

Lampiran 1. Surat Observasi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
Jalan Udayana Nomor 11, Singaraja 81116
Telepon (0362) 31372
Laman www.fip.undiksha.ac.id

Nomor : 749/UN48.10.1/LT/2021 Singaraja, 27 April 2021
Hal : Observasi awal

Yth. Kepala SMA Negeri 1 Banjarangkan
di Banjarangkan

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

Nama : Ni Putu Nia Suastari
NIM : 1711011008
Jurusan : Ilmu Pendidikan Psikologi dan Bimbingan
Program Studi : Bimbingan Konseling

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

An. Dekan
Wakil Dekan I,

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

Arsip.
1. Kasubbag Akademik FIP
2. Arsip

Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
 Jalan Udayana Nomor 11, Singaraja 81116
 Telepon (0362)
 31372 Laman www.fip.undiksh

Nomor : 1171/UN48.10.1/LT/2021

Singaraja, 7 Juni 2021

Hal : Ijin Penelitian

Yth. SMA Negeri 1 Banjarangkan

Di Singaraja

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

Nama : Ni Putu Nia Suastari
 NIM : 1711011008
 Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan
 Program Studi : Bimbingan Konseling

Demikian surat ini disampaikan atas kesediaan dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.



Arsip.

1. Kasubbag Akademik FIP
2. Arsip

Lampiran 3. Surat *Judges*

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
 FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
 JURUSAN ILMU PENDIDIKAN, PSIKOLOGI & BIMBINGAN
 PRODI BIMBINGAN KONSELING
 TAHUN 2021

Alamat: Jln. Udayana (Gedung FIP Kampus Tengah Undiksha) Singaraja 81116
 Telp.: (0362) 31372, . Situs Web: <http://undiksha.ac.id>

Nomor : 79/UN48.10.4/DT/2021

07 Juni 2021

Hal : Permohonan Validator/Judges

Kepada Yth. Kepala SMA Negeri 1 Banjarangkan
 Di Banjarangkan

Dengan hormat, bersama ini kami memohon kesediaan sekolah/Guru BK untuk menjadi Validator (Judges) pengembangan instrumen dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha bagi mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling IPPB FIP Undiksha.

Adapun nama mahasiswa tersebut:


Nama : Ni Putu Nia Suastari
 NIM : 1711011008
 Jurusan : Ilmu Pendidikan Psikologi dan Bimbingan
 Program Studi : Bimbingan Konseling


Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama bapak/ibu disampaikan terimakasih.

Mengetahui


Ketua Jurusan IPPB

Koord. Prodi


 Dr. Kadek Suranata, S.Pd, M.Pd., Kons
 NIP. 198208162008121002


 Dr. Kadek Suranata, S.Pd, M.Pd., Kons
 NIP. 198208162008121002

Lampiran 4. Surat Akhir Penelitian


 ပြည်ထောင်စုအုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့
 PEMERINTAH PROVINSI BALI
 သိဒ္ဓိတိသိဒ္ဓိတိသိဒ္ဓိတိသိဒ္ဓိတိသိဒ္ဓိတိ
 DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAHRAGA
 ၂၀၂၀-၂၀၂၁ ခုနှစ်အတွက်
SMA NEGERI 1 BANJARANGKAN
 အလယ်တန်းကျောင်း၊ ညွှန်ကြားမှုဌာနချုပ်၊ ညွှန်ကြားမှုဌာနချုပ်၊ ညွှန်ကြားမှုဌာနချုပ်၊ ညွှန်ကြားမှုဌာနချုပ်
 Alamat: Desa Tusan, Banjarangkan, Klungkung Telepon. (0366) 22961, Kode Pos 80752
 Email : basma_eka@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN
 Nomor : 824/1755/SMA.Brk/Disdikpora

Yang bertanda tangan di bawah ini:


Nama	: I Putu Sudibawa, S.Pd, M.Pd
NIP	: 19730908 199801 1 001
Pangkat / Golongan	: Pembina Tk I, IV/b
Jabatan	: Plt. Kepala SMAN 1 Banjarangkan
Unit Kerja	: SMAN 1 Banjarangkan
Alamat	: Desa Tusan, Banjarangkan, Klungkung

Menerangkan bahwa mahasiswa Universitas Pendidikan Ganesha di bawah ini :

Nama	: Ni Putu Nia Suastari
NIM	: 1711011007
Jenis Kelamin	: Perempuan
Jurusan	: Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan
Alamat	: Desa Banjarangkan, Kec. Banjarangkan, Kab. Klungkung, Bali

Memang benar mahasiswa tersebut di atas telah melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Banjarangkan untuk melengkapi Skripsi dengan judul **"Pengembangan Buku Panduan Model Konseling Behavioral untuk Meningkatkan Self Management pada Siswa"**

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

Banjarangkan, 22 Juli 2021
 Plt. Kepala SMAN 1 Banjarangkan

I Putu Sudibawa, S.Pd, M.Pd
 NIP. 19730908 199801 1 001

Lampiran 5. Validasi Pakar

VALIDASI PAKAR BUKU PANDUAN KONSELING BEHAVIORALUNTUK MENINGKATKAN *SELF MANAGEMENT* SISWA SMA

PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu dalam menilai atau memvalidasi Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA : Pengembangan *Self Management* yang saya lampirkan beserta dengan instrumen penilaian ini. Kesediaan Bapak/Ibu dalam memvalidasi panduan ini sangat penting guna keberhasilan penelitian pengembangan saya yang berjudul “Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA” serta untuk mengetahui kelayakan buku panduan ini digunakan oleh Guru BK di sekolah. Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai dan memberikan masukan untuk buku panduan ini saya mengucapkan terimakasih.

PETUNJUK

Berikut ini telah disajikan beberapa item pernyataan terkait dengan penerapan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA: Intervensi Pengembangan *Self Management* Siswa, pernyataan dibagi menjadi tiga sub yaitu kegunaan buku panduan, kelayakan buku panduan, dan ketepatan buku panduan yang jumlah keseluruhan pernyataan yaitu 25 butir. Padamasing-masing pernyataan responden dapat memiliki 4 kategori alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu 1, 2, 3, dan 4 yang menunjukkan rentang tingkat keterterimaan panduan iniberdasarkan masing-masing item yang sudah tertera.

Penjelasan kategori skor tersebut adalah rentang 1 mewakili keterterimaan sangat rendah, skor 2 mewakili keterterimaan rendah, skor 3

mewakikan keterterimaan tinggi, dan skor 4 mewakikan keterterimaan sangat tinggi. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan sesuai dengan tingkat keterterimaan Bapak/Ibu, pada bagian akhir telah disediakan kolom kritik dan saran terkait buku panduan ini yang dapat diisi secara khusus guna penelitian melakukan perbaikan pada buku panduan.



NO	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
Kegunaan (<i>Unility</i>)					
1.	Kegunaan buku panduan konseling bagi guru BK dalam penyelenggaraan layanan BK untuk mengintervensi siswa.				
2.	Kegunaan buku panduan dalam memotivasi guru BK menerapkan model konseling behavioral untuk meningkatkan <i>self management</i> dalam mengintervensisiswa di sekolah				
3.	Kegunaan buku panduan konseling untuk memfasilitasi kelancaran kegiatan Bimbingan Konseling di sekolah				
Kelayakan (<i>Fesibility</i>)					
4.	Isi buku panduan mudah dipahami dan diterapkan oleh guru BK.				
5.	Kelayakan isi buku panduan dalam menggapai tujuan Konseling.				
6.	Kepraktisan buku panduan dalam pelaksanaan layanan BK guna mengintervensi siswa.				
7.	Kelayakan (kemudahan memahami) petunjuk penggunaan.				
8.	Kelayakan buku panduan dari biaya yang dibutuhkan.				
9.	Kelayakan buku panduan dilihat dari waktu yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				
10.	Kelayakan buku panduan dilihat dari tenaga yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				
11.	Kelayakan buku panduan dari desain kemasan.				
12.	Kelayakan (kemudahan) dalam mengakses buku panduan.				
13.	Keakuratan isi buku panduan dengan teori.				
14.	Kelengkapan sub pembahasan pada buku panduan.				
15.	Keluasan materi yang disajikan dalam buku panduan.				
Ketepatan (<i>Accurancy</i>)					
16.	Ketepatan isi buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK.				

17.	Ketepatan panduan untuk mengintervensi siswa.				
18.	Ketepatan isi buku panduan dengan teori.				
19.	Kejelasan pembahasan materi pada buku panduan.				
20.	Kejelasan prosedur dan teknik pada buku panduan.				
21.	Kesesuaian tujuan konseling dan materi yang disajikan dalam buku panduan dengan tingkat perkembangan siswa.				
22.	Kejelasan bahasa (komunikatif) yang digunakan dalam buku panduan.				
23.	Kejelasan sistematika penyajian materi dalam buku panduan.				
24.	Ketepatan (keefektifan) kalimat dalam buku panduan.				
25.	Kesesuaian alokasi waktu pada prosedur pelaksanaan model konseling behavioral.				

Saran perbaikan

.....
 ...

Identitas pakar penilaian

Nama lengkap dan gelar :

Bidang keahlian :

Instansi tempat bertugas :

Tanda Tangan.....

Lampiran 6. Hasil Rekap Validasi Pakar

Hasil Penilaian Pakar

**Kelayakan Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk
Meningkatkan Self-Management Siswa SMA**

a. Pakar 1

Nama Pakar: Drs. I Wayan Tirka M. Pd, Kons

No Item	Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
1				V
2			V	
3				V
4				V
5				V
6				V
7				V
8				V
9				V
10			V	
11				V
12				V
13				V
14			V	
15				V
16				V
17				V
18				V
19				V
20				V
21				V
22				V
23				V
24				V
25				V

b. Pakar 2

Nama Pakar: Kade Sathya Gita Rismawan, S. Pd., M. Pd.

No Item	Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
1				V
2				V
3				V
4				V
5				V

6			V	
7				V
8				V
9				V
10				V
11				V
12				V
13			V	
14				V
15				V
16				V
17			V	
18				V
19				V
20				V
21				V
22				V
23				V
24				V
25				V

c. Pakar 3

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

No Item	Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
1				V
2			V	
3			V	
4				V
5			V	
6			V	
7			V	
8			V	
9			V	
10			V	
11			V	
12			V	
13			V	
14			V	
15			V	
16			V	
17			V	
18			V	
19				V
20			V	

21			V	
22				V
23				V
24			V	
25			V	

d. Pakar 4

Nama Pakar: Ni Wayan Sri Silawati, S.Pd.

No Item	Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
1				V
2				V
3				V
4				V
5				V
6				V
7				V
8				V
9				V
10				V
11				V
12				V
13			V	
14				V
15				V
16				V
17				V
18				V
19				V
20			V	
21				V
22				V
23				V
24				V
25			V	

e. Pakar 5

Nama Pakar: I Gusti Made Gede Budiana, S. Pd.

No Item	Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
1			V	
2				V
3				V
4				V
5				V
6				V

7				V
8				V
9				V
10				V
11				V
12				V
13			V	
14				V
15				V
16				V
17			V	
18				V
19				V
20				V
21				V
22				V
23				V
24				V
25				V



Lampiran 7. Hasil Validasi Pakar

VALIDASI PAKAR

BUKU PANDUAN KONSELING BEHAVIORAL UNTUK MENINGKATKAN *SELF MANAGEMENT* SISWA SMA

PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu dalam menilai atau memvalidasi Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA : Pengembangan *Self Management* yang saya lampirkan beserta dengan instrumen penilaian ini. Kesediaan Bapak/Ibu dalam memvalidasi panduan ini sangat penting guna keberhasilan penelitian pengembangan saya yang berjudul “Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA” serta untuk mengetahui kelayakan buku panduan ini digunakan oleh Guru BK di sekolah. Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai dan memberikan masukan untuk buku panduan ini saya mengucapkan terimakasih.

PETUNJUK

Berikut ini telah disajikan beberapa item pernyataan terkait dengan penerapan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA: Intervensi Pengembangan *Self Management* Siswa, pernyataan dibagi menjadi tiga sub yaitu kegunaan buku panduan, kelayakan buku panduan, dan ketepatan buku panduan yang jumlah keseluruhan pernyataan yaitu 25 butir. Padamasing-masing pernyataan responden dapat memiliki 4 kategori alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu 1, 2, 3, dan 4 yang menunjukkan rentang tingkat keterterimaan panduan ini berdasarkan masing-masing item yang sudah tertera. Penjelasan kategori skor tersebut adalah rentang 1 mewakili keterterimaan sangat rendah, skor 2 mewakili keterterimaan rendah, skor 3 mewakili keterterimaan tinggi, dan skor 4 mewakili keterterimaan sangat tinggi. Berilah tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang telah disediakan sesuai dengan tingkat keterterimaan Bapak/Ibu, pada bagian akhir telah disediakan kolom kritik dan saran terkait buku panduan ini yang dapat diisi secara khusus guna peneliti melakukan perbaikan pada buku panduan.

NO	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
Kegunaan (<i>Unility</i>)					
1.	Kegunaan buku panduan konseling bagi guru BK dalam penyelenggaraan layanan BK untuk mengintervensi siswa.				√
2.	Kegunaan buku panduan dalam memotivasi guru BK menerapkan model konseling behavioral untuk meningkatkan <i>self management</i> dalam mengintervensisisiswa di sekolah			√	
3.	Kegunaan buku panduan konseling untuk memfasilitasi kelancaran kegiatan Bimbingan Konseling di sekolah				√
Kelayakan (<i>Fesibility</i>)					
4.	Isi buku panduan mudah dipahami dan diterapkan oleh guru BK.				√
5.	Kelayakan isi buku panduan dalam menggapai tujuan Konseling.				√
6.	Kepraktisan buku panduan dalam pelaksanaan layanan BK guna mengintervensi siswa.				√
7.	Kelayakan (kemudahan memahami) petunjuk penggunaan.				√
8.	Kelayakan buku panduan dari biaya yang dibutuhkan.				√
9.	Kelayakan buku panduan dilihat dari waktu yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				√
10.	Kelayakan buku panduan dilihat dari tenaga yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.			√	
11.	Kelayakan buku panduan dari desain kemasan.				√
12.	Kelayakan (kemudahan) dalam mengakses buku panduan.				√
13.	Keakuratan isi buku panduan dengan teori.				√
14.	Kelengkapan sub pembahasan pada buku panduan.			√	
15.	Keluasan materi yang disajikan dalam buku panduan.				√

Ketepatan (Accuracy)					
16.	Ketepatan isi buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK.				√
17.	Ketepatan panduan untuk mengintervensi siswa.				√
18.	Ketepatan isi buku panduan dengan teori.				√
19.	Kejelasan pembahasan materi pada buku panduan.				√
20.	Kejelasan prosedur dan teknik pada buku panduan.				√
21.	Kesesuaian tujuan konseling dan materi yang disajikan dalam buku panduan dengan tingkat perkembangan siswa.				√
22.	Kejelasan bahasa (komunikatif) yang digunakan dalam buku panduan.				√
23.	Kejelasan sistematika penyajian materi dalam buku panduan.				√
24.	Ketepatan (keefektifan) kalimat dalam buku panduan.				√
25.	Kesesuaian alokasi waktu pada prosedur pelaksanaan model konseling behavioral.				√

Saran perbaikan

.....

Identitas pakar penilaian

Nama lengkap dan gelar : Drs. I Wayan Tirka M. Pd, Kons

Bidang keahlian : Bimbingan dan Konseling

Instansi tempat bertugas : Universitas Pendidikan Ganesha

Tanda Tangan

VALIDASI PAKAR
BUKU PANDUAN KONSELING BEHAVIORAL UNTUK
MENINGKATKAN *SELF MANAGEMENT* SISWA SMA

PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu dalam menilai atau memvalidasi Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA : Pengembangan *Self Management* yang saya lampirkan beserta dengan instrumen penilaian ini. Kesediaan Bapak/Ibu dalam memvalidasi panduan ini sangat penting guna keberhasilan penelitian pengembangan saya yang berjudul "Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA" serta untuk mengetahui kelayakan buku panduan ini digunakan oleh Guru BK di sekolah. Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai dan memberikan masukan untuk buku panduan ini saya mengucapkan terimakasih.

PETUNJUK

Berikut ini telah disajikan beberapa item pernyataan terkait dengan penerapan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA: Intervensi Pengembangan *Self Management* Siswa, pernyataan dibagi menjadi tiga sub yaitu kegunaan buku panduan, kelayakan buku panduan, dan ketepatan buku panduan yang jumlah keseluruhan pernyataan yaitu 25 butir. Pada masing-masing pernyataan responden dapat memiliki 4 kategori alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu 1, 2, 3, dan 4 yang menunjukkan rentang tingkat keterterimaan panduan ini berdasarkan masing-masing item yang sudah tertera.

Penjelasan kategori skor tersebut adalah rentang 1 mewakili keterterimaan sangat rendah, skor 2 mewakili keterterimaan rendah, skor 3 mewakili keterterimaan tinggi, dan skor 4 mewakili keterterimaan sangat tinggi. Berilah tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang telah disediakan sesuai dengan tingkat keterterimaan Bapak/Ibu, pada bagian akhir telah disediakan kolom kritik dan saran terkait buku panduan ini yang dapat diisi secara khusus guna peneliti melakukan perbaikan pada buku panduan.

NO	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
Kegunaan (<i>Unility</i>)					
1.	Kegunaan buku panduan konseling bagi guru BK dalam penyelenggaraan layanan BK untuk mengintervensi siswa.				✓
2.	Kegunaan buku panduan dalam memotivasi guru BK menerapkan model konseling behavioral untuk meningkatkan <i>self management</i> dalam mengintervensi siswa di sekolah				✓
3.	Kegunaan buku panduan konseling untuk memfasilitasi kelancaran kegiatan Bimbingan Konseling di sekolah				✓
Kelayakan (<i>Fesibility</i>)					
4.	Isi buku panduan mudah dipahami dan diterapkan oleh guru BK.				✓
5.	Kelayakan isi buku panduan dalam menggapai tujuan Konseling.				✓
6.	Kepraktisan buku panduan dalam pelaksanaan layanan BK guna mengintervensi siswa.			✓	
7.	Kelayakan (kemudahan memahami) petunjuk penggunaan.				✓
8.	Kelayakan buku panduan dari biaya yang dibutuhkan.				✓
9.	Kelayakan buku panduan dilihat dari waktu yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				✓
10.	Kelayakan buku panduan dilihat dari tenaga yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				✓
11.	Kelayakan buku panduan dari desain kemasan.				✓
12.	Kelayakan (kemudahan) dalam mengakses buku panduan.				✓
13.	Keakuratan isi buku panduan dengan teori.			✓	
14.	Kelengkapan sub pembahasan pada buku panduan.				✓
15.	Keluasan materi yang disajikan dalam buku panduan.				✓
Ketepatan (<i>Accurancy</i>)					
16.	Ketepatan isi buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK.				✓

17.	Ketepatan panduan untuk mengintervensi siswa.			✓	
18.	Ketepatan isi buku panduan dengan teori.				✓
19.	Kejelasan pembahasan materi pada buku panduan.				✓
20.	Kejelasan prosedur dan teknik pada buku panduan.				✓
21.	Kesesuaian tujuan konseling dan materi yang disajikan dalam buku panduan dengan tingkat perkembangan siswa.				✓
22.	Kejelasan bahasa (komunikatif) yang digunakan dalam buku panduan.				✓
23.	Kejelasan sistematika penyajian materi dalam buku panduan.				✓
24.	Ketepatan (keefektifan) kalimat dalam buku panduan.				✓
25.	Kesesuaian alokasi waktu pada prosedur pelaksanaan model konseling behavioral.				✓

Saran perbaikan

.....

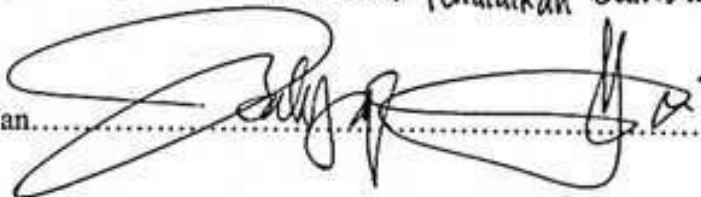
Identitas pakar penilaian

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

Bidang keahlian : Bimbingan dan Konseling

Instansi tempat bertugas : Universitas Pendidikan Ganesha

Tanda Tangan.....



VALIDASI PAKAR
BUKU PANDUAN KONSELING BEHAVIORAL UNTUK
MENINGKATKAN *SELF MANAGEMENT* SISWA SMA

PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu dalam menilai atau memvalidasi Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA : Pengembangan *Self Management* yang saya lampirkan beserta dengan instrumen penilaian ini. Kesediaan Bapak/Ibu dalam memvalidasi panduan ini sangat penting guna keberhasilan penelitian pengembangan saya yang berjudul “Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA” serta untuk mengetahui kelayakan buku panduan ini digunakan oleh Guru BK di sekolah. Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai dan memberikan masukan untuk buku panduan ini saya mengucapkan terimakasih.

PETUNJUK

Berikut ini telah disajikan beberapa item pernyataan terkait dengan penerapan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA: Intervensi Pengembangan *Self Management* Siswa, pernyataan dibagi menjadi tiga sub yaitu kegunaan buku panduan, kelayakan buku panduan, dan ketepatan buku panduan yang jumlah keseluruhan pernyataan yaitu 25 butir. Padamasing-masing pernyataan responden dapat memiliki 4 kategori alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu 1, 2, 3, dan 4 yang menunjukkan rentang tingkat keterterimaan panduan ini berdasarkan masing-masing item yang sudah tertera.

Penjelasan kategori skor tersebut adalah rentang 1 mewakili keterterimaan sangat rendah, skor 2 mewakili keterterimaan rendah, skor 3 mewakili keterterimaan tinggi, dan skor 4 mewakili keterterimaan sangat tinggi. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan sesuai dengan tingkat keterterimaan Bapak/Ibu, pada bagian akhir telah disediakan kolom kritik dan saran terkait buku panduan ini yang dapat diisi secara khusus guna peneliti melakukan perbaikan pada buku panduan.

NO	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
Kegunaan (<i>Unility</i>)					
1.	Kegunaan buku panduan konseling bagi guru BK dalam penyelenggaraan layanan BK untuk mengintervensi siswa.				√
2.	Kegunaan buku panduan dalam memotivasi guru BK menerapkan model konseling behavioral untuk meningkatkan <i>self management</i> dalam mengintervensi siswa di sekolah			√	
3.	Kegunaan buku panduan konseling untuk memfasilitasi kelancaran kegiatan Bimbingan Konseling di sekolah			√	
Kelayakan (<i>Fesibility</i>)					
4.	Isi buku panduan mudah dipahami dan diterapkan oleh guru BK.				√
5.	Kelayakan isi buku panduan dalam menggapai tujuan Konseling.			√	
6.	Kepraktisan buku panduan dalam pelaksanaan layanan BK guna mengintervensi siswa.			√	
7.	Kelayakan (kemudahan memahami) petunjuk penggunaan.			√	
8.	Kelayakan buku panduan dari biaya yang dibutuhkan.			√	
9.	Kelayakan buku panduan dilihat dari waktu yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.			√	
10.	Kelayakan buku panduan dilihat dari tenaga yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.			√	
11.	Kelayakan buku panduan dari desain kemasan.			√	
12.	Kelayakan (kemudahan) dalam mengakses buku panduan.			√	
13.	Keakuratan isi buku panduan dengan teori.			√	
14.	Kelengkapan sub pembahasan pada buku panduan.			√	
15.	Keluasan materi yang disajikan dalam buku panduan.			√	
Ketepatan (<i>Accurancy</i>)					
16.	Ketepatan isi buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK.			√	

17.	Ketepatan panduan untuk mengintervensi siswa.			√	
18.	Ketepatan isi buku panduan dengan teori.			√	
19.	Kejelasan pembahasan materi pada buku panduan.				√
20.	Kejelasan prosedur dan teknik pada buku panduan.			√	
21.	Kesesuaian tujuan konseling dan materi yang disajikan dalam buku panduan dengan tingkat perkembangan siswa.			√	
22.	Kejelasan bahasa (komunikatif) yang digunakan dalam buku panduan.				√
23.	Kejelasan sistematika penyajian materi dalam buku panduan.				√
24.	Ketepatan (keefektifan) kalimat dalam buku panduan.			√	
25.	Kesesuaian alokasi waktu pada prosedur pelaksanaan model konseling behavioral.			√	

Saran perbaikan

Tambahkan referensi yang terkait dengan teori dan teknik konseling yang digunakan

Identitas pakar penilaian

Nama lengkap dan gelar : Wayan Eka Paramartha, S.Pd., M.Pd.

Bidang keahlian : Bimbingan Konseling

Instansi tempat bertugas : Undiksha

Tanda Tangan



VALIDASI PAKAR
BUKU PANDUAN KONSELING BEHAVIORAL UNTUK
MENINGKATKAN *SELF MANAGEMENT* SISWA SMA

PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu dalam menilai atau memvalidasi Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA : Pengembangan *Self Management* yang saya lampirkan beserta dengan instrumen penilaian ini. Kesediaan Bapak/Ibu dalam memvalidasi panduan ini sangat penting guna keberhasilan penelitian pengembangan saya yang berjudul "Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA" serta untuk mengetahui kelayakan buku panduan ini digunakan oleh Guru BK di sekolah. Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai dan memberikan masukan untuk buku panduan ini saya mengucapkan terimakasih.

PETUNJUK

Berikut ini telah disajikan beberapa item pernyataan terkait dengan penerapan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA: Intervensi Pengembangan *Self Management* Siswa, pernyataan dibagi menjadi tiga sub yaitu kegunaan buku panduan, kelayakan buku panduan, dan ketepatan buku panduan yang jumlah keseluruhan pernyataan yaitu 25 butir. Pada masing-masing pernyataan responden dapat memiliki 4 kategori alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu 1, 2, 3, dan 4 yang menunjukkan rentang tingkat keterterimaan panduan ini berdasarkan masing-masing item yang sudah tertera.

Penjelasan kategori skor tersebut adalah rentang 1 mewakili keterterimaan sangat rendah, skor 2 mewakili keterterimaan rendah, skor 3 mewakili keterterimaan tinggi, dan skor 4 mewakili keterterimaan sangat tinggi. Berilah tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang telah disediakan sesuai dengan tingkat keterterimaan Bapak/Ibu, pada bagian akhir telah disediakan kolom kritik dan saran terkait buku panduan ini yang dapat diisi secara khusus guna peneliti melakukan perbaikan pada buku panduan.

NO	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
Kegunaan (<i>Unility</i>)					
1.	Kegunaan buku panduan konseling bagi guru BK dalam penyelenggaraan layanan BK untuk mengintervensi siswa.				✓
2.	Kegunaan buku panduan dalam memotivasi guru BK menerapkan model konseling behavioral untuk meningkatkan <i>self management</i> dalam mengintervensi siswa di sekolah				✓
3.	Kegunaan buku panduan konseling untuk memfasilitasi kelancaran kegiatan Bimbingan Konseling di sekolah				✓
Kelayakan (<i>Fesibility</i>)					
4.	Isi buku panduan mudah dipahami dan diterapkan oleh guru BK.				✓
5.	Kelayakan isi buku panduan dalam menggapai tujuan Konseling.				✓
6.	Kepraktisan buku panduan dalam pelaksanaan layanan BK guna mengintervensi siswa.				✓
7.	Kelayakan (kemudahan memahami) petunjuk penggunaan.				✓
8.	Kelayakan buku panduan dari biaya yang dibutuhkan.				✓
9.	Kelayakan buku panduan dilihat dari waktu yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				✓
10.	Kelayakan buku panduan dilihat dari tenaga yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				✓
11.	Kelayakan buku panduan dari desain kemasan.				✓
12.	Kelayakan (kemudahan) dalam mengakses buku panduan.				✓
13.	Keakuratan isi buku panduan dengan teori.			✓	
14.	Kelengkapan sub pembahasan pada buku panduan.				✓
15.	Keluasan materi yang disajikan dalam buku panduan.				✓
Ketepatan (<i>Accurancy</i>)					
16.	Ketepatan isi buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK.				✓

17.	Ketepatan panduan untuk mengintervensi siswa.				✓
18.	Ketepatan isi buku panduan dengan teori.				✓
19.	Kejelasan pembahasan materi pada buku panduan.				✓
20.	Kejelasan prosedur dan teknik pada buku panduan.			✓	
21.	Kesesuaian tujuan konseling dan materi yang disajikan dalam buku panduan dengan tingkat perkembangan siswa.				✓
22.	Kejelasan bahasa (komunikatif) yang digunakan dalam buku panduan.				✓
23.	Kejelasan sistematika penyajian materi dalam buku panduan.				✓
24.	Ketepatan (keefektifan) kalimat dalam buku panduan.				✓
25.	Kesesuaian alokasi waktu pada prosedur pelaksanaan model konseling behavioral.			✓	

Saran perbaikan

.....

Identitas pakar penilaian

Nama lengkap dan gelar : Ni Wayan Sri Silawati, S. Pd

Bidang keahlian : Guru Bimbingan Konseling

Instansi tempat bertugas : SMA Negeri 1 Banjaruhgan

Tanda Tangan.....



VALIDASI PAKAR
BUKU PANDUAN KONSELING BEHAVIORALUNTUK
MENINGKATKAN *SELF MANAGEMENT* SISWA SMA

PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu dalam menilai atau memvalidasi Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA : Pengembangan *Self Management* yang saya lampirkan beserta dengan instrumen penilaian ini. Kesediaan Bapak/Ibu dalam memvalidasi panduan ini sangat penting guna keberhasilan penelitian pengembangan saya yang berjudul "Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA" serta untuk mengetahui kelayakan buku panduan ini digunakan oleh Guru BK di sekolah. Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai dan memberikan masukan untuk buku panduan ini saya mengucapkan terimakasih.

PETUNJUK

Berikut ini telah disajikan beberapa item pernyataan terkait dengan penerapan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA: Intervensi Pengembangan *Self Management* Siswa, pernyataan dibagi menjadi tiga sub yaitu kegunaan buku panduan, kelayakan buku panduan, dan ketepatan buku panduan yang jumlah keseluruhan pernyataan yaitu 25 butir. Pada masing-masing pernyataan responden dapat memiliki 4 kategori alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu 1, 2, 3, dan 4 yang menunjukkan rentang tingkat keterterimaan panduan ini berdasarkan masing-masing item yang sudah tertera.

Penjelasan kategori skor tersebut adalah rentang 1 mewakili keterterimaan sangat rendah, skor 2 mewakili keterterimaan rendah, skor 3 mewakili keterterimaan tinggi, dan skor 4 mewakili keterterimaan sangat tinggi. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan sesuai dengan tingkat keterterimaan Bapak/Ibu, pada bagian akhir telah disediakan kolom kritik dan saran terkait buku panduan ini yang dapat diisi secara khusus guna peneliti melakukan perbaikan pada buku panduan.

NO	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
Kegunaan (<i>Unility</i>)					
1.	Kegunaan buku panduan konseling bagi guru BK dalam penyelenggaraan layanan BK untuk mengintervensi siswa.			✓	
2.	Kegunaan buku panduan dalam memotivasi guru BK menerapkan model konseling behavioral untuk meningkatkan <i>self management</i> dalam mengintervensi siswa di sekolah				✓
3.	Kegunaan buku panduan konseling untuk memfasilitasi kelancaran kegiatan Bimbingan Konseling di sekolah				✓
Kelayakan (<i>Fesibility</i>)					
4.	Isi buku panduan mudah dipahami dan diterapkan oleh guru BK.				✓
5.	Kelayakan isi buku panduan dalam menggapai tujuan Konseling.			✓	✓
6.	Kepraktisan buku panduan dalam pelaksanaan layanan BK guna mengintervensi siswa.				✓
7.	Kelayakan (kemudahan memahami) petunjuk penggunaan.				✓
8.	Kelayakan buku panduan dari biaya yang dibutuhkan.				✓
9.	Kelayakan buku panduan dilihat dari waktu yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				✓
10.	Kelayakan buku panduan dilihat dari tenaga yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				✓
11.	Kelayakan buku panduan dari desain kemasan.				✓
12.	Kelayakan (kemudahan) dalam mengakses buku panduan.				✓
13.	Keakuratan isi buku panduan dengan teori.			✓	✓
14.	Kelengkapan sub pembahasan pada buku panduan.				✓
15.	Keluasan materi yang disajikan dalam buku panduan.				✓
Ketepatan (<i>Accurancy</i>)					
16.	Ketepatan isi buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK.				✓

17.	Ketepatan panduan untuk mengintervensi siswa.			✓	✓
18.	Ketepatan isi buku panduan dengan teori.				✓
19.	Kejelasan pembahasan materi pada buku panduan.				✓
20.	Kejelasan prosedur dan teknik pada buku panduan.				✓
21.	Kesesuaian tujuan konseling dan materi yang disajikan dalam buku panduan dengan tingkat perkembangan siswa.				✓
22.	Kejelasan bahasa (komunikatif) yang digunakan dalam buku panduan.				✓
23.	Kejelasan sistematika penyajian materi dalam buku panduan.				✓
24.	Ketepatan (keefektifan) kalimat dalam buku panduan.				✓
25.	Kesesuaian alokasi waktu pada prosedur pelaksanaan model konseling behavioral.				✓

Saran perbaikan


.....

Identitas pakar penilaian

Nama lengkap dan gelar : IBUSTI MADE GDE BUDANA, SPd.

Bidang keahlian : Guru.

Instansi tempat bertugas : SMA NEGERI 1 BANJARANGKUN

Tanda Tangan.....


Lampiran 8. Nama Siswa

No.	Nama Siswa
1	Dewa Ayu Regina Fransiska Dewi
2	Ni Luh Eka Noviani
3	I Kadek Dauh Andika Kusuma Wijaya
4	Ni Putu Marlina
5	Sang Puttu Agus Eka Pratama
6	Sang Putu Ganesha Dharma Putra
7	I Gusti Ngurah Desta Permana Putra
8	Komang Desi Puspitawati
9	Putu Wisnu Adiputra Jelantik
10	Dewa Ayu Bintang Juliantari



ANGKET SELF MANAGEMENT

NO	SELF MANAGEMENT	SS	S	TS	STS
1.	Sebelum berangkat sekolah saya menyiapkan semua perlengkapan untuk mata pelajaran yang akan diajarkan hari itu.				
2.	Saya merencanakan langkah saya setelah lulus SMA mulai dari sekarang.				
3.	Saya melakukan perencanaan terlebih dahulu sebelum mengambil keputusan dari suatu tindakan.				
4.	Saya memikirkan baik dan buruknya terlebih dahulu dari sebuah keputusan yang akan saya ambil.				
5.	Saya membuat perincian – perincian anggaran yang akan saya habiskan untuk membeli sesuatu.				
6.	Sebelum praktek di sekolah saya merencanakan target yang akan diselesaikan.				
7.	Saya merencanakan cita – cita saya di masa mendatang.				
8.	Saya suka membagi – bagi waktu untuk di sekolah ataupun di rumah.				
9.	Saya memisahkan buku antara mata pelajaran yang satu dengan yang lain agar mudah dalam belajar.				
10.	Dalam kelompok saya membagi tugas untuk tiap – tiap anggotanya agar tugas bisa terselesaikan dengan baik.				
11.	Saya memisahkan antara kepentingan kelompok dengan kepentingan pribadi.				
12.	Saya memilih dan menempatkan orang untuk pekerjaan yang sesuai.				
13.	Saya membagi waktu antara belajar dan bermain.				

14.	Saya mengelompokan mata pelajaran di sekolah berdasarkan jenis kesulitannya agar bisa memprioritaskan waktu belajar.				
15.	Saya mengarahkan orang lain agar bekerja sebaik – baiknya.				
16.	Dalam kelompok saya memotivasi anggota.				
17.	Saya tidak bisa memberi keputusan terbaik untuk solusi masalah dalam kelompok.				
18.	Saya memberi penghargaan atas kinerja yang baik dari anggota kelompok.				
19.	Saya tidak bisa memimpin kelompok agar bisa kompak.				
20.	Saya bisa sabar ketika diejek teman.				
21.	Saya menilai hasil pekerjaan dengan standar hasil kerja.				
22.	Saya bisa menenangkan kelas ketika teman –teman kelas ribut saat pelajaran kosong.				
23.	Saya bisa meleraikan teman ketika terjadi selisih pendapat.				
24.	Saya tidak bisa mengontrol emosi jika diejek oleh teman.				
25.	Saya tidak bisa menolak ajakan teman untuk membolos sekolah.				

Lampiran 10. Buku Panduan

MODEL KONSELING BEHAVIORAL UNTUK MENINGKATKAN *SELF*

***MANAGEMENT* PADA SISWA SMA**



Disusun Oleh :

NI PUTU NIA SUASTARI

1711011008

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING

JURUSAN ILMU PENDIDIKAN, PSIKOLOGI, DAN BIMBINGAN

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

SINGARAJA

2021

Kata Pengantar

Puji syukur kehadapan Tuhan yang telah memberikan rahmat sehingga penulis dapat menyelesaikan buku panduan ini. Panduan ini merupakan acuan, pedoman, maupun petunjuk dalam pemberian layanan konseling individual menggunakan pendekatan behavioral untuk meningkatkan *self management* siswa.

Panduan ini memuat beberapa materi dan mekanisme layanan konseling individu/ perorangan. Semoga panduan ini dapat digunakan oleh guru BK/ konselor dengan sebaik-baiknya dalam meningkatkan *self management* siswa.

Harapan dengan ditulisnya buku panduan ini, sebagai referensi bagi konselor sekolah atau masyarakat umum untuk membantu menambah pengetahuan dan pengalaman. Panduan pelaksanaan layanan konseling individu menggunakan pendekatan behavioral untuk meningkatkan *self management* siswa, ini kemungkinan masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis berharap masukan yang bersifat membangun dari para pembaca untuk kesempurnaan panduan ini.

Singaraja, 14 Juni 2021

Penulis,

Ni Putu Nia Suastari

PENDAHULUAN

Buku panduan menyajikan informasi untuk memandu atau memberikan tuntunan kepada pembacanya untuk melakukan apa yang disampaikan dalam buku tersebut. Buku panduan berisi panduan atau prosedur untuk mengerjakan sesuatu secara bertahap.

Buku panduan ini terdiri dari beberapa bagian diantaranya ialah bagian I (rasional, urgensi *self management* dan konseling behavioral), bagian II (petunjuk umum pelaksanaan konseling), dan bagian III (petunjuk khusus pelaksanaan konseling). Bagian petunjuk umum meliputi : (1) tujuan, (2) menentukan peserta kegiatan, (3) metode, teknik, dan waktu pelaksanaan, dan (4) prosedur dan langkah- langkah konseling behavioral. Bagian petunjuk khusus meliputi teknik-teknik pelaksanaan konseling behavioral.

Konseling behavioral suatu perubahan tingkah laku yang dihasilkan dari sebuah pengalaman dan perilaku harus dijelaskan melalui pengalaman yang dapat diamati bukan dengan proses mental. Konseling behavioral tentu bisa diterapkan dalam meningkatkan *self management* yang masih rendah agar mengalami perubahan dalam peningkatannya.

Suwanto (2016) mengatakan bahwa konsep dasar dari *self management* adalah: (1) Proses perubahan tingkah laku dengan satu atau lebih strategi melalui pengelolaan tingkah laku internal dan eksternal individu. (2) Penerimaan individu terhadap program perubahan perilaku menjadi syarat yang mendasar untuk menumbuhkan motivasi individu. (3) Partisipasi individu untuk menjadi agen perubahan menjadi hal yang sangat penting. (4) Generalisasi dan tetap mempertahankan hasil akhir dengan jalan mendorong individu untuk menerima tanggung jawab menjalankan strategi dalam kehidupan sehari-hari. (5) Perubahan bisa dihadirkan dengan mengajarkan kepada individu menggunakan keterampilan menangani masalah. (6) Agar individu secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki. (7) Individu dapat mengelola pikiran, perasaan dan

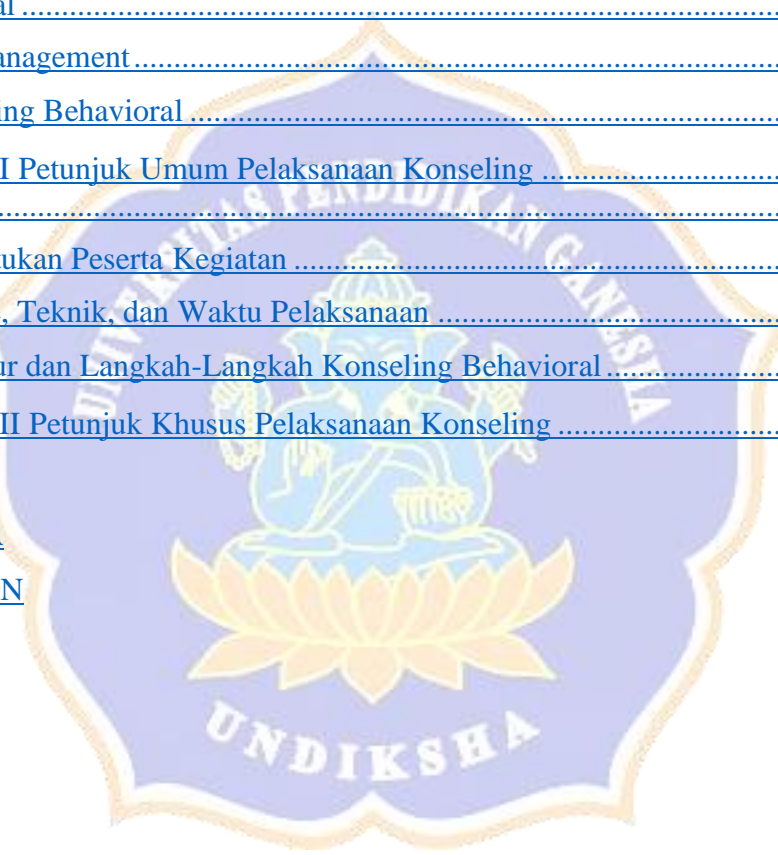
perbuatan mereka sehingga mendorong pada pengindraan terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan hal-hal yang baik dan benar.



DAFTAR ISI

Sampul

<u>Kata Pengantar.....</u>	<u>ii</u>
<u>PENDAHULUAN.....</u>	<u>iii</u>
<u>DAFTAR ISI.....</u>	<u>v</u>
<u>DAFTAR TABEL.....</u>	<u>vi</u>
<u>BAGIAN I Urgensi Self Management dan Konseling Behavioral 1</u>	
<u>A. Rasional.....</u>	<u>1</u>
<u>B. Self Management.....</u>	<u>2</u>
<u>C. Konseling Behavioral.....</u>	<u>2</u>
<u>BAGIAN II Petunjuk Umum Pelaksanaan Konseling.....</u>	<u>4</u>
<u>A. Tujuan.....</u>	<u>4</u>
<u>B. Menentukan Peserta Kegiatan.....</u>	<u>4</u>
<u>C. Metode, Teknik, dan Waktu Pelaksanaan.....</u>	<u>4</u>
<u>D. Prosedur dan Langkah-Langkah Konseling Behavioral.....</u>	<u>5</u>
<u>BAGIAN III Petunjuk Khusus Pelaksanaan Konseling.....</u>	<u>8</u>
<u>DAFTAR</u>	
<u>PUSTAKA</u>	
<u>LAMPIRAN</u>	



DAFTAR TABEL

Tabel 01. Prosedur dan Langkah-Langkah Konseling Behavioral.....	7
--	---



BAGIAN I

Urgensi *Self Management* dan Konseling Behavioral

A. Rasional

Kemampuan untuk mengatur kegiatan yang akan dilakukan oleh diri kita sendiri, dalam hal ini kita yang membuat, memutuskan, dan menyelesaikan dengan tuntas kegiatan yang sudah dirancang. Kamu sendiri yang akan bertanggungjawab atas diri kamu sendiri, dan kamu harus siap untuk menanggung segala resiko atas keputusan kamu. Pengendalian diri juga tidak kalah pentingnya, segala perbuatan yang dilakukan ataupun yang akan dilakukan perlu adanya pengendalian diri. Hal ini bertujuan agar terhindar dari hal-hal yang tentunya tidak diinginkan dan bisa meningkatkan hal-hal yang sudah baik sebelumnya menjadi lebih baik kedepannya. Pengendalian diri juga sangatlah membantu individu dalam mengelola pemikiran, perasaan, dan perilaku. Individu akan lebih bisa mandiri dalam pengelolaan dirinya, dan seseorang yang bisa mengendalikan dirinya sendiri maka ia akan lebih mampu dalam menghadapi tantangan kehidupan ataupun mengembangkan hubungan yang baik dengan individu lain.

Guru BK mempunyai peranan yang sangat penting dalam meningkatkan *self management* siswa, dan juga memiliki peranan penting demi perkembangan optimal bagi siswa. Oleh karena itu, tentu sangat diperlukannya beberapa pedoman sebagai acuan guru BK dalam melaksanakan tugasnya di sekolah.

Salah satu model konseling menurut Steptoe et al., (Sari, 2018) yang dapat diterapkan untuk mengembangkan *self management* pada siswa adalah model konseling behavioral. Konseling behavioral memiliki asumsi dasar bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari, tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru, dan manusia dapat berpotensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah. Selain itu, manusia dipandang sebagai individu yang mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, mengatur serta dapat mengontrol perilakunya dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat

mempengaruhi perilaku orang lain.

Konseling behavioral menurut Corey (Juniariasih & Dantes, 2013) adalah “penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Ia menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif”.

B. Self Management

Istilah *self-management* mengacu pada harapan agar konseli dapat lebih aktif dalam proses terapi. Sama halnya dengan kemampuan mengatur diri dan mengarahkan diri. Kemampuan mengatur diri dapat mencegah individu dari keadaan malas atau penyimpangan kepribadian. Dalam penggunaan strategi ini diharapkan konseli dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik (Riyan, 2013).

Pada dasarnya, pengelolaan diri terjadi ketika seseorang terlibat dalam satu perilaku dan mengendalikan terjadinya perilaku lain (perilaku sasaran) dikemudian waktunya. *Self management* melibatkan adanya perilaku pengendali dan perilaku yang terkendali. Dalam perilaku pengendali melibatkan penerapan strategi pengelolaan diri dimana anteseden dan konsekuensi dari perilaku terget atau perilaku alternatif yang akan dimodifikasi. *Self management* merupakan serangkaian teknis untuk mengubah perilaku, pikiran, dan perasaan (Suwanto, 2016).

C. Konseling Behavioral

Beberapa pendapat ahli yang mengemukakan mengenai pengertian dari konseling behavioral adalah sebagai berikut :

1. Menurut Corey (Juniariasih & Dantes, 2013), konseling behavioural adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Ia menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif.
2. Menurut JP.Chaplin (Farida, 2005), pengertian behavioral/behaviorisme adalah satu pandangan teoritis yang

beranggapan, bahwa persoalan psikologi adalah tingkah laku, tanpa mengaitkan konsepsi-konsepsi mengenai kesadaran dan mentalitas.

3. Sinring (Mekarsari, 2013) mengatakan bahwa konseling behavioral tidak memisahkan tingkah laku yang normal dan abnormal. Tingkah laku dipandang sebagai tingkah laku yang dipelajari, tugas konselor membantu konseli untuk mencapai perubahan tertentu dalam tingkah lakunya.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli diatas, disintesisikan bahwa konseling behavioral adalah suatu perubahan tingkah laku yang dihasilkan dari sebuah pengalaman dan perilaku harus dijelaskan melalui pengalaman yang dapat diamati bukan dengan proses mental.



BAGIAN II

Petunjuk Umum Pelaksanaan Konseling

A. Tujuan

Pelaksanaan layanan konseling yang diberikan bertujuan untuk meningkatkan *self management* pada siswa. Terkait dengan tujuan tersebut, *self management* juga bisa meningkatkan nilai karakter karena di harapkan dapat dengan mandiri mengendalikan diri untuk meningkatkan nilai karakter dan menjadi bekal agar terhindar dari hal-hal yang tentunya tidak diinginkan dan bisa meningkatkan hal-hal yang sudah baik sebelumnya menjadi lebih baik kedepannya.

B. Menentukan Peserta Kegiatan

Sebelum pelaksanaan pemberian layanan bimbingan konseling di sekolah, terlebih dahulu guru bimbingan konseling menentukan peserta dalam layanan tersebut. Pemilihan peserta kegiatan konseling ini khususnya ialah siswa yang akan melakukan layanan konseling behavioral untuk meningkatkan *self management* dapat dilakukan dengan berbagai cara diantaranya seperti melaksanakan observasi atau pengamatan secara langsung dan dilanjutkan dengan pengukuran awal (*assessment*). Pengukuran yang dimaksud bertujuan untuk mengetahui dan menemukan siswa yang memiliki *self management* masih rendah. Dalam hal ini pengukuran *self management* dilakukan dengan menggunakan kuesioner *self management*.

C. Metode, Teknik, dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan konseling behavioral dapat dilaksanakan dalam bentuk konseling individual. Melalui metode ini yaitu pemberian layanan secara individu terhadap klien. Layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor terhadap klien dengan pertemuan yang bersifat individual, artinya pertemuan ini dilakukan secara tatap muka melibatkan dua orang yang disebut sebagai konselor dan klien, membantu klien menyelesaikan masalahnya serta bertujuan agar klien menemukan solusi dari permasalahannya sehingga bisa memutuskan langkah yang diambil terhadap penyelesaian permasalahan tersebut.

Beberapa teknik-teknik dalam konseling behavioral yang bisa diterapkan antara lain yaitu: (1) Desensitisasi sistemik, (2) Terapi implosif dan pembanjiran, (3) Latihan asertif, (4) Terapi aversi, dan (5) Pengondisian operan: perkuatan positif, pembentukan respon, perkuatan intermiten, penghapusan, pencontohan, dan token *economy*.

Waktu pelaksanaan kegiatan layanan konseling behavioral untuk meningkatkan *self management* ini dapat dilaksanakan selama delapan kali pertemuan yaitu frekuensi pertemuan yang bisa disesuaikan dengan keadaan klien (minimal satu kali pertemuan pada setiap minggu atau maksimal tiga kali pertemuan pada setiap minggu) dengan durasi waktu 45 menit setiap pertemuan itu berlangsung.

D. Prosedur dan Langkah-Langkah Konseling Behavioral

Berikut ini adalah prosedur dan langkah-langkah konseling behavioral (Alang,2020) :

No.	Materi	Tujuan
1	<i>Assesment</i>	Tujuan assessment untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan siswa dimana Guru BK akan melakukan konseling dengan mencoba menggali informasi sebanyak mungkin tentang penyebab siswa memiliki nilai kerja keras yang rendah. Hal ini dilakukan dengan cara bertanya sedalam mungkin sehingga Guru BK dapat mengukur dan mengidentifikasi faktor – faktor apa yang menjadi penyebab rendahnya self management siswa juga metode atau teknik mana yang akan dipilih sesuai dengan tingkah laku yang ingin diubah.
2	<i>Goal Setting</i>	Berdasarkan informasi yang di kumpulkan pada proses assessment Guru BK melakukan analisis dan menyusun langkah – langkah untuk merumuskan tujuan konseling yang ingin di capai. Tujuan dalam hal ini adalah memberikan motivasi dan treatment untuk meningkatkan

		self management siswa dan menjadi pedoman dalam menggunakan teknik yang akan di pakai saat konseling. Syarat yang di sarankan dalam merumuskan tujuan diantaranya : (1) Tujuan itu harus berdasarkan keputusan bersama antara Guru BK dan siswa sebagai konseli, (2) Guru BK harus menolong konseli untuk dapat mencapai tujuan tersebut, (3) Tujuan tersebut harus dapat di capai.
3	Penerapan Teknik Konseling	Setelah tujuan konseling dirumuskan, konselor menentukan serta menerapkan teknik yang terbaik untuk membantu konseli mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan.
4	Evaluasi dan Pengakhiran	Evaluasi konseling merupakan proses yang berkesinambungan. Evaluasi dapat di gunakan untuk melihat apa yang telah diperbuat oleh siswa (konseli). Apakah konseling yang di jalankan efektif atau tidak. Bila tujuan tidak tercapai mungkin teknik yang di gunakan tidak cocok dan konseling bisa dilakukan lagi dengan teknik yang lain. Sebab teknik yang di gunakan dalam konseling tidak harus satu boleh lebih dari itu atau di ganti – ganti. Penyebabnya terkadang masalah yang dialami siswa begitu kompleks. Oleh sebab itu Guru BK lebih baik menggunakan pendekatan atau teknik yang cocok pada setiap pribadi. Jika konseling sudah selesai maka proses konseling akan masuk tahap perhentian untuk melihat apakah siswa sudah bertindak tepat ataukah tidak. Dalam hal ini konselor dan konseli mengevaluasi implementasi teknik yang telah dilakukan serta menentukan lamanya intervensi dilaksanakan sampai tingkah laku yang diharapkan menetap.

5	<i>Feed Back</i>	Proses ini diperlukan untuk memperbaiki proses konseling. Jika konseling dirasa belum mendapatkan hasil yang di harapkan dan belum ada perkembangan dari siswa maka Guru BK dapat memberikan perlakuan lagi kepada siswa dan diharapkan siswa dapat memberikan respon sehingga tujuan konseling yang di harapkan dapat tercapai.
---	------------------	--

Prosedur dan Langkah-Langkah Konseling Behavioral



BAGIAN III

Petunjuk Khusus Pelaksanaan Konseling

Berikut ini adalah petunjuk khusus pelaksanaan dari teknik-teknik yang bisa diterapkan dalam pelaksanaan konseling (Corey, 2013) :

1. Desensitisasi sistemik

Desensitisasi sistemik digunakan untuk menghapus tingkah laku yang diperkuat secara negatif, dan ia menyertakan pemunculan tingkah laku atau respons yang berlawanan dengan tingkah laku yang hendak dihapuskan itu. Desensitisasi diarahkan pada mengajar klien untuk menampilkan suatu respons yang tidak konsisten dengan kecemasan. Klien dilatih untuk santai dan mengasosiasikan keadaan santai dengan pengalaman-pengalaman pembangkit kecemasan yang dibayangkan atau yang divisualisasi. Tingkatan stimulus-stimulus penghasil kecemasan dipasang secara berulang-ulang dengan stimulus-stimulus penghasil keadaan santai sampai kaitan antara stimulus-stimulus penghasil kecemasan dan respons kecemasan itu terhapus. Prosedur model pengondisian balik ini adalah sebagai berikut:

1. Disediakan waktu untuk menyusun suatu tingkatan kecemasan-kecemasan klien dalam wilayah tertentu. Tingkatan dirancang dalam urutan dari situasi yang paling buruk yang bisa dibayangkan oleh klien kesituasi yang membangkitkan kecemasan yang tarafnya paling rendah
2. Klien diberi latihan relaksasi yang terdiri atas kontraksi, dan lambat laun pengunduran otot-otot yang berbeda sampai tercapai suatu keadaan santai penuh. Sebelum latihan relaksasi dimulai, klien diberi tahu tentang cara relaksasi yang digunakan dalam desensitisasi, cara menggunakan relaksasi itu dalam kehidupan sehari-hari, dan cara mengendurkan bagian-bagian tubuh tertentu. Pemikiran dan pembayangan situasi-situasi yang membuat santai seperti duduk dipinggir danau atau berjalan ditaman yang indah, sering digunakan. Hal yang penting adalah bahwa klien mencapai keadaan tenang

dan damai. Klien diajari bagaimana mengendurkan segenap otot dan bagian tubuh dengan titik berat pada otot-otot wajah. Otot-otot tangan dikendurkan terlebih dahulu, diikuti oleh kepala, kemudian leher dan pundak, punggung, perut dan dada, dan kemudian anggota-anggota badan bagian bawah. Klien diminta untuk mempraktekkan relaksasi di luar pertemuan terapeutik, sekitar 30 menit lamanya setiap hari. Apabila klien telah bisa belajar untuk santai dengan cepat, maka prosedur desensitisasi bisa dimulai.

3. Proses desensitisasi melibatkan keadaan dimana klien sepenuhnya santai dengan mata tertutup. Terapis menceritakan serangkaian situasi dan meminta klien untuk membayangkan dirinya berada dalam setiap situasi yang diceritakan oleh terapis itu. Situasi yang netral diungkapkan, dan klien diminta untuk membayangkan dirinya berada didalamnya. Jika klien mampu tetap santai, maka dia diminta untuk membayangkan suatu situasi yang membangkitkan kecemasan yang tarafnya paling rendah. Terapis bergerak mengungkapkan situasi-situasi secara bertingkat sampai klien menunjukkan bahwa dia mengalami kecemasan, dan pada saat itulah pengungkapan situasi diakhiri. Kemudian relaksasi dimulai lagi, dan klien membayangkan dirinya berada dalam situasi-situasi yang iungkapkan oleh terapis. Treatment dianggap selesai apabila klien mampu untuk tetap santai ketika membayangkan situasi yang sebelumnya paling menggelisahkan dan menghasilkan kecemasan.

2. Terapi implosif dan pembanjiran

Teknik-teknik pembanjiran berlandaskan paradigma mengenai penghapusan eksperimental. Teknik ini terdiri atas pemunculan stimulus berkondisi secara berulang-ulang tanpa pemberian perkuatan. Teknik pembanjiran berbeda dengan teknik desensitisasi sistematis dalam arti teknik pembanjiran tidak menggunakan agen pengondisian balik maupun tingkatan kecemasan. Terapis memunculkan stimulus-stimulus penghasil kecemasan, klien membayangkan situasi dan terapis berusaha mempertahankan kecemasan klien.

Stampfl (Corey, 2013) mengembangkan teknik yang berhubungan dengan teknik pembanjiran, yang disebut **“terapi implosif”**: seperti halnya dengan desensitisasi sistematis, terapi implosif berasumsi bahwa tingkah laku neurotik melibatkan penghindaran terkondisi atas stimulus-stimulus penghasil kecemasan. Terapi implosif berbeda dengan desensitisasi sistematis dalam usaha terapis untuk menghadirkan luapan emosi yang pasif. Alasan yang digunakan oleh teknik ini adalah bahwa jika seseorang secara berulang-ulang dihadapkan pada situasi penghasil kecemasan dan konsekuensi-konsekuensi yang menakutkan tidak muncul, maka kecemasan tereduksi atau terhapus klien diarahkan untuk membayangkan situasi-situasi (stimulus-stimulus) yang mengancam. Dengan secara berulang-ulang dan dimunculkan dalam setting terapi dimana konsekuensi-konsekuensi yang diharapkan dan menakutkan tidak muncul, stimulus-stimulus yang mengancam kehilangan daya menghasilkan kecemasannya, dan penghindaran neurotik pun terhapus.

Stampfl (Corey, 2013) mencatat beberapa contoh bagaimana terapi implosif berlangsung. Ia melukiskan seorang klien yang mengalami kecenderungan-kecenderungan obsesif pada kebersihan. Klien mencuci tangannya lebih dari seratus kali sehari dan memiliki ketakutan yang berlebihan terhadap kuman. Prosedur-prosedur penanganan klien mencakup (1) pencarian stimulus-stimulus yang memicu gejala-gejala, (2) menaksir bagaimana gejala-gejala berkaitan dan bagaimana gejala-gejala itu membentuk tingkah laku klien, (3) meminta kepada klien untuk membayangkan sejelas-jelasnya apa yang dijabarkannya tanpa disertai celaan atas kepantasan situasi yang dihadapinya, (4) bergerak semakin dekat kepada ketakutan yang paling kuat yang dialami klien dan memintakepadanya untuk membayangkan apa yang paling ingin dihindarinya, dan (5) mengulang prosedur-prosedur tersebut sampai kecemasan tidak lagi muncul dalam diri klien.

Stampfl (Corey, 2013) juga mencatat sejumlah studi yang membuktikan kemanjuran terapi implosif dalam menangani para pasien

gangguan jiwa yang di rumah sakitkan, para pasien neurotik, para pasien psikotik dan orang-orang yang menderita fobia. Stampfl (Corey, 2013) menyatakan bahwa terapi implosif berbeda dengan terapi-terapi konvensional dalam arti terapi implosif tidak menekankan pemahaman sebagai agen terapeutik. Terapi implosif adalah suatu metode langsung yang menantang pasien “ untuk menatap mimpi-mimpi buruknya”.

3. Latihan asertif

Pendekatan behavioral yang dengan cepat mencapai popularitas adalah latihan asertif yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Latihan asertif akan membantu bagi orang-orang yang (1) tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung, (2) menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya, (3) memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak” (4) mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respons-respons positif lainnya, (5) merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri.

Latihan asertif menggunakan prosedur-prosedur permainan peran. Pertama-tama klien memainkan peran sebagai atasan, memberi contoh bagi terapis, sementara terapis mencontoh cara berpikir dan cara klien mencoba tingkah laku baru dan terapis memainkan peran sebagai atasan. Klien boleh memberikan pengarahan kepada terapis tentang bagaimana memainkan peran sebagai atasannya secara realistis, sebaliknya terapis melatih klien bagaimana bersikap tegas terhadap atasan, proses pembentukan terjadi ketika tingkah laku baru dicapai dengan penghampiran-penghampiran. Juga terjadi penghapusan kecemasan dalam menghadapi atasan dan sikap klien yang lebih tegas terhadap atasan menjadi lebih sempurna.

Tingkah laku menegaskan diri pertama-tama dipraktikkan dalam situasi permainan peran, dan dari sana diusahakan agar tingkah laku

menegaskan diri itu dipraktekkan dalam situasi-situasi kehidupan nyata. Terapis memberikan bimbingan dengan memperlihatkan bagaimana dan bilamana klien bisa kembali kepada tingkah laku semula, tidak tegas, serta memberikan pedoman untuk memperkuat tingkah laku menegaskan diri yang baru diperolehnya.

4. Terapi aversi

Teknik-teknik pengkondisian aversi yang telah digunakan secara luas untuk meredakan gangguan-gangguan behavioral yang spesifik, melibatkan pengasosiasian tingkah laku simptomatik dengan suatu stimulus yang menyakitkan sampai tingkah laku yang tidak diinginkan terhambat kemunculannya. Stimulus- stimulus aversi biasanya berupa hukuman dengan kejutan listrik atau pemberian ramuan yang membuat mual. Kendali aversi bisa melibatkan penarikan pemerkuatpositif atau penggunaan berbagai bentuk hukuman. Contoh pelaksanaan penarikan pemerkuat positif adalah mengabaikan ledakan kemarahan anak guna menghapus kebiasaan mengungkapkan ledakan kemarahan pada si anak. Jika kekuatan sosial ditarik, tingkah laku yang tidak diharapkan cenderung berkurang frekuensinya. Contoh penggunaan hukuman sebagai cara pengendalian adalah pemberian kejutan listrik kepada anak autistik ketika tingkah laku spesifik yang tidak diinginkan muncul.

Teknik-teknik aversi adalah metode-metode yang paling kontroversial yang dimiliki oleh para behavioris meskipun digunakan secara luas sebagai metode- metode untuk membawa orang-orang kepada tingkah laku yang diinginkan. Kondisi-kondisi diciptakan sehingga orang-orang melakukan apa yang diharapkan dari mereka dalam rangka menghindari konsekuensi-konsekuensi aversi. Sebagian besar lembaga sosial menggunakan prosedur-prosedur aversi untuk mengendalikan para anggotanya dan untuk membentuk tingkah laku individu agar sesuai dengan yang telah digariskan: gereja menggunakan pengucilan, perusahaan-perusahaan menggunakan pemecatan dan penangguhan pembayaran upah, sedangkan pemerintah menggunakan denda dan hukuman penjara.

Skinner (Corey, 2013) adalah salah seorang tokoh yang terang-terangan menentang penggunaan hukuman sebagai cara untuk mengendalikan hubungan- hubungan manusia ataupun untuk mencapai maksud-maksud lembaga masyarakat.

Menurut skinner, perbuatan positif jauh lebih efektif dalam mengendalikan tingkah laku karena hasil-hasilnya lebih dapat diramalkan serta kemungkinan timbulnya tingkah laku yang tidak diinginkan akan lebih kecil. Skinner (Corey, 2013) berpendapat bahwa hukuman adalah sesuatu yang buruk meskipun bisa menekan tingkah laku yang diinginkan, namun tidak melemahkan kecenderungan untuk merespon bahkan sekalipun untuk sementara menekan tingkah laku tertentu. Akibat-akibat yang tidak diinginkan, menurut skinner berkaitan dengan penggunaan pengendalian aversi maupun penggunaan hukuman.

Apabila hukuman digunakan, maka terdapat kemungkinan terbentuknya efek-efek samping emosional tambahan seperti : (1) tingkah laku yang tidak diinginkan yang dihukum boleh jadi akan ditekan hanya apabila penghukuman hadir, (2) jika tidak ada tingkah laku yang menjadi alternatif bagi tingkah laku yang dihukum, makan individu akan kemungkinan menarik diri secara berlebihan, (3) pengaruh hukuman boleh jadi digeneralisasikan kepada tingkah laku lain yang berkaitan dengan tingkah laku yang dihukum. Jadi, seorang anak yang dihukum karena keagalannya disekolah boleh jadi akan membenci semua pelajaran, sekolah, semua guru, dan barangkali bahkan membenci belajar pada umumnya.

5. Pengondisian operan

Tingkah laku operan adalah tingkah laku yang memancar yang menjadi ciri organisme aktif. Ia adalah tingkah laku beroperasi dilingkungan untuk menghasilkan akibat-akibat. Tingkah laku operan merupakan tingkah laku yang paling berarti dalam kehidupan sehari-hari yang mencakup membaca, berbicara, berpakaian, maka dengan alat-alat makan, bermain, dan sebagainya. Menurut Skinner (Corey, 2013) jika suatu tingkah laku diganjar maka probabilitas kemunculan kembali

tingkah laku tersebut dimasa mendatang akan tinggi. Prinsipperkuatan yang menerangkan pembentukan, pemeliharaan, atau penghapusan pola-pola tingkah laku merupakan inti dari pengondisian operan. Berikut ini uraian ringkas dari metode-metode pengondisian operan yang mencakup perkuatan positif, pembentukan respon, perkuatan interniten, penghapusan, pencontohan, dan token *economy*.

a) Perkuatan positif

Pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran atau perkuatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul adalah suatu cara yang ampuh untuk mengubah tingkah laku. Pemerkuat-pemerkuat baik primer maupun sekunder diberikan untuk rentang tingkah laku yang luas. Pemerkuat-pemerkuat primer memuaskan kebutuhan-kebutuhan fisiologis. Contoh pemerkuat primer adalah makanan dan tidur atau istirahat. Pemerkuat-pemerkuat sekunder yang memuaskan kebutuhan-kebutuhan psikologis dan sosial memiliki nilai karena berasosiasi dengan pemerkuat-pemerkuat primer. Contoh-contoh pemerkuat sekunder yang bisa menjadi alat yang ampuh untuk membentuk tingkah laku yang diharapkan antara lain adalah senyuman, persetujuan, pujian, dan hadiah-hadiah. Penerapan pemberian perkuatan positif pada psikoterapi membutuhkan spesifikasi tingkah laku yang diharapkan, penemuan tentang apa agen yang memperkuat bagi individu, dan penggunaan perkuatan positif secara sistematis guna, memunculkan tingkah laku yang diinginkan.

b) Pembentukan respon

Dalam pembentukan respon, tingkah laku sekarang secara bertahap diubah dengan memperkuat unsur-unsur kecil dari tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir. Pembentukan respon berwujud pengembangan suatu respon yang pada mulanya tidak terdapat dalam perbendaharaan tingkah laku individu. Perkuatan sering digunakan dalam proses pembentukan respon ini. Jadi, misalnya jika seorang

guru ingin membentuk tingkah laku komperatif sebagai ganti tingkah laku kompetitif, dia bisa memberikan perhatian dan persetujuan kepada tingkahlaku yang diinginkannya itu. Pada anak autistik yang tingkah laku motorik, verbal, emosional, dan sosial yang kurang adaptif, terapis bisa membentuk tingkah laku yang lebih adaptif dengan memberikan pemerkuat-pemerkuat primer maupun sekunder.

c) Perkuatan intermiten

Di samping membentuk perkuatan-perkuatan bisa juga digunakan untuk memelihara tingkah laku yang telah terbentuk. Untuk memaksimalkan nilai pemerkuat-pemerkuat, terapis harus memahami kondisi-kondisi umum dimana perkuatan-perkuatan muncul. Oleh karenanya, jadwal-jadwal perkuatan merupakan hal yang penting. Perkuatan terus menerus mengganjar tingkah laku setiap kali ia muncul. Sedangkan perkuatan intermiten diberikan secara bervariasi kepada tingkah laku yang spesifik. Tingkah laku yang dikondisikan oleh perkuatan intermiten pada umumnya lebih tahan terhadap penghapusan dibanding dengan tingkah laku yang dikondisikan melalui pemberian perkuatan yang terus menerus.

Dalam menerapkan pemberian perkuatan pada perubahan tingkah laku, pada tahap-tahap permulaan terapis harus mengganjar setiap terjadi munculnya tingkah laku yang diinginkan. Jika mungkin, perkuatan-perkuatan diberikan segera setelah tingkah laku yang diinginkan itu muncul. Dengan cara ini, penerima perkuatan akan belajar, tingkah laku spesifik apa yang diganjar. Bagaimanapun setelah tingkah laku yang diinginkan itu meningkat frekuensi kemunculannya, frekuensi pemberian perkuatan bisa dikurangi. Seorang anak yang diberi pujian setiap berhasil menyelesaikan soal-soal matematika, misalnya memiliki kecenderungan yang lebih kuat untuk berputus asa ketika menghadapi kegagalan dibanding dengan apabila si anak hanya diberi pujian sekali-sekali. Prinsip perkuatan intermiten bisa menerangkan, mengapa orang-orang bisa tahan

dalam bermain judi atau dalam memasang taruhan pada pacuankuda. Mereka cukup terganjar untuk bertahan meskipun mereka lebih banyak kalah daripada menang.

d) Penghapusan

Apabila suatu respon terus menerus dibuat tanpa perkuatan, maka respon tersebut cenderung menghilang. Dengan demikian, karena pola-pola tingkah laku yang dipelajari cenderung melemah dan terhapus setelah suatu periode, cara untuk menghapus tingkah laku yang maladaptif adalah menarik perkuatandari tingkah laku yang maladaptif. Penghapusan dalam kasus semacam ini boleh jadi berlangsung lambat karena tingkah laku yang akan dihapus telah dipelihara oleh perkuatan intermiten dalam jangka waktu lama. Wolpe (1969) menekankan bahwa penghentian pemberian perkuatan harus serentak dan penuh. Misalnya, jika seorang anak menunjukkan kebandelan dirumah dandisekolah, orangtua dan guru si anak bisa menghindari pemberian perhatian sebagai cara untuk menghapus kebandelan anak tersebut. Pada saat yang samaperkuatan positif bisa diberikan kepada si anak agar belajar tingkah laku yang diinginkan.

Terapis, guru dan orangtua yang menggunakan penghapusan sebagai teknikutama dalam menghapus tingkah laku yang diinginkan harus mencatat bahwa tingkah laku yang tidak diinginkan itu pada mulanya bisa menjadi lebih buruksebelum akhirnya terhapus atau berkurang. Contohnya, seorang anak yang telah belajar bahwa dia dengan mengomel biasanya memperoleh apa yang diinginkan, mungkin akan memperhebat omelannya ketika permintaannya tidak segera dipenuhi. Jadi, kesabaran menghadapi periode peralihan sangat diperlukan.

e) Pencontohan

Dalam pencontohan, individu mengamati seorang model dan kemudian diperkuat untuk mencontoh tingkah laku sang model. Bandura (Corey, 2013) menyatakan bahwa belajar yang bisa diperoleh melalui pengalaman langsung bisa pula diperoleh secara

tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut konsekuensi-konsekuensi. Jadi, kecakapan-kecakapan sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model-model yang ada. Juga reaksi-reaksi emosional yang terganggu yang dimiliki seseorang bisa dihapus dengan cara orang itu mengamati orang lain yang mendekati objek-objek atau situasi-situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat-akibat yang menakutkan dengan tindakan yang dilakukannya. Pengendalian diri pun bisa dipelajari melalui pengamatan atas model yang dikenai hukuman. Status dan kehormatan model amat berarti dan orang-orang pada umumnya dipengaruhi oleh tingkah laku model-model yang menepati status yang tinggi dan terhormat dimata mereka sebagai pengamat.

f) Token *economy*

Metode token *economy* dapat digunakan untuk membentuk tingkah laku apabila persetujuan dan pemerkuat-pemerkuat yang tidak bisa diraba lainnya tidak memberikan pengaruh. Dalam token *economy*, tingkah laku yang layak bisa diperkuat dengan perkuatan-perkuatan yang bisa diraba (tanda-tanda seperti kepingan logam) yang nantinya bisa ditukar dengan objek-objek atau hak istimewa yang diinginkan. Metode token *economy* sangat mirib dengan yang dijumpai dalam kehidupan nyata, misalnya para pekerja dibayar untuk hasil pekerjaan mereka. Penggunaan tanda-tanda sebagai pemerkuat-pemerkuat bagi tingkah laku yang layak memiliki beberapa keuntungan, yaitu: (1) tanda- tanda tidak kehilangan nilai insentifnya, (2) tanda-tanda bisa mengurangi penundaan yang ada diantara tingkah laku yang layak dengan ganjarannya, (3) tanda-tanda bisa digunakan sebagai pengukur yang konkret bagi motivasi individu untuk mengubah tingkah laku tertentu, (4) tanda-tanda adalah bentuk perkuatan yang positif, (5) individu memiliki kesempatan untuk memutuskan bagaimana menggunakan tanda-tanda yang diperoleh, dan (6) tanda-tanda cenderung menjembatani

kesenjangan yang sering muncul diantara lembaga dan kehidupan sehari-hari

Token *economy* merupakan salah satu contoh dari perkuatan yang ekstrinsik, yang menjadikan orang-orang melakukan sesuatu untuk meraih “pematik diujung tongkat”. Tujuan prosedur ini adalah mengubah motivasi yang ekstrinsik menjadi motivasi yang instrinsik. Diharapkan bahwa perolehantingkah laku yang diinginkan akhirnya dengan sendirinya akan menjadi cukup mengganjal untuk memelihara tingkah laku yang baru.



DAFTAR PUSTAKA

- Alang, A. H. (2020). Teknik Pelaksanaan Terapi Perilaku (Behaviour). *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 7(1), 32–41. http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/Al-Irsyad_Al-Nafs/article/view/14205
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling&Psikoterapi*. PT Refika
- Aditama. Farida, E. (2005). Teori Konseling Behavioral. *Pengertian Teori Knseling Behavioral*.
- Juniariasih, & Dantes. (2013). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Emotional Intelligence Siswa Pada Kelas XAP1 SMK Negeri 1 Seririt Kabupaten Buleleng. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 1(1). <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/910>
- Mekarsari, D. (2013). Pengaruh Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Terhadap Kenakalan Remaja Anggota Geng Rabu Gaul Di Sma Negeri 8 Balikpapan. *Pengaruh Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Terhadap Kenakalan Remaja Anggota Geng Rabu Gaul Di Sma Negeri 8 Balikpapan, C*.
- Riyan, A. (2013). Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Kelas Xi Ips 1 Di Sma Al-Huda Jatiagung Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019-2020. *Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Kelas Xi Ips 1 Di Sma Al-Huda Jatiagung Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019-2020*, 53(9),1689–1699.
- Sari, U. (2018). *Efektivitas Model Konseling Behavioral Teknik Modeling Dengan Reinforcement Potitive Untuk Meningkatkan Self Exhibition Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha*.
- Suwanto, I. (2016). Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management

Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK. *Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK*, 1(1), 1.
<https://doi.org/10.26737/jbki.v1i1.96>



LAMPIRAN



1. Pengukuran *Self Management*

MODEL KONSELING BEHAVIORAL UNTUK MENINGKATKAN *SELF MANAGEMENT* PADA SISWA SMA

Petunjuk Pengisian

1. Tulislah identitas anda di kotak identitas.
2. Bacalah setiap pernyataan yang ada dengan seksama dan hubungkan dengan aktivitas keseharian anda sebelum menentukan jawaban.
3. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan pendapat anda dengan memberikan tanda check (√) atau silang (X) pada alternatif jawaban yang tersedia berikut ini:

SS = Sangat Setuju

TS = Tidak Setuju

S = Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

Identitas Responden :

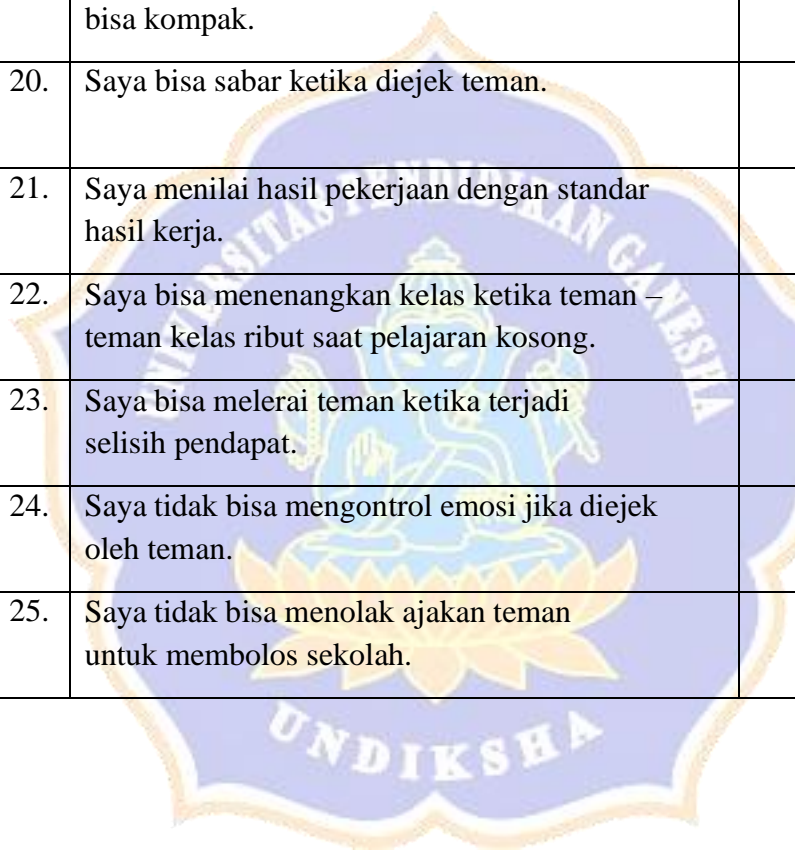
Nama :

No.Absen/Kelas :

ANGKET SELF MANAGEMENT

NO	SELF MANAGEMENT	SS	S	TS	STS
1.	Sebelum berangkat sekolah saya menyiapkan semua perlengkapan untuk mata pelajaran yang akan diajarkan hari itu.				
2.	Saya merencanakan langkah saya setelah lulus SMA mulai dari sekarang.				
3.	Saya melakukan perencanaan terlebih dahulu sebelum mengambil keputusan dari suatu tindakan.				
4.	Saya memikirkan baik dan buruknya terlebih dahulu dari sebuah keputusan yang akan saya ambil.				
5.	Saya membuat perincian – perincian anggaran yang akan saya habiskan untuk membeli sesuatu.				
6.	Sebelum praktek di sekolah saya merencanakan target yang akan diselesaikan.				
7.	Saya merencanakan cita – cita saya di masa mendatang.				
8.	Saya suka membagi – bagi waktu untuk di sekolah ataupun di rumah.				
9.	Saya memisahkan buku antara mata pelajaran yang satu dengan yang lain agar mudah dalam belajar.				
10.	Dalam kelompok saya membagi tugas untuk tiap – tiap anggotanya agar tugas bisa terselesaikan dengan baik.				
11.	Saya memisahkan antara kepentingan kelompok dengan kepentingan pribadi.				
12.	Saya memilih dan menempatkan orang untuk pekerjaan yang sesuai.				
13.	Saya membagi waktu antara belajar dan bermain.				
14.	Saya mengelompokkan mata pelajaran di sekolah berdasarkan jenis kesulitannya agar bisa memprioritaskan waktu belajar.				

15.	Saya mengarahkan orang lain agar bekerja sebaik – baiknya.				
16.	Dalam kelompok saya memotivasi anggota.				
17.	Saya tidak bisa memberi keputusan terbaik untuk solusi masalah dalam kelompok.				
18.	Saya memberi penghargaan atas kinerja yang baik dari anggota kelompok.				
19.	Saya tidak bisa memimpin kelompok agar bisa kompak.				
20.	Saya bisa sabar ketika diejek teman.				
21.	Saya menilai hasil pekerjaan dengan standar hasil kerja.				
22.	Saya bisa menenangkan kelas ketika teman – teman kelas ribut saat pelajaran kosong.				
23.	Saya bisa meleraikan teman ketika terjadi selisih pendapat.				
24.	Saya tidak bisa mengontrol emosi jika diejek oleh teman.				
25.	Saya tidak bisa menolak ajakan teman untuk membolos sekolah.				



2. Instrumen kepuasan siswa terhadap layanan konseling

KEPUASAN KONSELI TERHADAP LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Identitas

Nama Konseli :
Kelas :
Nama Guru BK :

Petunjuk :

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kelompok jawaban yang tersedia

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1	Penerimaan Guru BK terhadap kehadiranpeserta didik			
2	Waktu yang disediakan untukpelaksanaan konseling			
3	Kesempatan yang diberikan Guru BK kepada peserta didik/konseli untukmenyampaikan pendapat/ide			
4	Kepercayaan Anda terhadap Guru BKdalam proses layanan			
5	Hasil yang diperoleh dari proses layanan			
6	Kenyamanan dalam pelaksanaan layanankonseling			

Banjarangkan,.....2021
Peserta didik

.....

3. RPL (Rancangan Pemberian Layanan)



PEMERINTAH PROVINSI BALIDINAS PENDIDIKAN SMA NEGERI 1 BANJARANGKAN

Alamat : Desa Tusan, Banjarangkan, Klungkung Telp. (0366) 22961



RENCANA PELAKSANAAN LAYANANKONSELING INDIVIDUAL SEMESTER I (GANJIL) TAHUN PELAJARAN 2020/2021

A	Komponen Layanan	Layanan dasar/responsif
B	Bidang Layanan	Bidang Pribadi
C	Fungsi Layanan	Pemahaman , pencegahan dan pengentasan
B	Tujuan	Membantu siswa dalam mengatur waktunya dalam kegiatan sehari-hari
C	Topik	Kesulitan untuk mengatur waktu dalam kegiatan sehari-hari
D	Sasaran Layanan	(DR) Siswa Kelas X
E	Metode dan teknik	Diskusi, Wawancara
F	Waktu	45 menit
G	Media/alat	Absensi kelas dan catatan dari wali kelas
H	Tanggal Pelaksanaan	
I	Sumber bacaan	Buku panduan
J	Urain Kegiatan	
	Tahap Awal	
	Langkah Pengantaran	<ol style="list-style-type: none">1. Penerimaan2. Raport dan penstrukturan3. Membentuk hubungan yang baik
	Tahap Peralihan	
	Langkah Penjajagan	<ol style="list-style-type: none">1. Menjelaskan kembali kegiatan konseling2. Mengklarifikasi kehadiran siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas3. Menanyakan mengapa sering terlambat memasuki ruang kelas4. Klien menceritakan masalahnya, konselor mendengarkan

		5. Konselor berempati tentang masalah yang dihadapi klien (masalah belajar)
	Tahap Kegiatan Awal	
	Langkah penapsiran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengungkap masalah yang menjadi bebandalam diri siswa 2. Siswa melaporkan catatan sering terlambatdating ke sekolah (ruang kelas) 3. Menyampaikan minat dan bakat yang dimiliki 4. Menganalisis potensi diri yang dimiliki konselioleh Guru BK 5. Guru BK lebih edukatif terhadap konseli
	Langkah Kegiatan akhir	
	Langkah akhir	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menggali lebih dalam akan potensi yangdimiliki oleh konseli 2. Menggunakan pendekatan yang bisa membantu konseli untuk dapat menentukanpilihan 3. Guru BK meyakinkan kemampuan serta minat maupun bakat yang dimiliki untukmemanfaatkan pilihan
	Langkah Penilaian	
	Evaluasi Proses	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyimpulkan hasil konseling 2. Mengulang atau menggagaskan pilihankonseli
	Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi setelah mengikuti Konseling Individualantara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menyusun jadwal pertemuan lanjutan jikadiperlukan 2. Menutup konseling

Mengetahui
Kepala SMA Negeri 1 Banjarangkan

Klungkung, 13 Juni 2021
Mahasiswa Bimbingan Konseling,

I Putu Suardi, S.Pd., M.Pd.
NIP. 19610619 198411 1 002

Ni Putu Nia Suastari
NIM. 1711011008

3. Uraian materi tujuan dan prosedur konseling behavioral untuk meningkatkan *selfmanagement* siswa

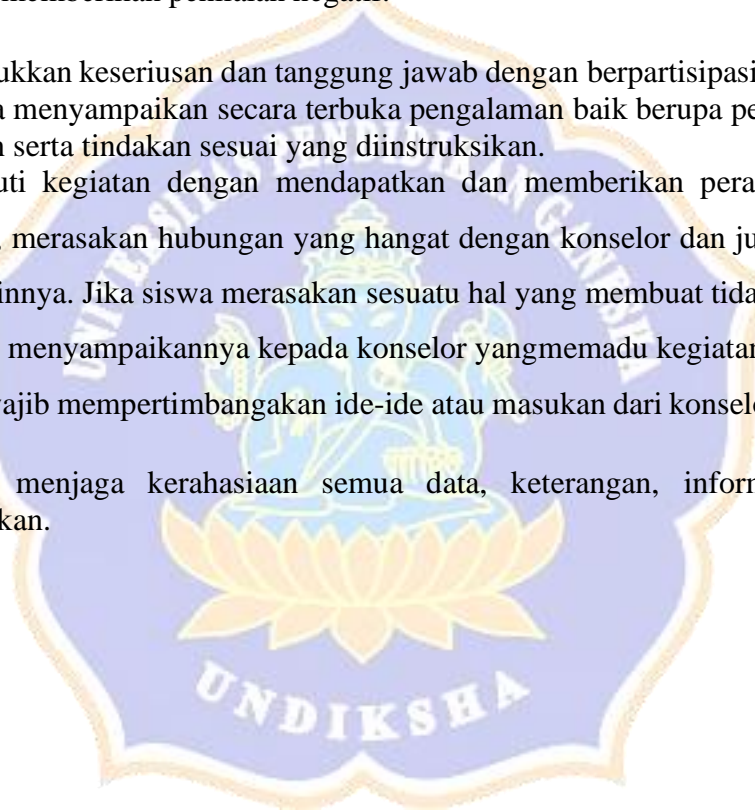
Uraian materi tujuan dan prosedur konseling *behavioral* untuk meningkatkan *self management* siswa

- 1) Kegiatan konseling behavioral ini bertujuan untuk membantu meningkatkan *self management* siswa untuk pengendalian dirinya terhadap sesuatu yang baik dan buruk.
- 2) Kemampuan untuk mengatur kegiatan yang akan dilakukan oleh diri kita sendiri, dalam hal ini kita yang membuat, memutuskan, dan menyelesaikan dengan tuntas kegiatan yang sudah dirancang. Kamu sendiri yang akan bertanggungjawab atas diri kamu sendiri, dan kamu harus siap untuk menanggung segala resiko atas keputusan kamu. Pengendalian diri juga tidak kalah pentingnya, segala perbuatan yang dilakukan ataupun yang akan dilakukan perlu adanya pengendalian diri. Hal ini bertujuan agar terhindar dari hal-hal yang tentunya tidak diinginkan dan bisa meningkatkan hal-hal yang sudah baik sebelumnya menjadi lebih baik kedepannya.
- 3) Kegiatan konseling behavioral untuk meningkatkan *self management* siswa ini dilaksanakan dalam 8 kali pertemuan. Frekuensi pertemuan diharapkan dapat dilakukan selama 1 kali pertemuan dalam satu minggu dengan perkiraan waktu masing-masing pertemuan adalah 50 menit.
- 4) Selama kegiatan konseling, peserta didik dibantu untuk meningkatkan *self management* yang masih rendah.

4. Norma kegiatan

Norma atau aturan yang perlu ditaati oleh seluruh peserta kegiatan konseling behavioral untuk meningkatkan *self management* siswa

1. Menjaga tata tertib dan etika komunikasi yaitu sebagai berikut :
 - a) mendengarkan pembicaraan dengan penuh perhatian,
 - b) tidak berbicara berebutan atau memotong pembicaraan orang lain sebelum diberikakesempatan,
 - c) mengajukan pendapat dengan tutur bahasa yang santun atau berusaha tidak menyinggungperasaan,
 - d) tidak memberikan penilaian negatif.
2. Menunjukkan keseriusan dan tanggung jawab dengan berpartisipasi.
3. Bersedia menyampaikan secara terbuka pengalaman baik berupa pemikiran, perasaan serta tindakan sesuai yang diinstruksikan.
4. Mengikuti kegiatan dengan mendapatkan dan memberikan perasaan yang nyaman, merasakan hubungan yang hangat dengan konselor dan juga dengan siswa lainnya. Jika siswa merasakan sesuatu hal yang membuat tidak nyaman, bersedia menyampaikannya kepada konselor yang memadu kegiatan ini.
5. Siswa wajib mempertimbangkan ide-ide atau masukan dari konselor.
6. Bersedia menjaga kerahasiaan semua data, keterangan, informasi yang disampaikan.



6. Kontrak kegiatan

KONTRAK KEGIATAN KONSELING BEHAVIORAL UNTUK MENINGKATKAN *SELF MANAGEMENT* SISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini Nama :

NIS :

Kelas/Sekolah :

Dengan ini menyatakan bahwa bersedia mengikuti kegiatan konseling behavioral untuk meningkatkan *self management* siswa selama 8 kali pertemuan, mengikuti aturan atau norma yang telah disepakati serta mengerjakan tugas-tugas yang terkait pelaksanaan kegiatan dengan sebaik-baiknya dan sesuai pendapat diri sendiri.

Demikian kontrak kegiatan ini saya buat atas kesadaran saya sendiri tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Klungkung,

Yang menyatakan,

.....

7. Form refleksi pemahaman dan komitmen peserta didik tentang kegiatan konselingbehavioral untuk meningkatkan *self management* siswa

Nama :

NIS :

Jawablah pernyataan berikut sesuai dengan kondisi anda yang sebenarnya. Jawaban yang sesuai dengan kondisi anda akan membantu dalam evaluasi kegiatan konseling ini.

1. Bagaimana perasaan anda selama mengikuti kegiatan konseling behavioral dari awalpertemuanpertama sampai di akhir pertemuan ini?

.....
.....
.....
.....
.....

2. Tuliskan saran-saran anda terhadap upaya perbaikan pelaksanaan kegiatan konselingbehavioraluntuk meningkatkan *self management* ini di masa yang akan datang.

.....
.....
.....
.....
.....

8. Hasil Penilaian Pakar

VALIDASI PAKAR BUKU PANDUAN KONSELING BEHAVIORAL UNTUK MENINGKATKAN *SELF MANAGEMENT* SISWA SMA

PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu dalam menilai atau memvalidasi Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA : Pengembangan *Self Management* yang saya lampirkan beserta dengan instrumen penilaian ini. Kesediaan Bapak/Ibu dalam memvalidasi panduan ini sangat penting guna keberhasilan penelitian pengembangan saya yang berjudul “Buku Panduan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA” serta untuk mengetahui kelayakan buku panduan ini digunakan oleh Guru BK di sekolah. Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai dan memberikan masukan untuk buku panduan ini saya mengucapkan terimakasih.

PETUNJUK

Berikut ini telah disajikan beberapa item pernyataan terkait dengan penerapan Model Konseling Behavioral Untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA: Intervensi Pengembangan *Self Management* Siswa, pernyataan dibagi menjadi tiga sub yaitu kegunaan buku panduan, kelayakan buku panduan, dan ketepatan buku panduan yang jumlah keseluruhan pernyataan yaitu 25 butir. Pada masing-masing pernyataan responden dapat memiliki 4 kategori alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu 1, 2, 3, dan 4 yang menunjukkan rentang tingkat keterterimaan panduan ini berdasarkan masing-masing item yang sudah tertera.

Penjelasan kategori skor tersebut adalah rentang 1 mewakili keterterimaan sangat rendah, skor 2 mewakili keterterimaan rendah, skor 3 mewakili keterterimaan tinggi, dan skor 4 mewakili keterterimaan sangat tinggi. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan

sesuai dengan tingkat keterterimaan Bapak/Ibu, pada bagian akhir telah disediakan kolom kritik dan saran terkait buku panduan ini yang dapat diisi secara khusus guna penelitian melakukan perbaikan pada buku panduan.



NO	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
Kegunaan (<i>Unility</i>)					
1.	Kegunaan buku panduan konseling bagi guru BK dalam penyelenggaraan layanan BK untuk mengintervensi siswa.				
2.	Kegunaan buku panduan dalam memotivasi guru BK menerapkan model konseling behavioral untuk meningkatkan <i>self management</i> dalam mengintervensisiswa di sekolah				
3.	Kegunaan buku panduan konseling untuk memfasilitasi kelancaran kegiatan Bimbingan Konseling di sekolah				
Kelayakan (<i>Fesibility</i>)					
4.	Isi buku panduan mudah dipahami dan diterapkan oleh guru BK.				
5.	Kelayakan isi buku panduan dalam menggapai tujuan Konseling.				
6.	Kepraktisan buku panduan dalam pelaksanaan layanan BK guna mengintervensi siswa.				
7.	Kelayakan (kemudahan memahami) petunjuk penggunaan.				
8.	Kelayakan buku panduan dari biaya yang dibutuhkan.				
9.	Kelayakan buku panduan dilihat dari waktu yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				
10.	Kelayakan buku panduan dilihat dari tenaga yang dibutuhkan untuk pelaksanaannya.				
11.	Kelayakan buku panduan dari desain kemasan.				
12.	Kelayakan (kemudahan) dalam mengakses buku panduan.				
13.	Keakuratan isi buku panduan dengan teori.				
14.	Kelengkapan sub pembahasan pada buku panduan.				
15.	Keluasan materi yang disajikan dalam buku panduan.				
Ketepatan (<i>Accurancy</i>)					
16.	Ketepatan isi buku panduan untuk diterapkan oleh guru BK.				

17.	Ketepatan panduan untuk mengintervensi siswa.				
18.	Ketepatan isi buku panduan dengan teori.				
19.	Kejelasan pembahasan materi pada buku panduan.				
20.	Kejelasan prosedur dan teknik pada buku panduan.				
21.	Kesesuaian tujuan konseling dan materi yang disajikan dalam buku panduan dengan tingkat perkembangan siswa.				
22.	Kejelasan bahasa (komunikatif) yang digunakan dalam buku panduan.				
23.	Kejelasan sistematika penyajian materi dalam buku panduan.				
24.	Ketepatan (keefektifan) kalimat dalam buku panduan.				
25.	Kesesuaian alokasi waktu pada prosedur pelaksanaan model konseling behavioral.				

Saran perbaikan

.....

Identitas pakar penilaian

Nama lengkap dan gelar :

Bidang keahlian :

Instansi tempat bertugas :

Tanda Tangan.....

9. Dokumentasi konseling individual



Lampiran 11. Dokumentasi



Lampiran 12. Riwayat Hidup



Ni Putu Nia Suastari lahir di Klungkung pada tanggal 11 bulan Desember tahun 1999. Saat ini beralamat di Perumahan Bali Erfina, Blok Lovina, No 33, Bungkulan, Buleleng.

Menyelesaikan pendidikan dasar di SD Negeri 3 Banjarangkan pada tahun 2011, kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 1 Banjarangkan dan lulus pada tahun 2014. Pada tahun 2017 telah menyelesaikan pendidikan di SMA Negeri 1 Banjarangkan. Selanjutnya, menempuh jenjang perguruan tinggi pendidikan sarjana di Program Studi Bimbingan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan Psikologi dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha dan menyelesaikan tugas akhir pada tahun 2021 dengan judul “Pengembangan Buku Panduan Model Konseling Behavioral untuk Meningkatkan *Self Management* Siswa SMA”.

