	5	4	2	3	2	5	5	3	5	5	5	2	4	3	2	4	1	4	3	3	4	2	5	2	1	3	3	3	100	Tinggi		

KETUT ARINI	4	3	4	3	2	2	3	5	5	1	5	4	5	2	3	3	1	5	5	5	2	1	5	1	1	5	2	3	1	5	100	Tinggi
KETUT DIAN PRATIWI	4	3	4	3	2	2	3	5	5	1	5	4	5	2	3	3	1	5	5	5	2	1	5	1	1	5	2	3	1	5	96	Tinggi
KOMANG AGUS DARMAYA	5	3	4	4	1	5	3	5	5	3	5	3	4	2	4	2	1	3	5	5	3	1	4	5	5	5	2	3	5	5	96	Tinggi
KOMANG DODI SAPUTRA	4	2	3	3	2	5	3	4	5	2	5	3	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	3	2	110	Tinggi
KOMANG JUNI ANTARI	4	2	3	2	3	3	2	3	4	4	5	2	4	2	3	4	2	4	4	3	4	3	4	2	2	4	2	4	3	3	96	Tinggi
KOMANG YENIKA YANI	5	2	5	4	2	5	3	4	5	4	4	1	3	2	4	4	1	4	5	3	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4	94	Tinggi
LUH BUDI FEBRIANI	4	2	3	3	2	4	2	5	5	5	5	2	5	1	2	3	2	5	3	4	4	3	5	5	3	4	1	3	4	2	104	Tinggi
LUH EKA MELIANI	5	3	3	2	4	4	5	3	4	5	2	3	4	4	5	4	5	3	4	5	2	4	3	2	5	3	1	2	4	2	101	Tinggi
LUH GEDE BINTANG ANGGARINI	4	3	4	4	3	5	5	3	2	4	3	5	3	4	4	3	1	2	2	4	3	5	4	4	3	3	1	4	3	2	105	Tinggi
LUH PUTU INDRA AYU LESTARI	3	4	4	3	3	5	1	4	3	1	4	1	3	4	2	5	2	2	5	1	4	3	5	4	2	3	1	5	3	4	100	Tinggi
LUH PUTU RISMAYANT I	3	4	4	5	5	4	5	5	5	1	4	2	5	2	5	1	2	4	1	4	1	5	5	3	5	1	2	5	4	3	94	Tinggi
LUH PUTU SRI SUARDANI	4	1	2	3	5	3	4	4	4	3	5	4	3	5	2	4	2	4	1	5	3	4	4	4	2	3	1	1	2	4	105	Tinggi

MADE RESTIKA GUNAWAN	5	3	4	5	3	2	2	3	3	5	2	2	1	3	2	5	3	4	1	2	4	3	5	3	4	2	2	1	3	4	96	Tinggi	
NI KADEK APRILIANI	4	5	3	4	4	4	3	1	5	3	4	4	2	3	5	3	3	4	1	3	3	2	5	4	3	1	2	2	5	3	91	Tinggi	
NI KADEK MURTIASIH	4	3	5	3	4	4	5	5	5	2	4	3	4	3	4	3	2	5	2	4	4	5	3	4	5	4	2	3	5	2	98	Tinggi	
NI LUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI	5	2	3	5	5	2	3	4	3	4	3	1	3	2	4	5	3	2	3	4	4	4	2	5	3	4	3	2	1	3	111	Tinggi	
PUTU AGUS SUASTAWAN	4	5	5	5	3	4	5	5	5	1	5	4	5	1	5	1	4	5	1	5	2	5	4	5	5	1	2	5	4	1	97	Tinggi	
PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	5	3	5	3	3	5	5	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	5	5	5	5	1	5	5	1	112	Tinggi	
PUTU BUDI SUGIHARTANA	5	3	4	4	3	3	3	4	4	3	5	3	4	2	4	1	3	3	3	4	3	5	5	3	5	3	2	3	3	3	108	Tinggi	
PUTU DHYANA PARAMITA	5	2	4	3	2	3	2	5	5	1	5	2	5	1	3	3	2	4	1	5	3	5	5	2	5	3	2	3	4	5	103	Tinggi	
PUTU DINA MAHAYANI	3	2	3	4	2	3	5	3	2	2	3	2	2	5	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	5	100	Tinggi
PUTU EKA SUARI	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	3	4	5	3	5	2	3	2	102	Tinggi
PUTU GITA RASMINI	2	4	5	3	3	5	4	3	3	5	5	4	3	4	3	4	5	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	98	Tinggi
PUTU WAHYU PRIA CHAMELIA	4	4	4	4	2	3	1	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	4	5	3	2	4	3	4	2	4	5	113	Tinggi	
VELICIA MARCHI TANAYA	5	4	5	2	4	2	3	3	2	4	2	2	2	5	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	5	2	5	5	3	93	Tinggi	

### Lampiran 12 Hasil Pretest Control

Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Tot al
APING FIRMANSYAH	2	2	3	3	2	2	2	4	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	60

DESAK NYOMAN APRILYA KARTINI NINGSIH	2	2	3	3	2	2	3	4	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	60	
GEDE AGUS ARTA YASA	2	4	3	2	1	2	3	4	1	2	1	1	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	61	
GEDE TRIANA	1	2	4	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	58	
GEDE YUDA ARIANA	1	2	1	4	1	1	3	2	4	1	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	3	1	2	1	3	55	
KADEK AGUS ARNAWA	2	2	3	1	1	3	4	5	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	3	1	2	1	1	58	
KADEK CITRA GOTRA JAYA	2	4	3	2	1	4	3	4	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	3	2	1	1	1	3	1	1	1	57	
KADEK JUNI MAHADIKA	2	1	1	3	2	1	3	2	2	3	2	2	2	1	3	1	1	3	1	3	2	3	1	3	1	3	1	2	3	2	60	
KADEK SEFTIA YUDIANA	1	2	3	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	3	3	3	2	3	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	58



KADEK SINTIA MARSELA	3	2	3	3	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	3	1	3	1	3	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	2	58
KADEK WULANTARI	4	4	4	4	3	2	4	3	4	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	3	3	3	3	3	1	2	68
KETUT ANGGRENI	3	5	4	4	1	3	2	1	3	2	2	2	1	1	2	1	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	2	1	1	2	64
KETUT DARMAYAS A	4	2	5	5	1	2	2	2	4	3	3	2	2	1	3	2	1	3	2	2	2	2	1	1	3	2	1	1	1	1	66
KETUT SANTI SUGIRI	3	4	4	5	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	3	3	2	2	1	1	3	3	3	3	1	1	3	1	65
KOMANG ANDRIANI	2	4	4	4	1	2	2	2	1	2	1	3	1	1	2	1	2	2	3	1	3	2	1	3	1	2	1	1	1	2	58
KOMANG AYU LIANA	5	5	5	5	2	4	4	4	4	2	2	3	5	5	5	5	3	3	3	5	5	5	5	3	3	3	5	5	5	5	123
KOMANG ITA PERMANA ARYAWAN	3	4	1	2	3	2	1	3	2	1	1	2	1	2	3	2	3	1	1	1	3	1	3	2	1	3	3	1	3	2	61
KOMANG PEBRIYANTI	2	2	1	2	1	3	3	3	2	2	2	3	1	1	2	3	2	2	2	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	1	56
KOMANG TRI ANA PRATIWI	3	1	2	3	1	2	1	1	2	1	3	2	2	1	1	3	2	1	1	1	3	1	3	2	1	3	2	3	2	1	55
LUH DESI ASTUTI	5	2	5	2	3	4	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	3	2	2	1	3	1	2	3	2	1	1	3	1	1	63
LUH EKA FADILLA PRATIWI	3	3	2	1	3	1	3	3	1	1	2	3	2	1	2	3	2	1	1	2	3	2	1	1	3	2	1	2	3	2	60
LUH ETTIN REDITIA WATI	3	4	3	2	2	3	2	3	2	1	1	2	2	1	1	1	2	3	2	1	1	1	2	1	2	5	3	3	2	2	63

LUH LAKSMI	1	2	3	2	3	2	2	1	3	2	1	2	3	1	2	1	1	2	1	2	1	3	2	2	3	2	3	2	1	3	59
LUH TIA ANDAYANI	2	1	4	3	4	1	2	3	1	1	2	3	2	1	3	2	1	1	3	1	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	60
MADE RICKY WIDI KUSUMA	1	1	1	2	3	2	2	3	2	2	2	3	1	2	1	2	1	2	3	1	2	2	3	4	3	5	1	2	3	2	64
NI KADEK VINDI DWIPIA	2	4	2	1	1	4	3	3	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	1	2	1	2	2	3	2	2	3	59
NI PUTU EKA MAHENI AGUSTIN	1	1	1	1	1	2	1	3	3	3	3	1	2	3	2	2	1	3	2	2	1	2	3	2	1	3	2	1	3	2	58
NI PUTU RINA ANGGA YANI	2	4	3	3	3	1	2	3	2	1	3	3	2	1	1	2	2	4	4	1	1	1	3	2	2	1	1	2	3	3	66
NYOMAN BISMA PUTRA GANGGA	1	2	3	3	4	1	2	1	3	3	2	1	2	3	2	1	3	3	2	1	1	2	1	1	3	2	2	1	3	3	64
NYOMAN SRI DIANINGSIH	5	4	3	2	2	2	3	4	1	2	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	3	62
PUTU DARMAYAS A	3	2	1	3	2	1	4	2	3	1	3	2	1	1	3	1	2	3	4	5	2	1	4	1	3	1	3	1	1	3	67
PUTU EKA ARI UTAMI	1	3	1	2	1	3	1	1	1	1	2	3	3	3	1	2	1	3	1	2	4	3	2	1	3	1	2	1	2	3	58
PUTU IRA SRIWAHYUN I	3	2	1	3	3	3	2	1	3	2	2	3	1	3	2	1	3	1	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	63
PUTU LINDA SEKAR RINI	2	2	2	3	2	2	3	1	1	1	2	3	4	3	2	1	1	2	1	2	3	1	2	1	3	2	1	3	5	4	65
PUTU MIRA PRANIKA	1	2	3	3	2	3	2	3	2	3	1	1	1	2	3	1	2	1	3	2	1	1	3	1	3	1	1	1	2	2	57





LUH DESI ASTUTI	4	3	4	4	3	5	5	3	2	4	3	5	3	4	4	3	1	2	2	4	3	5	4	4	3	3	1	4	3	2	10	0
LUH EKA FADILLA PRATIWI	3	4	4	3	3	5	1	4	3	1	4	1	3	4	2	5	2	2	5	1	4	3	5	4	2	3	1	5	3	4	94	
LUH ETTIN REDITIA WATI	3	4	4	5	5	4	5	5	5	1	4	2	5	2	5	1	2	4	1	4	1	5	5	3	5	1	2	5	4	3	10	5
LUH LAKSMI	4	1	2	3	5	3	4	4	4	3	5	4	3	5	2	4	2	4	1	5	3	4	4	4	2	3	1	1	2	4	96	
LUH TIA ANDAYANI	5	3	4	5	3	2	2	3	3	5	2	2	1	3	2	5	3	4	1	2	4	3	5	3	4	2	2	1	3	4	91	
MADE RICKY WIDI KUSUMA	4	5	3	4	4	4	3	1	5	3	4	4	2	3	5	3	3	4	1	3	3	2	5	4	3	1	2	2	5	3	98	
NI KADEK VINDI DWIPIA	4	3	5	3	4	4	5	5	5	2	4	3	4	3	4	3	2	5	2	4	4	5	3	4	5	4	2	3	5	2	11	1
NI PUTU EKA MAHENI AGUSTIN	5	2	3	5	5	2	3	4	3	4	3	1	3	2	4	5	3	2	3	4	4	4	2	5	3	4	3	2	1	3	97	
NI PUTU RINA ANGGA YANI	4	5	5	5	3	4	5	5	5	1	5	4	5	1	5	1	4	5	1	5	2	5	4	5	5	1	2	5	4	1	11	2
NYOMAN BISMA PUTRA GANGGA	5	3	5	3	3	5	5	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	5	5	5	5	1	5	5	1	10	8
NYOMAN SRI DIANINGSIH	5	3	4	4	3	3	3	4	4	3	5	3	4	2	4	1	3	3	3	4	3	5	5	3	5	3	2	3	3	3	10	3
PUTU DARMAYAS A	5	2	4	3	2	3	2	5	5	1	5	2	5	1	3	3	2	4	1	5	3	5	5	2	5	3	2	3	4	5	10	0

PUTU EKA ARI UTAMI	3	2	3	4	2	3	5	3	2	2	3	2	2	5	4	4	3	4	5	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	5	10	2	
PUTU IRA SRIWAHYUN I	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	5	5	5	5	3	3	3	4	4	3	4	5	3	5	2	3	2	98		
PUTU LINDA SEKAR RINI	2	4	5	3	3	5	4	3	3	5	5	4	3	4	3	4	5	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	11	3
PUTU MIRA PRANIKA LISTIANA PUTRI	4	4	4	4	2	3	1	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	4	5	3	2	4	3	4	2	4	5	93		
PUTU NOVA WEDA ASMARA	5	4	5	2	4	2	3	3	2	4	2	2	2	5	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	5	2	5	5	3	10	3	



**Lampiran 14 Buku Harian**

**BUKU HARIAN**  
**KEPRIBADIAN DEFFERENCE**



**SMK NEGERI 1 SINGARAJA**

NAMA : *Komang Satrio Satrio Satrio*  
KELAS : *11.X.PH.A*  
NO. ABSEN : *12*  
GURU PAMONG : *Ni Ketut Jempiring, S.Pd.*



## BUKU HARIAN SELF DEFFERENCE

No	Hari/Tanggal	Situasi	Indikator			Kriteria Pencapaian (0-100)
			Mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain	Mampu Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain	Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	
1.	Senin, 16-09-2019	Disetelah	Saya dapat mematuhi peraturan di setolah	Saya dapat menerima masukan / saran dari orang lain ketika saya salah.	Saya akhirnya mengikuti peraturannya.	5.
2.	Selasa 17-09-2019	Dikelas	Saya pada saat pelajaran yang aturannya mengharuskan membawa penggaris, sedangkan saya kelupaan.	Teman saya member pinjam saya penggaris dan dia member masukan tpd saya	Dan pada saat itu saya berterimakasih kepadanya dan saya akan berusaha agar tidak lupa lagi	10.
3.	Rabu, 18-09-2019	Disetolah	Saya lupa meminjam buku tpd kelas lain, karena pd saat pelajaran Myob diharuskan membawa buku perorang satu sedangkan kelas kami hanya mendapat buku 1 ber 2.	Saya dapat menerima kritikan dari guru dan menjadikannya pembelajaran.	Saya berjanji tidak akan mengulangi kesalahan yg sama itu lagi.	15.

4.	Kamis, 19-09-2019	Dilapangan Bhuana Pakra	Saya tidak mengikuti aturan penertit dari guru untuk Park Up di Up selama 1 menit karena itu tidak bagi saya yg memiliki badan k	Saya dapat memahami apa yg diinginkan oleh guru tersebut dan saya akan terus mencoba mencari peritahan.	Melakukan apa tersebut berhitung setiap 10 detik saya sudah bisa menghitung	25.
5.	Jumat 20-09-2019	Dikelas	Saya tidak mematuhi peraturan dimana harus mengirimkan video dengan durasi 5 menit pd film Pink	Saya paham apa yg guru tersebut harapkan setiap saya juga terpaksa mengirim video hanya dgn durasi 3 menit, semoga mematuhi tp saya k	Saya sudah melakukan aplikasi - aplikasi agar bisa mengirim video dgn durasi 55 dimungkinkan setiap hari	30.
6.	Sabtu, 21-09-2019	Dirumah	Saya tidak mematuhi aturan / janji yg telah saya buat, bahwa harus datang ke sekolah karena ada masalah	Saya paham apa yang mereka harapkan. Saya juga terpaksa untuk tidak datang, karena saya sudah di tolak.	Saya sudah mau yg belajar belajarnya karena tidak bisa datang	35.
7.	Minggu 22-09-2019	Dirumah	Saya tidak mengikuti pembelajaran agama di sekolah	Saya paham apa yang guru tersebut harapkan. Tapi saya memilih alasan tersebut tidak datang karena pekerjaan hari Sabtu sudah selesai	Pindah sekolah mematuhi	40.
8.	Senin, 23-09-2019	Disetolah	Saya tidak mematuhi peraturan sekolah.	Saya paham apa yang saya lakukan itu salah	Saya berjanji bahwa saya tidak akan mengulangnya lagi	45.

9.	Selasa, 24-09-2019	Dirumah	Mamah saya menyarankan agar saya jangan terlalu non-stop dalam belajar agar tidak stres	Saya memahami atas apa yang mamah saya maksud, akan tetapi saya tidak bisa jika belajar itu sendiri.	Setelah mamah saya terus membujuk saya, saya mulai mengikuti petunjuk yg mamah berikan	50
10.	Rabu 25-09-2019	Dirumah	Bapak saya menyarankan jika tidur jangan terlalu larut malam.	Saya mengerti apa yang dimaksud oleh bapak. Akan tetapi kebiasaan saya dalam belajar selalu tidur larut malam.	Saya mulai mengikuti saran-saran dari bapak dan mulai menerapkan pola hidup yg teratur	55
11.	Kamis, 26-09-2019	Dirumah	Bapak saya memberitahu saya agar tidak tidur terlalu malam lagi	Saya melatutkan hal tersebut karena saya memiliki tugas sekolah yang tak kunjung selesai.	Saya mulai tidur ketika bapak mulai mematikan lampu kamar, agar saya bisa melanjutkan pekerjaan	60
12.	Jum'at 27-09-2019	Disekolah	Teman saya menyarankan agar saya tidur yg cukup, agar tidak mengantuk disekolah	Saya menguap-nguap disekolah karena saya tidur terlalu larut untuk menyelesaikan tugas sekolah.	Saya menerima dgn baik saran dari teman saya	65
13.	Sabtu 28-09-2019	Dirumah	Saya diberi saran oleh mamah saya agar hari ini tidak ikut ke foto & istirahat saja karena mamah tau kalau saya sedang capek.	Saya paham atas apa yg mamah saya maksud, tetapi saya tahu bahwa ditoto sedang repot.	Setelah mamah saya membujuk saya, saya mengikuti apa maunya. Dan beristirahat di rumah.	70

BUKU HARIAN SELF DEFFERENCE

No	Hari/Tanggal	Situasi	Indikator			Kriteria Pencapaian (0-100)
			Mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain	Mampu Mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain	Mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	
14	Senin, 29-09-2019	Belajar di kelas	Saya menerima saran dari teman saya untuk mengerjakan tugas bersama	Saya mampu mengerjakan tugas	Saya mengerjakan tugas bersama teman saya di kelas	15
15	Selasa, 30-09-2019	Di rumah	Saya menerima saran dari orang tua untuk membersihkan rumah	Saya mampu melakukan sesuatu yang dituntut orang tua	Saya membersihkan rumah dengan bersih dan rapi	25
16	Rabu, 1-10-2019	Di Sekolah	Saya menerima saran untuk berkumpul di lapangan saat pagi hari	Saya Mendapat Keterangan yang diberikan guru	Saya berkumpul di lapangan dengan berbaris rapi	30

		Kriteria			Nilai
No	Tgl	Melakukan kegiatan yang sesuai dengan perintah guru	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	
19	11-11-2019	Melakukan kegiatan yang sesuai dengan perintah guru	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	65
20	12-11-2019	Melakukan kegiatan yang sesuai dengan perintah guru	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	70
21	13-11-2019	Melakukan kegiatan yang sesuai dengan perintah guru	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	75
22	14-11-2019	Melakukan kegiatan yang sesuai dengan perintah guru	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	85
23	15-11-2019	Melakukan kegiatan yang sesuai dengan perintah guru	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	Mampu mengikuti peraturan yang berlaku	90

20	Selasa 11-10-2019	Di Sekolah	Saya selalu masuk ke kelas dengan tepat waktu	Saya mampu untuk selalu tepat waktu agar tidak tertambat	Saya mampu untuk menaati peraturan di Sekolah	65
21	Rabu 12-10-2019	Di rumah	Saya selalu menaati nasehat nenek saya	Saya mampu melaksanakannya	Saya mampu untuk selalu menaati nasehat	70
22	Kamis 13-10-2019	Di Sekolah	Saya selalu menaati peraturan sekolah dengan rapi	Saya mampu melaksanakan kewajiban saya sebagai siswa	Saya menaati peraturan di Sekolah	75
23	Jumat 14-10-2019	Di rumah	Saya selalu membersihkan rumah agar bersih	Saya mampu melaksanakannya	Saya mampu melaksanakan kewajiban saya sebagai anak	85
24	Sabtu 15-10-2019	Di rumah	Saya selalu membahagiakan setiap sore	Saya mampu melakukan kewajiban saya	Saya mampu menaati ajaran agama	90

15	Kamis, 16-10-2019	Di kelas	Saya menerima saran dari guru untuk membuat dasi-sina dengan baik dan benar.	Saya mampu menerima saran dari guru	Saya membuat dasi-sina dengan baik dan benar	37
26	Jumat, 17-10-2019	Di kelas	Saya menerima saran dari guru untuk membuat kerajinan lainan lebih cepat dan baik	Saya mampu menerima saran yang diberikan guru	Saya membuat lainan dengan cepat dan baik	40
27	Sabtu, 18-10-2019	Di rumah	Saya menerima saran dari orang tua saya untuk mencuci piring	Saya mampu menerima saran untuk melakukan sesuatu	Saya mencuci piring dengan bersih.	45
28	Minggu, 19-10-2019	Di rumah	Saya menerima saran dari teman saya untuk mengerjakan tugas dengan cepat.	Saya mampu mendapat saran yang diberikan	Saya mengerjakan tugas saya dengan cepat	50
29	Senin, 20-10-2019	Belajar di kelas	Saya selalu mentaati perintah / aturan yang berlaku pada saat jam pelajaran	Saya mampu untuk mengetahui pikiran orang melalui gerakan tubuh	Saya selalu mengikuti petunjuk yang telah diberikan	58



Kamis 21/10/19	Di rumah berkeb	Memuruti apa kata berkeb	Mendengarkan kegiatan berkeb	Mengikuti perbata berkeb	90
Jumat 22/10/19	Di rumah berkeb	Memuruti kata berkeb guru	Mendengarkan kegiatan berkeb	Mengikuti perbata berkeb	10
Sabtu 23/10/19	Di Sekolah	Memuruti kata guru yang mengajar	Menga Mendengar kan perintah guru	Mengikuti Perintah guru	50
Pengingu 24/10/19	Di Sekolah	Memuruti kata ketua organi- sasi	Mendengarkan arahan ketua	Mengikuti Perintah ketua	60
25/10/19	Di rumah	Memuruti Perintah orang tua	Mendengarkan nasihat orang tua	Mengikuti arahan guru	70



Lampiran 15 Rpbk Klasikal

# RPBK

**RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING**  
**SETTING BIMBINGAN KLASIKAL**  
**PENGEMBANGAN *SELF DEFFERENCE***



OLEH:

**Muhamad Iqbal**  
**1611011002**

**PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**  
**2019**

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

**A. IDENTITAS**

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK : Muhamad Iqbal  
 NIM/NIP : 1611011002  
 Semester/Kelas : VIII/A  
 Jurusan : Bimbingan Konseling  
 Fakultas : Ilmu Pendiidkan  
 No. HP : 089660399407

Email

:iqbaldudut265@gmail.com

Setting : Bimbingan Klasikal

Jenis Layanan : Orientasi

Bidang Layanan : Pribadi

Kelas : X PH A

Sekolah :SMK NEGERI 1 Singaraja

**B. MATA KULIAH: Riset,Intensif BK**

Singaraja, 7 Agustus 2019

Muhamad Iqbal

NIM.1611011002

Guru Pamong

Dosen Pembimbing

Ni Ketut Jempiring ,S.Pd

NIP. 196911051993042002

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

NIP. 19570801 198303 1 003

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

Nama Sekolah : SMK NEGERI 1 Singaraja  
 Kelas/ Semester : XI  
 Siklus : I (Satu)  
 Pertemuan (P) : P1, P2, P3, P4  
 Alokasi Waktu : 1 x 40 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. (., Dr. I Ketut Gading, & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, 2017; .,

Prof. Dr. I Ketut Dharsana, & Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., 2017; ., Dra. Made Sulastri, & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, 2015; ., Dra. Ni Nengah Madri Antari, & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, 2015; Atthowe & Krasner, 1968; Benamour, Orientation, & Versus, 2010; Kümmel, 1968; O'Mara, Marsh, Craven, & Debus, 2006; Vol & Theoryn, 2015; 심리치료, 2005)

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 ruang lingkup 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 apayang 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

Contoh orang yang memiliki self defferent tinggi



Contoh orang yang memiliki self defferent rendah



### 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 XI

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	GEDE JUNI	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)

2	GEDE JUNI ARTAWAN	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GEDE WINDA ARIANA	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GUSTI MADE BUDI UTAMA	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	I KADEK PARTAYASA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	I KOMANG AGUS APRIANA	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KADEK AGUS SUTAWAN	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KADEK AYU ADNYANI	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KADEK DWIPAYANA	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KADEK ERNAYANI	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KETUT ARINI	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KETUT DIAN PRATIWI	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KOMANG AGUS DARMAYA	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KOMANG DODI SAPUTRA	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)

17	KOMANG JUNI ANTARI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KOMANG YENIKA YANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	LUH BUDI FEBRIANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	LUH EKA MELIANI	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	LUH GEDE BINTANG ANGGARINI	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	LUH PUTU INDRA AYU LESTARI	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	LUH PUTU RISMAYANTI	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	LUH PUTU SRI SUARDANI	Siswa ini /Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	MADE RESTIKA GUNAWAN	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	NI KADEK APRILIANI	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	NI KADEK MURTIASIH	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	NI LUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	PUTU AGUS SUASTAWAN	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	PUTU BUDI SUGIHARTANA	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)

32	PUTU DHYANA PARAMITA	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PUTU DINA MAHAYANI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PUTU EKA SUARI	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	PUTU GITA RASMINI	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	PUTU WAHYU PRIA CHAMELIA	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 Rasional Emotive Behavior**

##### **1. Filosofis**

Asal-usul Konseling Rasional Emotif Perilaku dapat ditelusuri dengan filosofi dari Stoisisme di Yunani kuno yang membedakan tindakan dari interpretasinya. Epictetus dan Marcus Aurelius dalam bukunya “The Enchiridion”, menyatakan bahwa manusia tidak begitu banyak dipengaruhi oleh apa yang terjadi pada dirinya, melainkan bagaimana manusia memandang/menafsirkan apa yang terjadi pada dirinya (People are not disturbed by things, but by the view they take of them). Ellis di antara para ahli kognitif yang lain tergolong yang paling populer, seperti halnya Beck, Ellis. memiliki asumsi bahwa manusia memainkan peran penting dalam menyebabkan kesulitan sendiri melalui cara mereka dalam

menginterpretasi situasi atau peristiwa lingkungan, dengan kata lain kognisi manusia merupakan sumber kesulitannya

. (., ., & Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., 2017, 2017; ., Drs. Wayan Tirka, & ., 2017; ., Dr. I Ketut Gading, & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, 2017; ., Dr. I Ketut Gading, & Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, 2017; ., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, & Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, 2017a, 2017d; ., Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, 2017; ., Dr. I Ketut Gading, & Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, 2017; ., ., & Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., 2017; ., Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, 2017a; ., Drs. Wayan Tirka, & Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., 2017; Ghazanfari & Nazari, 2013; Oliveira et al., 2003; Podsakoff, MacKenzie, Lee, & Podsakoff, 2003; “论行动体系及其特征,” 2002)

## 2. Prosedur Konseling Rasional Emotive Behavior

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/treatment

## 3. Langkah-langkah Konseling Rasional Emotive Behavioral

Mengandung langkah – langkah meminimalisir *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 memiliki *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 Neuro Linguistik Programming

Ditinjau dari asal-usul kata, neuro linguistik programming terdiri atas tiga buah kata, yaitu neuro, linguistic dan programming. Kata neuro berasal dari bahasa Inggris, artinya saraf, linguistic berarti bahasa, sedangkan programming bermakna pemrograman. Menurut (Elfiky, 2012) mendefinisikan ketiga kata tersebut sebagai berikut: Neuro merujuk pada sistem saraf, jalur mental bagi pancaindra untuk dapat mendengar, mengecap, mengabaui, dan merasa. Linguistik merujuk pada kemampuan alami berkomunikasi secara verbal dan nonverbal. Verbal mengacu pada pilihan kata dan frasa, mencerminkan dunia mentalitas manusia. Nonverbal berkaitan dengan 'bahasa sunyi', seperti postur, gerak-gerik dan tingkah laku. 'Bahasa sunyi melahirkan gaya berpikir dan kepercayaan' (., Dr. I Ketut Gading, & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, 2017; ., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, & Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., 2017; ., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, & Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, 2017; ., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, & Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., 2017; ., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, & Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, 2017; . et al., 2017; ., Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, & Putu Ari Dharmayanti, 2017; ., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, & Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, 2017; ., Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, 2017; ., Dr. I Ketut Gading, & Prof. Dr. I Ketut

Dharsana, 2017; ., Drs. Wayan Tirka, & Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, 2017; ., Dra. Made Sulastri, et al., 2015; Adiputra, 2015; Mar, Hasanah, & Saraswati, 2014; Martens & Haase, 2006; Peloso, 2005; 백동현, 2007; 이숙향(李叔香), 2009).

#### b. Prosedur Melakukan Teknik Neuro Linguistic Programing

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. *FocusingClien, problemother, "we"intervienewer, cultural/environmental* adalah kemampuan konselor fokus kepadakonseli dalam wawancara,kebudayan atau konteksnya dalam proses konseling .
9. *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. *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.
10. *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)

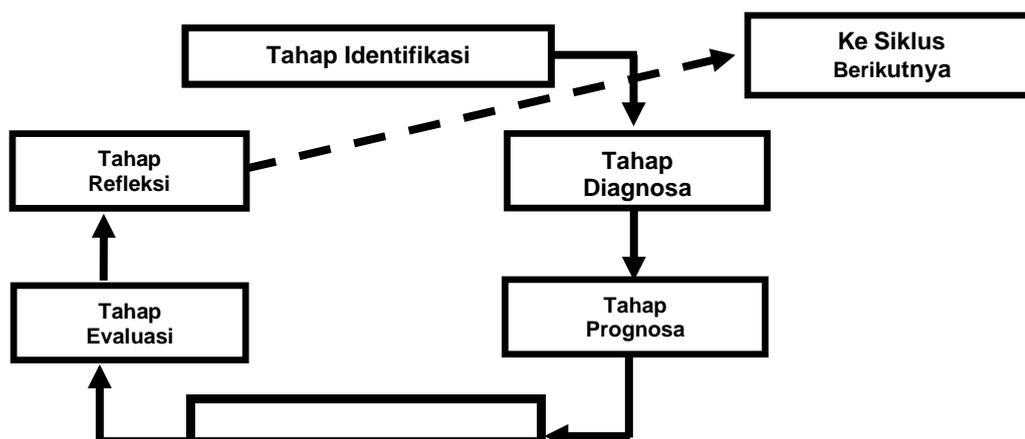
Face to face merupakan suatu konseling yang dilakukan dengan tatap muka antara konselor dan konseli saja.

Skill Mikro Konseling : Keterampilan Attending seperti:

- a. 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)



Tahap Treatment  
Siklus



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 *Selfdefferencesiswa*.

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 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. 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 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.

Ibu akan membagikan buku harian mengenai minat variable, kalian harus mengisi buku harian ini setiap harinya sesuai dengan *Self Defference* 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 X

No.	Nama Siswa	Catatan prilaku
1	GEDE JUNI ARTAWAN	
2	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	
3	GEDE WINDA ARIANA	
4	GUSTI MADE BUDI UTAMA	
5	I KADEK PARTAYASA	
6	I KOMANG AGUS APRIANA	
7	KADEK AGUS SUTAWAN	
8	KADEK AYU ADNYANI	
9	KADEK DWIPAYANA	
10	KADEK ERNAYANI	
11	KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	
12	KETUT ARINI	
13	KETUT DIAN PRATIWI	
14	KOMANG AGUS DARMAVA	
15	KOMANG DODI SAPUTRA	
16	KOMANG JUNI ANTARI	
17	KOMANG YENIKA YANI	
18	LUH BUDI FEBRIANI	
19	LUH EKA MELIANI	
20	LUH GEDE BINTANG ANGGARINI	
21	LUH PUTU INDRA AYU LESTARI	
22	LUH PUTU RISMAYANTI	
23	LUH PUTU SRI SUARDANI	
24	MADE RESTIKA GUNAWAN	
25	NI KADEK APRILIANI	
26	NI KADEK MURTIASIH	
27	NI LUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI	
28	PUTU AGUS SUASTAWAN	
29	PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	
30	PUTU BUDI SUGIHARTANA	
31	PUTU DHYANA PARAMITA	
32	PUTU DINA MAHAYANI	
33	PUTU EKA SUARI	
34	PUTU GITA RASMINI	

35	PUTU WAHYU PRIA CHAMELIA	
----	--------------------------	--

## b. DIALOG BIMBINGAN KLASIKAL

Table 03. Dialog Bimbingan Klasikal

No	Materi RPBK Klasikal	Pengamatan
1	<p><i>Self Defference</i> 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 <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 diharapkannya.</li> </ol>	Tingkah laku
2	<p>Contoh-contoh orang-orang yang memiliki <i>Self Defference</i></p> <p>a. orang-orang yang termasuk kategori <i>Self Defference</i> 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 contohnya lila, astika,</p>	
3	<p>Penerapan <i>Self Defference</i>:</p> <p>Penerapan <i>Self Defference</i> 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</p>	
4	<p>Pertanyaan Terpakka</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setelah ibu menyampaikan materi tentang definisi <i>Self Defference</i>, contoh-contoh <i>Self Defference</i> serta penerapan self defference. Dapatkan anda menjelaskan atau menceritakan tentang kepriadian/ <i>Self Defference</i>?</li> <li>2. Ibu minta satu contoh orang untuk menerapkan tentang kepribadian defference? (Bermain peran)</li> <li>3. Saya minta anda menjelaskan penerapan tentang <i>Self Defference</i>?</li> </ol>	

Keterangan :



—————→ Berhasil

 —————→ Tidak Berhasil

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

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 deference yang 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 Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, Ketut. 2014. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha
- . A. Y., . P. D. N. D., & Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M. P. . (2017a). Efektivitas cognitive behavioral therapy (cbt) untuk meningkatkan self esteem pada siswa kelas x. ibb sma negeri 4 singaraja tahun pelajaran 2016/2017. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . I. A. W. W., Dr. I Ketut Gading, M. P. ., & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. . (2017). Pengaruh konseling kognitif behavioral dengan teknik modeling sosok dharmawangsa untuk meningkatkan kemampuan verbal melalui lesson study pada siswa kelas xii bahasa sma laboratorium undiksha Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . I. G. A. A. N. P., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. ., & Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M. P. . (2017). Efektivitas model konseling behavioral teknik modeling untuk mengembangkan self exhibition ditinjau dari urutan kelahiran anak melalui lesson study pada siswa kelas xi sma laboratorium Undiksha Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . I. G. A. I. W., Drs. Wayan Tirka, M. P. ., & . P. D. N. D. (2017). Efektivitas konseling behavioral dengan teknik shaping untuk meminimalisir feeling of inferiority pada siswa kelas xi pemasaran a smk negeri 1 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . I. G. K. Y., Dr. I Ketut Gading, M. P. ., & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. . (2017). Pengaruh konseling behavioral dengan teknik shaping dan latihan asertif terhadap self affiliationi siswa kelas viii smp lab Undiksha. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).

- . I. K. A., Dr. I Ketut Gading, M. P. ., & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. . (2017). Pengaruh konseling kognitif behavioral aaron t beck dengan teknik modeling sosk arjuna untuk meningkatkan self deference siswa melalui lesson study pada siswa kelas xii ipa 1 sma laboratorium undiksha singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . I. K. E. A. s, Dr. I Ketut Gading, M. P. ., & Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M. . (2017). Pengaruh konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik pembanjiran terhadap kecemasan belajar siswa siswa kelas x tn a smk negeri 1 singaraja tahun ajaran 2015/2016. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 7(1).
- . I. K. J. R., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. ., & Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M. P. . (2017). Pengaruh teori konseling kognitif behavioral dengan teknik modeling basu dewa krisna untuk meningkatkan self achievement melalui lesson study pada siswa kelas x-1 di sma negeri 1 Sukasada. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . I. M. D. P. U., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. ., & Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S. P. . (2017). Penerapan teori konseling behavioral dengan teknik pengondisian operan untuk meningkatkan self exhibition Siswa kelas viii 2 smp lab undiksha. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . I. P. A. N., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. ., & Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S. P. . (2017). Pengaruh konseling behavioral dengan teknik modeling bermuatan cerita sangkuriang melalui lesson study untuk meningkatkan self abasment pada siswa kelas viii-14 di smp negeri 2 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . I. P. N. P., Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S. P. ., & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. . (2017). Penerapan konseling behavioral dengan teknik penguatan positif untuk meningkatkan self achievment siswa melalui lesson study di kelas vii 4 smp lab undiksha singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . K. A. H., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. ., & Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M. P. . (2017). Pengaruh teori konseling kognitif behavioral dengan teknik modeling sengkuni melalui lesson study terhadap self deference pada siswa kelas x3 sma negeri 1 sukasada. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . K. S. N., Dr. I Ketut Gading, M. P. ., & Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S. P. . (2017). Pengaruh konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik latihan asertif terhadap rasa percaya diri pada siswa kelas vii smp laboratorium undiksha singaraja

- tahun ajaran 2016/2017. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . K. S. P. A., Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M. ., & Putu Ari Dharmayanti, S. P. ., M. P. . (2017). Pengaruh Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas XI IPS 1 SMA Negeri 4 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
  - . L. R. W., . P. D. N. D., & Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M. P. . (2017). Efektivitas konseling behavioral dengan teknik relaksasi untuk mengurangi kejenuhan dalam belajar siswa kelas x mipa 9 di sma negeri 1 singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
  - . N. K. V., Dra. Made Sulastri, M. P. ., & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. . (2015). Penerapan konseling behavioral dengan teknik self management untuk meningkatkan *Self Defference* siswa kelas x ibb sma negeri 2 singaraja tahun 2014/2015. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 3(1).
  - . N. L. D. F., Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M. ., & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. . (2017). Pengaruh konseling behavioral berbasis nilai-nilai tri guna dengan teknik modeling bermuatan sosok bima untuk meminimalisir self aggresion melalui lesson study pada siswa kelas viii a8 di smp negeri 1 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
  - . N. L. S. K. Y., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. ., & Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S. P. . (2017). Pengaruh konseling behavioral dengan teknik modeling bisma dalam cerita mahabarata melalui lisson study untuk meningkatkan bakat verbal siswa kelas viii 1 di smpn 2 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
  - . N. M. F. A. A., Dra. Ni Nengah Madri Antari, M. E. ., & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. . (2015). Penerapan konseling behavioral dengan teknik modelling untuk meningkatkan *Self Defference* siswa kelas x mia 6 sma negeri 1 singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 3(1).
  - . N. M. O. R., Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M. ., & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. . (2017). Pengaruh konseling behavioral dengan teknik modeling sosok bima untuk meningkatkan self endurance melalui lesson study pada siswa kelas xi boga 5 Smk negeri 2 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
  - . N. M. P. W., Dr. I Ketut Gading, M. P. ., & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. . (2017). Pengaruh konseling behavioral teknik modeling dengan model dewi drupadi terhadap self achievement melalui lesson study pada siswa kelas x6 di sma laboratorium

- Undiksha Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . N. M. S. R. S. D., . P. D. N. D., & Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M. P. . (2017b). Efektivitas konseling behavioral Dengan teknik token economy dan tekni. N. M. S. R. S. D., . P. D. N. D., & Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M. P. . (2017). Efektivitas konseling behavioral Dengan teknik token economy dan teknik shaping Untuk meningkatkan dis. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . N. P. A. E. M., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. ., & Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S. P. . (2017). Efektivitas teori konseling behavioral dengan teknik penguatan positif dan teknik self management untuk meningkatkan self autonomy siswa kelas xi smk negeri 1 singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . N. P. S., Drs. Wayan Tirka, M. P. ., & Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M. . (2017). Pengaruh konseling teknik role playing dan teknik modeling terhadap sikap gestural dalam berkomunikasi siswa kelas xi smk negeri 1 Singaraja tahun pelajaran 2016/2017. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . P. I. S. D., Drs. Wayan Tirka, M. P. ., & Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M. P. . (2017). Efektivitas konseling behavioral teknik shapping dengan teknik modeling untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa kelas x mipa 3 sma negeri 2 singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- . P. S. A., Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. ., & Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M. . (2017). Pengaruh Teori Konseling *Rational emotive behavioral* Dengan Teknik Modeling Bermuatan Cerita Rakyat Bhagawan Sidhi Mantra Untuk Meningkatkan Self Deference Melalui Lesson Study Pada Siswa Kelas X4 Di SMA Negeri 1 Sukasada. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- Adiputra, S. (2015). Penggunaan teknik modeling terhadap perencanaan karir siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(1), 45–56.
- Amirullah. (2015). Populasi dan Sampel (Pemahaman, Jenis dan Teknik). *Bayumedia Publishing Malang*, 17(1993), 100–108. <https://doi.org/10.1007/BF00353157>
- Atthowe, J. M., & Krasner, L. (1968). Preliminary report on the application of contingent reinforcement procedures (token economy) on a “chronic” psychiatric ward. *Journal of Abnormal Psychology*, 73(1), 37–43. <https://doi.org/10.1037/h0025439>
- Banerjee, M. (2012). *Simple Random Sampling*. 9–37. <https://doi.org/10.1002/9781118162934.ch2>
- Benamour, Y., Orientation, I. P., & Versus, R. (2010). *Orientation relationnelle versus transactionnelle du client: developpement d*

- 'une echelle dans le secteur bancaire français . Une etude to cite this version: hal id: halshs-00471316.
- Dharsana, K. (2014). *Model-model konseling, teori-teori konseling* (J. B. Konseling, Ed.). singaraja.
- Dilts. (2000). *Neurolinguistic Programing*. 849.
- Elfiky. (2012). *Neurolinguistic Programing* (pp. 15–24). pp. 15–24.
- Eni, S. (2018). *Jurnal Profesi Pendidik Ikatan Sarjana Pendidikan Indonesia (ISPI)*. 1(1), 1–56.
- Eta, A., Horretan, E., Hartzeko, E., & Bat, E. (2003). *Sozilinguistikaren inguruan*. 79–90.
- Ghazanfari, B., & Nazari, R. C. (2013). *Two step Runge-Kutta-like method for Numerical Solutions of Fuzzy Differential Equations*. 4(10), 3209–3219.
- Habsy, B. A. (2018). *Konseling Rasional Emotif Perilaku: Sebuah Tinjauan Filosofis*. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2(1), 13–30. <https://doi.org/10.30653/001.201821.25>
- Hasibuan, R. L., Lita, R., & Wulandari, H. (2015). *Efektivitas Rational emotive behavior Therapy ( REBT ) untuk Meningkatkan Self Esteem pada Siswa SMP Korban Bullying*. 11, 103–110.
- Huda, N., Rini, N., Mardoni, Y., & Putra, P. (2012). The analysis of attitudes , subjective norms , and behavioral control on muzakki ' s intention to pay zakah. *International Journal of Business and Social Science*, 3(22), 271–279.
- I Ketut Dharsana. (2017). *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. singaraja: Bk.Fip.Undiksha.
- Ikbal, M. (2016). *Meningkatkan self esteem dengan menggunakan pendekatan Rational emotive behavior therapy pada peserta didik kelas viii di smp muhammadiyah jati agung lampung selatan tahun pelajaran 2015/2016*. 03(1), 33–46.
- Jadad, A. R. (1998). *Randomised Controlled Trials*. London: BMJ Books.
- Jahja. (2012). *Rebt therapy*. (220).
- Koyan, I. W. (2011). *Asesmen dalam Pendidikan*. Singaraja: Undiksha.
- Koyan, W. (2012). *Statistik Pendidikan Teknik Analisis Data Kuantitatif*. Undiksha Press.
- Kümmel, F. (1968). *Platon und Hegel: zur ontologischen begründung des zirkels in der erkenntnis*.
- Lupu, V., & Iftene, F. (2009). *THE IMPACT OF RATIONAL EMOTIVE*. 9(1), 95–105.
- Mar, A., Hasanah, A., & Saraswati, S. (2014). Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 3(4), 39–46.

- Marpaung, J. (2016). *Jurnal KOPASTA Counseling Approach Behaviour Rational Emotive Therapy in Reducing Stress*. 3(1), 23–31.
- Martens, M. P., & Haase, R. F. (2006). Advanced applications of structural equation modeling in counseling psychology research. *The Counseling Psychologist*, 34(6), 878–911. <https://doi.org/10.1177/0011000005283395>
- O'Mara, A. J., Marsh, H. W., Craven, R. G., & Debus, R. L. (2006). Do self-concept interventions make a difference? A synergistic blend of construct validation and meta-analysis. *Educational Psychologist*, 41(3), 181–206. [https://doi.org/10.1207/s15326985ep4103\\_4](https://doi.org/10.1207/s15326985ep4103_4)
- Oliveira, A. S. De, Bermudez, C. C., Souza, R. A. De, Souza, C. M. F., Dias, E. M., Castro, C. E. D. S., & Bérzin, F. (2003). Impacto da dor na vida de portadores de disfunção temporomandibular. *IMPACTO DA DOR NA VIDA DE PORTADORES DE DISFUNÇÃO TEMPOROMANDIBULAR*, 11(2), 138–143. <https://doi.org/10.1590/S1678-77572003000200010>
- Oliver, J. (2013). TEORI RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) DAN KONSELING INDIVIDUAL. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Peloso, D. (2005). Tecnico laser scanner per il rilievo dei beni culturali. *Archeologia e Calcolatori*, 16, 199–224.
- Pityana, B. (2002). *The Promotion of Equality and Prevention of Unfair Discrimination Act 4 of 2000* 1. (1), 2–9.
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J.-Y., & Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88(5), 879–903. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.88.5.879>
- sugiyono. (2010). populasi dan sample. *بيبي ب بيبي*, 210.
- Teori, A. P., & Behavioral, K. (2005). *No Title*. 1–13.
- Vol, D. J., & Theoryn, D. (2015). 试论我国青少年"理想\*现实. 3–9.
- Widyatmoko, W., Putra, B. H. S., & Hermawan, R. (2017). Neuro-Linguistic Programming dalam Layanan Konseling. *Seminar Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 402–407.
- Wikanengsih. (2010). MENERAPKAN NEUROLINGUISTIC PROGRAMMING (NLP) DALAM PEMBELAJARAN. *Jurnal Ilmiah Program Studi Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 9(1), 76–99. <https://doi.org/10.1558/jsrnc.v4il.24>
- Wismadewi, I. G. A. P. I., Dharsana, I. K., Suranata, K., Departement, C., & Indonesia, S. (2018). *the Implementation of*

*Cognitive Behavioral Counseling By Using Modeling Technique Through To Improve Self- Deference of Grade Ix Students of Smp Negeri 2 Singaraja. 9(2), 1–10.*

백동현. (2007). 서 론 1. 각 항목의 평균점수 법 과. (3), 923–930.

심리치료유나, 현이, 기학 - 한국심리학회지: 상담 및. (2005).

진로결정 자기효능감의 차이. 17(2), 451–466.

이숙향(李叔香). (2009). 국내외 문화적 맥락에서의 자기결정에 대한 이해 및 현장 적용을 위한 고찰: 장애학생의 자기결정에 대한 인식 및 영향요인에 관한 국내외 문헌 중심으로. 10(1), 1–32.

论行动体系及其特征! (2002). 01.

#### H. Media dan alat

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

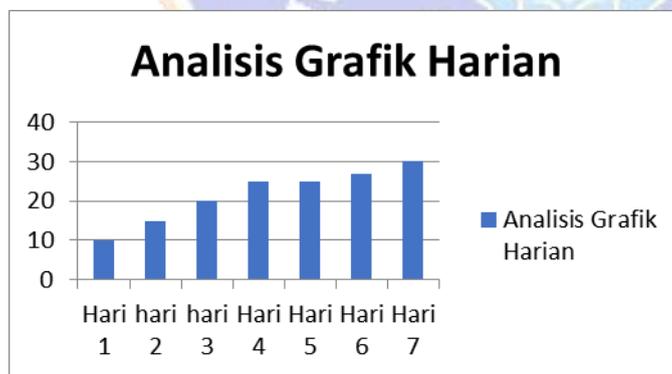
#### I. Buku Harian *Self Defference*

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, 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 Sampaika n salah	Saya tidak suka jika saya di beritahu oleh teman padasaat diskusi	10
2	Senin, 9-02-2015	Di rumah	Pulang sekolah saya langsung	Saya	Setiap sore	12

	jam 13.00- 15.00		tidur	tidak suka jika adik saya dimanjak an di rumah	saya bermain catur dengan ayah dan saya paling kesal kalao 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 menghitu Ng	Saya saling memberi masukan dalam proses diskusi di kelas	15
4	Selasa, 10-02- 2015, Jam 13.00- 15.00	Di rumah	Saya membersikan halaman rumah sampai bersih	Saya membantu u adik mengerja kan PR	Saya diajari ayah strategi dalam bermain catur	17

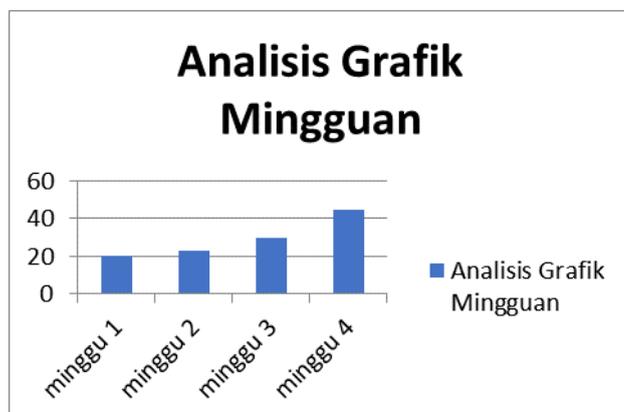
Grafik 01. Grafik Harian



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

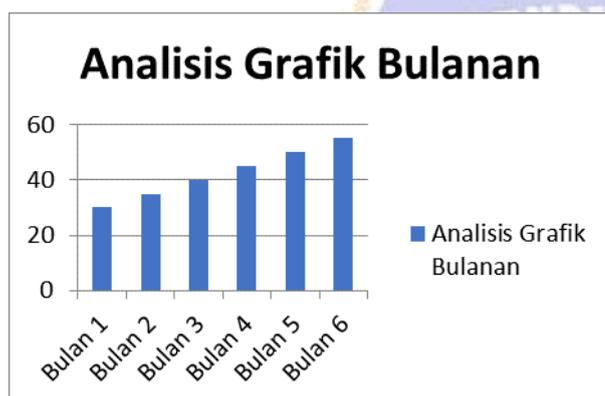
7

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

#### 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* 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.

c. Penerapan *Self Defference*:

Penerapan self abasemet 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 06. Pedoman observasi siswa dalam pelaksanaan tindakan bimbingan konseling

Aspek	Indikator	Tampak	Tidak Tampak
<i>Self Defference</i>	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

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	GEDE JUNI ARTAWAN	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GEDE WINDA ARIANA	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GUSTI MADE BUDI UTAMA	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	I KADEK PARTAYASA	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	I KOMANG AGUS APRIANA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	KADEK AGUS SUTAWAN	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KADEK AYU ADNYANI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KADEK DWIPAYANA	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KADEK ERNAYANI	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KETUT ARINI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KETUT DIAN PRATIWI	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KOMANG AGUS DARMAHA	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KOMANG DODI SAPUTRA	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KOMANG JUNI ANTARI	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KOMANG YENIKA YANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	LUH BUDI FEBRIANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	LUH EKA MELIANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	LUH GEDE BINTANG ANGGARINI	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	LUH PUTU INDRA AYU LESTARI	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	LUH PUTU RISMAYANTI	Siswa ini Nampak menghargai temannya

		(+)
23	LUH PUTU SRI SUARDANI	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	MADE RESTIKA GUNAWAN	Siswa ini /Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	NI KADEK APRILIANI	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	NI KADEK MURTIASIH	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	NI LUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	PUTU AGUS SUASTAWAN	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	PUTU BUDI SUGIHARTANA	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	PUTU DHYANA PARAMITA	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	PUTU DINA MAHAYANI	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PUTU EKA SUARI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PUTU GITA RASMINI	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	PUTU WAHYU PRIA CHAMELIA	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	VELICIA MARCHI TANAYA	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 <i>Self Defference</i> yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, <i>Self Defference</i> 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 udah paham tentang pengertian <i>Self Defference</i>

	Saya masih bingung pak belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian <i>Self Defference</i>
Coba sebutkan indikator-indikator dari <i>Self Defference</i>	Indikator dari <i>Self Defference</i> 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 paham
	Saya lupa pak, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator <i>Self Defference</i>
Siapa yang tau dan dapat menyebutkan contoh-contoh dari orang yang memiliki <i>Self Defference</i> tinggi dan rendah?	Saya pak, contoh orang yang memiliki <i>Self Defference</i> yang tinggi adalah ketua kelas, polisi, lila Kemudian orang yang memiliki <i>Self Defference</i> 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 <i>Self Defference</i>
	Saya tidak tau pak	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki <i>Self Defference</i>

#### d. Kisi-kisi *Self Defference*

Tabel 09. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Dimensi/aspek	No Butir		
		Positif	Negatif	Jumlah
Kecenderungan <i>Self Defference</i>	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

$$SMI = X_a \times 100$$

$$\bar{X}_i$$

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 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					

#### 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 OTKP A diketahui jumlah kriteria Sangat Tinggi sebanyak 3 orang, Tinggi sebanyak 12 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.	GEDE JUNI ARTAWAN	60	
2.	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	65	
3.	GEDE WINDA ARIANA	70	
4.	GUSTI MADE BUDI UTAMA	75	
5.	I KADEK PARTAYASA	80	
6.	I KOMANG AGUS APRIANA	73	
7.	KADEK AGUS SUTAWAN	74	
8.	KADEK AYU ADNYANI	72	
9.	KADEK DWIPAYANA	76	
10.	KADEK ERNAYANI	77	
11.	KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	78	
12.	KETUT ARINI	72	
13.	KETUT DIAN PRATIWI	71	
14.	KOMANG AGUS DARMAWA	70	
15.	KOMANG DODI SAPUTRA	80	
16.	KOMANG JUNI ANTARI	82	
17.	KOMANG YENIKA YANI	71	
18.	LUH BUDI FEBRIANI	83	
19.	LUH EKA MELIANI	84	
20.	LUH GEDE BINTANG ANGGARINI	85	
21.	LUH PUTU INDRA AYU LESTARI	86	
22.	LUH PUTU RISMAYANTI	78	
23.	LUH PUTU SRI SUARDANI	88	
24.	MADE RESTIKA GUNAWAN	80	
25.	NI KADEK APRILIANI	81	
26.	NI KADEK MURTIASIH	882	
27.	NI LUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI	90	
28.	PUTU AGUS SUASTAWAN	95	
29.	PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	60	
30.	PUTU BUDI SUGIHARTANA	50	
31.	PUTU DHYANA PARAMITA	65	
32.	PUTU DINA MAHAYANI	55	
33.	PUTU EKA SUARI	65	
34.	PUTU GITA RASMINI	64	
35.	PUTU WAHYU PRIA CHAMELIA	63	

36.	VELICIA MARCHI TANAYA	66	
-----	-----------------------	----	--



Lampiran 16 RPBK Bimbingan Kelompok

# **RPBK**

**RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING  
SETTING BIMBINGAN KELOMPOK  
PENGEMBANGAN *SELF DEFFERENCE***



Oleh

**Muhamad Iqbal**

**1611011002**

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

**2019**

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

**A. IDENTITAS**

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK : Muhamad Iqbal  
 NIM/NIP : 1611011002  
 Semester/Kelas : VIII A  
 Jurusan : Bimbingan

Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan  
 No. HP : 089660399407  
 Email :

[:iqbaldudut265@gmail.com](mailto:iqbaldudut265@gmail.com)

Setting : Bimbingan Klasikal

Jenis Layanan : Orientasi

Bidang Layanan : Pribadi

Kelas : X PH A

Sekolah : SMK N 1 Singaraja

**B. MATA KULIAH** : PPL REAL, Internship Bk

Singaraja, 21 Oktober 2019

Muhamad Iqbal

NIM.1611011002

Guru Pamong

Dosen Pembimbing

Ni Ketut Jempiring ,S.Pd  
 NIP. 196911051993042002

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

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

Nama Sekolah ; SMK N 1 Singaraja

Kelas/ Semester X

Siklus : II (Dua)

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

Alokasi Waktu : 2 x 30 menit/pertemuan

Bidang layanan : Pribadi

Jenis layanan : BimbinganKelompok

StandarKompetensi : Memahami *Self Defference*

Kompetensi Dasar: Siswa mampu mengenal dan memahami *selfDefference*

**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 :**

- (a) Untuk dapat menjelaskan arti *Self Defference*.
- (b) Untuk dapat menyebutkan contoh-contoh *Self Defference*.
- (c) Untuk menerapkan *Self Defference* dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

**C. 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 *deference* (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 *deference* mengandung 1 aspek yaitu : 1) mentaati perintah dan aturan.

Sejalan dengan pendapat di atas, menurut Prijodarminto (1994: 23) *deference* 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 *deference* 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 *deference* 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.,



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 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 vii.b

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	GEDE JUNI ARTAWAN	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	Siswa ini nampaksering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GEDE WINDA ARIANA	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GUSTI MADE BUDI UTAMA	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	I KADEK PARTAYASA	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	I KOMANG AGUS APRIANA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	KADEK AGUS SUTAWAN	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KADEK AYU ADNYANI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KADEK DWIPAYANA	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KADEK ERNAYANI	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KETUT ARINI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KETUT DIAN PRATIWI	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kels (-)
14	KOMANG AGUS DARMAYA	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)

15	KOMANG DODI SAPUTRA	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KOMANG JUNI ANTARI	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KOMANG YENIKA YANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	LUH BUDI FEBRIANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	LUH EKA MELIANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	LUH GEDE BINTANG ANGGARINI	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	LUH PUTU INDRA AYU LESTARI	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	LUH PUTU RISMAYANTI	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	LUH PUTU SRI SUARDANI	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	MADE RESTIKA GUNAWAN	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	NI KADEK APRILIANI	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	NI KADEK MURTIASIH	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	NI LUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	PUTU AGUS SUASTAWAN	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	PUTU BUDI SUGIHARTANA	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	PUTU DHYANA PARAMITA	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	PUTU DINA MAHAYANI	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PUTU EKA SUARI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PUTU GITA RASMINI	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	PUTU WAHYU PRIA CHAMELIA	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	VELICIA MARCHI TANAYA	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 Konseling Rasional Emotive Behavior

##### 1) Filosofis

Teori konseling Asal-usul Konseling Rasional Emotif Perilaku dapat ditelusuri dengan filosofi dari Stoisisme di Yunani kuno yang membedakan tindakan dari interpretasinya. Epictetus dan Marcus Aurelius dalam bukunya "The Enchiridion", menyatakan bahwa manusia tidak begitu banyak dipengaruhi oleh apa yang terjadi pada dirinya, melainkan bagaimana manusia memandang/menafsirkan apa yang terjadi pada dirinya (People are not disturbed by things, but by the view they take of them). Ellis di antara para ahli kognitif yang lain tergolong yang paling populer, seperti halnya Beck, Ellis. memiliki asumsi bahwa manusia memainkan peran penting dalam menyebabkan kesulitan sendiri melalui cara mereka dalam menginterpretasi situasi atau peristiwa lingkungan, dengan kata lain kognisi manusia merupakan sumber kesulitannya. 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 Rasional Emotive Behavior

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/treatment
- 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 Neuro Linguistic Programing**

Ditinjau dari asal-usul kata, neuro linguistic programming terdiri atas tiga buah kata, yaitu neuro, linguistic dan programming. Kata neuro berasal dari bahasa Inggris, artinya saraf, linguistic berarti bahasa, sedangkan programming bermaknapemrograman. Menurut (Elfiky, 2012) mendefinsikan ketiga kata tersebut sebagai berikut: Neuro merujuk pada sistem saraf, jalur mental bagi pancaindra untuk dapat mendengar, mengecap, mambau, dan merasa. Linguistik merujuk pada kemampuan alami berkomunikasi secara verbal dan nonverbal. Verbal mengacu pada pilihan kata dan frasa, mencerminkan dunia mentalitas manusia. Nonverbal berkaitan dengan 'bahasa sunyi', seperti postur, gerak-gerik dan tingkah laku. 'Bahasa

sunyi melahirkan gaya berpikir dan kepercayaan Ditinjau dari asal-usul kata, neuro linguistic programming terdiri atas tiga buah kata, yaitu neuro, linguistic dan programming. Kata neuro berasal dari bahasa Inggris, artinya saraf, linguistic berarti bahasa, sedangkan programming bermakna pemrograman. Menurut (Elfiky, 2012) mendefinisikan ketiga kata tersebut sebagai berikut: Neuro merujuk pada sistem saraf, jalur mental bagi pancaindra untuk dapat mendengar, mengecap, mambau, dan merasa. Linguistik merujuk pada kemampuan alami berkomunikasi secara verbal dan nonverbal. Verbal mengacu pada pilihan kata dan frasa, mencerminkan dunia mentalitas manusia. Nonverbal berkaitan dengan 'bahasa sunyi', seperti postur, gerak-gerik dan tingkah laku. 'Bahasa sunyi' melahirkan gaya berpikir dan kepercayaan

b. Prosedur Melakukan Teknik Neuro Linguistic Programming

Untuk dapat melakukan hal itu dilanjutkan melalui prosedur sebagai berikut:

- 7) Menyebarkan lembar tes *Self deference*
- 8) Menganalisis hasil tes *Self deference*
- 9) Menyebarkan lembar 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. *Clien 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. *FocusingClien,problemother,"we"intervenewer, cultural/environmental* adalah kemampuan konselor fokus kepadakonseli dalam wawancara,kebudayan 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/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.
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:

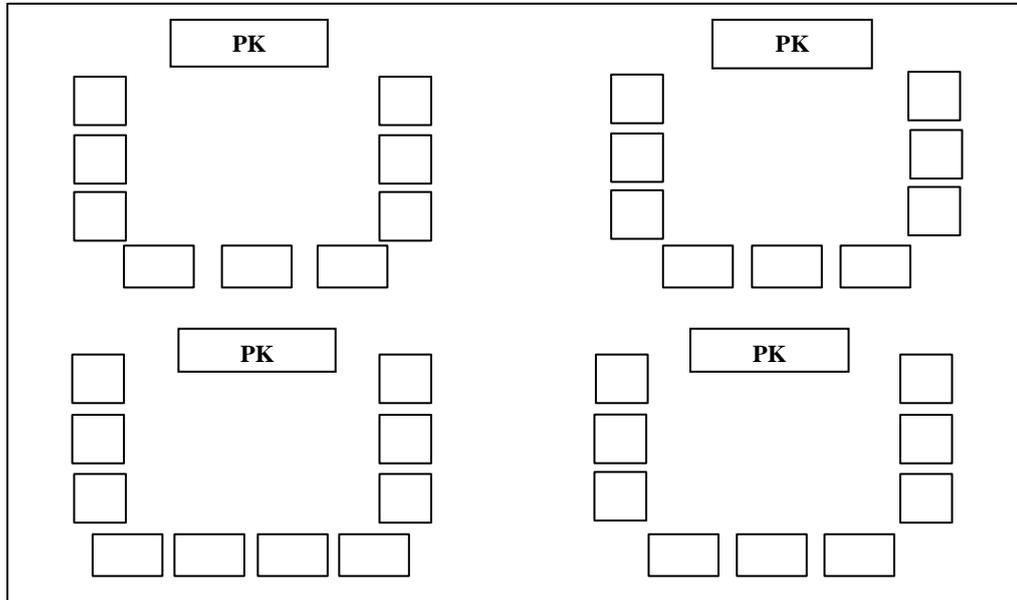
- b. Kontak Mata (melihat konseli pada saat di berbicara pada konseli begitu pula sebaliknya)
- 9. Ekspresi wajah (Tenang, ceria dan tersenyum)
- 10. Sapaan
- 11. Salam/jabat tangan
- 12. Kualitas Suara (ehem, iya)
- 13. Anggukan (body language)
- 14. Posisi Tubuh (agak condong kearah konseli, jarak 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**

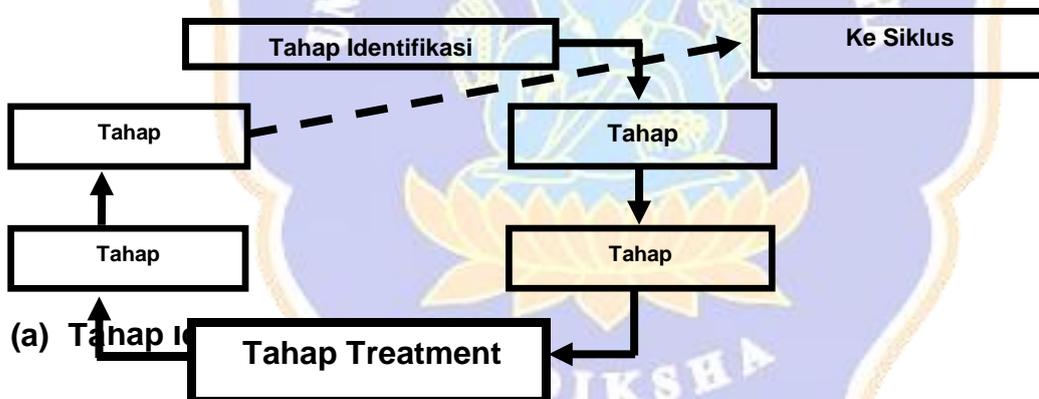
##### **1. Langkah-langkah :**

- 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



## i. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok



Gambar 02 Desain Penelitian Siklus II  
(dalam Dharsana, *Dasar-dasar Konseling Seri 2: 2007*)

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 Defference* 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 *Self Defference* 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 *Self Defference* melalui bimbingan kelompok, b) memberikan contoh- contoh orang yang memiliki *Self Defference* melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu, c) menerapkan konseling kognitif sosial dengan teknik sosiodrama.

### **(d). 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.

### **(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 *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

Tabel 02. Daftar Nama Siswa Bimbingan Kelompok

NO	NAMA	CATATAN PRILAKU
1.	APING FIRMANSYAH	I
2.	DESAK NYOMAN APRILYA	
3.	GEDE AGUS ARTA YASA	
4.	GEDE TRIANA	
5.	GEDE YUDA ARIANA	
6.	KADEK AGUS ARNAWA	
7.	KADEK CITRA GOTRA JAYA	
8.	KADEK JUNI MAHADIKA	
9.	KADEK SEFTIA YUDIANA	
10.	KADEK SINTIA MARSELA	
11.	KADEK WULANTARI	
12.	KETUT ANGGRENI	
13.	KETUT DARMAYASA	
14.	KETUT SANTI SUGIRI	
15.	KOMANG ANDRIANI	
16.	KOMANG AYU LIANA	
17.	KOMANG ITA PERMANA	
18.	KOMANG PEBRIYANTI	
19.	KOMANG TRI ANA PRATIWI	III
20.	LUH DESI ASTUTI	
21.	LUH EKA FADILLA PRATIWI	
22.	LUH ETTIN REDITIA WATI	
23.	LUH LAKSMI	
24.	LUH TIA ANDAYANI	
25.	MADE RICKY WIDI KUSUMA	IV
26.	NI KADEK VINDI DWIPIA	
27.	NI PUTU EKA MAHENI	
28.	NI PUTU RINA ANGGA YANI	
29.	NYOMAN BISMA PUTRA	
30.	NYOMAN SRI DIANINGSIH	
31.	PUTU DARMAYASA	
32.	PUTU EKA ARI UTAMI	
33.	PUTU IRA SRIWAHYUNI	
34.	PUTU LINDA SEKAR RINI	
35.	PUTU MIRA PRANIKA LISTIANA	
36.	PUTU NOVA WEDA ASMARA	

Tabel. 03 proses bimbingan kelompok

No	Tahapan BKP	Yang Memberi Pernyataan	Pernyataan	Keterangan
I	Tahap Pembentukan	PK (Iqbal)	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 (Iqbal)	Bagus sekali anak-anak. Semoga kita semua selalu dalam keadaan yang baik - baik Sebelumnya ibuk 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 Pak.	
		PK (Iqbal)	Ya silahkan aurel, sampaikan pendapat anda ,mengapa kita harus berdo'a sebelum kita melakukan kegiatan?	PK memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya dengan terbuka dan memberikan dorongan.
		Anggota BKP	Terima kasih Pak 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 ( Iqbal )	Benar sekali aurel. Nah apa yang disampaikan oleh aurel benar sekali anak – anak, sebelum kita melakukan kegiatan apa pun, ada baiknya kalau kita berdo'a terlebih dahulu, agar kegiatan yang kita lakukan nantinya bisa berjalan baik dan lancar. Nah kalau begitu, siapa sekarang yang bersedia memimpin doa?	PK memberikan penguatan positif kepada anggota kelompok yang sudah menyampaikan ide dan pendapatnya.
		Anggota BKP	Saya pak	
		PK (Iqbal)	Ya silahkan Darmayasa.	
		Anggota BKP	Baiklah teman-teman. Sebelum kita melaksanakan kegiatan, marilah kita berdo'a terlebih dahulu, agar kegiatan kita bisa terlaksana dengan baik. Berdo'a menurut agama dan kepercayaan masing – masing berdo'a dipersilahkan - Selesai.	
		PK ( Iqbal	Terima kasih ya bayu sudah bersedia untuk memimpin doa pada pagi hari ini. Baiklah anak-anak...sebelumnya apakah diantara anak-anak sudah ada yang pernah mengikuti bimbingan kelompok?	PK memberikan penguatan verbal kepada anggota kelompok.
		Seluruh Anggota BKP	Belum Pak.	

		PK ( Iqbal)	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 Pak.	
		PK ( Iqbal)	Ya silahkan Desi	
		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 iqbal )	Ya bagus sekali ayu. Apa ada lagi yang ingin menyampaikan pendapatnya?	
		Anggota BKP	Saya buk.	
		PK(iqbal)	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 (Iqbal)	Ya bagus sekali Tri. 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 (iqbal)	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 (aryanita)	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 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 selfdefferencemisialnya menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya Baiklah anak – anak dari tujuan – tujuan yang telah ibuk sampaikan,apa ada yang kalian ingin tanyakan atau yang kalian belum mengerti ?	PK memperjelas tujuan-tujuan dari BKP anggota kelompok
		Seluruh Anggota BKP	Tidak buk.	
		PK (Iqbal)	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 ?	
		Anggota BKP	Saya Buk.	
		PK (Iqbal)	Ya baik silahkan Ariana.	
		Anggota BKP	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.	
		PK (Iqbal)	Ya sangat bagus sekali 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 (Iqbal)	Baiklah Anak-anak, kalau begitu Ibuk akan menyampaikan azas – azas apa saja yang perlu dan sangat penting didalam bimbingan kelompok ini. 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?	PK menunjukkan empatinya kepada anggota BKP. Dan mulai menyampaikan tentang azas-azas BKP.
		Seluruh Anggota BKP	Bisa buk.	
		PK (Iqbal)	Nah selanjutnya anak – anak di dalam mengikuti bimbingan kelompok ini Ibuk 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. Ibuk sangat berharap agar anak – anak tidak menutup-nutupi hal yang semestinya disampaikan yang tentunya sangat berkaitan dengan masalah masalah dalam kelompok yang mungkin nanti kita bahas bersama karena hal tersebut akan dapat menghambat didalam pembahasan permasalahan yang mungkin nanti kita bahas bersama- sama. Kemudian, Ibuk berharap juga anak-anak disini agar mampu terlibat secara aktif di dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini. Agar nantinya kita bisa mencapai tujuan yang hendak kita inginkan bersama. Dan hal yang tidak kalah pentingnya, yaitu didalam menyampaikan pendapat, ide, serta pengalaman, anak-anak harus mentaati norma-norma yang ada. Misalkan anak-anak supaya memberikan kesempatan kepada teman – teman yang lainnya yang tentunya menjadi anggota di dalam kelompok ini untuk dapat menyampaikan pendapat sampai selesai dan Ibuk harap agar anak – anak jangan memotong pembicaraan temannya yang sedang menyampaikan pendapatnya karena hal tersebut tidak sopan.	

			Demikian yang Ibuk sampaikan mengenai azas-azas dalam bimbingan kelompok. Dari beberapa hal yang sudah Ibuk sampaikan apakah ada yang belum dimengerti ?	
		Seluruh Anggota BKP	Tidak buk.	
		PK (Iqbal)	Baiklah anak-anak, Ibuk rasa anak – anak semuanya sudah bisa mengerti dengan apa yang sudah Ibuk 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 Anggota BKP. Dan mengajak anggota BKP untuk belajar bermusyawarah mufakat.
		Anggota BKP	Saya Pak.	
		PK (Iqbal)	Silahkan agus.	
		Anggota BKP	Terima kasih Pak 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 (Iqbal)	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, Ibuk ucapkan terimakasih atas masukan 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	PK mengajak anggota

			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?	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 lbuk telah sampaikan tadi, akan diberikan kesempatan untuk mempertunjukkan kebolehannya 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. lbuk mulai dari sebelah kanan lbuk 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	PK tidak memaksakan kehendak dan selalu bertanya kepada anggota BKP agar tidak

			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?	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 menghibur kita disini. Anak-anak apakah sudah merasa senang?	
		Seluruh Anggota BPK	Sudah buk	
		PK (aryanita)	Bagus sekali anak - anak. Anak-anak juga lbuk 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 lbuk	PK menjelaskan kembali

			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 merupakan 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 Ibu jelaskan apakah anak-anak sudah mengerti?	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.
		Seluruh Anggota BKP	Sudah buk.	
		PK (valentina)	Apakah bisa Ibu lanjutkan sekarang?	
		Seluruh Anggota BKP	Bisa buk.	
III	Tahap Kegiatan	PK (aryanita)	Baiklah anak-anak sekarang Ibu akan menyampaikan sebuah topik yaitu <i>Self Defference</i> . Dilihat dari hasil tes yang sudah kalian terima ternyata dan hasil pengamatan Ibu <i>Self Defference</i> kalian sangat rendah. Nah sekarang coba kalian sampaikan kenapa hal itu bisa terjadi. Dimulai dari sebelah kiri Ibu.	PK menyampaikan topik tugas pada anggota BKP dan mendorong anggota untuk menyampaikan masalah yang berhubungan dengan topic.
		Anggota BKP	Begitu 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 memberikan 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 BKP (fauzan)	Benar buk	
		PK (valentina)	Selanjutnya silahkan Ariana	
		Anggota BKP	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 BKP	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 BKP	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-deference, 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 <i>Self Defference</i> , 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 <i>Self Defference</i> ?	
		Anggota BPK	Baik buk 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 buk, 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 <i>Self Defference</i> itu sangat penting dan perlu kita miliki, nah indikator dari <i>Self Defference</i> 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 <i>Self Defference</i> ini sangat penting kalian miliki. Sekarang saya minta pendapat dari kalian bagaimana cara kalian agar kita bisa memiliki <i>Self Defference</i> yang tinggi, saya mulai dari kripna	
		Anggota BPK	Ya terimakasih buk, jadi menurut saya cara yang kita lakukan agar bisa memiliki <i>Self Defference</i> yang tinggi adalah kita harus tau bahwa mentaati peraturan itu sangat penting di dalam diri, kemudian akibat dari kita tidak	

			memiliki <i>Self Defference</i> yang tinggi adalah kita tidak akan bisa menerima saran dari orang lain tidak akan mendapatkan keterangan dan tidak mendapatkan petunjuk terhadap apa yang diharapkan 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)	kalaupun menurut saya hal yang harus kita lakukan untuk meningkatkan <i>Self Defference</i> 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, Ibu senang kalian sudah bisa berpikir bahwa <i>Self Defference</i> itu sangat penting bagi kalian, mudah-mudahan setelah Bimbingan Kelompok ini selesai kalian bisa merubah sikap kalian dan bisa menumbuhkan <i>Self Defference</i> 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 <i>Self Defference</i>	
		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 <i>Self Defference</i> .	
		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 <i>Self Defference</i> 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 kritrikan 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 Ibu ucapkan terima kasih karena anak-anak sudah bersedia mengikuti kegiatan ini dan sudah menunjukkan <i>Self Defference</i> , 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 Defference* yang 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 :

1. Mengumpul data, mengolah dan menganalisis data
2. Menjalankan prosedur
3. Menyusun dan menyajikan RPBK
4. Menyebarkan instrumen 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. *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.

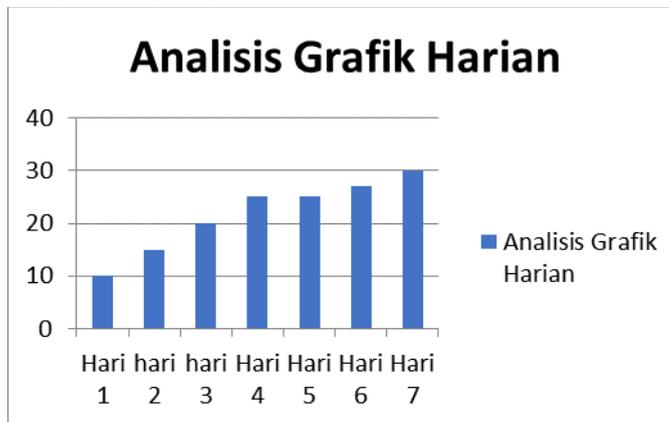
#### H. Media dan alat

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

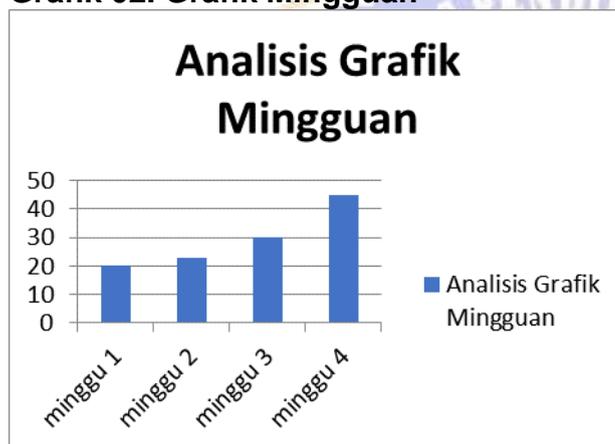
#### I. Buku Harian Self Deference

Tabel 05. Buku Harian *Self Deference*

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 kalau 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

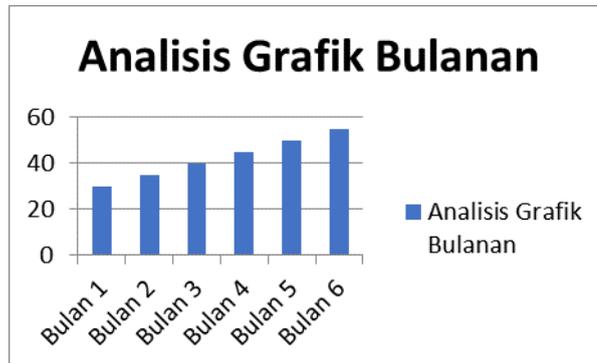
**Grafik 01. Grafik Harian**

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

**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

##### 3) 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* 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.

###### c. Penerapan *Self Defference*:

Penerapan *Self Defference* dapat dilakukan dengan cara atau teknik self Management

##### 4) 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 Bimbingan Konseling

Aspek	Indikator	Tampak	Tidak Tampak
<i>Self Defference</i>	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 VII

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	AF	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	DNAK	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GAAY	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GT	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	GYA	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	KAA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	KCGJ	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KJM	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KSY	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KSM	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KW	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KA	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KD	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KSS	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KA	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KAL	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KIPA	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	KP	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	KTAP	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	LDA	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	LEFP	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	LERW	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	LL	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	LTA	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	MRWK	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	NKVD	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	NPEMA	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	NPRAY	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	NBPG	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	NSD	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	PD	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	PEAU	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PIS	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PLSR	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	PMPLP	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	PNWA	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)
37		Siswa ini Nampak pemalu dan pendiam (-)

#### 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 <i>Self Defference</i> yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, <i>Self Defference</i> adalah kebutuhan mentaati aturan dan perintah.	Siswa sudah paham tentang pengertian <i>Self Defference</i>
	Saya masih bingung bu belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian <i>Self Defference</i>
Coba sebutkan indikator-indikator dari <i>Self Defference</i> !	Indikator dari <i>Self Defference</i> adalah: 1. mentaati peraturan 2. mematuhi perintah 3. mengikuti petunjuk	Siswa sudah paham
	Saya lupa bu, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator <i>Self Defference</i>
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 <i>Self Defference</i> yang tinggi adalah ketua kelas, kepala sekolah, pak dosen, pak bupati, pak gubernur, pak presiden dan menteri Kemudian orang yang memiliki minat <i>Self Defference</i> 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 <i>Self Defference</i>
	Saya tidak tau bu	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki <i>Self Defference</i>

Tabel 08.Kisi-Kisi Instrumen

Variabel	Dimensi/aspek	No Butir		
		Positif	Negatif	Jumlah
Kecenderungan <i>Self Defference</i>	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 =  $\frac{\sum X_i}{n} \times 100$  $X_i$ **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 menjelekkkan 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 VII**

NO	NAMA	SKOR	KATEGORI
1	GEDE JUNI ARTAWAN	70	Tinggi
2	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	82	Sangat Tinggi
3	GEDE WINDA ARIANA	85	Sangat Tinggi
4	GUSTI MADE BUDI UTAMA	55	Kurang
5	I KADEK PARTAYASA	75	Tinggi
6	I KOMANG AGUS APRIANA	55	Kurang
7	KADEK AGUS SUTAWAN	70	Tinggi
8	KADEK AYU ADNYANI	75	Tinggi
9	KADEK DWIPAYANA	50	Kurang
10	KADEK ERNAYANI	75	Tinggi
11	KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	50	Kurang
12	KETUT ARINI	45	Kurang
13	KETUT DIAN PRATIWI	55	Kurang
14	KOMANG AGUS DARMAVA	60	Kurang
JUMLAH			ST=2
			T=5
			K=7
			R=
			R=

Lampiran 17 RPBK Konseling Kelompok

# RPBK

**RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING  
SETTING KONSELING KELOMPOK  
PENGEMBANGAN *SELF DEFFERENCE***



Oleh :

**Muhamad Iqbal      1611011002**

**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 : Muhamad Iqbal  
 NIM/NIP : 1611011002  
 Semester/Kelas : VIII  
 Jurusan : Bimbingan  
 Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan  
 No. HP :  
 Email :

[iqbaldudut265@gmail.com](mailto:iqbaldudut265@gmail.com)

Setting : Bimbingan Klasikal  
 Jenis Layanan : Orientasi  
 Bidang Layanan : Pribadi  
 Kelas : X  
 Sekolah : SMK N 1 Singaraja

**B. MATA KULIAH** : PPL REAL

Singaraja, 21 Oktober 2019

Muhamad Iqbal  
 NIM.1611011002

Guru Pamong

Dosen Pembimbing

Ni Ketut Jempiring ,S.Pd  
 NIP. 196911051993042002

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

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

Nama Sekolah : SMKN 1 Singaraja  
 Kelas/ Semester : XI/1  
 Siklus : III (Tiga)  
 Pertemuan (P) : P1,P2,P3,P4  
 Alokasi Waktu : 2 x 30 menit/pertemuan  
 Bidang layanan : Pribadi  
 Jenis layanan :Konseling Kelompok  
 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 dapatmenjelaskan arti *Self Defference*.
2. Untuk dapatmenyebutkan contoh-contoh *Self Defference*.
3. Untuk menerapkan *Self Defference* dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

**. C. 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 *deference* (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 *deference* mengandung 1 aspek yaitu : 1) mentaati perintah dan aturan.

Sejalan dengan pendapat di atas, menurut Prijodarminto (1994: 23) *deference* 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 *deference* 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 *deference* 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*

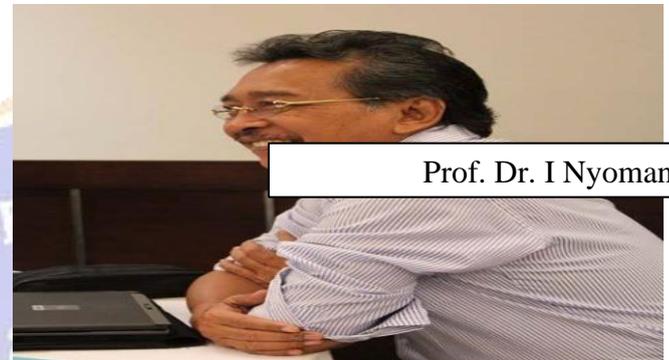
Dalam lingkup kelas, orang-orang yang termasuk kategori *Self Defference* adalah kebutuhan mentaati perintah atau aturan meliputi menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya. Dalam ruanglingkup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

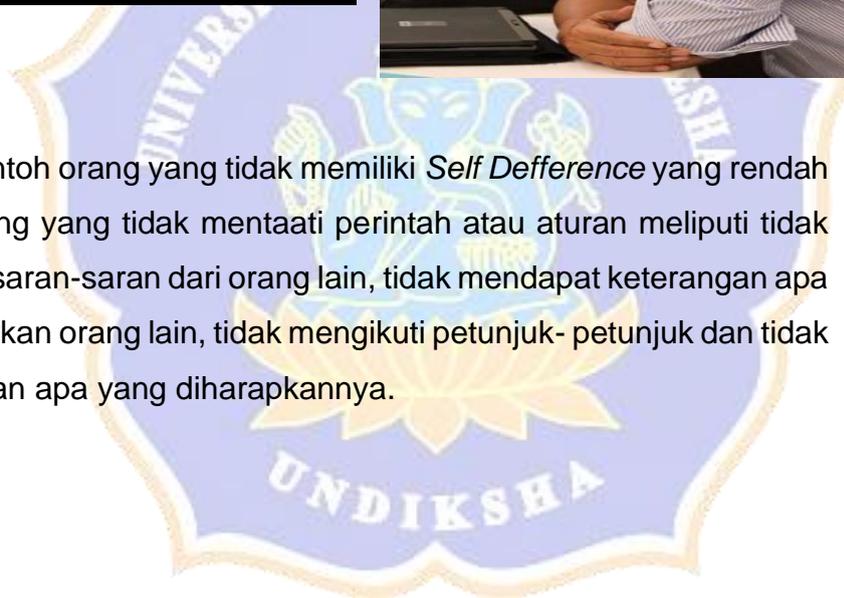


Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S



Prof. Dr. I Nyoman Dante

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 VII

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	Gede Juni	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	Gede Juni Artawan	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	Gede Rendi Suardika Putra	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	Gede Winda Ariana	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	Gusti Made Budi Utama	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	I Kadek Partayasa	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	I Komang Agus Apriana	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	Kadek Agus Sutawan	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	Kadek Ayu Adnyani	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	Kadek Dwipayana	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)

11	<b>Kadek Ernayani</b>	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	<b>Kadek Okta Mahendra Putra</b>	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	<b>Ketut Arini</b>	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	<b>Ketut Dian Pratiwi</b>	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	<b>Komang Agus Darmaya</b>	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	<b>Komang Dodi Saputra</b>	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	<b>Komang Juni Antari</b>	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	<b>Komang Yenika Yani</b>	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	<b>Luh Budi Febriani</b>	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	<b>Luh Eka Meliani</b>	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	<b>Luh Gede Bintang Anggarini</b>	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	<b>Luh Putu Indra Ayu Lestari</b>	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	<b>Luh Putu Rismayanti</b>	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	<b>Luh Putu Sri Suardani</b>	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	<b>Made Restika Gunawan</b>	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	<b>Ni Kadek Apriliani</b>	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	<b>Ni Kadek Murtiasih</b>	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	<b>Ni Luh Putu Warsista Dewi Cahyani</b>	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	<b>Putu Agus Suastawan</b>	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	<b>Putu Arisoma Septiawan</b>	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	<b>Putu Budi Sugihartana</b>	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	<b>Putu</b>	Siswa ini Nampak baik hati (+)

	<b>Dhyana Paramita</b>	
33	<b>Putu Dina Mahayani</b>	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	<b>Putu Eka Suari</b>	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	<b>Putu Gita Rasmini</b>	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	<b>Putu Wahyu Pria Chamelia</b>	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 Rasional Emotive Behavior**

##### 4) Filosofis

Asal-usul Konseling Rasional Emotif Perilaku dapat ditelusuri dengan filosofi dari Stoisisme di Yunani kuno yang membedakan tindakan dari interpretasinya. Epictetus dan Marcus Aurelius dalam bukunya "The Enchiridion", menyatakan bahwa manusia tidak begitu banyak dipengaruhi oleh apa yang terjadi pada dirinya, melainkan bagaimana manusia memandang/menafsirkan apa yang terjadi pada dirinya (People are not disturbed by things, but by the view they take of them). Ellis di antara para ahli kognitif yang lain tergolong yang paling populer, seperti halnya Beck,

Ellis. memiliki asumsi bahwa manusia memainkan peran penting dalam menyebabkan kesulitan sendiri melalui cara mereka dalam menginterpretasi situasi atau peristiwa lingkungan, dengan kata lain kognisi manusia merupakan sumber kesulitannya

- 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/treatment

- 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

#### **E. Teknik Konseling**

##### **c. Pengertian Teknik *Neuro Linguistic Programming***

Ditinjau dari asal-usul kata, *neuro linguistic programming* terdiri atas tiga buah kata, yaitu *neuro*, *linguistic* dan *programming*. Kata *neuro* berasal dari bahasa Inggris, artinya saraf, *linguistic* berarti bahasa, sedangkan *programming* bermakna pemrograman. Menurut (Elfiky,

2012) mendefinisikan ketiga kata tersebut sebagai berikut: Neuro merujuk pada sistem saraf, jalur mental bagi pancaindra untuk dapat mendengar, mengecap, mambau, dan merasa. Linguistik merujuk pada kemampuan alami berkomunikasi secara verbal dan nonverbal. Verbal mengacu pada pilihan kata dan frasa, mencerminkan dunia mentalitas manusia. Nonverbal berkaitan dengan 'bahasa sunyi', seperti postur, gerak-gerik dan tingkah laku. 'Bahasa sunyi melahirkan gaya berpikir dan kepercayaan

#### 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) Merefleksi 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 didaerah 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. *Clien 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 apa 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. *FocusingClien, problemother, "we"intervenewer, cultural/environmental* adalah kemampuan konselor fokus kepadakonseli dalam wawancara,kebudayan atau konteksnya dalam proses konseling .
29. *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. *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/intruction* adalah kemampuan konselor memberikan nasehat,informasi, penjelasan dan intuksi kepada konseli dalam proses konseling.

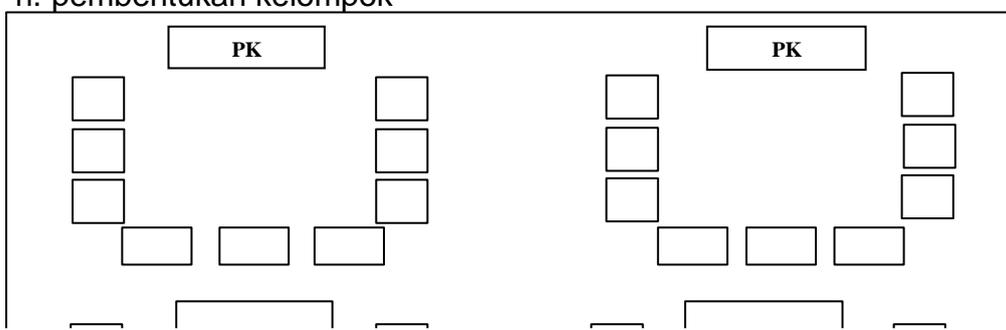
- f. *Feedback* adalah kemampuan konselor memberikan motivasi kepada konseli dalam proses konseli contoh : “ya ibu yakin kamu pasti bisa melakukannya”,
- g. *Influencing summary* adalah kemampuan konselor memberiksn ringkasan pada konseli dalam proses konseling.
30. *Confrontation* adalah kemampuan konselor memperhatikan konseli dalam proses konseling yang terdiri dari :
- Disrepancies* adalah kemampuan konselor mengutarakan ketidaksetujuan kepada klien dalam proses konseling
  - 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:

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

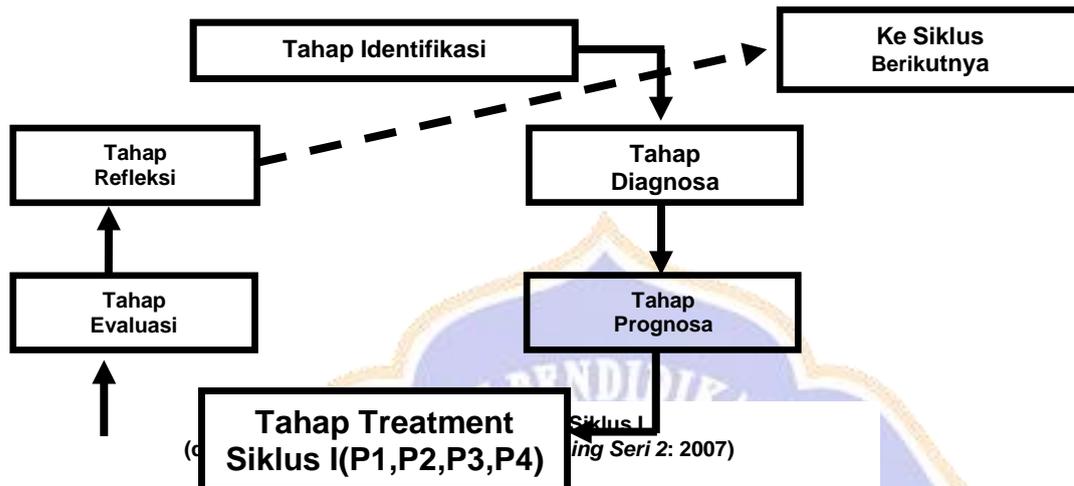
#### F. Langkah Dan Prosedur Pelaksanaan Konseling Kelompok

- Langkah-langkah :
- Persiapan RPBK
  - Observasi
  - Wawancara
  - Penyebaran tes *Self Defference*
- Persiapan media
- Persiapan kelompok sosiodrama
- Persiapan pementasan sosiodrama
- Penyajian
- Penyebaran kuesioner (refleksi terlampir)
  - Pelatihan pengisian buku harian (terlampir)
  - Pembentukan Kelompok
- pembentukan kelompok





## i. Pelaksanaan Konseling Kelompok



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.

**(f) 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.

**(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 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*.

**(h) 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.

**(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 *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 VII

Tabel 02. Daftar Nama Siswa Konseling Kelompok

NO	NAMA	CATATAN PRILAKU
37.	GEDE JUNI ARTAWAN	I
38.	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	
39.	GEDE WINDA ARIANA	
40.	GUSTI MADE BUDI UTAMA	
41.	I KADEK PARTAYASA	
42.	I KOMANG AGUS APRIANA	
43.	KADEK AGUS SUTAWAN	
44.	KADEK AYU ADNYANI	
45.	KADEK DWIPAYANA	
46.	KADEK ERNAYANI	
47.	KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	
48.	KETUT ARINI	
49.	KETUT DIAN PRATIWI	
50.	KOMANG AGUS DARMAYA	
51.	KOMANG DODI SAPUTRA	
52.	KOMANG JUNI ANTARI	
53.	KOMANG YENIKA YANI	
54.	LUH BUDI FEBRIANI	
55.	LUH EKA MELIANI	III
56.	LUH GEDE BINTANG ANGGARINI	

57.	LUH PUTU INDRA AYU LESTARI		
58.	LUH PUTU RISMA YANTI		
59.	LUH PUTU SRI SUARDANI		
60.	MADE RESTIKA GUNAWAN		
61.	NI KADEK APRILIANI		
62.	NI KADEK MURTIASIH		
63.	NI LUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI		
64.	PUTU AGUS SUASTAWAN		IV
65.	PUTU ARISOMA SEPTIAWAN		
66.	PUTU BUDI SUGIHARTANA		
67.	PUTU DHYANA PARAMITA		
68.	PUTU DINA MAHAYANI		
69.	PUTU EKA SUARI		
70.	PUTU GITA RASMINI		
71.	PUTU WAHYU PRIA CHAMELIA		
72.	GEDE JUNI ARTAWAN		
73.	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA		

Tabel03. Proses Konseling kelompok

Uraikan	Waktu
<p>1. Tahap Pembentukan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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.</li> <li>Mengumpulkan ke tujuh siswa peserta konseling kelompok di Ruang yang sudah disiapkan.</li> <li>Menerima kehadiran peserta Konseling Kelompok</li> <li>Berdoa bersama yang dipimpin oleh PK</li> <li>Masing-masing anggota kelompok memperkenalkan dirinya.</li> <li>Untuk mengakrabkan dan membuat suasana menjadi kondusif PK mengadakan selingan dengan permainan "rangkain nama"</li> <li>PK menjelaskan materi layanan dan tujuan konseling kelompok</li> <li>PK menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok. Cara pelaksanaan dengan duduk melingkar, untuk mempermudah saling berinteraksi dan komunikasi.</li> </ol>	5 menit
<p>2. Tahap peralihan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>PK kembali menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok</li> <li>PK menanyakan kembali anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan ke tahap berikutnya</li> <li>Mengenali suasana, terbebaskannya anggota kelompok dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk mengungkapkan masalah</li> <li>Memantapkan dinamika kelompok dan kebersamaan</li> <li>Memotivasi minat anggota untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok</li> </ol>	5 menit
<p>3. Tahap Kegiatan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tanya jawab anatar pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengenai hal-hal yang berkaitan dengan topik yang di bahas</li> <li>Pembahasan topik secara mendalam dan tuntas dengan mengaktifkan dinamika kelompok</li> <li>PK menjelaskan asas-asas konseling kelompok</li> <li>PK mengajak anggota kelompok mengucapkan janji kerahasiaan agar anggota tidak ragu dan mau berpartisipasi dalam kegiatan konseling kelompok</li> <li>PK memberikan selingan untuk menghilangkan kejenuhan/ketegangan selama mengikuti kegiatan dengan mengadakan permainan "ana an"</li> </ol>	30 menit
<p>4. Tahap Pengakhiran</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>PK mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri</li> <li>PK menyimpulkan hasil kegiatan yang sudah dilaksanakan</li> <li>PK dan masing-masing anggota kelompok memberikan kesan terhadap pelaksanaan kegiatan</li> <li>Anggota kelompok berkomitmen akan menerapkan dan melaksanakan hasil pembahasan dalam konseling kelompok</li> </ol>	5 menit

e. PK mengucapkan terima kasih	
f. Berdoa	
g. Perpisahan sambil bernyanyi	

### Penugasan

- Berlatih melakukan standar-standar *Self Defference* yang baik  
Contoh : melakukan *Self Defference*.
- berlatih mengisi buku harian
- 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 :

- Mengumpul data, mengolah dan menganalisis data
- Menjalankan prosedur
- Menyusun dan menyajikan RPBK
- Menyebarkan instrument kuesioner
- 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

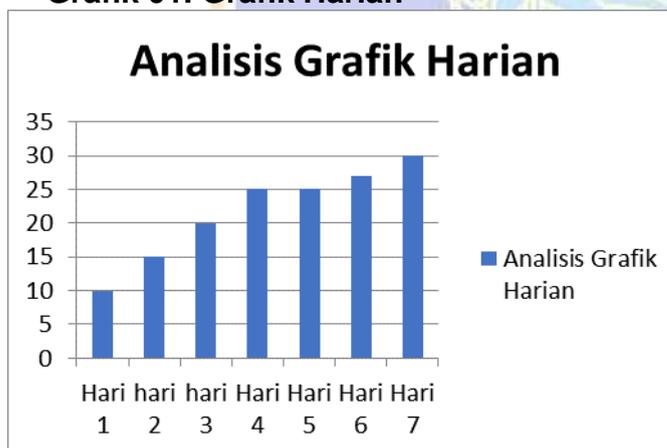
- Media : Kuesioner, Buku Harian,
- Alat : Laptop, LCD, Buku

### I. Buku Harian

Table 05. Buku Harian *Self Defference*

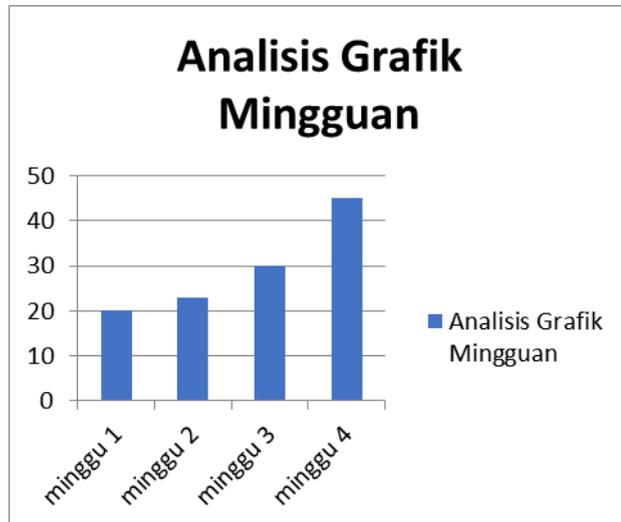
No	Hari/ tanggal	Situasi	Indikator			Kriteria pencapaian (0-100)
			menerima saran- saran dari orang lain	mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain	mengikuti petunjuk- petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya	
1	Senin, 9-02-2015 jam 07.30-13.00	Belajar di dalam kelas	Saya sangat tidak 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 kalau 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**



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

#### 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:

- 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* 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.

#### B. 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
<i>Self Defference</i>	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 VII

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	GEDE JUNI ARTAWAN	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GEDE WINDA ARIANA	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GUSTI MADE BUDI UTAMA	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	I KADEK PARTAYASA	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	I KOMANG AGUS APRIANA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	KADEK AGUS SUTAWAN	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KADEK AYU ADNYANI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KADEK DWIPAYANA	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KADEK ERNAYANI	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KETUT ARINI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KETUT DIAN PRATIWI	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)

14	KOMANG AGUS DARMAYA	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KOMANG DODI SAPUTRA	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KOMANG JUNI ANTARI	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KOMANG YENIKA YANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	LUH BUDI FEBRIANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	LUH EKA MELIANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	LUH GEDE BINTANG ANGGARINI	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	LUH PUTU INDRA AYU LESTARI	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	LUH PUTU RISMAYANTI	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	LUH PUTU SRI SUARDANI	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	MADE RESTIKA GUNAWAN	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	NI KADEK APRILIANI	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	NI KADEK MURTIASIH	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	NI LUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	PUTU AGUS SUASTAWAN	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	PUTU BUDI SUGHARTANA	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	PUTU DHYANA PARAMITA	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	PUTU DINA MAHAYANI	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PUTU EKA SUARI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PUTU GITA RASMINI	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	PUTU WAHYU PRIA CHAMELIA	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	GEDE JUNI ARTAWAN	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)
37		Siswa ini Nampak pemalu dan pendiam (-)

#### 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 <i>Self Defference</i> yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, <b><i>Self Defference</i> adalah kebutuhan mentaati aturan dan perinyah.</b>	Siswa sudah paham tentang pengertian <i>Self Defference</i>
	Saya masih bingung bu belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian <i>Self Defference</i>
Coba sebutkan indikator-indikator dari <i>Self Defference</i> !	Indikator dari <i>Self Defference</i> adalah: 1. mentaati peraturan	Siswa sudah paham

	2. mematuhi perintah 3. mengikuti petunjuk	
	Saya lupa bu, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator <i>Self Defference</i>
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 <i>Self Defference</i> yang tinggi adalah ketua kelas, kepala sekolah, pak dosen, pak bupati, pak gubernur, pak presiden dan menteri Kemudian orang yang memiliki minat <i>Self Defference</i> 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 <i>Self Defference</i>
	Saya tidak tau bu	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki <i>Self Defference</i>

Tabel 09. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Dimensi/aspek	No Butir		
		Positif	Negatif	Jumlah
Kecenderungan <i>Self Defference</i>	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

$$SMI = \frac{\sum X_i}{n} \times 100$$

$$\bar{X}_i$$
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					

		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 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 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					

## 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 VIIH, 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 konseling individu) dan yang akan masuk dalam konseling individu adalah sebanyak 3 orang siswa. Adapun yang masuk dalam konseling individu yakni terdapat dalam tabel berikut:

**Tabel 11. Data Hasil Konseling Kelompok *Self Defference* pada Siswa Kelas X**

NO	NAMA	SKOR	KATEGORI
1	NI LUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI	65	Tinggi
2	PUTU AGUS SUASTAWAN	65	Tinggi
3	PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	60	Kurang
4	PUTU BUDI SUGIHARTANA	55	Kurang
5	PUTU DHYANA PARAMITA	65	Tinggi
6	PUTU DINA MAHAYANI	65	Tinggi
7	PUTU EKA SUARI	65	Tinggi

Lampiran 18 RPBK Konseling Individu

# RPBK

**RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING  
SETTING KONSELING INDIVIDUAL  
PENGEMBANGAN *SELF DEFFERENCE***



Oleh :

Muhamad Iqbal 1611011002

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
2019**

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

**A. IDENTITAS**

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK : Muhamad Iqbal  
 NIM/NIP : 1611011002  
 Semester/Kelas : VIII  
 Jurusan : Bimbingan

Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan  
 No. HP :  
 Email : [iqbaldudut265@gmail.com](mailto:iqbaldudut265@gmail.com)  
 Setting : Bimbingan Klasikal  
 Jenis Layanan : Orientasi  
 Bidang Layanan : Pribadi  
 Kelas : X  
 Sekolah : SMK N 1 Singaraja

**B. MATA KULIAH** : PPL REAL

Singaraja, 21 Oktober 2019

Muhamad Iqbal

NIM.1611011002

Guru Pamong

Dosen Pembimbing

Ni Ketut Jempiring ,S.Pd  
 NIP. 196911051993042002

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

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

---

Nama Sekolah : SMK N 1 Singaraja

Kelas/ Semester : X/1

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*

**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.,



Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S



Prof.Dr.Ni





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.



dapat dilakukan dengan teknik *self* sikal, kemudian dilanjutkan 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

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	GEDE JUNI ARTAWAN	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	Siswa ini nampaksering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GEDE WINDA ARIANA	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GUSTI MADE BUDI UTAMA	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	I KADEK PARTAYASA	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	I KOMANG AGUS APRIANA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	KADEK AGUS SUTAWAN	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KADEK AYU ADNYANI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KADEK DWIPAYANA	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KADEK ERNAYANI	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KETUT ARINI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KETUT DIAN PRATIWI	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KOMANG AGUS DARMA	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KOMANG DODI SAPUTRA	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KOMANG JUNI ANTARI	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KOMANG YENIKA YANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	LUH BUDI FEBRIANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	LUH EKA MELIANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	LUH GEDE BINTANG ANGGARINI	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	LUH PUTU INDRA AYU LESTARI	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	LUH PUTU RISMAYANTI	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	LUH PUTU SRI SUARDANI	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	MADE RESTIKA GUNAWAN	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	NI KADEK APRILIANI	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	NI KADEK MURTIASIH	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)
27	NI LUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	PUTU AGUS SUASTAWAN	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	PUTU BUDI SUGIHARTANA	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	PUTU DHYANA	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)

	PARAMITA	
32	PUTU DINA MAHAYANI	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PUTU SUARI EKA	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PUTU RASMINI GITA	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	PUTU WAHYU PRIA CHAMELIA	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	VELICIA MARCHI TANAYA	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)
37	GEDE JUNI ARTAWAN	Siswa ini Nampak pemalu dan pendiam (-)

#### 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).

#### 4. Teori konseling : Teori Rasional Emotive Behavior

##### 7) Filosofis

Teori konseling Asal-usul Konseling Rasional Emotif Perilaku dapat ditelusuri dengan filosofi dari Stoisisme di Yunani kuno yang membedakan tindakan dari interpretasinya. Epictetus dan Marcus Aurelius dalam bukunya "The Enchiridion", menyatakan bahwa manusia tidak begitu banyak

dipengaruhi oleh apa yang terjadi pada dirinya, melainkan bagaimana manusia memandang/menafsirkan apa yang terjadi pada dirinya (People are not disturbed by things, but by the view they take of them). Ellis di antara para ahli kognitif yang lain tergolong yang paling populer, seperti halnya Beck, Ellis. memiliki asumsi bahwa manusia memainkan peran penting dalam menyebabkan kesulitan sendiri melalui cara mereka dalam menginterpretasi situasi atau peristiwa lingkungan, dengan kata lain kognisi manusia merupakan sumber kesulitannya. 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.

- 8) Prosedur Konseling Rasional Emotive Behavior  
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/treatment

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

**5. Teknik Konseling****d. Pengertian Teknik Modeling**

Menurut (Elfiky, 2012) mendefinsikan ketiga kata tersebut sebagai berikut: Neuro merujuk pada sistem saraf, jalur mental bagi pancaindra untuk dapat mendengar, mengecap, mambau, dan merasa. Linguistik merujuk pada kemampuan alami berkomunikasi secara verbal dan nonverbal. Verbal mengacu pada pilihan kata dan frasa, mencerminkan dunia mentalitas manusia. Nonverbal berkaitan

dengan 'bahasa sunyi', seperti postur, gerak-gerik dan tingkah laku.  
'Bahasa sunyi' melahirkan gaya berpikir dan kepercayaan.

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 di daerah 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 kemampuan 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. *Clieen 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. *FocusingClieen, 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/intruction* 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.

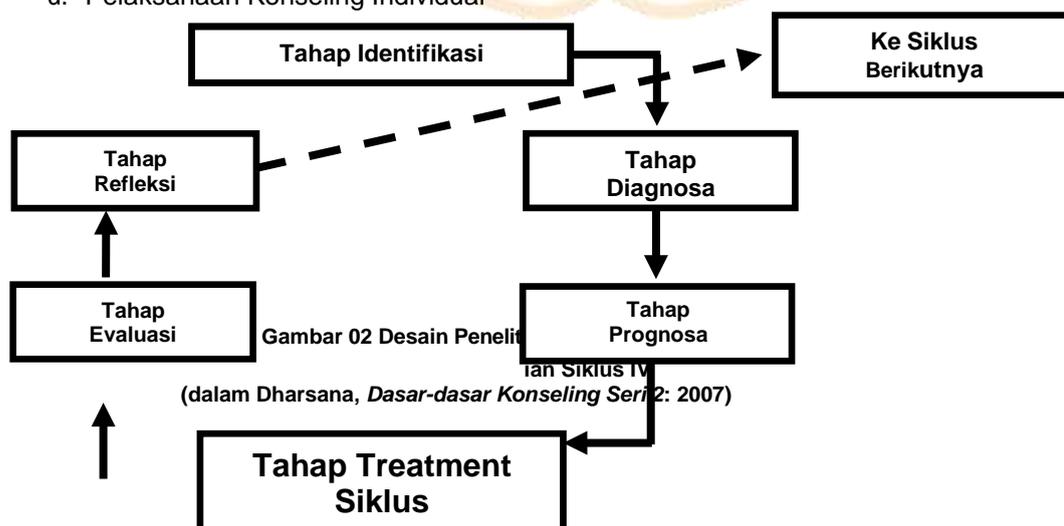
Skill Mikro Konseling : Keterampilan Attending seperti:

- d. 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)

## 6. 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



**(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 *Self Defference* 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 *Self Defference* 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 *Self Defference* melalui konseling Individual, b) memberikan contoh- contoh orang yang memiliki *Self Defference* melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu, c) menerapkan konseling kognitif sosial dengan teknik sosiodrama.

**(l) 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.

**(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 *Self Defference* siswa.

**2. Prosedur :**

TABEL 02. PROSES KONSELING INDIVIDU

PROSES	1. Identifikasi Ditemukan seorang siswa yang mengalami masalah dalam <i>tingkat deference</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 :		
<b>2.Diagnosa</b> Pada tahap ini dibahas mengenai factor penyebab siswa mengalami masalah rendahnya <i>deference</i> Adapun penyebab <i>deferencesiswa</i> yaitu kurangnya pemahaman siswa bagaimana mmeningkatkan <i>sikap deference</i>		
<b>3.Prognosa</b> 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>deference</i>		
<b>1. Konseling</b> <b>Awal Konseling</b>		
Konselor  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?	Konseli  Selamat pagi bu  Baik bu..., bagaimana dengan ibu?  Ya bu.	Skill yang Digunakan  Attending  Attending, Rapport  Closed Questions
<b>Inti Konseling</b>		
Konselor  Nah dari hasil tes intelegensi yang adik miliki, terlihat bahwa adik memiliki sikap <i>deference</i> yang rendah  Dari data intelegensi adik tersebut, dalam aspek <i>deference</i> , menerima saran-saran dari orang lain, mendapat keterangan apa yang dipikirkan orang lain, mengikuti petunjuk-petunjuk dan mengerjakan apa yang diharapkannya.  Bisakah adik menjelaskan kenapa sampai adik bersikap seperti itu?  Saya bisa mengerti	Konseli  Betul bu.  Saya memang sangat rendah dalam seperti itu bu bersikap <i>deference</i>  Saya bingung bagaimana cara agar saya bisa meningkatkan <i>deference</i> saya bu  Ya bu disekolah saya kadang mendapatkan saran dari teman, mendapatkan keterangan dan mingikuti petunjuk dari	Skill yang Digunakan  Closed Questions  Eksplorasi  Refleksi Perasaan  Penguatan

	<p>dengan apa yang adik rasakan saat ini.</p> <p>Nah adik, untuk bisa meningkatkan sikap defference, 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>Baiklah mulai sekarang adik harus merubah sikap adik menjadi ebih baik dan len=bih meningkatkan <i>Self Defference</i> adik di dalam diri karena dengan meningkatkan <i>Self Defference</i> adik di dalam diri adik, adik akan menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya.</p>	<p>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>Mengerti buk, mungkin dari sekarang saya akan mencoba mengelola diri saya dengan baik dan akan mentaati peraturan yang ada di sekolah demi kebaikan saya nantinya sekolah di SMA ini..</p>	<p>Eksplorasi</p> <p>Penguatan</p> <p>Mulai merilekskan badan.</p> <p>Konselor mulai memperdalam trance.</p> <p>Mulai memberikan sugesti</p>
Akhir Konseling			
Konselor	Konseli	Skill yang Digunakan	
Nah adik, bagaimana keadaannya sekarang?	Ya bu saya sekarang mulai berpikir untuk jangka panjang jika defference saya masih rendah	Menanyakan pengalaman konseli selama dihipnosis	

		<p>mungkin itu akan menjatuhkan saya di dalam pembelajaran jika saya terus menolak sara dari teman saya, mulai sekarang saya akan merubah kebiasaan saya itu untuk bisa menerima saran teman dan mentaati peraturan yang ada.</p> <p>Ya bu, dan saya permisi dulu.</p>	Pengakhiran
	<p>Baiklah sepertinya kamu ada jam pelajaran lagi, dan kamu ibu persilahkan kembali ke kelas.</p> <p>Baik silahkan</p>		
	<p>5. Follow Up</p> <p>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</p>		
PROSEDUR	<p>a. Question</p> <p>Bertanya kepada klien dengan tujuan untuk mengumpulkan informasi penting untuk konseling</p>		
	<p>b. Perincian</p> <p>Memasukkan informasi-informasi yang relevan ke dalam kategori-kategori yang jelas</p>		
	<p>c. Konfrontasi</p> <p>Menggunakan informasi-informasi tersebut untuk menunjukkan pada klien ada ketidakkonsekuensi</p>		
	<p>d. Penjelasan</p> <p>Memberitahu klien tentang apa yang dipikirkan ahli konseling yang akan terjadi</p>		
	<p>e. Ilustrasi</p> <p>Perbandingan-perbandingan anekdot dan kiasan-kiasan digunakan ahli konseling untuk memperkuat penjelasan dan konfrontasi</p>		
	<p>f. Konfirmasi</p> <p>Konfrontasi yang digunakan untuk mendukung istilah-istilah yang sama dari konfrontasi dari sebelumnya</p>		
	<p>g. Interpretasi</p> <p>Mengemukakan cara-cara untuk memahami situasi dengan tujuan untuk mengoreksi distorsi dan pengelompokkan kembali pengalaman-pengalaman klien.</p>		
	<p>h. Perwujudan</p> <p>Menyimpulkan posisi klien untuk membantu pembuatan keputusan</p>		
TEKNIK	<p>Teknik yang digunakan dalam penelitian ini untuk meningkatkan <i>Self Defference</i> 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 :

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

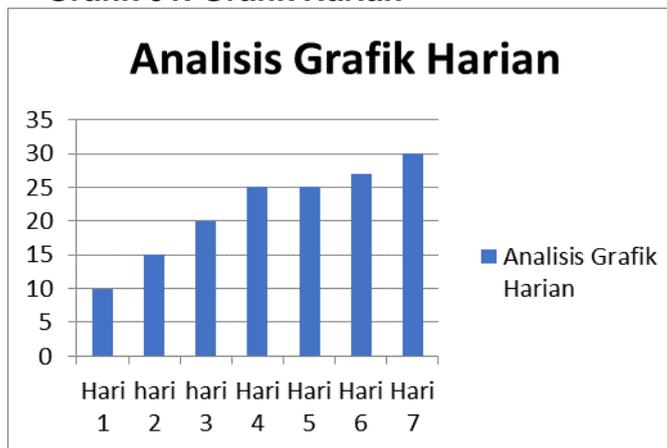
- 7) Media : Kuesioner, Buku Harian,
- 8) Alat : Laptop, LCD, Buku

### I. Buku Harian *Self Defference*

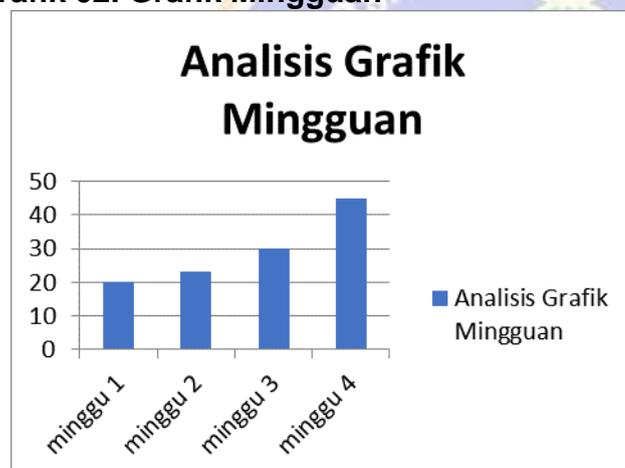
Tabel 04. Buku Harian *Self Defference*

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,	Di rumah	Saya	Saya	Saya diajari ayah	17

	10-02-2015, Jam 13.00- 15.00		membersikan halaman rumah sampai bersih	membantu adik mengerjakan PR	strategi dalam bermain catur	
--	---------------------------------------	--	---	------------------------------	------------------------------	--

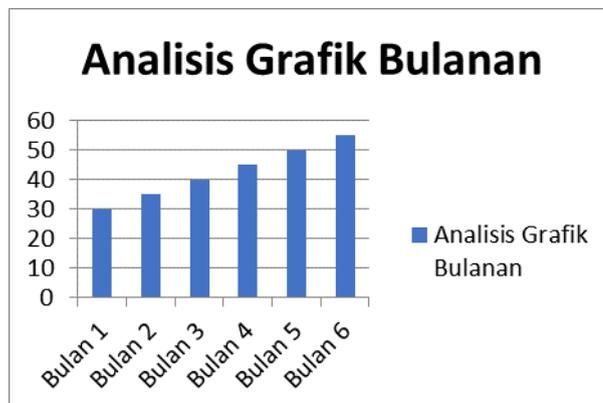
**Grafik 01. Grafik Harian**

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

**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

#### 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* 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.

#### 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
<i>Self Defference</i>	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 VII

No	Nama	Gejala Prilaku Yang Nampak
1	GEDE JUNI ARTAWAN	Siswa ini Nampak jarang mendekati temannya (-)
2	GEDE RENDI SUARDIKA PUTRA	Siswa ini nampak sering mempengaruhi teman-temannya mengerjakan tugas (+)
3	GEDE WINDA ARIANA	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya untuk belajar bersama (+)
4	GUSTI MADE BUDI UTAMA	Siswa ini Nampak sulit untuk bergaul dan mendekati temannya (-)
5	I KADEK PARTAYASA	Siswa ini Nampak sulit untuk mendapatkan kepercayaan dari temannya (-)
6	I KOMANG AGUS APRIANA	Siswa ini Nampak sangat aktif di kelas (+)
7	KADEK AGUS SUTAWAN	Siswa ini Nampak sering melamun (-)
8	KADEK AYU ADNYANI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
9	KADEK DWIPAYANA	Siswa ini Nampak mudah mendekati teman-teman di kelas (+)
10	KADEK ERNAYANI	Siswa ini Nampak meyakinkan temannya dengan kata manis (+)
11	KADEK OKTA MAHENDRA PUTRA	Siswa ini Nampak mempengaruhi temannya untuk rajin belajar (+)
12	KETUT ARINI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
13	KETUT DIAN PRATIWI	Siswa ini Nampak sering melamun di dalam kelas (-)
14	KOMANG AGUS DARMA	Siswa ini Nampak sulit mempengaruhi teman karena pendiam (-)
15	KOMANG DODI SAPUTRA	Siswa ini Nampak sulit beradaptasi dengan lingkungan di kelas (-)
16	KOMANG JUNI ANTARI	Siswa ini Nampak mudah mendapat kepercayaan dari temannya (+)
17	KOMANG YENIKA YANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
18	LUH BUDI FEBRIANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru (+)
19	LUH EKA MELIANI	Siswa ini Nampak sulit meyakinkan temannya (-)
20	LUH GEDE BINTANG ANGGARINI	Siswa ini Nampak sering tertidur di dalam kelas (-)
21	LUH PUTU INDRA AYU LESTARI	Siswa ini Nampak tidak sombong (+)
22	LUH PUTU RISMAYANTI	Siswa ini Nampak menghargai temannya (+)
23	LUH PUTU SRI SUARDANI	Siswa ini Nampak mencatat dengan rapi (+)
24	MADE RESTIKA GUNAWAN	Siswa ini Nampak mendengarkan dengan baik (+)
25	NI KADEK APRILIANI	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
26	NI KADEK MURTIASIH	Siswa ini Nampak lelah dan lebih suka diam di kelas (-)

27	NILUH PUTU WARSISTA DEWI CAHYANI	Siswa ini Nampak mudah bergaul dengan guru dan teman (+)
28	PUTU AGUS SUASTAWAN	Siswa ini Nampak memiliki hubungan yang baik dengan guru (+)
29	PUTU ARISOMA SEPTIAWAN	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
30	PUTU BUDI SUGIHARTANA	Siswa ini Nampak aktif di kelas (+)
31	PUTU DHYANA PARAMITA	Siswa ini Nampak sering mengerjakan tugas (+)
32	PUTU DINA MAHAYANI	Siswa ini Nampak baik hati (+)
33	PUTU EKA SUARI	Siswa ini Nampak sering bercanda di dalam kelas (-)
34	PUTU GITA RASMINI	Siswa ini Nampak sulit mengerjakan tugas (-)
35	PUTU WAHYU PRIA CHAMELIA	Siswa ini Nampak suka bergaul dengan semua orang (+)
36	VELICIA MARCHI TANAYA	Siswa ini Nampak susah mencari teman (-)

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 di lakukan Konseling Individu setiap siswa sekarang sudah memiliki *Self Defference* jadi penanganan yang di lakukan 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 <i>Self Defference</i> yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, <b><i>Self Defference</i> adalah kebutuhan mentaati aturan dan perinyah.</b>	Siswa sudah paham tentang pengertian <i>Self Defference</i>
	Saya masih bingung bu belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian <i>Self Defference</i>
Coba sebutkan indiator-indikator dari <i>Self Defference</i> !	Indikator dari <i>Self Defference</i> adalah: 1. mentaati peraturan 2. mematuhi perintah 3. mengikuti petunjuk	Siswa sudah paham
	Saya lupa bu, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator <i>Self Defference</i>
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 <i>Self Defference</i> yang tinggi adalah ketua kelas, kepala sekolah, pak dosen, pak bupati, pak gubernur, pak presiden dan menteri Kemudian orang yang memiliki minat <i>Self Defference</i> 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 <i>Self Defference</i>
	Saya tidak tau bu	Siswa belum paham tentang

		contoh-contoh orang yang memiliki <i>Self Defference</i>
--	--	--

#### d. Kuisisioner *Self Defference*

Tabel 07. Kisi-kisi instrumen

Variabel	Dimensi/aspek	No Butir		
		Positif	Negatif	Jumlah
Kecenderungan <i>Self Defference</i>	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

$SMI = X_a \times 100$

$\sum x_i$

#### 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.

k) Mantaplah 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

- 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 terlewati 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 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

- A. Mempersiapkan RPBK *Self Defference*
- B. Mempersiapkan pedoman observasi
- C. Mempersiapkan pedoman wawancara
- D. Mempersiapkan buku harian *Self Defference*
- E. Mempersiapkan instrumen *Self Defference*
- F. Mempersiapkan media

Rekomendasi :

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada siklus I, II, III, dan IV di SMA Negeri 2 Singaraja dinyatakan bahwa Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan *Self Defference* Siswa Kelas X IBB SMA Negeri 2 Singaraja Tahun Ajaran 2014/2015 sudah mengalami peningkatan.



**Lampiran 19 Alur Kegiatan Penelitian dokumentasi**

TREATMEN: “EFEKTIVITAS KONSELING RASIONAL EMOTIVE BEHAVIOR DENGAN DENGAN TEKNIK *NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF DEFFERENCE* SISWA DI SMKN 1 SINGARAJA”

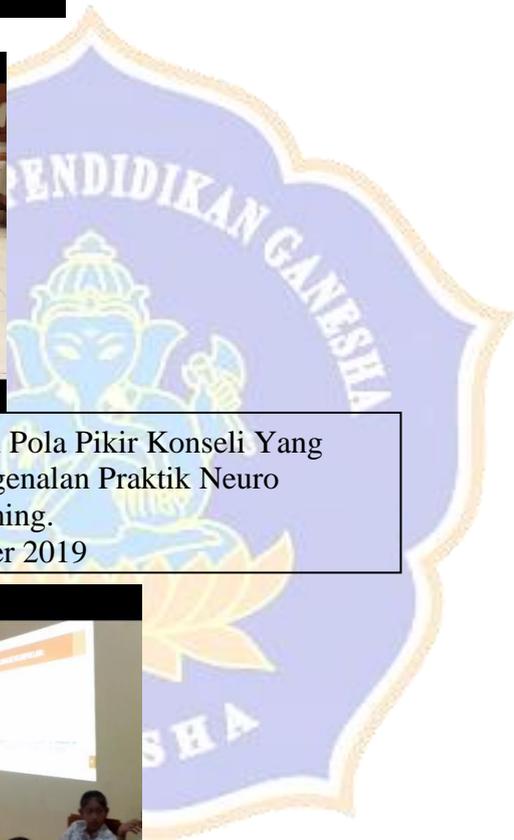
1) Observasi  
Tanggal 9 Oktober 2019



2) Melakukan Sesi Wawancara Terhadap Siswa Kelas X Ph A Di SMKN 1 Singaraja  
Tanggal 9 Oktober 2019



3) Mengidentifikasi Pola Pikir Konseli Yang Irrasional dan Pengenalan Praktik Neuro Linguistic Programing.  
Tanggal 16 Oktober 2019





4) Menggali/Elisitasi Kelas X PH A SMKN 1  
SINGARAJA.  
Tanggal 23 Oktober 2019

Pengenalan Dan Praktik Perubahan Sehingga Melupakan Faktor Faktor  
Yang Lain Menjadi Ensensi Dalam Perubahan Siswa.



5) Intervensi  
Tanggal 6 November 2019



6) Intervensi  
Tanggal 25 Desember 2019

Mengunci Perubahan Terakhir adalah Mengunci Perubahan Tersebut,  
Ketika siswa berubah seringkali iq tidak menyadari perubahan tersebut



Lampiran 20 Dokumentasi





## Lampiran 21 Riwayat Hidup



Muhamad Iqbal Lahir Ds. Wanaherang, Kecamatan Gunung Putri Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat, pada tanggal 14 April 1998. Penulis lahir dari pasangan suami istri Bapak Asep Yugo Heryanto, dan ibu Dedeh Haryati. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Islam. Kini penulis beralamat di Jalan Bisma Barat No.14 a Banjar testa, Singaraja.

Penulis menyelesaikan Pendidikan Dasar di SD Negeri 4 Wanaherang, lulus Pada Tahun 2010. Kemudian melanjutkan di SMP PGRI Suryakencana Cilengsi Bogor, lulus tahun 2013. Pada tahun 2016 penulis lulus dari SMA Fajar Dunia Jurusan IPS. Penulis melanjutkan pendidikan S1 Jurusan Bimbingan Konseling di Universitas Pendidikan Ganesha. Pada emester akhir tahun 2020 penulis telah menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Efektivitas Teori Konseling Rasional Emotive Behavior Dengan Teknik *Neuro Linguistic Programing* Untuk Meningkatkan *Self Defference* Siswa Kelas X PH A SMK Negeri 1 Singaraja”.

