

LAMPIRAN 1. SURAT IZIN 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 SMA Negeri 1 Sukasada
di-
Tempat

Dengan Hormat,

Bersama surat ini saya sampaikan permohonan kehadiran Bapak/Tbu 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 MELAKUKAN PENELITIAN



PEMERINTAH PROPINSI BALI
DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAHRAGA
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 1 SUKASADA
ALAMAT : JL. JELANTIK GINGSIR 81 B, TELP.(0362) 32788, KODE POS : 81161
Email : sman1sukasada@gmail.com website : www.sman1sukasada.sch.id



SURAT KETERANGAN No.420/062903/SMAN1SKSD/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Sukasada Kabupaten Buleleng menerangkan :

N A M A : Ni Made Inggit Gita Yunidar
N I M : 1511011011
JURUSAN : Bimbingan Konseling
FAKULTAS : Ilmu Pendidikan
UNIVERSITAS : Pendidikan Ganesha

Memang benar yang tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 1 Sukasada, dengan Judul “ *Efektivitas Konseling Behavioural dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Self Endurance pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Sukasada*” dari tanggal 03 Oktober 2019 s/d 03 Februari 2020

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



LAMPIRAN 3. UJI PAKAR

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 I



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

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,



I Wayan Eka Paramartha, S.Pd.,M.Pd
NIP. 1993070120180501355

LAMPIRAN 4. UJI COBA LJK

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama :

Kelas :

Sekolah :

Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					

LAMPIRAN 5. HASIL OBSERVASI

Tabel 01.Observasi Siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 1 Sukasada

No	Nama	Gejala Perilaku	(-)/(+)
1	Gede Mudita Astawa	Nampak aktif saat berdiskusi kelompok	+
2	Gede Riski Pranata	Siswa memiliki tanggung jawab besar	+
3	Gusti Komang Rusmini	Siswa Nampak murung di kelas	-
4	Gusti Made Ayu Mariani	Nampak tidakk serius saat maju ke depan kelas	-
5	I Gusti Ngurah Nyoman T.I	Nampak smengabaikan tugas	-
6	Kadek Ayu Ria Shanti Devi	Siswa selalu antusias dalm proses pembelajaran	+
7	Kadek Mas Padma Dewi	Siswa terlihat selalu tergesa-gesa mengerjakan tugas	-
8	Kadek Mudana	Tidak sukabelajar bersama temannya	-
9	Kadek Restu Ardika	Siswa sangat suka mengikuti lomba	+
10	Kadek Supriadi	Siswa aktif di dalam kelas	+
11	Kadek Yuni Adnyani Putri	Terlihat tidaksuka dengan pelajaran matematika	-
12	Kt Diva Astrawan Putra	Sangat malas mengerjakan tugas	-
13	Ketut Krisnawati	Terlihat sangat bersemangat mengerjakan tugas	+
14	Komang Mas Puspa Dewi	Siswa terlihat tidak semangat mengerjakan tugas	-

15	Komang Urip Arta Darma	Terlihat semangat dalam mengerjakan tugas	+
16	Krisnawati	Terlihat kurang antusias dalam mengikuti kegiatan	-
17	Lucia Maria Dos Santos S	Terlihat aktif saat diskusi kelas	+
18	Luh Juli Purnami	Sangat semangat mengikuti pelajaran hingga selesai	+
19	Luh Meli Andani	Kurang bersemangat	-
20	Luh Putu Wulantari	Rajin dalam mengerjakan pekerjaan	+
21	Luh Tudian Maharani	Terlihat sangat bersemangat mengikuti pembelajaran	+
22	Muhammad Nikko Syaputra	Siswa terlihat aktif di dalam kelas	+
23	Ni Putu Ayu Widya Sari	Terlihat tidak suka dengan soal uts dari guru yang tidak di senangi	+
24	Putu Agus Hendrawan	Sangat malas mengerjakan tugas	
25	Putu Ayu Merta Sari	Siswa terlihat semangat mengerjakan tugas	+
26	Putu Balik Widiastana	Terlihat lesu saat mengikuti pelajaran	-
27	Nyoman Robi Arya	Terlihat sangat semangat mengikuti kegiatan belajar di kelas	+

LAMPIRAN 6. HASIL KUESIONER *SELF ENDURANCE*

PRETEST EKSPERIMEN

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Gede Mudita Pujia Astawa

Kelas : X 115 1

Sekolah : SMAN 1 Sukasada

Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.				✓	

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *Ede Rizki Prandita*
 Kelas : *X IIS 1*
 Sekolah : *SYAMSADA*
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.				✓	

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Gusti Komang Pusmini
 Kelas : X IIS 1
 Sekolah : SMAN 1 Sukasada
 Hari Tanggal : 21-09-2019

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.				✓	

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Gusti Made Ayu M
 Kelas : X 115 1
 Sekolah : SMAN 1 Sukasada
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.		✓			

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : I Gusti Nejuah Nyoman
 Kelas : X IIS 1
 Sekolah : SMA N 1 Sukasada
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.				✓	

POST TEST EKSPERIMEN

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Gede Mudita Purjo Astawa
Kelas : XII 5 1
Sekolah : SMAN 1 Sukorada
Hari Tanggal : 21-09-19

NO	SS	S	KS	TS	STS
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					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Gede Riski Pranata
 Kelas : X.115.1
 Sekolah : SMAN 1 Sukasada
 Hari Tanggal : 29-09-19

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.				✓	
				✗	

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama Gusti Komang Kuswini
 Kelas X IIS 1
 Sekolah SMA N 1 Sukasada
 Hari Tanggal 24-09-2019

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓
					✗

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *Gusti Made Ayu Manani*
 Kelas : *X 115 1*
 Sekolah : *SMAN 1 Sukasada*
 Hari Tanggal : *24-09-2019*

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : I Grgi Ngurah ayoman
 Kelas : XII 1
 Sekolah : SMA N 1 SUKASADA
 Hari Tanggal : 24-09-2019

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.			✓		

PRETEST CONTROL

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : I Gede Arya Ardhan
Kelas : X IPS 2
Sekolah : SMA N 1 Sekeloa
Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.				✓	

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama: *Endang Gilang Pratama*
 Kelas: *X IPS 2*
 Sekolah: *SMK NEGERI 1 SUKASADA*
 Hari Tanggal: _____

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.				✓	

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama Gebo Agus Afrizal
 Kelas X IPS 2
 Sekolah SMA NRI Sumuserta
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.			✓		

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Dudung Jayadi
 Kelas : X 1152
 Sekolah : SMA N 1 Sukasada
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Anak Agung Surya di Putra
 Kelas : X IIS 2
 Sekolah : SMAN 1 Sukasada
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

POSTEST CONTROL

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : A.A. Surya diputra

Kelas : X IIS 2

Sekolah : SMA N 1 Sukasada

Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : A.A. Surya diputra
 Kelas : X IIS 2
 Sekolah : SMA N 1 Sukasada
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *Pudang Jayadi*
 Kelas : *X IIS 2*
 Sekolah : *SMAN 1 Sukasada*
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Geede Arga Andita
 Kelas : X IIS 2
 Sekolah : SMK N 1 Sukasada
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *Gede Gita Pratama*
 Kelas : *X IIS 2*
 Sekolah : *SMA N 1 Sutayasa*
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.	✓				

FOLLOW UP 1 EKSPERIMEN

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *Bate Muchta Aji Akas*
 Kelas : *X IIS 1*
 Sekolah : *SMAN 1 Sulka Sadu*
 Hari Tanggal : *24-07-2019*

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓



SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama

Gebe Fiski Prambita

Kelas

XIIS 1

Sekolah

SMAN 1 Sukasada

Hari Tanggal

24-09-2019

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.		✓			

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama: Gusti Komang Pusnini
 Kelas: X IIS 1
 Sekolah: SMAN 1 Sukasada
 Hari Tanggal: 21-09-2019

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *Eusti Made Ayu Mariani*
 Kelas : *X IIS 1*
 Sekolah : *SMAN 1 Sukasada*
 Hari Tanggal : *21-09-2020*

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.	✓				

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *I Gusti Ngurah Nyoman*
 Kelas : *X IIS 1*
 Sekolah : *SMANGADA*
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.			✓		

FOLLOW UP 2 EKSPERIMEN

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama

Gele Muchita Puja Astawa

Kelas

X IIS 1

Sekolah

SMAN 1 Sukowada

Hari Tanggal

NO	SS	S	KS	TS	STS
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					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama *Gede Piski Pranata*
 Kelas *XIIS 1*
 Sekolah *SMA Negeri 1 Suren*
 Hari Tanggal

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.				✓	

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama *Gusti Komang Izumini*
 Kelas *X IIS 1*
 Sekolah *SMAN 1 Sukorada*
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *Gusti Nurale Ayu Maniani*
 Kelas : *X IIS 1*
 Sekolah : *SMANSAWA*
 Hari Tanggal : *29-09-2019*

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : I Gusti Agung Nyoman
 Kelas : X IIS 1
 Sekolah : SIMANSA
 Hari Tanggal : 24-09-2019

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.			✓	✓	

FOLLOW UP 1 CONTROL

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Gede Areso Andita
Kelas : X IPS 2
Sekolah : SMA N 1 Sukasada
Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *Gele Gita Pranam*
 Kelas : *X IIS 2*
 Sekolah : *SMN N1 Surasade*
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Grade Agus Apriawan

Kelas : X IIS 2

Sekolah : SMA N 1 Sukasada

Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Ridung Jayadi
 Kelas : XII.2
 Sekolah : SMA NRI Sukasada
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : A.A. Surya diputra
 Kelas : X IIS 2
 Sekolah : SMA N 1 Sutajasada
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

FOLLOW UP 2 CONTROL

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama: Gede Agus Ariandani
Kelas: X IIS 2
Sekolah: SMA N 1 Sukasada
Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : A.A. Surya diputra
 Kelas : X IIS 2
 Sekolah : SMA N 1 Sukasada
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *Pudang Jayadi*
 Kelas : *X IIS 2*
 Sekolah : *SMAN 1 Sukasada*
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : Geede Arga Andita
 Kelas : X IIS 2
 Sekolah : SMK N 1 Sukasada
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.					✓

SELF ENDURANCE

Identitas Responden

Nama : *Gede Gita Pratama*
 Kelas : *X IIS 2*
 Sekolah : *SMA N 1 Sutayasa*
 Hari Tanggal :

NO	SS	S	KS	TS	STS
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.	✓				

LAMPIRAN 7. HASIL WAWANCARA

Tabel 02. Hasil Wawancara Siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 1 Sukasada

No	NAMA	Diagnosa
1	Gede Mudita Puja Astawa	<p>1. Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>2. Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>3. Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1“saya lupa bu apa itu self Endurance,”</p> <p>2 “jarang bu saya merasa malas karena saya mengabaikan tugas yang diberikan oleh guru”</p> <p>3“iyaa saya sering merasa malas dan tidak bekerja keras pada suatu tugas bu”</p>
2	Gede Riski Pranata	<p>4. Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>5. Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>6. Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hinga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hinga selesai dan tuntas”</p> <p>2. “iyaa ibu saya sering mengerjakan tugas sampai selesai bu”</p> <p>3. “iyaa bu kadang saya mengabaikan tugas di sekolah.”</p>
3	Gusti Komang Rusmini	<p>7. Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>8. Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>9. Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <p>1. “saya ingat bu apa itu self Endurance”</p> <p>2. “saya mampu mengerjakan tugas sampai selesai bu”</p> <p>3. “saya bekerja keras saat mengerjakan tugas dari guru bu”</p>
4	Gusti Made Ayu Mariani	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p>

		<ol style="list-style-type: none"> 1. “saya lupa bu apa itu self Endurance” 2. “jarang bu saya mengerjakan tugassampai selesai” 3. “saya tidak terlalu sering bekerja keras pada tugas bu”
5	I Gusti Ngurah Nyoman Trisna Indrawan	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ? Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai? Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ? Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hingga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hingga selesai dan tuntas” 2. “iya, karena saya selalu berusaha menyelesaikan tugas sampai selesai bu” 3. “iya bu terkadang saya bekerja keras untuk menjawab soal-soal yang diberikan oleh guru saya”
6	Kadek Ayu Ria Shanti Devi	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ? Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai? Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ? Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk bisa mengerjakan tugas sampai tuntas ” 2. “kadang saya merasa malas mengerjakan tugas kadang juga rajin bu” 3“saya bekerja keras saat mengerjakan tugas bu”
7	Kadek Mas Padma Dewi	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ? Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai? Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ? Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hingga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hingga selesai dan tuntas” 2. “saya mampu menyelesaikan tugas saya bu dengan baik” 3.“saya bisa bekerja keras saat mengerjakan tugasbu”
8	Kadek Mudana	Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?

		<p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hingga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hingga selesai dan tuntas” 2. “iyaa bu saya berusaha mengerjakan tugas agar saya mendapatkan nilai yang bagus” 3. “iyaa bu kadang saya merasa lelah untuk bekerja keras pada tugas-tugas yang diberikan oleh guru”
9	Kadek Restu Ardika	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hingga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hingga selesai dan tuntas” 2. “iya terkadang saya merasa rajinterkadang juga malas saya mengerjakan sesuatu dengan serius tetapi tidak mendapat hasil baik” 3. “iyaa karena saya terkadang membuat tugas dengan moodmood dan”
10	Kadek Supriadi	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “saya lupa bu hmm ” 2. “saya tidak pernah sedih kalau melakukan kesalahan karena saya lebih suka mengerjakan tugas pas sebelum pelajaran dimulai” 3. “iya bu kadaang-kadang”
11	Kadek Yuni Adnyani Putri	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “saya tidak ingat bu apa itu self Endurance, ”

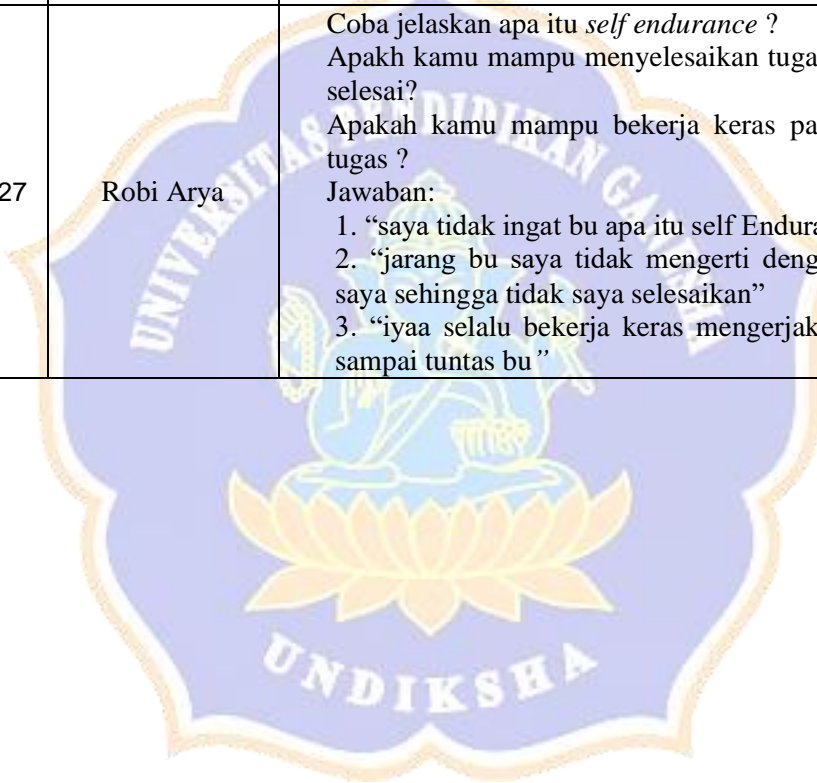
		<p>2 “jarang bu saya mengerjakan tugas dengan usaha sendiri”</p> <p>3. “iyaa saya suka bekerja keras mengerjakan suatu tugas bu”</p>
12	Ketut Diva Astrawan Putra	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hinga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hinga selesai dan tuntas” 2. “iya saya mengerjakan tugas sesuai dengan mood” 3. “iya bu, kadang saya malas untuk bekerja keras mengerjakan tugas”
13	Ketut Krisnawati	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hinga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hinga selesai dan tuntas” 2. “saya mampu untuk berusaha mengerjakan tugas walaupun itu sulit bu” 3. “saya merasa gelisah jika tugas saya belm saya selesaikan bu”
14	Komang Mas Puspa Dewi	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “saya tidak ingat bu apa itu self Endurance,” 2 “jarang bu saya menyelesaikan tugas karena menurut saya tidak penting”

		3. “kadang tidak mengerjakan tugas yang diberikan bu”
15	Komang Urip Arta Darma	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “saya lupa bu apa itu self Endurance, saya tidak ingat” 2. “acuh tak acuh terhadap tugas yang diberikan guru bu” 3. “saya terkadang menyelesaikan suatu pekerjaan dengan kerja keras bu”
16	Krisnawati	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hingga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hingga selesai dan tuntas” 2. “iya karena saya bias menyelesaikan tugas saya bu” 3. “iyaa bu jika kita tidak bekerja keras maka tugas akan tidak selesai”
17	Lucia Maria Dos Santos Salsinha	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hingga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hingga selesai dan tuntas” 2. “ya terkadang saya bias menyelesaikan tugas kadang juga tidak bu” 3. “iyaa bu saya bekerja keras saat mengerjakan tugas”
18	Luh Juli Purnami	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p>

		<ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk bisa mengerjakan tugas smpa selesai bu.” 2. “saya mampu menyelesaikan tugas hingga tuntas bu” 3. “saya kadang tahan dengan tugas dan bekerja keras bu”
19	Luh Meli Andani	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ? Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai? Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ? Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “saya tidak ingat bu apa itu self Endurance” 2. “jarang bu saya menyelesaikan tugas” 3. “saya kurang mampu untuk bekerja keras pada suatu tugas bu”
20	Luh Putu Wulantari	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ? Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai? Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ? Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hinga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hinga selesai dan tuntas” 2. “kalau saya sedang malas mengerjakan tugas maka tidak saya selesaikan tugas itu bu” 3. “iyaa kadang saya tidak mau bekerja keras saat mengerjakan tugas bu”
21	Luh Tudian Maharani	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ? Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai? Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ? Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hinga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hinga selesai dan tuntas” 2. “ya karena saya tidak ingin melakukan sesuatu kesalahan” 3. “iyaa saya merasa karena setiap saya melakukan kesalahan pasti saya dapa balasan”
22	Muhammad Nikko Syaputra	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ? Apakh kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p>

		<p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk bisa menyelesaikan tugas sampai tuntas.” 2. “kadang saya membiarkan tugas saya begitu saja bu” 3 “saya mendapat nilai bagus karena saya selalu bekerja keras mengerjakan tugas bu”
23	Ni Putu Ayu Widya Sari	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hingga tuntas.” 2. “iya kadang saya kerjakan tapi kadang juga tidak bu ” 3. “jarang saya bekerja keras pada suatu tugas bu”
24	Putu Agus Hendrawan	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk bisa menyelesaikan tugas sampai tuntas ” 2. “kadang saya merasa lelah mengerjakan tugas yang saya anggap itu sulit bu” 3. “saya suka tantangan dan selalu bekerja keras untuk mengerjakan tugas bu ”
25	Putu Ayu Merta Sari	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ?</p> <p>Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai?</p> <p>Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ?</p> <p>Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hingga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hingga selesai dan tuntas” 2. “ya bu saya mengerjakan tugas hingga tuntas” 3. “saya suka bekerja keras dan memiliki daya tahan untuk mengerjakan tugas ”

26	Putu Balik Widiastana	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ? Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai? Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ? Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “baik <i>self endurance</i> adalah kebutuhan untuk melaksanakan kewajiban untuk mengerjakan tugas hingga tuntas, meliputi Mengerjakan tugas hingga selesai dan tuntas” 2. “iyaa bu saya mampu menyelesaikan tugas sampai tuntas serta diikuti usaha” 3. “iyaa karena tugas yang diberikan oleh guru harus diselesaikan”
27	Robi Arya	<p>Coba jelaskan apa itu <i>self endurance</i> ? Apakah kamu mampu menyelesaikan tugas sampai selesai? Apakah kamu mampu bekerja keras pada suatu tugas ? Jawaban:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “saya tidak ingat bu apa itu self Endurance” 2. “jarang bu saya tidak mengerti dengan tugas saya sehingga tidak saya selesaikan” 3. “iyaa selalu bekerja keras mengerjakan tugas sampai tuntas bu”



LAMPIRAN 8. TABULASI DAN UJI VALIDITAS

Tabel 3.8 Rangkuman Uji Validitas Butir Kuesioner “*Self Endurance*”

Butir Pernyataan	N	R_{xy}	R_{tabel}	Keterangan
1	27	0.813	0.381	Valid
2	27	0.752	0.381	Valid
3	27	0.552	0.381	Valid
4	27	0.637	0.381	Valid
5	27	0.505	0.381	Valid
6	27	0.629	0.381	Valid
7	27	0.723	0.381	Valid
8	27	0.580	0.381	Valid
9	27	0.737	0.381	Valid
10	27	0.605	0.381	Valid
11	27	0.524	0.381	Valid
12	27	0.400	0.381	Valid
13	27	0.629	0.381	Valid
14	27	0.580	0.381	Valid
15	27	0.505	0.381	Valid
16	27	0.723	0.381	Valid
17	27	0.602	0.381	Valid
18	27	0.614	0.381	Valid
19	27	0.512	0.381	Valid
20	27	0.605	0.381	Valid
21	27	0.485	0.381	Valid
22	27	0.421	0.381	Valid
23	27	0.607	0.381	Valid
24	27	0.463	0.381	Valid
25	27	0.637	0.381	Valid
26	27	0.419	0.381	Valid
27	27	0.562	0.381	Valid
28	27	0.629	0.381	Valid
29	27	0.637	0.381	Valid
30	27	0.752	0.381	Valid

Lampiran 9. PRETEST EKSPERIMEN

No	-	+	-	+	-	+	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-		
.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0		
1	4	4	3	3	3	2	5	4	4	2	3	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	80
2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	82
3	4	4	4	4	2	4	3	3	4	4	2	2	4	2	3	2	4	4	1	2	4	3	3	3	4	5	4	4	4	4	4	100
4	4	2	4	1	2	1	4	4	3	1	3	4	4	2	3	1	4	2	3	3	4	2	3	2	4	3	5	1	4	2	85	
5	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	92	
6	4	3	5	2	3	1	4	3	5	2	3	4	5	4	3	3	4	3	2	3	2	2	5	3	4	3	3	1	3	2	94	
7	2	2	2	1	2	1	1	1	3	1	3	4	4	2	3	4	3	4	5	5	3	4	4	2	2	3	2	3	1	3	80	
8	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	1	2	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	3	2	85	
9	4	4	5	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	5	1	4	2	3	3	1	3	5	2	3	1	2	2	1	5	89	
10	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	3	4	91	
11	4	3	4	3	2	1	4	4	2	2	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	3	2	3	4	3	92
12	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2	4	3	92	
13	4	3	3	5	3	3	1	1	2	4	3	1	1	4	3	1	3	4	3	4	2	4	1	4	3	3	1	5	2	5	86	

14	5	5	4	1	5	1	4	3	5	3	4	4	4	4	5	2	4	4	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	3	2	10	0
15	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	5	3	88	
16	1	1	2	1	1	1	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	4	2	2	3	2	3	5	4	3	2	3	4	2	5	83	
17	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	2	1	3	3	3	4	5	91	
18	5	3	3	4	3	2	3	3	2	3	4	4	5	2	3	5	3	3	3	2	4	5	3	3	4	4	3	4	2	3	10	0
19	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	4	3	4	1	4	3	2	3	3	3	3	5	90	
20	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	4	3	4	1	4	3	2	3	3	3	3	5	90	
21	4	4	5	5	5	5	4	1	4	1	4	5	1	1	4	5	3	5	5	2	1	1	2	5	2	3	4	5	3	4	10	3
22	4	2	4	2	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	2	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	97	
23	3	3	3	2	2	3	4	4	5	3	4	4	4	2	4	2	4	3	3	2	3	4	4	2	2	3	4	3	2	3	94	
24	4	3	4	1	2	2	2	3	4	4	5	3	2	4	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	1	3	1	3	2	2	80	
25	4	3	3	5	2	5	4	4	5	5	5	5	4	1	4	1	4	5	1	1	4	5	1	3	3	3	3	1	3	3	10	0
26	4	2	3	4	2	3	3	4	4	2	3	4	4	3	2	4	2	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	89	
27	4	4	5	3	4	3	3	3	4	2	2	4	4	5	1	4	3	4	2	1	4	3	4	4	5	5	2	3	2	3	10	0

23	4	4	4	2	1	3	2	5	1	2	3	2	3	4	3	3	4	4	4	1	4	2	4	2	3	4	4	4	4	5	95
24	4	4	4	3	3	3	2	3	1	5	4	2	4	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	4	3	4	95
25	4	3	2	3	3	3	2	5	3	4	2	1	1	3	2	1	1	1	1	4	3	4	3	4	1	1	4	5	4	5	83
26	3	3	3	2	5	4	4	3	3	3	3	2	4	2	2	4	4	3	3	4	4	4	4	1	5	4	1	3	4	3	97
27	3	3	3	2	5	1	2	4	2	4	3	3	4	2	1	3	3	3	3	4	5	3	4	2	5	3	3	2	3	3	91
28	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	2	5	1	5	4	3	2	4	3	3	3	2	4	4	4	10
																															0



LAMPIRAN 11. POSTEST EKSPERIMEN

No	.	-	+	-	+	-	+	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3			
1	4	3	3	4	4	5	3	2	3	3	2	1	4	2	3	3	2	5	2	5	3	3	5	4	5	5	4	3	3	5	3	10	
2	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	5	2	4	3	2	3	5	4	3	5	3	5	3	4	5	4	5	4	3	10	
3	5	4	4	5	5	5	4	5	3	4	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	5	2	2	2	3	4	5	2	5	1	10	
4	5	3	5	5	4	2	2	3	5	5	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	5	2	2	5	3	3	5	3	3	5	1	10	
5	3	4	4	5	4	4	3	5	4	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3	1	4	2	4	3	2	2	4	5	4	3	2	10	
6	3	4	3	4	4	3	4	2	4	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	5	4	3	4	5	4	1	10	
7	1	5	5	5	5	5	5	3	5	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	5	2	3	5	2	10
8	3	2	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	4	4	3	4	3	5	3	3	5	5	10	
9	4	3	2	4	4	3	3	3	2	4	1	1	4	5	5	4	4	3	5	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2	5	3	10	
10	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	3	2	2	3	5	4	5	10	
11	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	2	2	5	2	3	5	3	10	
12	4	5	5	4	3	3	4	2	4	5	4	3	4	5	4	5	3	2	5	4	3	2	1	2	3	3	2	3	3	1	1	10	
13	3	4	4	5	4	5	5	5	2	4	5	4	5	4	4	3	4	2	3	2	4	1	3	2	2	3	3	3	3	1	2	10	

14	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	5	4	3	3	3	2	2	2	1	10 2
15	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	1	2	4	2	3	3	4	2	4	2	4	3	2	4	3	5	2	5	5	5	10 0
16	4	4	4	4	5	5	4	4	3	5	4	4	5	4	2	3	5	4	2	1	1	3	4	1	3	2	4	2	3	5	10 4
17	4	4	3	5	4	4	4	4	4	3	2	4	3	3	5	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	2	5	10 0
18	5	4	4	5	4	4	4	2	4	4	2	2	3	1	1	2	1	2	1	3	4	2	4	2	3	5	3	5	2	5	93
19	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	2	5	3	3	5	3	3	2	3	5	10 4
20	5	5	3	5	5	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	5	3	5	3	2	4	5	5	10 2
21	4	4	3	5	5	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	2	4	3	3	10 2
22	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	4	4	4	2	2	4	3	3	2	5	4	5	5	2	5	3	10 2
23	4	3	4	4	5	5	4	3	3	2	5	4	4	1	3	4	2	5	5	4	4	2	2	3	3	1	2	3	4	2	10 0
24	4	3	4	4	3	5	4	3	3	2	4	5	3	4	5	5	4	3	3	2	5	4	3	2	2	4	3	4	2	2	10 4
25	3	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	4	4	3	5	3	10 5
26	4	3	3	4	4	5	4	4	5	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	2	3	4	3	4	3	3	2	3	5	3	10 7
27	4	4	3	4	5	5	4	3	3	4	4	4	3	5	2	2	4	3	2	3	3	3	3	5	2	5	3	3	5	3	10 6

Lampiran 12. POSTEST KONTROL

No	.	-	+	-	+	-	+	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	
1	4	4	4	5	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	2	2	3	4	5	3	4	2	4	5	10	
2	4	4	4	5	4	3	5	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	4	5	4	4	4	4	4	5	10
3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	2	2	3	4	2	2	4	3	2	2	3	4	5	3	5	4	5	5	10	
4	5	5	5	5	5	5	5	4	1	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	4	2	3	4	3	5	2	4	3	1	10	
5	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	2	4	4	4	2	2	3	2	2	3	5	3	4	1	98	
6	4	4	4	4	4	5	4	3	3	2	1	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	2	2	3	4	4	4	2	5	4	10	
7	3	3	4	5	5	5	4	3	2	2	5	4	4	2	4	3	3	5	2	3	3	2	3	3	2	2	3	4	5	4	10	
8	5	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	4	5	3	3	4	10	
9	4	4	5	4	3	4	3	2	1	5	5	4	4	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	3	2	5	3	5	4	5	10	
10	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	2	4	3	5	10	
11	4	4	3	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	1	4	2	2	2	1	3	3	3	3	4	5	3	4	5	4	5	10	
12	4	4	3	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	5	5	4	4	4	2	2	4	3	2	3	5	3	1	2	3	4	10	
13	4	4	3	4	2	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	5	4	4	4	2	4	3	4	5	2	4	1	4	5	10	
14	5	4	4	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	2	5	4	4	4	4	2	4	3	2	5	2	3	1	2	3	1	10	

15	5	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	5	5	3	2	3	2	4	3	4	4	3	2	3	4	2	2	3	2	3	10	
16	5	5	5	5	4	4	3	3	4	2	2	4	3	4	4	3	2	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	2	4	4	10	
17	5	5	5	5	5	5	5	1	4	5	5	5	3	1	2	5	3	2	2	2	2	3	3	5	2	3	2	1	4	5	10	
18	4	4	3	3	3	4	2	1	4	4	3	4	4	4	3	5	3	4	4	4	5	3	4	4	1	4	4	5	2	5	10	
19	5	3	4	5	2	4	2	2	1	2	3	2	5	4	4	4	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	1	2	5	5	10	
20	5	4	4	5	2	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	2	3	1	3	2	3	5	1	4	3	1	3	4	3	5	10
21	2	1	2	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	2	5	4	4	4	4	4	2	4	3	5	5	3	5	2	1	2	1	10
22	5	4	5	4	2	4	1	2	3	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	5	3	3	4	3	1	3	10
23	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	2	2	2	4	4	2	2	3	2	3	4	2	4	3	3	5	4	3	4	5	10	
24	4	4	5	5	4	5	4	5	4	3	3	4	4	5	2	1	4	4	3	4	2	3	3	1	4	3	2	4	3	5	10	
25	5	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	1	3	2	2	4	3	2	3	3	4	2	4	2	4	3	4	1	10	
26	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	4	5	4	2	5	3	2	1	10	
27	4	4	3	3	4	4	5	4	3	2	2	1	1	2	4	4	3	3	3	4	4	3	2	5	4	4	4	5	4	5	10	
28	4	4	3	3	4	5	4	4	4	3	3	2	2	4	5	2	4	3	4	3	4	5	4	4	1	3	4	1	4	1	10	

LAMPIRAN 13. FOLLOW UP 1 EKSPERIMEN

No	-	+	-	+	-	+	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-			
.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3			
1	4	3	3	4	4	5	3	2	3	3	2	1	4	2	3	3	2	5	2	5	3	3	5	4	5	5	4	3	3	5	10 3	
2	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	5	2	4	3	2	3	5	4	3	5	3	5	3	4	5	4	5	4	10 3	
3	5	4	4	5	5	5	4	5	3	4	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	5	2	2	2	3	4	5	2	5	10 1	
4	5	3	5	5	4	2	2	3	5	5	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	5	2	2	5	3	3	5	3	3	5	10 1	
5	3	4	4	5	4	4	3	5	4	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3	1	4	2	4	3	2	2	4	5	4	3	10 2	
6	3	4	3	4	4	3	4	2	4	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	5	4	3	4	5	4	10 1	
7	1	5	5	5	5	5	5	3	5	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	5	2	3	5	10 2
8	3	2	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	4	4	3	4	3	5	3	3	5	10 5	
9	4	3	2	4	4	3	3	3	2	4	1	1	4	5	5	4	4	3	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	2	5	10 3
10	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	3	2	2	3	5	4	10 5	
11	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	2	2	5	2	3	5	10 3	
12	4	5	5	4	3	3	4	2	4	5	4	3	4	5	4	5	3	2	5	4	3	2	1	2	3	3	2	3	3	1	10 1	
13	3	4	4	5	4	5	5	5	2	4	5	4	5	4	4	3	4	2	3	2	4	1	3	2	2	3	3	3	3	5	10 6	

14	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	5	4	3	3	3	2	2	2	5	10	
15	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	1	2	4	2	3	3	4	2	4	2	4	3	2	4	3	5	2	5	5	5	10	
16	4	4	4	4	5	5	4	4	3	5	4	4	5	4	2	3	5	4	2	1	1	3	4	1	3	2	4	2	3	5	10	
17	4	4	3	5	4	4	4	4	4	3	2	4	3	3	5	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	2	5	10	
18	5	4	4	5	4	4	4	2	4	4	2	2	3	1	1	2	1	2	4	3	4	2	4	5	3	5	3	5	4	5	10	
19	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	2	5	3	3	5	3	3	2	3	5	10	
20	5	5	3	5	5	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	5	3	5	3	2	4	5	5	5	10	
21	4	4	3	5	5	4	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	2	4	3	3	5	10	
22	4	4	3	4	3	3	2	3	3	2	4	2	3	4	4	4	2	2	4	3	3	2	5	4	5	5	2	5	3	5	10	
23	4	3	4	4	5	5	4	3	3	2	5	4	4	1	3	4	2	5	5	4	4	2	2	3	3	1	2	3	4	5	10	
24	4	3	4	4	3	5	4	3	3	2	4	5	3	4	5	5	4	3	3	2	5	4	3	2	2	4	3	4	2	5	10	
25	3	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	4	4	3	5	3	10	
26	4	3	3	4	4	5	4	4	5	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	2	3	4	3	4	3	3	2	3	5	3	10
27	4	4	3	4	5	5	4	3	3	4	4	4	3	5	2	2	4	3	2	3	3	3	3	5	2	5	3	3	5	3	10	

LAMPIRAN 14. FOLLOW UP 1 CONTROL

No	-	+	-	+	-	+	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-		
.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3		
1	4	4	4	5	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	2	2	3	4	5	3	4	2	4	5	10 2	
2	4	4	4	5	4	3	5	4	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	4	5	4	4	4	4	4	5	10 3	
3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	2	2	3	4	2	2	4	3	2	2	3	4	5	3	5	4	5	5	10 2	
4	5	5	5	5	5	5	5	4	1	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	4	2	3	4	3	5	2	4	3	1	10 2	
5	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	2	4	4	4	2	2	3	2	2	3	5	3	4	5	10 2	
6	4	4	4	4	4	5	4	3	3	2	1	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	2	2	3	4	4	4	2	5	4	10 1	
7	3	3	4	5	5	5	4	3	2	2	5	4	4	2	4	3	3	5	2	3	3	2	3	3	2	2	3	4	5	4	10 2	
8	5	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	4	5	3	3	4	4	10 7	
9	4	4	5	4	3	4	3	2	1	5	5	4	4	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	3	2	5	3	5	4	5	10 5	
10	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	2	2	4	3	5	10 5
11	4	4	3	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	1	4	2	2	2	1	3	3	3	3	4	5	3	4	5	4	5	10 7	
12	4	4	3	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	5	5	4	4	4	2	2	4	3	2	3	5	3	1	2	3	4	10 9	
13	4	4	3	4	2	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	5	4	4	4	2	4	3	4	5	2	4	1	4	5	10 6	

14	5	4	4	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	2	5	4	4	4	4	2	4	3	2	5	2	3	1	2	3	1	10	6	
15	5	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	5	5	3	2	3	2	4	3	4	4	3	2	3	4	2	2	3	2	3	10	9	
16	5	5	5	5	4	4	3	3	4	2	2	4	3	4	4	3	2	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	2	4	1	10	4	
17	5	5	5	5	5	5	5	1	4	5	5	5	3	1	2	5	3	2	2	2	2	3	3	5	2	3	2	1	4	5	10	5	
18	4	4	3	3	3	4	2	1	4	4	3	4	4	4	3	5	3	4	4	4	5	3	4	4	1	4	4	5	2	5	10	7	
19	5	3	4	5	2	4	2	2	1	2	3	2	5	4	4	4	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	1	2	5	5	10	6	
20	5	4	4	5	2	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	2	3	1	3	2	3	5	1	4	3	1	3	4	3	5	10	7
21	2	1	2	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	2	5	4	4	4	4	4	2	4	3	5	5	3	5	2	1	2	1	10	3
22	5	4	5	4	2	4	1	2	3	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	5	3	3	4	3	1	3	10	4
23	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	2	2	2	4	4	2	2	3	2	3	4	2	4	3	3	5	4	3	4	5	10	6
24	4	4	5	5	4	5	4	5	4	3	3	4	4	5	2	1	4	4	3	4	2	3	3	1	4	3	2	4	3	5	10	7	
25	5	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	1	3	2	2	4	3	2	3	3	4	2	4	2	4	3	4	1	10	5	
26	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	4	5	4	2	5	3	2	1	10	4
27	4	4	3	3	4	4	5	4	3	2	2	1	1	2	4	4	3	3	3	4	4	3	2	5	4	4	4	5	4	5	10	3	
28	4	4	3	3	4	5	4	4	4	3	3	2	2	4	5	2	4	3	4	3	4	5	4	4	1	3	4	1	4	3	10	3	

LAMPIRAN 15. FOLLOW UP 2 EKSPERIMEN

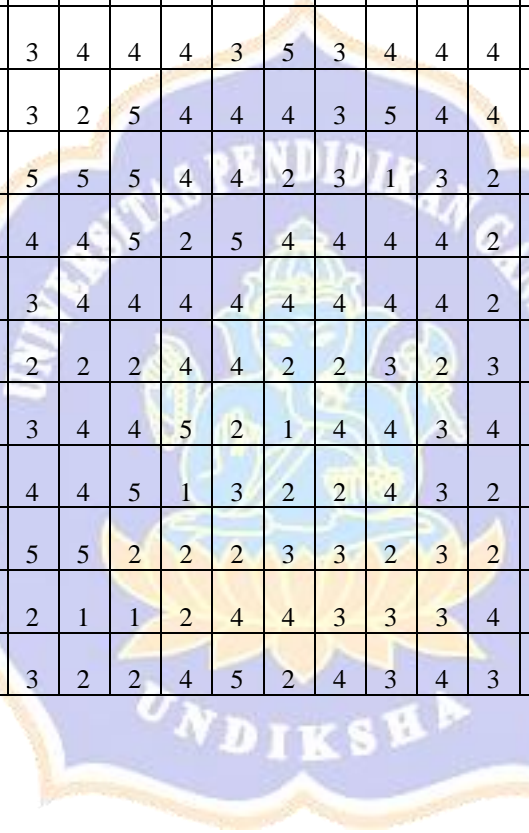
No	-	+	-	+	-	+	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-				
.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3			
1	4	3	3	4	4	5	3	2	3	3	2	1	4	2	3	3	2	5	2	5	3	3	5	4	5	5	4	3	3	5	10	3	
2	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	5	2	4	3	2	3	5	4	3	5	3	5	3	4	5	4	5	4	10	3	
3	5	4	4	5	5	5	4	5	3	4	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	5	2	2	2	3	4	5	2	5	10	1	
4	5	3	5	5	4	2	2	3	5	5	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	5	4	2	5	3	3	5	3	3	5	10	3	
5	3	4	4	5	4	4	3	5	4	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3	1	4	2	4	3	2	2	4	5	4	3	10	2	
6	3	4	3	4	4	3	4	2	4	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	5	4	5	4	5	4	10	3	
7	1	5	5	5	5	5	5	3	5	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	5	2	3	5	10	2
8	3	2	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	4	4	3	4	3	5	3	3	5	10	5	
9	4	3	2	4	4	3	3	3	2	4	1	1	4	5	5	4	4	3	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	2	5	10	3
10	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	3	2	2	3	5	4	10	5	
11	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	5	2	3	5	10	5
12	4	5	5	4	3	3	4	2	4	5	4	3	4	5	4	5	3	2	5	4	3	2	1	2	3	3	2	3	3	5	10	5	
13	3	4	4	5	4	5	5	5	2	4	5	4	5	4	4	3	4	2	3	2	4	1	3	2	2	3	3	3	3	5	10	6	

14	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	5	4	3	3	3	2	2	2	5	10
15	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	1	2	4	2	3	3	4	2	4	5	4	3	2	4	3	5	4	5	5	5	10
16	4	4	4	4	5	5	4	4	3	5	4	4	5	4	2	3	5	4	2	1	1	3	4	1	3	2	4	2	3	5	10
17	4	4	3	5	4	4	4	4	4	3	2	4	3	3	5	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	5	3	5	2	5	10
18	5	4	4	5	4	4	4	2	4	4	2	2	3	1	1	2	1	2	4	3	4	2	4	5	3	5	3	5	4	5	10
19	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	5	2	5	3	3	5	3	3	2	3	5	10
20	5	5	3	5	5	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	5	5	3	2	5	3	5	4	4	4	5	5	5	11
21	4	4	3	5	5	4	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	2	4	5	5	5	10
22	4	4	3	4	3	3	2	3	3	2	4	2	3	4	4	4	2	2	4	3	5	4	5	4	5	5	4	5	3	5	10
23	4	3	4	4	5	5	4	3	3	2	5	4	4	1	3	4	2	5	5	4	4	2	2	3	3	5	4	5	4	5	11
24	4	3	4	4	3	5	4	3	3	2	4	5	3	4	5	5	4	3	3	2	5	4	3	2	2	4	3	4	2	5	10
25	3	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	4	4	3	5	5	10
26	4	3	3	4	4	5	4	4	5	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	2	3	4	3	4	3	3	2	3	5	4	10
27	4	4	3	4	5	5	4	3	3	4	4	4	3	5	2	2	4	3	2	3	3	4	3	5	2	5	3	3	5	4	10

LAMPIRAN 16. FOLLOW UP 2 CONTROL

No	-	+	-	+	-	+	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-		
.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	
1	4	4	4	5	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	2	2	3	4	5	3	4	2	4	5	10 2
2	4	4	4	5	4	3	5	4	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	4	5	4	4	4	4	4	4	5	10 3
3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	2	2	3	4	2	2	4	3	2	2	3	4	5	3	5	4	5	5	10 2	
4	5	5	5	5	5	5	5	4	1	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	4	2	3	4	3	5	2	4	3	1	10 2	
5	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	2	4	4	4	4	2	2	3	2	2	3	5	3	4	5	10 2
6	4	4	4	4	4	5	4	3	3	2	1	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	2	2	2	3	4	4	4	2	5	4	10 1
7	3	3	4	5	5	5	4	3	2	2	5	4	4	2	4	3	3	5	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	5	4	10 2
8	5	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	5	3	3	4	4	10 7
9	4	4	5	4	3	4	3	2	1	5	5	4	4	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	3	3	2	5	3	5	4	5	10 5
10	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	2	2	4	3	5	10 5
11	4	4	3	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	1	4	2	2	2	1	3	3	3	3	4	5	3	4	5	4	5	10 7	
12	4	4	3	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	5	5	4	4	4	2	2	4	3	2	3	5	3	1	2	3	4	10 9	
13	4	4	3	4	2	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	5	4	4	4	2	4	3	4	5	2	4	1	4	5	10 6	
14	5	4	4	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	2	5	4	4	4	4	2	4	3	2	5	2	3	1	2	3	1	10 6	

15	5	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	5	5	3	2	3	2	4	3	4	4	3	2	3	4	2	2	3	2	3	10	
16	5	5	5	5	4	4	3	3	4	2	2	4	3	4	4	3	2	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	2	4	4	1	10
17	5	5	5	5	5	5	5	1	4	5	5	5	3	1	2	5	3	2	2	2	2	3	3	5	2	3	2	1	4	5	10	
18	4	4	3	3	3	4	2	1	4	4	3	4	4	4	3	5	3	4	4	4	4	5	3	4	4	1	4	4	5	2	5	10
19	5	3	4	5	2	4	2	2	1	2	3	2	5	4	4	4	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	1	2	5	5	10	
20	5	4	4	5	2	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	2	3	1	3	2	3	5	1	4	3	1	3	4	3	5	10	
21	2	1	2	5	5	4	4	1	5	5	4	4	5	2	5	4	4	4	4	2	4	3	5	5	3	5	2	1	2	1	10	
22	5	4	5	4	2	4	1	2	3	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	5	3	3	4	3	1	3	10	
23	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	2	2	2	4	4	2	2	3	2	3	4	2	4	3	3	5	4	3	4	5	10	
24	4	4	5	5	4	5	4	5	4	3	3	4	4	5	2	1	4	4	3	4	2	3	3	1	4	3	2	4	3	5	10	
25	5	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	1	3	2	2	4	3	2	3	3	4	2	4	2	4	3	4	1	10	
26	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	4	5	4	2	5	3	2	1	10	
27	4	4	3	3	4	4	5	4	3	2	2	1	1	2	4	4	3	3	3	4	4	3	2	5	4	4	4	5	4	5	10	
28	4	4	3	3	4	5	4	4	4	3	3	2	2	4	5	2	4	3	4	3	4	5	4	4	1	3	4	1	4	3	10	



LAMPIRAN 17. RPBK BIMBINGAN KLASIKAL

RPBK

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

SETTING BIMBINGAN KLASIKAL PENGEMBANGAN SELF ENDURANCE



OLEH:

Ni Made Inggit Gita Yunidar

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

2020

LEMBAR PENGESAHAN
RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING
(RPBK)

A. IDENTITAS

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK	: Ni Made Inggit Gita Yunidar
NIM/NIP	: 1511011011
Semester/Kelas	: 8/A
Program Studi	: Bimbingan Konseling
Email	: nimadeinggitgy@gmail.com
Setting	: Bimbingan Klasikal
Jenis Layanan	: Orientasi
Bidang Layanan	: Pribadi
Kelas	: X IIS 1
Sekolah	: SMA N 1 SUKASADA
Matkul	: PPL Real, Internship, Riset

Singaraja, 08 Desember 2019

Makons,

Ni Made Inggit Gita Yunidar
NIM. 1511011011

Guru Pamong

Dosen Pembimbing,

Ni Luh Kompiang Oka Pariasih, M.Pd
Kons
NIP. 196706061992032019

Prof. Dr. Ketut Dharsana, M.Pd.,
NIP. 1959119570801 198303 1 003

Menyetujui,
Ketua Kaprodi Bimbingan Konseling

Mengetahui,
Kepala SMA N 1 Sukasada

Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd

Drs. Putu Dana, M.Si

NIP. 19820816 200812 1 002

NIP. 19620818 198903 1 01

(RPBK)

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

Nama Sekolah : SMAN 1 SUKASADA
Kelas/ Semester : X/1
Siklus : I (SATU)
Pertemuan (P) : P1, P2, P3, P4
Alokasi Waktu : 30 menit (07.30- 08.00)
Bidang layanan : Pribadi
Jenis layanan : Orientasi (Bimbingan Klasikal)
Standar Kompetensi : Memahami self endurance
Kompetensi Dasar : Siswa mampu memahami, mengenal, dan menerapkan self endurance

A. Indikator :

1. Siswa dapat memahami pengertian self endurance serta indikator *self endurance* yaitu:
 - a. Mengerjakan pekerjaan sampai selesai
 - b. Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas
 - c. Bekerja keras pada suatu tugas
2. Siswa dapat mengetahui contoh-contoh orang yang *self endurance* tinggi vs rendah dari masing-masing indikator self endurance
3. Siswa dapat menerapkan masing-masing indikator *self endurance* dalam bidang pribadi

B. Tujuan :

Adapun tujuan layanan ini adalah:

1. Untuk dapat memahami pengertian *self endurance* serta indikator *self endurance* yaitu:
 - a. Mengerjakan pekerjaan sampai selesai

- b. Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas
 - c. Bekerja keras pada suatu tugas
2. Untuk dapat mengetahui contoh-contoh orang yang memiliki minat persusive tinggi dan *self endurance* rendah dari masing-masing indicator self endurance
 3. Untuk dapat menerapkan masing-masing indikator *self endurance* dalam bidang pribadi

C. Materi:

1. Pengertian endurance

***Self endurance* adalah kebutuhan untuk tahan mengatasi rintangan meliputi mengerjakan pekerjaan sampai selesai,berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai selesai,bekerja keras pada suatu tugas (Dharsana, 2014: 1001).**Dari definisi tersebut mengandung 3 indikator yaitu : (1) mengerjakan pekerjaan sampai selesai, (2)berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, (3)bekerja keras pada suatu tugas. Berikut ini dijelaskan indikator-indikator tersebut sebagai berikut:

- 1) mengerjakan pekerjaan sampai selesai adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu bisa mengerjakan pekerjaan,tugas-tugas,dan apapun itu sampai selesai dan mendapatkan hasil yang semaksimal mungkin. Contohnya: konselor, guru, dan dosen.
- 2) berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu tetap berusaha dalam menyelesaikan tugas-tugas dan tidak selalu merasa malas jika mendapatkan tugas-tugas. Contohnya: sales man /girl, manager, direktur, pemuka agama, pedagang, dan pelatih.
- 3) Bekerja keras pada suatu tugas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu mau bekerja keras dengan tugas-tugas

yang di dapatkan dan tidak mudah menyerah. Contohnya: presiden, walikota, gubernur, ketua kelas, bupati, dan guide

Sedangkan menurut ahli lainnya mengenai *self endurance* yaitu menurut Rohadian dalam Kamus Dwibahasa Oxford (1999:208) endurance adalah ketahanan . Definisi tersebut mengandung 1 indikator yaitu: (1) ketahanan aktifitas .

2. Contoh orang-orang yang memiliki minat persusive tinggi dan *self endurance* rendah

Orang yang memiliki *self endurance* tinggi:



Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons. Seorang dosen yang memiliki *self endurance*. Beliau adalah seorang yang mampu bekerja keras, mau berusaha, dan tidak pernah mengeluh



Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S. adalah seorang dosen, ketua jurusan BK sekaligus menjabat sebagai PD I FIP Undiksha. Beliau sering menjadi narasumber dalam seminar dan workshop di dalam kampus maupun di luar kampus.



Gusti Komang Rusmini adalah salah satu siswi yang cukup populer di kelas X IIS 1. Ia mampu bekerja keras, mampu mengerjakan pekerjaan sampai selesai, dan bekerja keras pada suatu tugas



Siswi ini adalah salah satu siswi berprestasi di sekolah. Ia aktif mengikuti organisasi dan juga sering mengikuti olimpiade mata pelajaran tertentu. Ia juga pernah mencalonkan sebagai ketua OSIS. Ia mampu mengerjakan apapun sampai selesai

Ketut Diva Astrawan P. adalah seorang ketua kelas di kelas X IIS 1. ia memiliki self endurance tinggi karena mampu mengerjakan pekerjaan sampai selesai, berusaha mengerjakan pekerjaan sampai selesai, dan bekerja keras pada suatu tugas.

Orang yang memiliki *self endurance* rendah:



Beberapa siswa yang memiliki self endurance rendah, dimana mereka sulit untuk mengerjakan pekerjaan sampai selesai, berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, dan bekerja keras pada suatu tugas

Salah satu siswa yang terkadang kurang focus untuk menerima pelajaran di kelas, ia sering terlihat mengganggu teman yang duduk di sebelahnya. Ia juga sulit untuk memperoleh kepercayaan dari teman di kelas karena kejahilannya.



Balik adalah salah satu siswa yang memiliki self endurance rendah, karena dia sering mengeluh dengan tugas dan tidak mau bekerja keras ketika mendapatkan tugas-tugas dari guru

3. Penerapan self endurance:

Penerapan self endurance dapat dilakukan dengan cara atau teknik *modeling*. Siswa dapat dilatih melakukan standar-standar komunikasi (senyum, sapa, salam, greeting). Dilatih cara komunikasi yang baik, sopan, efektif, dan komunikatif. Penerapan dalam bidang pribadi ini yaitu dengan mengerjakan pekerjaan sampai selesai, berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai selesai, dan bekerja keras pada suatu tugas. Selain itu juga penerapannya dilakukan dengan memberikan sebuah pertunjukan *modeling*, dimana pemilihan tokoh-tokohnya harus disesuaikan dengan kebutuhan *self endurance* siswa yang sudah disesuaikan dengan prosedur dan langkah-langkah *modeling* di bawah yang akan dijabarkan. Setelah dilakukan teknik tersebut dilanjutkan dengan bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan terakhir pada konseling individual. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *self endurance* tersebut ke dalam bidang pribadi.

Adapun data awal dan gejala perilaku yang nampak pada siswa

Tabel 01. Data Awal dari Observasi Gejala *Self endurance* di kelas X-IIS 1

NO	NAMA	GEJALA PERILAKU YANG NAMPAK	KET
1	GMPA	Nampak suka mengerjakan tugas sampai selesai	-
2	GRP	Nampak selalu berjuang keras jika mendapat persoalan yang serius	+
3	GKR	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	+
4	GMAM	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas sekolah	-

5	IGNNTI	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	-
6	KARSD	Nampak selalu antusias dalam ikut pelajaran	-
7	KMPD	Nampak selalu tergesa-gesa mengerjakan tugas sekolah	+
8	KM	Nampak tidak suka berusaha menyelesaikan tugas	+
9	KRA	Nampak selalu bekerja keras dengan tugas yang didapatnya	-
10	KS	Nampak selalu aktif dalam kelas	+
11	KYAP	Nampak tidak mau bekerja keras dengan tugas dari guru yang tidak disukai	+
12	KDAP	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	+
13	KK	Nampak sangat bersemangat mengerjakan tugas	+
14	KMPD	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas	-
15	KTL	Nampak sangat semangat mengikuti pelajaran	+
16	KUAD	Nampak tidak antusias dalam kegiatan pembelajaran	+
17	KW	Nampak aktif dalam diskusi	-
18	LMDSS	Nampak semangat mengikuti pelajaran	+
19	LJP	Nampak senang tidak ikut pelajaran	-
20	LMA	Nampak tidak terlalu semangat belajar	+
21	LPW	Nampak rajin dalam bersekolah	+
22	LTM	Nampak semangat mengikuti pelajaran	-
23	MNS	Nampak malas mengerjakan tugas	-
24	PAH	Nampak tidak suka menunda tugas	+
25	PAMS	Nampak semangat mengerjakan tugas	+
26	PBW	Nampak suka menunda tugas	+
27	NRA	Nampak semangat mengikuti pelajaran	+

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 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, 2014:62-66)

D. Teori Konseling *Modeling*

a. Filosofis

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

2. Proses interaksi sosial dibangun melalui contoh-contoh di masyarakat, keluarga, dan lingkungannya yang baik dan sebaliknya.

3. Prosedur teori konseling kognitif sosial Bandura

Mengandung prosedur-prosedur peningkatan *self endurance* sebagai berikut:

- a) Mengobservasi gejala self endurancesiswa dengan mengamati perilaku siswa di dalam kelas
- b) Mentabulasi gejala self endurancedengan memasukkan data awal observasi siswa ke dalam tabel
- c) Menganalisis gejala self endurancesiswa yang tinggi, sedang dan rendah
- d) Mengidentifikasi gejala self endurancedengan melakukan pengamatan melalui observasi dan wawancara
- e) Melakukan diagnose terhadap self endurancesiswa yang tinggi, sedang dan rendah

- f) Melakukan prognosayaitu menentukan cara untuk meningkatkan *self endurance* dengan teknik sosisodrama
 - g) Melakukan tindakan/*treatments* siswa yang mengalami gejala *self endurance* tinggi, sedang dan rendah dengan teknik *modeling*
4. Langkah-langkah untuk mengetahui *self endurance*
Mengandung langkah-langkah peningkatan *self endurance* sebagai berikut:

PERTEMUAN KE I

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ini
4. Menjelaskan indicator konsep *self endurance*
5. Menjelaskan contoh-contoh orang yang memiliki *self endurance* tinggi vs rendah
6. Menerapkan *self endurance* dalam kehidupan sehari-hari melalui teknik *modeling*
7. Melaksanakan skill open question
8. Menjelaskan cara mengisi buku harian *self endurance*
9. Mewujudkan skor-skor yang diisi pada buku harian *self endurance* dalam grafik harian
10. Mengisi kuesioner *self endurance*
11. Merencanakan pertemuan kedua
12. Terminasi pertemuan pertama

PERTEMUAN KE II:

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ke ini
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian *self endurance*

6. Mewujudkan skor-skor yang diisi pada buku harian *self endurance* dalam grafik mingguan pertama
7. Sharing buku harian *self endurance* antar siswa
8. Merencanakan pertemuan ketiga
9. Terminasi pertemuan kedua

PERTEMUAN KE III:

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ke ini
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian *self endurance*
6. Mewujudkan skor-skor yang diisi pada buku harian *self endurance* dalam grafik mingguan kedua dan ketiga
7. Mewujudkan *self endurance* di dalam kelas
8. Sharing buku harian *self endurance* antar siswa (bentuk kelompok diskusi)
9. Merencanakan pertemuan ke empat
10. 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 endurance*
6. Mewujudkan skor-skor yang diisi pada buku harian *self endurance* dalam grafik mingguan keempat dan grafik bulanan
7. Sharing buku harian *self endurance* antar siswa
8. Rekomendasi untuk menuju ke Bimbingan Kelompok
9. Terminasi pertemuan keempat

E. Teknik Konseling *Modeling*

a. Pengertian Teknik *Modeling*

Modeling Modeling merupakan salah satu teknik konseling yang dikembangkan oleh Albert Bandura yang berakar dari teori belajar (*social learning*). Menurut Bandura (dalam Mochamad Nursalim, 2013:121) menyatakan bahwa yang dimaksud *modeling* adalah suatu teknik dalam konseling yang menggunakan proses belajar melalui pengamatan model dan perubahan perilaku yang terjadi karena peniruan.

b. Prosedur Melakukan Teknik *Modeling*

Untuk dapat melakukan hal itu dilanjutkan melalui prosedur sebagai berikut:

- 1) Menyebarkan lembaran tes self endurance
- 2) Menganalisis hasil tes self endurance
- 3) Menyebarkan lembaran kuesioner self endurance
- 4) menganalisis hasil kuesioner self endurance
- 5) Menulis dan menyajikan RPBK serta melakukan pelatihan-pelatihan *modeling* dengan melatih self endurance
- 6) Menyaksikan tampilan *modeling*

c. Langkah-langkah Teknik Konseling *Modeling* :

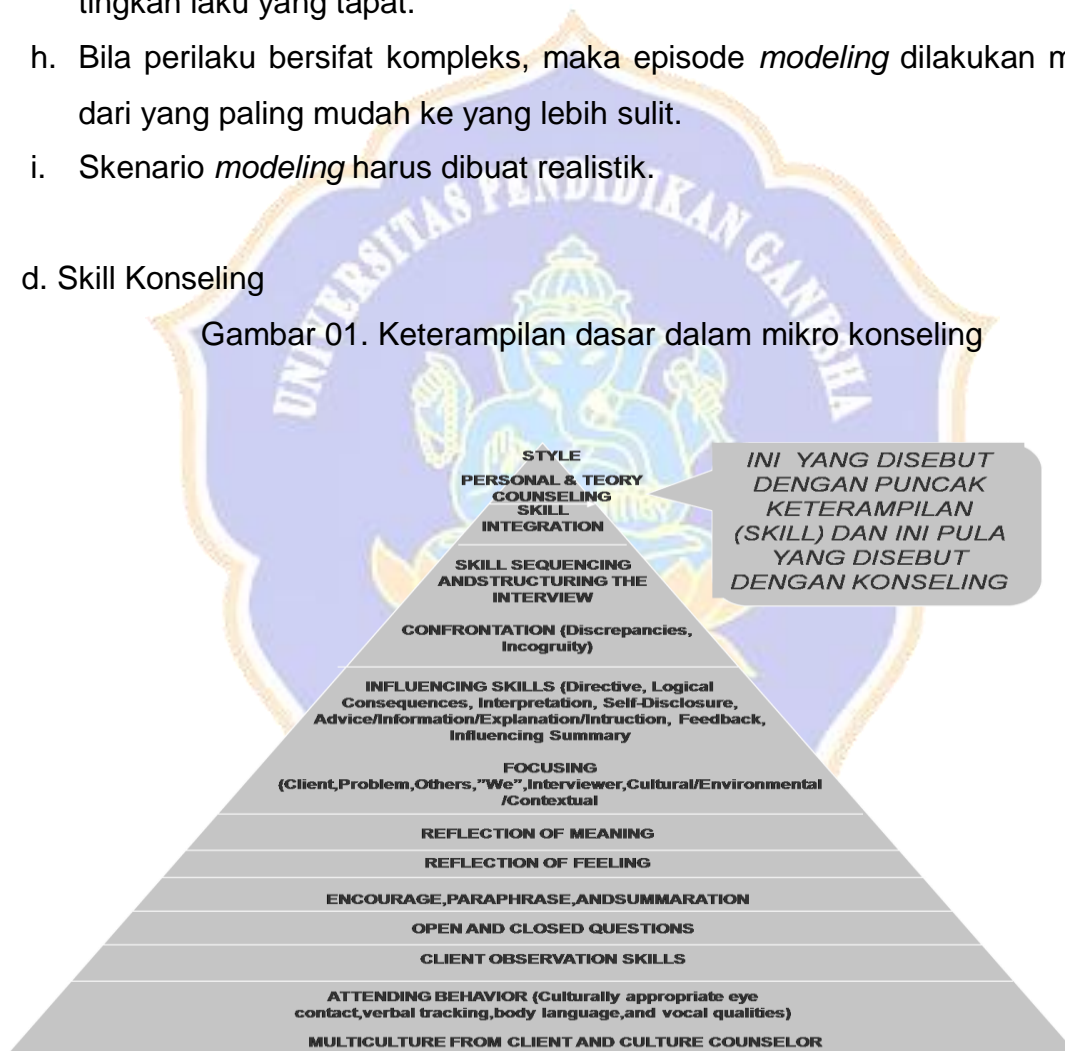
Menurut Gantina Komalasari dkk, (2011:179) langkah-langkah proses *modeling* dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- a. Menetapkan bentuk penokohan (*live model, symbolic model, multiple model*)
- b. Pada *live model*, pilih model yang bersahabat atau teman sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti usia, status ekonomi, dan penampilan fisik.
- c. Bila mungkin gunakan lebih dari satu model.
- d. Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli.

- e. Kombinasikan *modeling* dengan aturan, instruksi, behavioral rehearsal, dan penguatan.
- f. Pada saat konseli memperhatikan penampilan tokoh berikan penguatan alamiah.
- g. Bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila tidak makubuat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap peniruan tingkah laku yang tepat.
- h. Bila perilaku bersifat kompleks, maka episode *modeling* dilakukan mulai dari yang paling mudah ke yang lebih sulit.
- i. Skenario *modeling* harus dibuat realistik.

d. Skill Konseling

Gambar 01. Keterampilan dasar dalam mikro konseling



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

1. *Multiculture from client and culture counselor* adalah kemampuan konselor memahami kebudayaan–kebudayaan konseli dalam proses konseling. Contoh : menanyakan sesuatu yang khas di daerah konseli.
2. *Attending behavioral* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan gerak-gerik konseling dalam proses konseling. contohnya : anggukan kepala, senyum dimana *attending behavioral* yang terdiri dari :
 - a. *Eye contact* 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. *Client observation skill* adalah kemampuan konselor mengobservasi klien dalam proses konseling.
4. *Open and close Question* adalah kemampuan konselor dalam membuat pertanyaan terbuka dan tertutup dalam proses konseling. Contoh pertanyaan terbuka mengapa adik cari jurusan IPS ? Coba jelaskan apa alasannya! Contoh pertanyaan tertutup apakah adik mengerti dengan apa yang ibu sampaikan?
5.
 - a. *Encourage* adalah kemampuan konselor mendorong, membesarkan hati, mengorbankan semangat konseli dalam proses konseling Contohnya : “ya.... pak yakin kamu pasti bisa.
 - b. *Paraphrase* adalah kemampuan konselor menafsirkan dan mengartikan apa yang telah di sampaikan dalam proses konseling

c. *Summaration* adalah kemampuan konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menyimpulkan pembicaraan yang telah dilakukan dalam proses konseling

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

10. *Confrontation* adalah kemampuan konselor memperhatikan konseli dalam proses konseling yang terdiri dari :
 - a. *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:

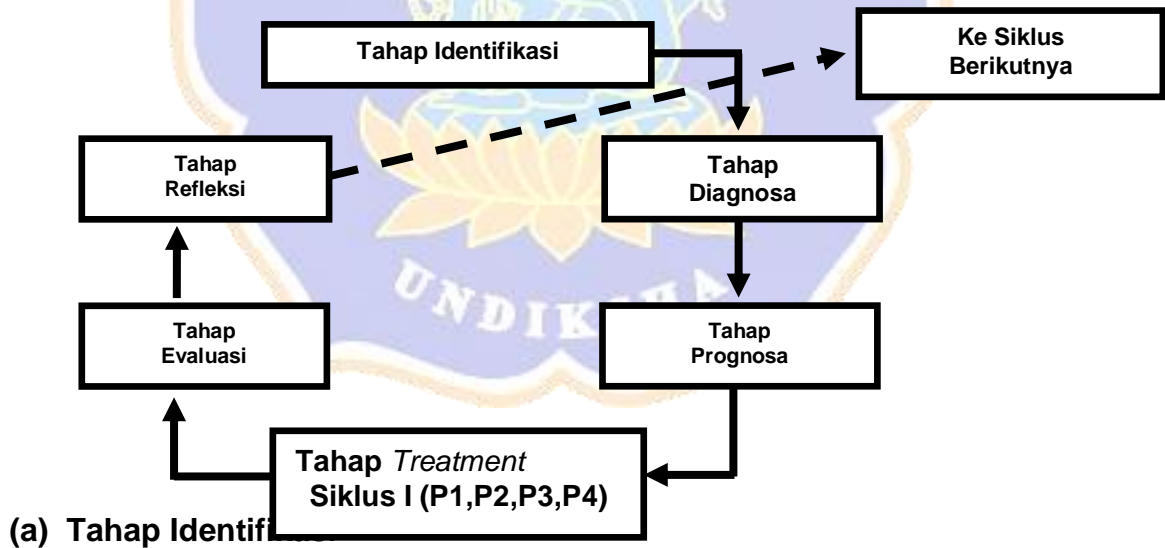
- a. Kontak Mata (melihat konseli pada saat di berbicara pada konseli begitu pula sebaliknya)
2. Ekspresi wajah (Tenang, ceria dan tersenyum)
3. Sapaan
4. Salam/jabat tangan
5. Kualitas Suara (ehem, iya)
6. Anggukan (body language)
7. Posisi Tubuh (agak condong kearah konseli, jarak antara konselor dengan 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
 - 1) Observasi
 - 2) Wawancara
 - 3) Penyebaran tes self endurance
- b. Persiapan media
- c. Persiapan kelompok *modeling*
- d. Persiapan pementasan *modeling*
- e. Penyajian
- f. Penyebaran kuesioner
- g. Pelatihan pengisian buku harian
- h. Mengisi buku harian



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

an dengan data
dalam:

- a. Menyusun dan mempersiapkan pedoman observasi yang akan digunakan untuk memantau pelaksanaan dan hasil tindakan (lampiran).
- b. Menyiapkan alat pemantau berupa kuesioner dan monitoring dengan buku harian untuk menentukan siswa yang memiliki self endurance 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 endurance* 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 self endurance melalui bimbingan klasikal, b) memberikan contoh-contoh orang yang memiliki self endurance melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu, c) menerapkan konseling kognitif sosial dengan teknik *modeling*.

(d) Tahap Treatment

Treatment bertujuan untuk membantu siswa yang memiliki *self endurance* 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 endurance* siswa.

2. Prosedur :

1. Apersepsi

Ucapan Salam :

Selamat pagi anak-anak.

Om Swastyastu, Assalamualaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengantes minat yang pernah kalian kerjakan kemarin, maka perlu bapak/ibu memberikan pengertian mengenai self endurance. Apakah kalian sudah tahu apa itu self endurance? Kalau belum ibu akan jelaskan apa sebenarnya endurance itu.

2. Inti

Self endurance adalah kebuuhan untuk tahan mengatasi rintangan meliputi mengerjakan pekerjaan sampai selesai, berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, dan bekerja keras pada suatu tugas (Dharsana, 2014: 1001). Dari definisi tersebut mengandung 3 indikator yaitu : (1) mengerjakan pekerjaan sampai selesai, (2) berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, (3) bekerja keras pada suatu.

- 1) mengerjakan pekerjaan sampai selesai adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu bisa mengerjakan pekerjaan, tugas-tugas, dan apapun itu sampai selesai dan mendapatkan hasil yang semaksimal mungkin. Contohnya: konselor, guru, dan dosen.
- 2) berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu tetap berusaha

dalam menyelesaikan tugas-tugas dan tidak selalu merasa malas jika mendapatkan tugas-tugas. Contohnya: sales man /girl, manager, direktur, pemuka agama, pedagang, dan pelatih.

3) Bekerja keras pada suatu tugas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu mau bekerja keras dengan tugas-tugas yang di dapatkan dan tidak mudah menyerah. Contohnya: presiden, walikota, gubernur, ketua kelas, bupati, dan guid

Contoh orang-orang yang memiliki minat persusive tinggi dan *self endurance* rendah

Orang yang memiliki *self endurance* tinggi:

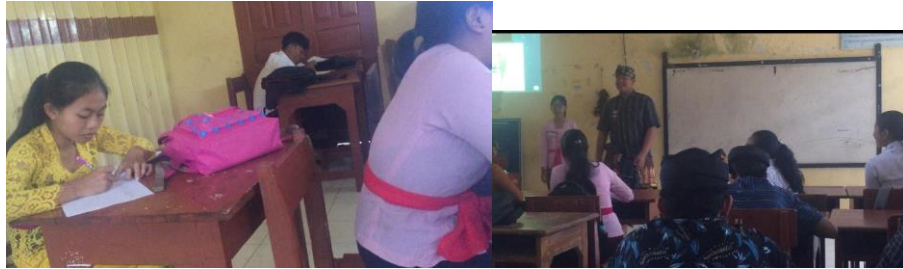


Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons, Seorang dosen yang memiliki self endurance tinggi. Beliau adalah seorang yang mampu mengerjakan sesuatu dengan semangat, dan selalu berusaha keras untuk mengerjakan tugasnya dan tidak pernah mengeluh.

Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S. adalah seorang dosen, ketua jurusan BK sekaligus menjabat sebagai PD I FIP Undiksha. Beliau sering menjadi narasumber dalam seminar dan workshop di dalam kampus maupun di luar kampus. Beliau selalu mampu mengerjakan pekerjaan sampai selesai.



Gusti Komang Rusmini adalah salah satu siswi yang cukup populer di kelas X IIS 1. Ia mampu untuk mendekati dan mempengaruhi temannya di kelas agar mau tetap berusaha keras dengan semua tugas-tugas yang didapatkan di kelas. Ia sangat aktif di dalam kelas untuk mengemukakan pendapat, setiap pendapat yang disampaikan mudah untuk diterima teman-temannya sehingga mereka semangat dan mau berusaha.



Siswi ini adalah salah satu siswi berprestasi di sekolah. Ia aktif mengikuti organisasi dan juga sering mengikuti olimpiade mata pelajaran tertentu. Ia juga pernah mencalonkan sebagai ketua OSIS. Ia mampu mengerjakan apapun sampai selesai

Ketut Diva Astrawan P. adalah seorang ketua kelas di kelas X IIS 1. ia memiliki self endurance tinggi karena mampu mengerjakan pekerjaan sampai selesai, berusaha mengerjakan pekerjaan sampai selesai, dan bekerja keras pada suatu tugas

Orang yang memiliki *self endurance* rendah:



Beberapa siswa yang memiliki self endurance rendah, karena mereka tidak mau berusaha menyelesaikan tugasnya dengan baik, dan selalu mengeluh

Salah satu siswa yang terkadang kurang fokus untuk menerima pelajaran di kelas, ia sering terlihat mengganggu teman yang duduk di sebelahnya. Ia juga tidak pernah bersemangat dan selalu mengeluh



Balik adalah salah satu siswa yang sulit untuk bisa menyelesaikan tugasnya dengan baik dan selalu mengeluh dalam mengerjakan tugas di kelas.

Penerapan *self endurance* dapat dilakukan dengan cara atau teknik *modeling*. Siswa dapat dilatih melakukan standar-standar komunikasi (senyum, sapa, salam, greeting). Dilatih cara komunikasi yang baik, sopan, efektif, dan komunikatif. Penerapan dalam bidang pribadi ini yaitu mempengaruhi pada salah satu individu untuk mendapatkan kepercayaan serta dapat membujuk orang tersebut, misalkan saja siswa mendapatkan tugas yang sangat banyak dan sulit kemudian dia mampu untuk mengerjakan tugasnya itu. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *self endurance* tersebut ke dalam bidang pribadi.

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

a. Daftar nama siswa

Tabel 02. Daftar Nama Siswa Kelas X-IIS 1

NO	NAMA	CATATAN PERILAKU
1	Gede Mudita Puja Astawa	
2	Gede Riski Pranata	
3	Gusti Komang Rusmini	
4	Gusti Made Ayu Mariani	
5	I Gusti Ngurah Nyoman Trisna Indrawan	
6	Kadek Ayu Ria Shanti Devi	
7	Kadek Mas Padma Dewi	

8	Kadek Mudana	
9	Kadek Restu Ardika	
10	Kadek Supriadi	
11	Kadek Yuni Adnyani Putri	
12	Ketut Diva Astrawan Putra	
13	Ketut Krisnawati	
14	Komang Mas Puspa Dewi	
15	Komang Tri Lasmini	
16	Komang Urip Arta Darma	
17	Krisnawati	
18	Lucia Maria Dos Santos Salsinha	
19	Luh Meli Andani	
20	Luh Putu Wulantari	
21	Luh Tudian Maharani	
22	Muhammad Nikko Syaputra	
23	Putu Agus Hendrawan	
24	Putu Ayu Merta Sari	
25	Putu Balik Widiastana	
26	Nyoman Robi Aria Pratama	

b. Dialog Bimbingan Klasikal

Tabel 03. Dialog Bimbingan Klasikal

No	Materi RPBK-KI	Pengamatan
1	Pengertian Self endurance adalah kebutuhan untuk mengatasi rintangan, meliputi mengerjakan pekerjaan sampai selesai, berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, bekerja keras pada suatu tugas (Dharsana, 2014: 1001).	Tingkah laku Agus gugup, cemas, menunduk saat guru menjelaskan di depan kelas. Selalu mengeluh ketika mendapat tugas Tingkah laku Adhi masih kurang percaya diri,

<p>2</p> <p>3.</p>	<p>Orang yang memiliki <i>self endurance</i> tinggi: Dalam lingkup kelas, orang-orang yang memiliki <i>self endurance</i> adalah yang memimpin kelas (Korti, Ketua kelas). Dalam lingkup pemerintahan, orang-orang yang memiliki <i>self endurance</i> diantaranya adalah Bupati Buleleng (PAS), Gubernur Bali (MP), Presiden RI (Jokowidodo), Menteri Kelautan dan Perikanan (SP), Menteri UKM dan Koperasi (PY). Dalam lingkup sebuah pekerjaan, orang-orang yang memiliki <i>self endurance</i> yaitu seorang direktur, manager, sales man/girl, guru, pedagang, dll.</p> <p>Penerapan <i>self endurance</i> dapat dilakukan dengan cara atau teknik <i>modeling</i>. Siswa dapat dilatih melakukan standar-standar komunikasi (senyum, sapa, salam, greeting). Dilatih cara komunikasi yang baik, sopan, efektif, dan komunikatif.</p>	<p>selalu gugup. Tingkah laku yang tidak berani mengajak teman – teman untuk belajar bersama</p>
	<p>Pertanyaan terbuka Bisakah kalian menceritakan kembali mengenai materi yang ibu sampaikan tadi?</p>	<p>Sesi diskusi Bisa ibu, namun ada yang mengganjal di pikiran saya, saya ingin bertanya ibu bagaimana caranya supaya kita bisa mengajak teman-teman untuk belajar bersama? Jawab: Jadi seperti ini Ayu, kamu harus bisa meyakinkan temanmu agar kamu bisa dipercaya oleh temanmu, kamu harus terapkan <i>self endurance</i> ini pada dirimu agar kamu bisa meyakinkan orang lain dengan apa yang kamu katakan kepada mereka, apakah kamu paham penjelasan saya?</p>

c. Menerapkan teknik *modeling* dan menerapkan teknik konseling yaitu teknik konseling *modeling* :

1. Melatih peran-peran *modeling* dalam *self endurance*
2. Menyajikan hasil olah data dalam bentuk model
3. Menyaksikan *modeling*
4. Menjawab kuesioner
5. Penugasan
 - a) Berlatih melakukan standar-standar *self endurance* yang baik seperti yang anda saksikan yang diperagakan oleh model itu.
Contoh : melakukan diskusi, membujuk orang, memperoleh kepercayaan orang lain, dan mempengaruhi orang banyak.

b) Berlatih mengisi buku harian

6. Mengisi, menulis buku harian dalam self endurance

3. Penutup

Demikian pemahaman, contoh-contoh dan penerapan *self endurance* dalam bidang pribadi. Kita akan bertemu minggu depan pada pertemuan ke II dan ibu akan mengevaluasi buku harian dan grafik yang kalian kerjakan.

Semoga dari apa yang ibu sampaikan tadi dapat bermanfaat bagi anak-anak untuk lebih memahami tentang hasil tes minat yang telah kalian kerjakan. Akhir kata, ibu mengucapkan terimakasih atas perhatian dan partisipasinya.

Ucapan paramasanthi, Wassalamualaikum Wr. Wb.

Ucapan terimakasih.

Tabel 04. Skor Kriteria Self endurance

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

Penugasan

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

Chulsum, Umi dan Windy Nova. 2006. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Surabaya: Yoshiko Press.

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. 2009. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

H. Media dan Alat

- 1) Media : Bermain peran *modeling*, Kuesioner, Buku Harian
- 2) Alat : Laptop, LCD, Buku

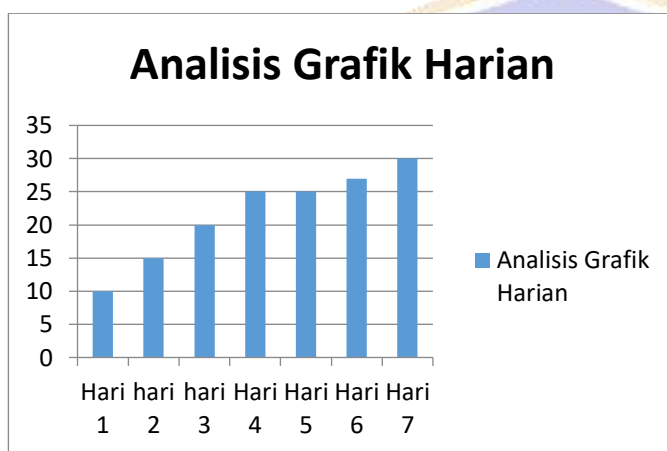
I. Buku Harian Self endurance

Tabel 05. Buku Harian Self endurance

No.	Hari/tanggal	Situasi	Mengerjakan pekerjaan sampai selesai	Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas	Bekerja keras pada suatu tugas	Kriteria pencapaian 0-100
1.	Senin/ 01Apr 2015 Jam. 7.30-13.00	Belajar di kelas interaksi dengan teman	A: yanti, kamu sibuk tidak sekarang? B: tidak, ada apa Ulan?	A: Saya ingin meminta tolong untuk mengajarku matematika. B: Saya juga kurang faham semua materi itu siska.	A: Hanya pitagoras saja Yanti, kamu pasti bisa. Kamukan cukup pandai pelajaran matematika. B: Ya, baiklah saya coba ya.	10
2.	Senin/ 01 Apr 2015 Jam. 13.00-15.00	Interaksi di kost	A: eva, nanti sore kita jalan-jalan ke Hardys yuk? B: Memangnya mau beli apa mbak?	A: Bantu saya untuk mencari baju Bali yang mau saya bawa pulang kampung. B: Jangan beli di Hardys, disana mahal-mahal mbak.	A: Tapi bahannya pasti baguskan eva. Walaupun mahal tidak masalah yang penting bahannya bagus. B: Ya sudah, nanti saya jemput ke kost ya.	20

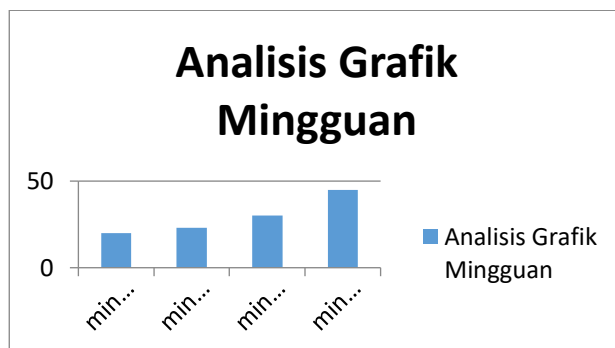
3.	Senin/ 01Apr 2015 Jam. 17.00- 18.00	Interaksi di kostdenga n teman kost	A: Kak, saya boleh minta tolong tidak sekali saja! Saya benar-benar butuh bantuan kakak. B: Bantuan apa siska?	A: Saya menghilangkan uang SPP sebesar Rp. 200.000 kak, tapi saya takut mau memberi tahu ayah kalau boleh saya pinjam uang kakak. B: Kakak tidak punya uang sebanyak itu dik.	A: Saya janji akan ganti dengan uang jajan saya kalau sudah terkumpul kak. Kakakkan pasti punya tabungan. B: Tabungannya sudah habis untuk membeli buku. Kamu beri tahu ayah saja agar tidak menjadi masalah lagi. Kakak benar-benar tidak punya uang.	15
----	--	--	---	---	---	----

Grafik 01. Grafik Harian



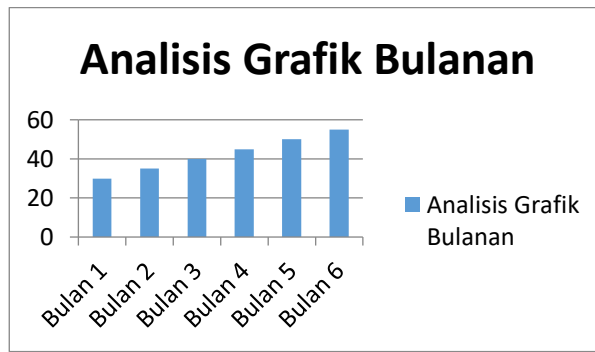
$$N = \frac{H1+H2+H3+H4+H5+H6+H7}{7}$$

Grafik 02. Grafik Mingguan



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

Grafik 03. Grafik Bulanan



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

J. Penyusunan Instrumen

1. Definisi Konsep

a. Pengertian self endurance

Self endurance Self endurance adalah kebuuhan untuk tahan mengatasi rintangan meliputi mengerjakan pekerjaan sampai selesai,berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas,dan bekerja keras pada suatu tugas (Dharsana, 2014: 1001). Dari definisi tersebut mengandung 3 indikator yaitu : (1) mengerjakan pekerjaan sampai selesai, (2) berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, (3) bekerja keras pada suatu.

- 1) Mengerjakan pekerjaan sampai selesai adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu bisa mengerjakan pekerjaan,tugas-tugas,dan apapun itu sampai selesai dan mendapatkan hasil yang semaksimal mungkin. Contohnya: konselor, guru, dan dosen.

2) Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas adalah keberibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu tetap berusaha dalam menyelesaikan tugas-tugas dan tidak selalu merasa malas jika mendapatkan tugas-tugas. Contohnya: sales man /girl, manager, direktur, pemuka agama, pedagang, dan pelatih.

3) Bekerja keras pada suatu tugas adalah keberibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu mau bekerja keras dengan tugas-tugas yang di dapatkan dan tidak mudah menyerah. Contohnya: presiden, walikota, gubernur, ketua kelas, bupati, dan guid

Sedangkan menurut ahli lainnya mengenai *self endurance* yaitu menurut Rohadian dalam Kamus Dwibahasa Oxford (1999:208) *endurance* adalah ketahanan. Definisi tersebut mengandung 1 indikator yaitu: (1)kebutuhan untuk mengatasi rintangan.

b. Contoh orang-orang yang memiliki minat persusive tinggi dan *self endurance* rendah

Orang yang memiliki *self endurance* tinggi:

Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons; Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S; I Dewa Agung Permana P.; Ulan Sari; Yani Aryaswari.

Orang yang memiliki *self endurance* rendah:

Seseorang yang jarang bekerja,suka malas,sering mengeluh bergaul dengan orang lain, sulit untuk memperoleh kepercayaan dari orang lain, dan juga orang yang tidak mampu memengaruhi orang lain.

c. Penerapan *self endurance*:

Penerapan *self endurance* dapat dilakukan dengan cara atau teknik *modeling*. Siswa dapat dilatih melakukan standar-standar komunikasi (senyum, sapa, salam, greatting). Dilatih cara komunikasi yang baik, sopan, efektif, dan komunikatif. Penerapan dalam bidang pribadi ini yaitu mempengaruhi pada salah satu untuk mau selalu berusaha untuk menyelesaikan tugasnya serta dapat membujuk orang tersebut, misalkan saja siswa A mendapatkan tugas yang sangat sulit dari

dosennya, maka siswa A harus mau mengerjakan tugasnya itu dengan baik dan sampai Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *self endurance* tersebut ke dalam bidang pribadi.

2. Definisi Operational

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

a. Pedoman Observasi

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

Tabel 06. Pedoman observasi siswa dalam pelaksanaan tindakan bimbingan konseling

Aspek	Indikator	Tampak	Tidak Tampak
Self endurance	1) Mengerjakan pekerjaan sampai selesai		
	2) Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas		
	3) Bekerja keras pada suatu tugas		

Tabel 07. Hasil Pengamatan Observasi *Self endurance* di Kelas X-IIS 1

NO	NAMA	OBSERVASI SELF ENDURANCE	KET
1	GMPA	Nampak suka mengerjakan tugas sampai selesai	+
2	GRP	Nampak selalu berjuang keras jika mendapat persoalan yang serius	+
3	GKR	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	-
4	GMAM	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas sekolah	-
5	IGNNTI	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	-
6	KARSD	Nampak selalu antusias dalam ikut pelajaran	+
7	KMPD	Nampak selalu tergesa-gesa mengerjakan tugas sekolah	-
8	KM	Nampak tidak suka berusaha menyelesaikan tugas	+
9	KRA	Nampak selalu bekerja keras dengan tugas yang didapatnya	-
10	KS	Nampak selalu aktif dalam kelas	+
11	KYAP	Nampak tidak mau bekerja keras dengan tugas dari guru yang tidak disukai	+
12	KDAP	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	+
13	KK	Nampak sangat bersemangat mengerjakan tugas	+
14	KMPD	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas	-
15	KTL	Nampak sangat semangat mengikuti pelajaran	+

16	KUAD	Nampak tidak antusias dalam kegiatan pembelajaran	+
17	KW	Nampak aktif dalam diskusi	-
18	LMDSS	Nampak semangat mengikuti pelajaran	+
19	LJP	Nampak senang tidak ikut pelajaran	-
20	LMA	Nampak tidak terlalu semangat belajar	+
21	LPW	Nampak rajin dalam bersekolah	+
22	LTM	Nampak semangat mengikuti pelajaran	-
23	MNS	Nampak malas mengerjakan tugas	-
24	PAH	Nampak tidak suka menunda tugas	+
25	PAMS	Nampak semangat mengerjakan tugas	+
26	PBW	Nampak suka menunda tugas	+
27	NRA	Nampak semangat mengikuti pelajaran	+

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 endurance

Pertanyaan	Jawaban Siswa	Keterangan
Coba kamu ulangi pengertian dari self endurance yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, self endurance adalah kebutuhan untuk tahan mengatasi rintangan	Siswa sudah udah paham tentang pengertian self endurance
	Saya masih bingung bu belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian self endurance
Coba sebutkan indikator-indikator dari self endurance!	Indikator dari <i>self endurance</i> adalah: 1. mengerjakan pekerjaan sampai selesai 2. berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas 3. bekerja keras pada suatu tugas	Siswa sudah udah paham
	Saya lupa bu, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator <i>self endurance</i>

Siapa yang tau dan dapat menyebutkan contoh-contoh dari orang yang memiliki <i>self endurance</i> tinggi dan rendah misalkan di dalam kelas?	Saya bu, contoh orang yang memiliki <i>self endurance</i> yang tinggi adalah ketua kelas, kepala sekolah, pak dosen, pak bupati, pak gubernur, pak presiden dan menteri Kemudian orang yang memiliki <i>self endurance</i> rendah 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 endurance</i>
	Saya tidak tau bu	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki <i>self endurance</i>

3. Tabel Kisi-kisi Instrumenself endurance

Tabel 09. Kisi-kisi Instrumen

No	Nama Variabel	Indikator	Jumlah	No. Butir	
				+	-
1.	Self endurance	Mengerjakan pekerjaan sampai selesai	10	1, 3, 5, 7, 9	2, 4, 6, 8, 10
2.		Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas	10	11, 13, 15, 17, 19	12, 14, 16, 18, 20
3.		Bekerja keras pada suatu tugas	10	21, 23, 25, 27, 29	22, 24, 26, 28, 30
Jumlah			30	15	15

Tabel 10. Standar Kriteria Self endurance

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

Rumus:

Skor Ideal = jumlah item x skor maksimal

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

4. Instrumen Kuesioner

Kuesioner Self endurance

1. Identitas Responden:

Nama :
Kelas :
Sekolah :
Hari/ Tanggal :

2. Petunjuk

Berikut ini disajikan beberapa pernyataan tentang self endurance. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban dengan memberi tanda cek (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan. Jawaban Anda tidak ada yang benar dan tidak ada yang salah, oleh karena itu dimohonkan agar mengisi sesuai dengan keadaan Anda yang sebenarnya.

Alternatif Jawaban:

- ST** = Jika Anda merasa **Sangat Tinggi** dengan pernyataan.
- T** = Jika Anda merasa **Tinggi** dengan pernyataan.
- K** = Jika Anda merasa **Kurang** dengan pernyataan.
- R** = Jika Anda merasa **Rendah** dengan pernyataan.
- RS** = Jika Anda merasa **Rendah Sekali** dengan pernyataan.

No.	Pernyataan	ST	T	K	R	RS
1.	Saya tidak suka menyelesaikan pekerjaan sampai selesai					
2.	Tugas yang diberikan oleh dosen saya kerjakan denga segera					
3.	Saya malas mengerjakan tugas yang sulit,dan saya akan mengandalkan teman					

4.	Saya sadar bahwa kewajiban saya adalah konsentrasi belajar dan berusaha					
5.	Saya tidak suka membantu teman yang sedang kesulitan					
6.	Saya selalu semangat dalam mengerjakan apapun					
7.	Saya selalu optimis dengan semua yang saya lakukan					
8.	Saya tidak pernah berniat untuk mengerjakan tugas sendiri					
9.	Saya merasa senang bila ada dosen yang aktif dan mau bertanya sama saya.					
10.	Saya tidak suka mengerjakan tugas .					
11.	Setiap pekerjaan yang saya kerjakan saya lakukan dengan senang hati					
12.	Saya lebih suka mengerjakan tugas dengan tepat waktu					
13.	Saya tidak pernah suka menulis,jadi kalau ada tugas menulis saya suruh orang lain					
14.	Saya akan sangat kecewa jika ada teman saya yang datang terlambat.					
15.	Saya akan merasa senang bila melihat teman rajin mengerjakan tugas					
16.	Saya merasa senang mengerjakan tugas dengan cepat					
17.	Saya merasa bahwa saya harus bisa menyelesaikan tugas itu dengan baik.					
18.	Saya merasa menunda tugas itu adalah biasa					
19.	Saya merasa bahwa kalau menunda tugas akan merugikan					
20.	Saya merasa bahagia bila ada yang mau mengerjakan tugas saya					
21.	Saya merasa risih bila ada tugas yang banyak.					
22.	Bila ada tugas,saya kerjakan yang mudah-mudah saja					
23.	Saya suka meminjam pekerjaan teman.					
24.	Saya lebih suka berusaha terlebih dahulu untuk tugas yang saya dapatkan					
25.	Saya merasakan kebingungan dengan adanya tugas yang banyak dan saya malas mengerjakan					
26.	Saya merasa optimis dengan tugas yang saya kerjakan.					
27.	Saya merasa sangat malas mengikuti kuliah					
28.	Saya merasa semangat kuliah.					
29.	Saya sering menunda tugas .					
30.	Saya selalu datang lebih awal ketika kuliah					

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 endurance* seperti contoh di atas.
2. Mulai mengisi buku harian sesuai dengan tanggal dan situasi saat menulis buku harian *self endurance*, kemudian tulis kegiatan/ perilaku saat situasi tersebut sesuai dengan indikator *self endurance* 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.

Latihan penyajian *modeling*:

a) Pembukaan (10 menit)

Konselor menyampaikan pengantar, tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan, dan memberikan motivasi kepada para siswa mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan sehingga kegiatan dapat berjalan secara maksimal. Pada awalnya konselor membagi kelompok ke dalam empat bagian. Kemudian konselor menyampaikan satu jenis masalah yang sudah diuraikan dalam bentuk garis besar cerita, yang mewakili lima langkah alur pengembangan di atas. Siswa diharapkan dapat mempraktekkan keseluruhan adegan yang sudah disiapkan dan diatur dari lima alur tersebut menjadi lima rincian adegan.

b) Kegiatan Inti (20 menit)

Kelompok yang akan drama diberikan kesempatan untuk mempersiapkan diri di luar tempat penyajian *modeling*. Disamping itu konselor menjelaskan kepada siswa yang bertugas menjadi penonton untuk mengobservasi jalannya permainan *modeling* dengan memberikan lembar observasi sebagai panduan dalam mengobservasi jalannya *modeling* dan sebagai bahan diskusi dan evaluasi. Salah satu pemain dari kelompok yang bertugas menjadi pemain membacakan tokoh-tokoh yang akan berperan serta karakternya. Kemudian kelompok pemain memulai *modeling*. Masing-masing pemain memerankan perannya berdasarkan imajinasinya tentang peran yang dimainkannya. Pemain diharapkan dapat

memperagakan konflik, mengekpresikan perasaan, dan memperagakan sikap-sikap tertentu sesuai dengan peranan yang dimainkan.

c) Penutupan (15 menit)

Setelah selesai *modeling* dilaksanakan, konselor menutup *modeling* dan memberikan motivasi atau reward secara lisan, kemudian mengkondisikan siswa untuk ke tahap berikutnya yaitu diskusi. Tujuannya adalah untuk pemantapan siswa pada hasil belajarnya. Pertanyaan-pertanyaan di bawah ini mengacu pada lembar observasi yang telah dibagikan konselor pada siswa-siswa yang bertugas sebagai observer

d) Evaluasi (15 menit)

Setelah selesai permainan diadakan diskusi mengenai pelaksanaan permainan berdasarkan hasil observasi dan tanggapan-tanggapan penonton ataupun tanggapan dari para pemain. Pertanyaan-pertanyaan dalam evaluasi dan diskusi untuk topik ini adalah sebagai berikut:

Bagaimana perasaan anda ketika menonton *modeling* ini ?

Bagaimana tahap dalam pelaksanaan *modeling*, apakah sudah meliputi dari 5 tahap yaitu eksposisi, konflik, komplikasi, klimaks dan solusi ?

Apakah semua tokoh dalam permainan *modeling* sudah sesuai dengan karakter yang telah ditentukan?

Menurut anda bagaimana solusi yang dimunculkan dalam pelaksanaan *modeling*? Kemukakan pendapat anda.

Menurut anda tingkah laku mana yang perlu ditiru dan tidak perlu ditiru, mengapa?

6. Pedoman singkat guru BK

1. Mempersiapkan RPBKself endurance
2. Mempersiapkan pedoman observasi
3. Mempersiapkan pedoman wawancara
4. Mempersiapkan buku harianself endurance
5. Mempersiapkan instrumen self endurance
6. Mempersiapkan media

7. Rekomendasi/Refleksi

Setelah diberikan bimbingan klasikal kepada 37 orang siswa dan diukur dengan kuesioner *self endurance* ditemukan 10 orang memiliki *self endurance* sangat tinggi, 13 orang memiliki *self*

endurance tinggi. Sisanya sebanyak 14 orang berada pada kategori sedang, rendah, dan rendah sekali sehingga penting untuk diperhatikan mengikuti bimbingan kelompok dalam rangka meningkatkan *self endurance* dalam proses bimbingan kelompok. Selanjutnya disajikan data-data sebagai berikut.

Tabel 11. Data Hasil Bimbingan Klasikal *Self endurance* pada Siswa Kelas X-IIS 1

NO	NAMA	SKOR	KATEGORI
1	Gede Mudita Puja Astawa	101	Sangat Tinggi
2	Gede Riski Pranata	92	Sangat Tinggi
3	Gusti Komang Rusmini	101	Sangat Tinggi
4	Gusti Made Ayu Mariani	85	Sangat Tinggi
5	I Gusti Ngurah Nyoman Trisna Indrawan	92	Sangat Tinggi
6	Kadek Ayu Ria Shanti Devi	94	Sangat Tinggi
7	Kadek Mas Padma Dewi	43	Rendah
8	Kadek Mudana	97	Sangat Tinggi
9	Kadek Restu Ardika	93	Sangat Tinggi
10	Kadek Supriadi	96	Sangat Tinggi
11	Kadek Yuni Adnyani Putri	95	Sangat Tinggi
12	Ketut Diva Astrawan Putra	92	Sangat Tinggi
13	Ketut Krisnawati	86	Sangat Tinggi
14	Komang Mas Puspa Dewi	100	Sangat Tinggi
15	Komang Tri Lasmini	86	Sangat Tinggi
16	Komang Urip Artta Darma	24	Rendah
17	Krisnawati	93	Sangat Tinggi
18	Lucia Maria Dos Santos Salsinha	102	Sangat Tinggi
19	Luh Meli Andani	88	Sangat Tinggi

20	Luh Putu Wulantari	106	Sangat Tinggi
21	Luh Tudian Maharani	97	Sangat Tinggi
22	Muhammad Nikko Syaputra	96	Sangat Tinggi
23	Putu Agus Hendrawan	35	Rendah
24	Putu Ayu Merta Sari	107	Sangat Tinggi
25	Putu Balik Widiastana	89	Sangat Tinggi
26	Nyoman Robi Aria Pratama	101	Sangat Tinggi
JUMLAH		ST=23	
		T=0	
		K=0	
		R=3	
		RS=0	



LAMPIRAN 18. RPBK BIMBINGAN KELOMPOK

RPBK

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

SETTING BIMBINGAN KELOMPOK

PENGEMBANGAN SELF ENDURANCE



OLEH:

Ni Made Inggit Gita Yunidar

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

2020

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

A. IDENTITAS

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK	: Ni Made Inggit Gita Yunidar
NIM/NIP	: 1511011011
Semester/Kelas	: 8/A
Program Studi	: Bimbingan Konseling
Email	: nimadeinggitgy@gmail.com
Setting	: Bimbingan Kelompok
Jenis Layanan	: Orientasi
Bidang Layanan	: Pribadi
Kelas	: X IIS 1

Sekolah
Matkul

: SMA N 1 SUKASADA
:PPL Real, Internship, Riset

Singaraja,08 Desember 2019
Makons,

Ni Made Inggit Gita Yunidar
NIM. 1511011011

Guru Pamong

Dosen Pembimbing,

Ni Luh Kompiang Oka Pariasih, M.Pd Prof. Dr. Ketut Dharsana, M.Pd.,
Kons
NIP. 196706061992032019 NIP. 1959119570801 198303 1 003

Menyetujui, Mengetahui,
Ketua Kaprodi Bimbingan Konseling Kepala SMA N 1 Sukasada

Dr. Kadek Suranata, S.Pd.,M.Pd Drs. Putu Dana,M.Si
NIP. 19820816 200812 1 002 NIP. 19620818 198903 1 011
(RPBK)

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

Nama Sekolah : SMAN 1 SUKASADA
Kelas/ Semester :X/1
Siklus : I (SATU)
Pertemuan (P) : P1, P2, P3, P4
Alokasi Waktu : 30 menit (07.30- 08.00)
Bidang layanan : Pribadi
Jenis layanan : Orientasi (Bimbingan Kelompok)

Standar Kompetensi : Memahami *self endurance*

Kompetensi Dasar : Siswa mampu memahami, mengenal, dan menerapkan *self endurance*

A. Indikator :

1. Siswa dapat memahami pengertian *self endurance* serta indikator *self endurance* yaitu:
 - a. Mengerjakan pekerjaan sampai selesai
 - b. Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas
 - c. Bekerja keras pada suatu tugas
2. Siswa dapat mengetahui contoh-contoh orang yang memiliki *self endurance* tinggi dan *self endurance* rendah dari masing-masing indikator *self endurance*
3. Siswa dapat menerapkan masing-masing indikator *self endurance* dalam bidang pribadi

B. Tujuan :

Adapun tujuan layanan ini adalah:

1. Untuk dapat memahami pengertian *self endurance* serta indikator *self endurance* yaitu:
 - a. Mengerjakan pekerjaan sampai selesai
 - b. Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas
 - c. Bekerja keras pada suatu tugas
2. Untuk dapat mengetahui contoh-contoh orang yang memiliki *self endurance* tinggi dan *endurance* rendah dari masing-masing indikator *self endurance*
3. Untuk dapat menerapkan masing-masing indikator *self endurance* dalam bidang pribadi

C. Materi :

1. Pengertian *endurance*

Self endurance adalah kebuuhan untuk tahan mengatasi rintangan meliputi mengerjakan pekerjaan sampai selesai, berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, dan bekerja keras pada suatu tugas (Dharsana, 2014: 1001). Dari definisi tersebut mengandung 3 indikator yaitu : (1) mengerjakan pekerjaan sampai selesai, (2) berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, (3) bekerja keras pada suatu tugas. Berikut ini dijelaskan indikator-indikator tersebut sebagai berikut:

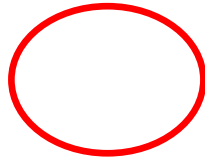
- 1) mengerjakan pekerjaan sampai selesai adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu bisa mengerjakan pekerjaan, tugas-tugas, dan apapun itu sampai selesai dan mendapatkan hasil yang semaksimal mungkin. Contohnya: konselor, guru, dan dosen.
- 2) berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu tetap berusaha dalam menyelesaikan tugas-tugas dan tidak selalu merasa malas jika mendapatkan tugas-tugas. Contohnya: sales man /girl, manager, direktur, pemuka agama, pedagang, dan pelatih.
- 4) Bekerja keras pada suatu tugas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu mau bekerja keras dengan tugas-tugas yang di dapatkan dan tidak mudah menyerah. Contohnya: presiden, walikota, gubernur, ketua kelas, bupati, dan guide.

Sedangkan menurut ahli lainnya mengenai *self endurance* yaitu menurut Rohadian dalam Kamus Dwibahasa Oxford (1999:208) endurance adalah ketahanan . Definisi tersebut mengandung 1 indikator yaitu: (1) ketahanan aktifitas .

2. Contoh orang-orang yang memiliki *self endurance* tinggi dan *self endurance* rendah

Orang yang memiliki *self endurance* tinggi:





Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons. Seorang dosen yang memiliki minat persuasive tinggi. Beliau adalah seorang yang mampu mengerjakan sesuatu dengan semangat, dan selalu berusaha keras untuk mengerjakan tugasnya dan tidak pernah mengeluh.

Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S. adalah seorang dosen, ketua jurusan BK sekaligus menjabat sebagai PD I FIP Undiksha. Beliau sering menjadi narasumber dalam seminar dan workshop di dalam kampus maupun di luar kampus. Beliau selalu mampu mengerjakan pekerjaan sampai selesai.



Gusti Komang Rusmini adalah salah satu siswayang cukup populer di kelas X IIS 1. Ia mampu selalu berusaha menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik dan mampu untuk tidak mengeluh dalam mengerjakan tugasnya..



Siswi ini adalah salah satu siswa berprestasi di sekolah. Ia aktif mengikuti organisasi dan juga sering mengikuti olimpiade mata pelajaran tertentu. Ia juga pernah mencalonkan sebagai ketua OSIS. Ia mampu bekerja keras dan selalu berusaha menyelesaikan tugasnya dengan baik

Ketut Diva Astrawan P adalah seorang ketua kelas di kelas X IIS 1. ia memiliki self endurance tinggi karena mampu bekerja keras dan selalu berusaha dalam menyelesaikan tugasnya

Orang yang memiliki *self endurance* rendah:



Beberapa siswa yang memiliki *self endurance* rendah, karena mereka tidak mau berusaha menyelesaikan tugasnya dengan baik, dan tidak mau mengeluh

Salah satu siswa yang terkadang kurang fokus untuk menerima pelajaran di kelas, ia sering terlihat mengganggu teman yang duduk di sebelahnya. Ia juga sulit untuk memperoleh keper
Balik adalah salah satu siswa yang sulit
kejail untuk bisa menyelesaikan tugasnya dengan baik dan tidak bisa berusaha menyelesaikan pekerjaan apapun dengan baik.



D. Penerapan *self endurance*:

Penerapan *self endurance* dapat dilakukan dengan cara atau teknik *modeling*. Siswa dapat dilatih melakukan standar-standar komunikasi (senyum, sapa, salam, greeting). Dilatih cara komunikasi yang baik, sopan, efektif, dan komunikatif. Penerapan dalam bidang pribadi ini yaitu bisa

mengerjakan pekerjaan sampai selesai, dan selalu mau berusaha dalam mengerjakan tugas dengan baik, misalkan saja siswa mendapatkan tugas dengan tugas yang sangat banyak dan sulit maka disana mahasiswa tersebut dapat berusaha menyelesaikan pekerjaannya tersebut Selain itu juga penerapannya dilakukan dengan memberikan sebuah pertunjukan *modeling*, dimana pemilihan tokoh-tokohnya harus disesuaikan dengan kebutuhan *self endurance* siswa yang sudah disesuaikan dengan prosedur dan langkah-langkah *modeling* di bawah yang akan dijabarkan. Setelah dilakukan teknik tersebut dilanjutkan dengan konseling kelompok, dan terakhir pada konseling individual. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *self endurance* tersebut ke dalam bidang pribadi.

Tabel 01. Data Bimbingan Klasikal dari Observasi Gejala *Self endurance* di kelas X- IIS 1

NO	NAMA	GEJALA PERILAKU YANG NAMPAK	KET
1	GMPA	Nampak suka mengerjakan tugas sampai selesai	-
2	GRP	Nampak selalu berjuang keras jika mendapat persoalan yang serius	+
3	GKR	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	+
4	GMAM	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas sekolah	-
5	IGNNTI	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	-
6	KARSD	Nampak selalu antusias dalam ikut pelajaran	-
7	KMPD	Nampak selalu tergesa-gesa mengerjakan tugas sekolah	+
8	KM	Nampak tidak suka berusaha menyelesaikan tugas	+
9	KRA	Nampak selalu bekerja keras dengan tugas yang didapatnya	-
10	KS	Nampak selalu aktif dalam kelas	+
11	KYAP	Nampak tidak mau bekerja keras dengan tugas dari guru yang tidak disukai	+
12	KDAP	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	+
13	KK	Nampak sangat bersemangat mengerjakan tugas	+
14	KMPD	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas	-
15	KTL	Nampak sangat semangat mengikuti pelajaran	+

16	KUAD	Nampak tidak antusias dalam kegiatan pembelajaran	+
17	KW	Nampak aktif dalam diskusi	-
18	LMDSS	Nampak semangat mengikuti pelajaran	+
19	LJP	Nampak senang tidak ikut pelajaran	-
20	LMA	Nampak tidak terlalu semangat belajar	+
21	LPW	Nampak rajin dalam bersekolah	+
22	LTM	Nampak semangat mengikuti pelajaran	-
23	MNS	Nampak malas mengerjakan tugas	-
24	PAH	Nampak tidak suka menunda tugas	+
25	PAMS	Nampak semangat mengerjakan tugas	+
26	PBW	Nampak suka menunda tugas	+
27	NRA	Nampak semangat mengikuti pelajaran	+

8. 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 keagamaan, kemampuan sosial, kemampuan belajar, wawasan dan perencanaan karir. (Dharsana, 2013:12)

9. 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)

10. 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)

11. Asas-asas 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, 2014:62-66)

E. Teori Konseling Behavioral

a. Filosofis

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

prilaku *SelfEndurance* sehingga *Selfendurance* tersebut dapat dimunculkan dan diterapkan dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.

5. Proses interaksi sosial dibangun melalui contoh-contoh di masyarakat, keluarga, dan lingkungannya yang baik dan sebaliknya.
6. Prosedur teori konseling kognitif sosial Bandura
Mengandung prosedur-prosedur peningkatan *self endurance* sebagai berikut:
 - a. Mengobservasi gejala *self endurance* siswa dengan mengamati perilaku siswa di dalam kelas
 - b. Mentabulasi gejala *self endurance* dengan memasukkan data awal observasi siswa ke dalam tabel
 - c. Menganalisis gejala *self endurance* siswa yang tinggi, sedang dan rendah
 - d. Mengidentifikasi gejala *self endurance* dengan melakukan pengamatan melalui observasi dan wawancara
 - e. Melakukan diagnose terhadap *self endurance* siswa yang tinggi, sedang dan rendah
 - f. Melakukan prognosa yaitu menentukan cara untuk meningkatkan *self endurance* dengan teknik sosisodrama
 - g. Melakukan tindakan/*treatment* siswa yang mengalami gejala *self endurance* tinggi, sedang dan rendah dengan teknik *modeling*

1) Langkah-langkah untuk mengetahui self endurance

Mengandung langkah-langkah peningkatan *self endurance* sebagai berikut:

PERTEMUAN KE I

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

PERTEMUAN KE II:

1. Melakukan Rapport

2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ke ini
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian self endurance
6. Membentuk bimbingan kelompok pertemuan ke II
7. Melakukan bimbingan kelompok terkait *self endurance* siswa
8. Sharing buku harian *self endurance* dan skor pada grafik mingguan pertama antar siswa di dalam bimbingan kelompok
9. Menampilkan *modeling* di dalam bimbingan kelompok
10. Merefleksi penyajian *modeling* terkait minat endurance
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 ke ini
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian self endurance
6. Membentuk bimbingan kelompok pertemuan ke III
7. Melakukan bimbingan kelompok terkait *self endurance* siswa
8. Sharing buku harian *self endurance* dan skor pada grafik mingguan kedua dan ketiga antar siswa di dalam bimbingan kelompok
9. Menampilkan *modeling* di dalam bimbingan kelompok
10. Merefleksi penyajian *modeling* terkait self endurance
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 ke ini
4. Memberikan refleksi mengenai pertemuan sebelumnya
5. Assesmen buku harian self endurance
6. Membentuk bimbingan kelompok pertemuan ke ini
7. Melakukan bimbingan kelompok terkait *self endurance* siswa
8. Sharing buku harian *self endurance* dan skor pada grafik mingguan keempat dan bsiskan antar siswa di dalam bimbingan kelompok
9. Menampilkan *modeling* di dalam bimbingan kelompok
10. Merefleksi penyajian *modeling* terkait self endurance

11. Pesan dan kesan selama mengikuti bimbingan kelompok
12. Rekomendasi untuk menuju ke Konseling Kelompok
13. Terminasi pertemuan keempat untuk menuju ke konseling kelompok

F. Teknik Konseling *Modeling*

a. Pengertian Teknik *Modeling*

Modeling Modeling merupakan salah satu teknik konseling yang dikembangkan oleh Albert Bandura yang berakar dari teori belajar (*social learning*). Menurut Bandura (dalam Mochamad Nursalim, 2013:121) menyatakan bahwa yang dimaksud *modeling* adalah suatu teknik dalam konseling yang menggunakan proses belajar melalui pengamatan model dan perubahan perilaku yang terjadi karena peniruan.

b. Prosedur Melakukan Teknik *Modeling*

Untuk dapat melakukan hal itu dilanjutkan melalui prosedur sebagai berikut:

1. Menyebarkan lembaran tes *self endurance*
2. Menganalisis hasil tes *self endurance*
3. Menyebarkan lembaran kuesioner *self endurance*
4. menganalisis hasil kuesioner *self endurance*
5. Menulis dan menyajikan RPBK serta melakukan pelatihan-pelatihan *modeling* dengan melatih *self endurance*
- 6) Menyaksikan tampilan *modeling*

c. Langkah-langkah Teknik Konseling *Modeling* :

Menurut Gantina Komalasari dkk, (2011:179) langkah-langkah proses *modeling* dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

1. Menetapkan bentuk penokohan (*live model, symbolic model, multiple model*)
2. Pada *live model*, pilih model yang bersahabat atau teman sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti usia, status ekonomi, dan penampilan fisik.
3. Bila mungkin gunakan lebih dari satu model.
4. Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli.
5. Kombinasikan *modeling* dengan aturan, instruksi, behavioral rehearsal, dan penguatan.
6. Pada saat konseli memperhatikan penampilan tokoh berikan penguatan alamiah.
7. Bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila tidak makabuat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap peniruan tingkah laku yang tepat.
8. Bila perilaku bersifat kompleks, maka episode *modeling* dilakukan mulai dari yang paling mudah ke yang lebih sulit.
9. Skenario *modeling* harus dibuat realistik.

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 kemanmpuan 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.
- 2) *Clien observation skill* adalah kemampuan konselor mengobservasi klien dalam proses konseling.
- 3) *Open and close Question* adalah kemampun konselor dalam membuat pertanyaan terbuka dan tertutup dalam proses konseling. Contah pertanyaan

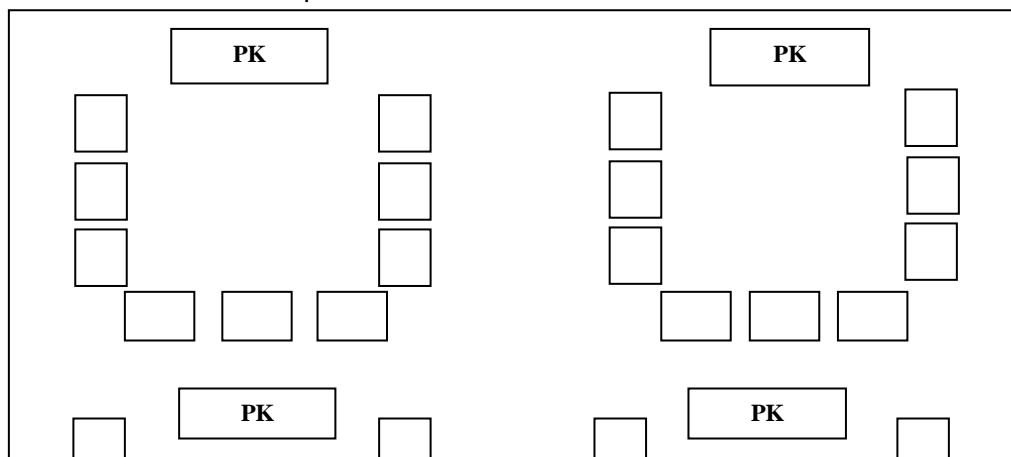
terbuka mengapa adik cari jurusan IPS ? Coba jelaskan apa alasannya! Contoh pertanyaan tertutup apakah adik mengerti dengan apa yang ibu sampaikan?

- 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
- 4) *Reflection of feeling* adalah kemampun konselor merefleksikan perasaan konseli dalam proses konseling
- 5) *Reflection of meaning* adalah kemampuan konselor merefleksikan arti kata yang dikatakan atau diucapkan konseli dalam proses konseling.
- 6) *FocusingClien,problemother,”we”intervienewer, cultural/environmental* adalah kemampuan konselor fokus kepadakonseli dalam wawancara,kebudayan atau konteksnya dalam proses konseling .
- 7) *Influencing skills* adalah ketrampilan yang mempengaruhi konselor dalam proses konseling, yang terdiri dari :
- a. *Diretiv* adalah kemampuan konselor mengarahkan dan menunjukkan konseli ke arah yang lebih baik dalam proses konseling
 - b. *Logical consequences* adalah kemampuan konselor memberikan akibat yang baik dalam proses konseling.
 - c. *Interpretastion* adalah kemampuan konselor menafsirkan apa yang terjadi dalam proses konseling
 - d. *Self disclosure* adalah kemampuan konselor membuka diri dalam proses konseling
 - e. *Advice/information/Explanation/intruccion* adalah kemampuan konselor memberikan nasehat,informasi, penjelasan dan intuksi kepada konseli dalam proses konseling.
 - f. *Feedback* adalah kemampuan konselor memberikan motivasi kepada konseli dalam proses konseli contoh : “ya ibu yakin kamu pasti bisa melakukannya”,
 - g. *Influencing summary* adalah kemampuan konselor memberiksn ringkasan pada konseli dalam proses konseling.
- 8) *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.

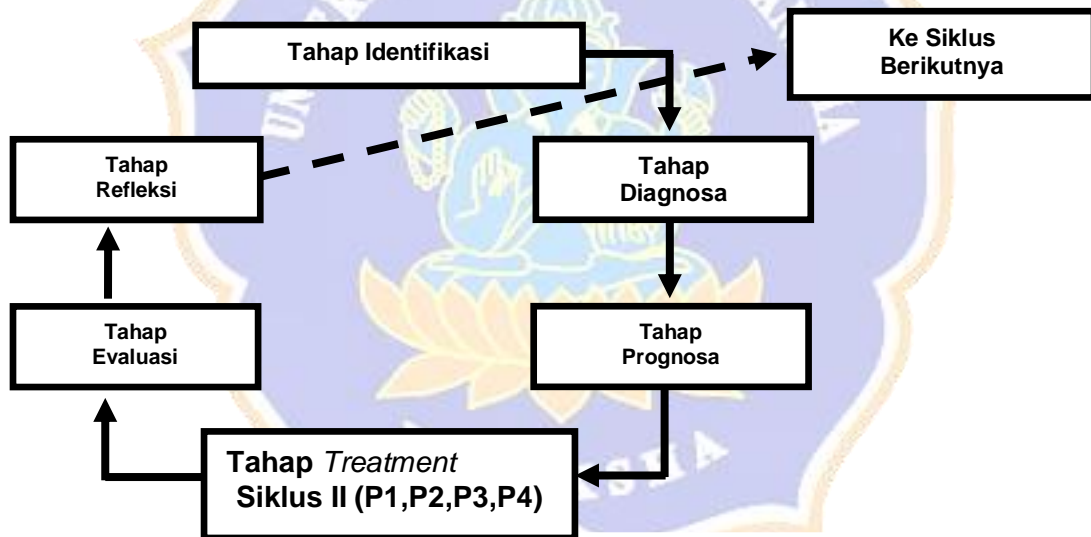
11. *Skill sequencing and structuring the interview* adalah kemampuan konselor mengembangkan dan membuat wawancara yang terstruktur dalam proses konseling.
12. *Personal dan teori counseling skill integration* adalah kemampuan konselor memadukan dan menyatukan konseli dalam proses konseling.
13. *Style* 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.
 - b. Skill Mikro Konseling : Keterampilan Attending seperti: Kontak Mata (melihat konseli pada saat di berbicara pada konseli begitu pula sebaliknya)
14. Ekspresi wajah (Tenang, ceria dan tersenyum)
 - a. Sapaan
 - b. Salam/jabat tangan
 - c. Kualitas Suara (ehem, iya)
 - d. Anggukan (body language)
 - e. Posisi Tubuh (agak condong ke arah konseli, jarak antara konselor dengan konseli agak dekat, duduk akrab berhadapan atau berdampingan)
15. Mendengarkan (aktif penuh perhatian, tidak memotong pembicaraan konseli)
 - a. Group (kelompok)
 - b. *Class room* (kelas)

G. Langkah dan Prosedur Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

1. Langkah-langkah :
 - a. Persiapan RPBK
 1. Observasi
 2. Wawancara
 3. Penyebaran tes self endurance
 - b. Persiapan media
 - c. Persiapan kelompok *modeling*
 - d. Persiapan pementasan *modeling*
 - e. Penyajian
 - f. Penyebaran kuesioner (refleksi terlampir)
 - g. Pelatihan pengisian buku harian (terlampir)
 - h. Pembentukan Kelompok
 - i. Pembentukan Kelompok



Pelaksanaan Bimbingan Kelompok



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

2. Tahap Identifikasi

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

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

3. Tahap Diagnosa

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

4. 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 endurance* melalui bimbingan kelompok, b) memberikan contoh-contoh orang yang memiliki *self endurance* melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu, c) menerapkan konseling behaviorall dengan teknik *modeling*.

5. Tahap Treatment

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

6. 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 endurance* siswa.

7. Prosedur :

a. Apersepsi

Ucapan Salam :

Selamat pagi anak-anak.

Om Swastyastu, Assalamualaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan pertemuan kita sebelumnya, ibu ingin bertanya pada kalian apakah sudah benar-benar paham mengenai *self endurance* itu seperti apa, kemudian contoh-contoh, dan penerapannya? 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.

8. Inti

a) Daftar Nama Bimbingan Kelompok Siswa Kelas X-IIS 1

Tabel 02. Daftar Nama Siswa Bimbingan Kelompok

NO	NAMA	KELOMPOK
1	Gede Mudita Puja Astawa	I
2	Gede Riski Pranata	
3	Gusti Komang Rusmini	
4	Gusti Made Ayu Mariani	
5	I Gusti Ngurah Nyoman Trisna Indrawan	
6	Kadek Ayu Ria Shanti Devi	
7	Kadek Mas Padma Dewi	
8	Kadek Mudana	
9	Kadek Restu Ardika	
10	Kadek Supriadi	II
11	Kadek Yuni Adnyani Putri	
12	Ketut Diva Astrawan Putra	
13	Ketut Krisnawati	
14	Komang Mas Puspa Dewi	
15	Komang Tri Lasmini	
16	Komang Urip Arta Darma	
17	Krisnawati	
18	Lucia Maria Dos Santos Salsinha	
19	Luh Juli Purnami	III
20	Luh Meli Andani	
21	Luh Putu Wulantari	
22	Luh Tudian Maharani	
23	Muhammad Nikko Syaputra	
24	Putu Agus Hendrawan	
25	Putu Ayu Merta Sari	
26	Putu Balik Widiastana	
27	Nyoman Robi Aria Pratama	

Tabel 03. Proses Bimbingan Kelompok

No	Tahapan BKP	Yang Memberi Pernyataan	Pernyataan	Keterangan
I	Tahap Pembentukan	PK (inggit)	Selamat pagi anak-anak. Bagaimana kabar anak-anak pada pagi hari ini?	PK mengucapkan salam dan mulai menanyakan kabar.
		Anggota BKP (semua)	Baik bu.	
		PK (inggit)	Bagus sekali anak-anak. Semoga kita semua selalu dalam keadaan yang baik - baik Sebelumnya Ibu ucapkan terima kasih kepada anak – anak semuanya karena anak-anak sudah bersedia mengikuti bimbingan kelompok ini. Nah anak – anak sebelum kita melakukan kegiatan ini ada baiknya	Menerima anggota kelompok dengan terbuka. Dan mulai mengatur lalu lintas kegiatan bimbingan kelompok.

			kalau kita melaksanakan doa terlebih dahulu. Ada yang tahu mengapa kita harus melaksanakan doa sebelum kegiatan kita mulai?	
		Anggota BKP (Ayu)	Saya bu.	
		PK (inggit)	Ya silahkan Ayu sampaikan pendapat Ayu, mengapa kita harus berdoa sebelum kita melakukan kegiatan?	PK memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya dengan terbuka dan memberikan dorongan.
		Anggota BKP (Ayu)	Terima kasih bu 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 (inggit)	Benar sekali Ayu. Nah apa yang disampaikan oleh Ayu benar sekali anak – anak, sebelum kita melakukan kegiatan apa pun, ada baiknya kalau kita berdoa terlebih dahulu, agar kegiatan yang kita lakukan nantinya bisa berjalan baik dan lancar. Nah kalau begitu, siapa sekarang yang bersedia memimpin doa?	PK memberikan penguatan positif kepada anggota kelompok yang sudah menyampaikan ide dan pendapatnya.
		Anggota BKP (Diva)	Saya Bu.	
		PK (siska)	Ya silahkan Diva.	
		Anggota BKP (Diva)	Baiklah teman-teman. Sebelum kita melaksanakan kegiatan, marilah kita berdoa terlebih dahulu, agar kegiatan kita bisa terlaksana dengan baik. Baiklah teman – teman berdoa menurut agama dan kepercayaan masing – masing berdoa dipersilahkan - Selesai.	
		PK (inggit)	Terima kasih ya Diva 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 Bu.	
		PK (inggit)	Baiklah 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 (Urip)	Saya Bu.	
		PK (Siska)	Ya silahkan Urip	
		Anggota BKP (Urip)	Terima kasih atas kesempatannya bu. Sebelumnya saya memang belum pernah bu mengikuti bimbingan kelompok, tetapi saya pernah mendengar tentang kegiatan bimbingan kelompok bu. Menurut saya kegiatan ini adalah kegiatan yang	

			dilakukan bersama kelompok untuk memecahkan permasalahan dalam kelompok.	
		PK (Inggit)	Ya bagus sekali Urip. Apa ada lagi yang ingin menyampaikan pendapatnya?	
		Anggota BKP (Yuni)	Saya bu.	
		PK (Siska)	Ya silahkan Yuni untuk menyampaikan pendapatnya.	
		Anggota BKP (Yuni)	Ya bu terima kasih. Menurut saya bimbingan kelompok itu merupakan sebuah layanan yang bisa kita manfaatkan untuk memecahkan masalah kelompok melalui dinamika kelompok.	
		PK (Inggit)	Ya bagus sekali Yuni. 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 Ibu 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 bu.	
		PK (Inggit)	Kemudian tujuan dari bimbingan kelompok ini seperti yang sudah disampaikan oleh Ari purwanitadi 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 self endurancemisnya membantu anak-anak dalam memberanikan diri untuk dapat berbicara atau mengeluarkan pendapat dimuka umum, berani menanggapi pendapat orang lain serta	PK memperjelas tujuan-tujuan dari BKP anggota kelompok

			mampu mengembangkan ide dan pengalaman yang anak-anak alami. Baiklah anak – anak dari tujuan – tujuan yang telah Ibu sampaikan,apa ada yang kalian ingin tanyakan atau yang kalian belum mengerti ?	
		Seluruh Anggota BKP	Tidak bu.	
		PK (Inggit)	Baiklah anak – anak, Ibu rasa kalian sudah cukup memahami mengenai bimbingan kelompok dan tujuan - tujuannya. Untuk selanjutnya Ibu akan menjelaskan mengenai asas-asas dari bimbingan kelompok yaitu kita harus bisa merahasiakan semua hal yang nantinya akan kita bicarakan disini. Nah untuk itu Ibu sangat berharap agar anak-anak bisa merahasiakan hal-hal apa saja yang kita bicarakan disini. Apakah anak-anak bisa berjanji untuk dapat merahasiakannya?	
		Seluruh Anggota BKP	Bisa bu.	
		PK (Inggit)	Nah selanjutnya anak – anak di dalam mengikuti bimbingan kelompok ini Ibu 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. Ibu 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, Ibu berharap juga anak-anak disini agar terlibat secara aktif di dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. 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 Ibu harap agar anak – anak tidak memotong pembicaraan temannya yang sedang menyampaikan pendapatnya karena hal tersebut tidak sopan. Demikian yang Ibu sampaikan mengenai asas-asas dalam bimbingan kelompok. Dari beberapa hal yang sudah Ibu sampaikan apakah ada yang belum dimengerti ?	

		Seluruh Anggota BKP	Tidak bu.	
		PK (Inggit)	Baiklah anak-anak, Ibu rasa anak – anak semuanya sudah bisa mengerti dengan apa yang sudah Ibu sampaikan. Anak-anak sebelum kita melaksanakan kegiatan ini lebih lanjut ada baiknya jika kita menyepakati waktu terlebih dahulu. Bagaimana kalau kita sepakati bimbingan kelompok ini kita laksanakan selama 45 menit? Karena waktu istirahat kalian sebentar dan agar kalian juga bisa istirahat makan siang nanti. Bagaimana setuju?	PK memberikan penguatan kepada seluruh Anggota BKP. Dan mengajak anggota BKP untuk belajar bermusyawarah mufakat.
		Seluruh Anggota BKP	Setuju bu.	
		PK (Inggit)	Baiklah anak – anak sekarang kita akan melanjutkan ke kegiatan selanjutnya. Keliatannya anak-anak sedikit tegang ya. Baiklah untuk mengakrabkan kita semua, ada baiknya kita melakukan perkenalan rangkaian nama terlebih dahulu. Agar kita jadi lebih mengenal satu sama lainnya dan menjadi semakin akrab sehingga kalian tidak menjadi terlihat tegang mengikuti kegiatan ini. Nah anak – anak dalam rangkaian nama tersebut kita selingi dengan permainan. Bagaimana anak-anak?	PK mengajak anggota BKP untuk memperkenalkan diri dengan rangkaian nama agar bisa kenal satu sama lainnya dan lebih akrab, serta mengadakan permainan.
		Seluruh Anggota BKP	Ya bu.	
		PK (Inggit)	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 Ibu telah sampaikan tadi, akan diberikan kesempatan untuk mempertunjukkan kebolehannya atau keahliannya. Bagaimana anak – anak, setuju?	
		Seluruh Anggota BKP	Setuju bu.	
		PK (Siska)	Baiklah anak-anak kita langsung saja dengan perkenalannya ya. Ibu mulai dari sebelah kanan Ibu ya!	
		Anggota BKP (Ayu)	Saya bu.	
		PK (Inggit)	Ya Ayu, Silahkan perkenalkan diri kamu!	
		Anggota BKP (Ayu)	Iya bu. Saya Ayu.	
		PK (Inggit)	Kamudian dilanjutkan dengan yang disamping kanan Ayuya!	

		Anggota BKP (Urip)	Ya bu. Ayu, saya Urip.	
		Anggota BKP (Diva)	Ayu, Urip ,saya Diva.	
		Anggota BKP (Yuni)	Ayu, Urip, Diva, saya Yuni.	
		Anggota BKP (Ngurah)	Ayu, Urip, Diva, Yuni , saya Ngurah.	
		Anggota BKP (Riasanti)	Ayu, Urip, Diva, Yuni,Ngurah , saya Riasanti.	
		Anggota BKP (Mudita)	Ayu, Urip, Diva, Yuni,Ngurah,Riasantisaya Mudita	
		PK (Inggit)	Bagus sekali,,,anak – anak karena anak – anak tidak ada yang salah didalam sesi perkenalan tadi, jadi tidak ada yang dihukum, tetapi untuk dapat menambah keakraban kita disini apa ada yang mau dengan sukarela untuk menghibur kita disini, misalnya dengan bernyanyi, menari, main tebak – tebakkan atau lain sebagainya anak – anak, apa ada yang mau?	PK tidak memaksakan kehendak dan selalu bertanya kepada anggota BKP agar tidak terkesan memaksa.
		Anggota BKP(Mudita)	Saya bu.	
		PK (Siska)	Ya, Mudita. Apa benar kamu mau menghibur kita disini?	
		Anggota BKP (Mudita)	Iya bu. Saya bersedia.	
		PK (Inggit)	Bagus sekali Mudita. Keliatannya sangat bersemangat untuk menghibur teman – teman semua disini?!	PK memberikan dorongan kepada anggota BKP.
		Anggota BKP (Mudita)	Iya bu saya mau pantun. Pantun ini buat Yuni.	
		Seluruh Anggota BKP	Cieeeeeee....	
		PK (Inggit)	Untuk Yuni? Wah, silahkan kalau begitu Mudita. Yang lain dengarkan ya pantun dari Mudita. Silahkan Yuni dan Mudita berdiri di tengah agar bisa disaksikan oleh teman-temannya.	
		Anggota BKP (Mudita)	Terima kasih bu. Yuni... <i>Ada burung cendrawasih, makan duku sampe modar, percayalah kasih, kasih sayangku takkan pernah pudar. Ada orang Maluku di jitak, dijitak sama orang Ba...tak, selama jantungku masih berdetak, cintaku tak akan luluh lantak.</i> Demikian bu, terima kasih bu.	Mudita berpantun sambil berlutut di depan Yuni
		PK (Inggit)	Wah... beri tepuk tangan untuk Mudita. Bagaimana sudah terhibur?	
		Seluruh Anggota BKP	Sudah Ibu.	
II	Tahap Peralihan	PK (Inggit)	Silahkan duduk Mudita dan Yuni. Terima kasih ya Mudita sudah bersedia untuk menghibur kita disini. Anak-anak apakah sudah merasa senang?	
		Seluruh Anggota BKP	Sudah bu.	
		PK (Inggit)	Bagus sekali anak - anak. Anak-anak juga Ibu 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 bu.	
		PK (Inggit)	Baiklah anak-anak kalau begitu ibuklah 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?	PK menjelaskan kembali mengenai BKP.
		Seluruh Anggota BKP	Sudah bu.	
		PK (Inggit)	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 bu.	
		PK (Inggit)	Apakah bisa ibu lanjutkan sekarang?	
		Seluruh Anggota BKP	Bisa Bu.	
III	Tahap Kegiatan	PK (Inggit)	Baiklah anak-anaksekarang Ibu akan menyampaikan sebuah topic yaitu self endurance. Dilihat dari buku harian dan kuesioner, serta hasil tes yang sudah kalian terima ternyata self endurancekalian sangat rendah. Nah sekarang coba kalian sampaikan kenapa hal itu bisa terjadi. Dimulai dari sebelah kiri Ibu.	PK menyampaikan topic tugas pada anggota BKPdan mendorong anggota untuk menyampaikan masalah yang berhubungan dengan topic.
		Anggota BKP (Diva)	Begini bu, saya sulit untuk mendekati teman-teman di kelas karena saya tidak suka banyak bicara dan malas sekali untuk mengerjakan tugas.	PK mendengarkan anggota BKP menyampaikan permasalahannya dan sambil memberikan dorongan minimal. Serta tidak lupa untuk melakukan attending.
		PK (Inggit)	Nah tadi Diva sudah menyampaikan permasalahannya yaitu merasa malas mengerjakan tugas,dan tidak pernah ingin berusaha!	PK melakukan restatement (mengsiskag kembali

				pernyataan anggota kelompok)
		Anggota BKP (Ngurah)	Kalau saya tidak suka menyapa teman terlebih dahulu saat bertemu bu.	PK melakukan attending kepada anggota kelompok yang menyampaikan permasalahan.
		PK (Inggit)	Nah Ngurah sudah menyampaikan bahwa malas menyapa teman terlebih dahuluSekarang giliran Riasanti	PK melakukan restatement (mengsiskag kembali pernyataan anggota kelompok)
		Anggota BKP (Riasanti)	Begini bu, saya tidak dapat mempengaruhi teman-teman untuk membuat tugas bersama.	PK melakukan attending kepada anggota kelompok yang menyampaikan permasalahan.
		PK (Inggit)	Baiklah tadi Riasanti menyatakan tidak dapat mempengaruhi teman-teman untuk membuat tugas bersama.Benar begitu Riasanti?	
		Anggota BKP (Riasanti)	Benar bu.	
		PK (Inggit)	Selanjutnya silahkan Urip	
		Anggota BKP (Urip)	Begini bu, kalau saya bisa mendekati teman-teman tapi sulit untuk meyakinkan mereka. Mereka selalu menganggap bahwa saya selalu bercanda dan tidak pernah serius.	
		PK (Inggit)	Wah, ini yang dialami Urip. Urip bisa dan mungkin banyak teman namun sulit untuk meyakinkan mereka karena Wisnadianggap sering bercanda, betul begitu ya?	
		Anggota BKP (Urip)	Benar bu.	
		PK (Inggit)	Baiklah, selanjutnya silahkan Ayu	
		Anggota BKP (Ayu)	Begini bu, saya kurang bisa meyakinkan teman-teman misalkan untuk belajar dan mengerjakan tugas	
		PK (Inggit)	Jadi disini masalah Ayu yaitu merasa kurang bisa meyakinkan teman-teman misalkan untuk belajar dan mengerjakan tugas	
		Anggota BKP (Ayu)	Benar bu.	
		PK (Inggit)	Yang terakhir silahkan Mudita.	
		Anggota BKP (Mudita)	Kalau saya sulit untuk memperoleh kepercayaan dari teman-teman karena saya dianggap GeJe (gak jelas) gitu bu. Saya selalu di bilang lebay.	
		PK (Inggit)	Jadi kalau masalah Ayu disini adalah sulit untuk memperoleh kepercayaan dari teman-teman karena dianggap GeJe (gak jelas) dan lebay ya.	
		Anggota BKP (Mudita)	Ya, benar bu.	
		PK (Inggit)	Nah anak-anak sekarang siapa yang mau memberikan pendapat mengenai masalah-masalah mengenai topic kita <i>self endurance</i> yang sudah disampaikan tadi?	
		Anggota BKP (Ayu)	Saya bu. Saya mau menyampaikan pendapat saya mengenai masalah Mudita	
		PK (Inggit)	Ya silahkan Ayu	

		Anggota BPK(Ayu)	Menurut saya, mungkin Mudita harus merubah sikap lebaynya itu. Berbicaralah seperti layaknya orang yang lain. mungkin juga teman-teman agak jengkel dengan sikap Mudita sehingga mereka tidak memberikan kepercayaan penuh pada Mudita.	
		PK (Inggit)	Nah tadi Ayu sudah menyampaikan pendapatnya mengenai masalah Mudita, Dimana Mudita harus bisa merubah sikapnya sedikit demi sedikit agar tidak dipandang lebay lagi oleh teman-temannya sehingga nanti Mudita bisa memperoleh kepercayaan dari mereka dan mereka tidak jengkel lagi pada Mudita. Sekarang bagaimana dengan Mudita apa sudah mengerti?	
		Anggota BPK (Mudita)	Sudah bu. Saya harus bisa merubah sedikit demi sedikit sikap saya yang lebay itu.	
		PK (Inggit)	Bagus sekali Mudita, Ibu senang kamu sudah merubah pandangan kamu untuk bisa merubah sikap. Terimakasih Ayu atas pendapatnya. Nah sekarang siapa yang mau mengeluarkan pendapatnya lagi?	
		Anggota KP (Diva)	Saya bu.	
		PK (Inggit)	ya silahkan Diva.	
		Anggota BKP (Diva)	Terima kasih bu, saya ingin menyampaikan pendapat saya mengenai masalah Riasanti. saya dapat menyarankan pada Ria untuk mengurangi kebiasaan dia untuk melawak pada waktu yang tidak tepat. Karena seringnya Ria membuat kelucuan mungkin menyebabkan teman-teman selalu menganggap Ria tidak pernah serius. Jadi kalau memang mau bercanda lihatlah dulu situasi dan waktunya.	
		PK (Inggit)	Terimakasih untuk Diva atas saran yang diberikan. Sekarang siapa yang mau memberikan saran atau pendapat lagi?	
		Anggota BKP (Yuni)	Saya bu.	
		PK (Inggit)	Ya silahkan Yuni.	
		Anggota BKP (Yuni)	Mungkin pendapat saya tidak jauh beda dengan teman-teman yang lain, saran saya mungkin kita harus bisa mendekati orang dengan baik kemudian merubah sikap yang terlihat buruk dimata mereka dan mampu meyakinkan mereka bahwa kita bisa berubah kearah yang lebih baik.	
		PK (Inggit)	Terimakasih atas saran yang diberikan oleh Yuni. Ada lagi yang mau menyampaikan pendapatnya?	
		Seluruh Anggota BKP	Tidak bu.	
		PK (Inggit)	Kelihatannya kalian tegang sekali ya. Bagaimana kalau kita mengadakan sebuah <i>modeling</i> . Bagaimana kalian setuju?	

		Seluruh Anggota BKP	Setuju bu.	
		PK (Inggit)	Baiklah anak-anak sekarang ibu ingin melihat kalian mempertunjukkan <i>modeling</i> singkat mengenai cara menyapa yang baik dan melakukan komunikasi yang efektif. Anggaplah kalian semua adalah sahabat yang terpisah jauh dan lama tak bertemu. Di suatu hari kalian ingin melakukan reuni. Kalian saling mengirim whatsapp dan berjanjian untuk bertemu di taman kota. Jadi ibu ingin tahu bagaimana cara kalian menyapa sahabat lama yang tidak bertemu. Sapa mereka dan berikan senyuman rindu pada teman yang lama tak bertemu kemudian berbincang-bincang sehingga menimbulkan keakraban seperti dulu. Buatlah kelucuan yang pernah kalian lakukan pada masa sekolah dulu. Silahkan.	(selingan) Anggota kelompok diminta untuk melakukan <i>modeling</i> dan menerapkan <i>self endurance</i> dalam <i>modeling</i> tersebut. Diselingi dengan humor.
		PK (Inggit)	Bagaimana perasaannya anak-anak semua, sudah agak santai ya.. tidak tegang seperti tadi. Kalian juga sudah menampilkan <i>modeling</i> mengenai <i>self endurance</i> yang bisa kalian terapkan dalam kehidupan sehari-hari.	
		Seluruh Anggota BKP	Iya bu.	
		PK (Inggit)	Bagus anak-anak. Sekarang kita simpulkan pembahasan yang sudah kita laksanakan tadi. Siapa yang mau menyimpulkannya?	PK bersama anggota kelompok menyimpulkan kegiatan BKP.
		Anggota BKP (Ayu)	Saya bu.	
		PK (Inggit)	Ya silahkan Ayu untuk menyimpulkan pembahasan kita kali ini mengenai <i>self endurance</i> .	
		Anggota BKP (Ayu)	Baik bu, disini saya dapat simpulkan bahwa sangatlah penting untuk kita memiliki <i>self endurance</i> karena dengan <i>self endurance</i> kita mampu dan mudah untuk mendekati orang, mempengaruhi orang, dan meyakinkan orang lain. jika kita ingin meningkatkan <i>self endurance</i> tersebut kita bisa terapkan dengan senyum, sapa, dan salam.	
IV	Tahap Pengakhiran	PK (Inggit)	Terima kasih ya Ayu sudah membantu menyimpulkan pembahasan kita pada hari ini. Nah anak-anak itu tadi kesimpulan Ayu kegiatan kita pada hari ini. Berarti kegiatan kita pada hari ini segera akan kita akhiri. Tetapi sebelum itu siapa diantara anak-anak yang mau memberikan pesan dan kesannya? Mungkin dari Diva dulu ya. Bagaimana perasaannya setelah Diva mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini?	PK menanyakan pesan dan kesan konseli dan anggota kelompok yang lain mengenai kegiatan BKP.
		Anggota BKP (Diva)	Terima kasih bu. Terus terang perasaan saya terasa lebih baik dan lebih bisa mengontrol diri untuk bercanda melihat situasi dan waktu.	

		PK (Inggit)	Ya bagus sekali Diva. Siapa lagi yang mau menyampaikan pesan dan kesannya?	
		Anggota BKP (Urip)	Saya bu.	
		PK (Inggit)	Silahkan Urip.	
		Anggota BKP (Urip)	Kalau menurut saya kegiatan bimbingan kelompok ini sangat bagus sekali dilaksanakan. Karena saya merasakan sendiri kalau melalui kegiatan ini saya merasa lebih berani dalam menyampaikan pendapat padahal kalau dikelas saya agak takut-takut. Tetapi mulai sekarang saya menjadi lebih berani.	
		PK (Inggit)	Ya bagus sekali Urip. Apakah ada yang mau lagi menyampaikan pesan dan kesannya?	
		Seluruh Anggota BKP	Tidak bu. Semua sama.	
		PK (Inggit)	Ya anak-anak itu tadi telah anak-anak sampaikan pesan dan kesannya. Kemudian akan masih melaksanakan bimbingan kelompok ini minggu depan pada jam yang sama. Ibu ingin melihat perkembangan <i>self endurance</i> kalian, pada pertemuan selanjutnya ibu akan mengevaluasi buku harian kalian juga. Nah untuk selanjutnya Ibu ucapkan terima kasih karena anak-anak sudah bersedia mengikuti kegiatan ini dan sudah menunjukkan motivasi yang bagus dalam kegiatan bimbingan kelompok ini. Mudah-mudahan kegiatan ini bermanfaat. 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?	PK bersama anggota BKP mengadakan pembahasan kegiatan lanjutan. Ucapan terima kasih PK atas terlaksananya kegiatan BKP.
		Anggota BKP (Diva)	Saya bu	
		PK (Inggit)	Silahkan Diva.	
		Anggota KP (Diva)	Teman-teman kita akhiri kegiatan ini dengan doa agar apa yang sudah kita laksanakan tadi bermanfaat untuk kita semua. Berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing. Berdoa mulai.....selesai.	Berdoa untuk mengakhiri kegiatan.
		PK (Inggit)	Terima kasih Diva. Anak-anak sekarang kita bernyanyi untuk mengakhiri kegiatan ini. Sayonara-sayonara sampai berjumpa Buat apa susah buat apa susah.....susah itu tak ada gunanya.	PK dan seluruh Anggota BKP bernyanyi sambil berjalan beriringan menuju PK dan bersalaman satu persatu dengan BPK.

Penugasan

- Berlatih melakukan standar-standar *self endurance* yang baik
Contoh : melakukan self endurance.
- berlatih mengisi buku harian.
- Mengisi, menulis buku harian dalam situasi self endurance.

8. Penutup

Demikian pelaksanaan bimbingan kelompok pada hari ini.

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

Ucapan paramasanthi, Wassalamualaikum Wr. Wb.

Ucapan terimakasih.

Tabel 04. Skor Kriteria Self endurance

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

H. Sumber

Chulsum, Umi dan Windy Nova. 2006. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Surabaya: Yoshiko Press.

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.

Rohadian, Remy A. 1999. *Kamus Dwibahasa Oxford*. Jakarta: Erlangga.

I. Media dan Alat

Media : Bermain peran *modeling*, Kuesioner, Buku Harian,

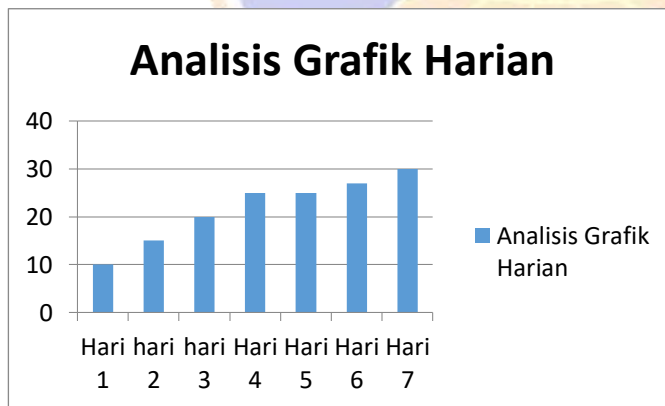
Alat : Laptop, LCD, Buku

J. Buku Harian Self endurance

Tabel 05. Buku Harian *Self endurance*

No.	Hari/tanggal	Situasi	Mengerjakan pekerjaan sampai selesai	Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas	Bekerja keras pada suatu tugas	Kriteria pencapaian 0-100
1.	Senin/ 01 Apr 2015 Jam. 7.30-13.00	Belajar di kelas interaksi dengan teman	A: Yanti, kamu sibuk tidak sekarang? B: tidak, ada apa Siska?	A: Saya ingin meminta tolong untuk mengajarku matematika. B: Saya juga kurang faham semua materi itu Siska.	A: Hanya pitagoras saja Yanti, kamu pasti bisa. Kamukan cukup pandai pelajaran matematika. B: Ya, baiklah saya coba ya.	10
2.	Senin/ 01 Apr 2015 Jam. 13.00-15.00	Interaksi di kost	A: wisna, nanti sore kita jalan-jalan ke Hardys yuk? B: Memangnya mau beli apa mbak?	A: Bantu saya untuk mencari baju Bali yang mau saya bawa psiskag kampung. B: Jangan beli di Hardys, disana mahal-mahal mbak.	A: Tapi bahannya pasti baguskan Lel. Walaupun mahal tidak masalah yang penting bahannya bagus. B: Ya sudah, nanti saya jemput ke kost ya.	20
3.	Senin/ 01 Apr 2015 Jam. 17.00-18.00	Interaksi di kost dengan teman kost	A: Kak, saya boleh minta tolong tidak sekali saja! Saya benar-benar butuh bantuan kakak. B: Bantuan apa Siska?	A: Saya menghilangkan uang SPP sebesar Rp. 200.000 kak, tapi saya takut mau memberi tahu ayah kalau boleh saya pinjam uang kakak. B: Kakak tidak punya uang sebanyak itu dik.	A: Saya janji akan ganti dengan uang jajan saya kalau sudah terkumpul kak. Kakakkan pasti punya tabungan. B: Tabungannya sudah habis untuk membeli buku. Kamu beri tahu ayah saja agar tidak menjadi masalah lagi. Kakak benar-benar tidak punya uang.	15

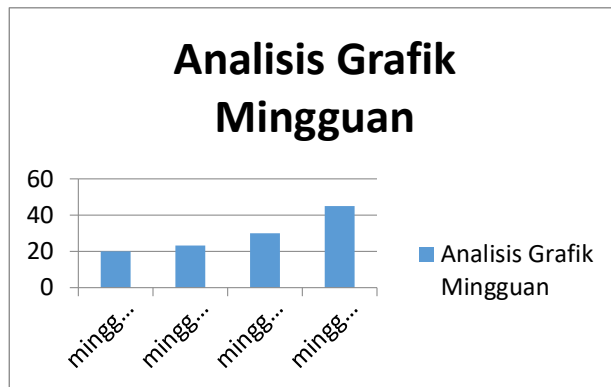
Grafik 01. Grafik Harian



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

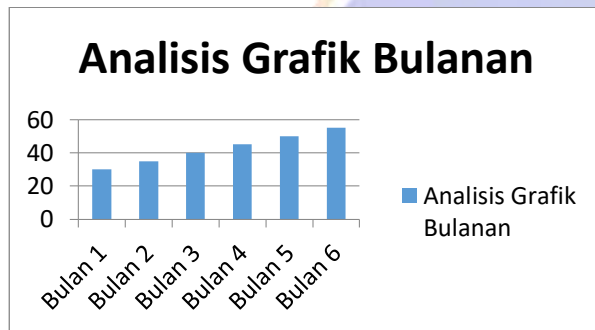
7

Grafik 02. Grafik Mingguan



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

Grafik 03. Grafik Bulanan



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

K. Penyusunan Instrumen

1. Definisi Konsep

a. Pengertian self endurance

Self endurance adalah kebuuhan untuk tahan mengatasi rintangan meliputi mengerjakan pekerjaan sampai selesai, berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, dan bekerja keras pada suatu tugas (Dharsana, 2014: 1001). Dari definisi tersebut mengandung 3 indikator yaitu : (1) mengerjakan pekerjaan sampai selesai, (2) berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, (3) bekerja keras pada suatu.

- 1) mengerjakan pekerjaan sampai selesai adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu bisa mengerjakan pekerjaan, tugas-tugas, dan apapun itu sampai selesai dan mendapatkan hasil yang semaksimal mungkin. Contohnya: konselor, guru, dan dosen.
- 2) berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu tetap berusaha dalam menyelesaikan

tugas-tugas dan tidak selalu merasa malas jika mendapatkan tugas-tugas. Contohnya: sales man /girl, manager, direktur, pemuka agama, pedagang, dan pelatih.

- 3) Bekerja keras pada suatu tugas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu mau bekerja keras dengan tugas-tugas yang di dapatkan dan tidak mudah menyerah. Contohnya: presiden, walikota, gubernur, ketua kelas, bupati, dan guid

Sedangkan menurut ahli lainnya mengenai *self endurance* yaitu menurut Rohadian dalam Kamus Dwibahasa Oxford (1999:208) *endurance* adalah ketahanan. Definisi tersebut mengandung 1 indikator yaitu: (1)ketahanan seseorang

- b. Contoh orang-orang yang memiliki *self endurance* tinggi dan *self endurance* rendah

Orang yang memiliki *self endurance* tinggi:

Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons; Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S; I Dewa Agung Permana P.; Siska Sari; Yani Aryaswari.

Orang yang memiliki *self endurance* rendah:

Seseorang yang malas mengerjakan tugas,tidak mau berusaha,suka mengeluh kalau mendapatkan tugas

- c. Penerapan *self endurance*:

Penerapan *self endurance* dapat dilakukan dengan cara atau teknik *modeling*. Siswa dapat dilatih melakukan standar-standar komunikasi (senyum, sapa, salam, greating). Dilatih cara komunikasi yang baik, sopan, efektif, dan komunikatif. Penerapan dalam bidang pribadi ini yaitu mempengaruhi pada salah satu individu untuk selalu bisa dan mau berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai selesai,berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas dan bekerha keras pada suatu tugas

2. Definisi Operational

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

- a. Pedoman Observasi

Observasi adalah suatu cara pengumpsiska data dengan melakukan pengamatan langsung terhadap suatu obyek dalam suatu periode dan mengadakan pencatatan secara sistematis tentang hal-hal tertentu yang diamati.

Adapun pedoman observasi yang digunakan adalah sebagai berikut.

Tabel 06. Pedoman observasi siswa dalam pelaksanaan tindakan bimbingan konseling

Aspek	Indikator	Tampak	Tidak Tampak
Self endurance	4) Mengerjakan pekerjaan sampai selesai		
	5) Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas		
	6) Bekerja keras pada suatu tugas		

Tabel 07. Hasil Pengamatan Observasi *Self endurance* di Kelas X-IIS 1

NO	NAMA	OBSERVASI SELF ENDURANCE	KET
1	GMPA	Nampak suka mengerjakan tugas sampai selesai	+
2	GRP	Nampak selalu berjuang keras jika mendapat persoalan yang serius	+
3	GKR	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	+
4	GMAM	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas kuliah	+
5	IGNNTI	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	+
6	KARSD	Nampak selalu antusias dalam ikut perkuliahan	-
7	KMPD	Nampak selalu tergesa-gesa mengerjakan tugas kuliah	+
8	KM	Nampak tidak suka berusaha menyelesaikan tugas	+
9	KRA	Nampak selalu bekerja keras dengan tugas yang didapatnya	+
10	KS	Nampak selalu aktif dalam kelas	+
11	KYAP	Nampak tidak mau bekerja keras dengan tugas dari dosen yang tidak disukai	+
12	KDAP	Nampak sangat malas mengerjakan tugas	+
13	KK	Nampak sangat bersemangat mengerjakan tugas kuliah	+
14	KMPD	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas	-
15	KTL	Nampak sangat semangat mengikuti kuliah	+
16	KUAD	Nampak tidak antusias dalam kegiatan kuliah	+
17	KW	Nampak aktif dalam diskusi	+
18	LMDSS	Nampak semangat mengikuti kuliah	+
19	LJP	Nampak senang tidak ikut perkuliahan	-
20	LMA	Nampak tidak terlalu semangat kuliah	+
21	LPW	Nampak rajin dalam kuliah	+
22	LTM	Nampak semangat mengikuti perkuliahan	+
23	MNS	Nampak malas mengerjakan tugas	-
24	PAH	Nampak tidak suka menunda tugas	+
25	PAMS	Nampak semangat mengerjakan tugas	+
26	PBW	Nampak suka menunda tugas	+
27	NRA	Nampak semangat mengikuti perkuliahan	+

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 endurance*

Pertanyaan	Jawaban Siswa	Keterangan
Coba kamu siskagi pengertian dari self endurance yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, self endurance adalah kebutuhan untuk tahan mengatasi rintangan	Siswa sudah paham tentang pengertian self endurance
	Saya masih bingung bu belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian self endurance
Coba sebutkan indikator-indikator dari self endurance!	Indikator dari <i>self endurance</i> adalah: 1. mengerjakan pekerjaan sampai selesai 2. berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas	Siswa sudah paham

	3. bekerja keras pada suatu tugas Saya lupa bu, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator self endurance
Siapa yang tau dan dapat menyebutkan contoh-contoh dari orang yang memiliki <i>self endurance</i> tinggi dan rendah misalkan di dalam kelas?	Saya bu, contoh orang yang memiliki <i>self endurance</i> yang tinggi adalah ketua kelas, kepala sekolah, pak dosen, pak bupati, pak gubernur, pak presiden dan menteri Kemudian orang yang memiliki <i>self endurance</i> rendah adalah anak yang suka bolos tidak pernah masuk sekolah bu, jarang bergaul dengan teman, suka menyendiri.	Siswa sudah paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki self endurance
	Saya tidak tau bu	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki self endurance

3. Tabel Kisi-kisi Instrumen *self endurance*

Tabel 09. Kisi-kisi Instrumen

No	Nama Variabel	Indikator	Jumlah	No. Butir	
				+	-
1.	Self endurance	Mengerjakan pekerjaan sampai selesai	10	1, 3, 5, 7, 9	2, 4, 6, 8, 10
2.		Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas	10	11, 13, 15, 17, 19	12, 14, 16, 18, 20
3.		Bekerja keras pada suatu tugas	10	21, 23, 25, 27, 29	22, 24, 26, 28, 30
Jumlah			30	15	15

Tabel 10. Standar Kriteria *Self endurance*

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

Rumus:

Skor Ideal = jumlah item x skor maksimal

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

X_i

4. Instrumen Kuesioner

Kuesioner *Self endurance*

Identitas Responden:

Nama :

Kelas :
 Sekolah :
 Hari/ Tanggal :

Petunjuk

Berikut ini disajikan beberapa pernyataan tentang self endurance. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban dengan memberi tanda cek (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan. Jawaban Anda tidak ada yang benar dan tidak ada yang salah, oleh karena itu dimohonkan agar mengisi sesuai dengan keadaan Anda yang sebenarnya.

Alternatif Jawaban:

- ST** = Jika Anda merasa **Sangat Tinggi** dengan pernyataan.
- T** = Jika Anda merasa **Tinggi** dengan pernyataan.
- K** = Jika Anda merasa **Kurang** dengan pernyataan.
- R** = Jika Anda merasa **Rendah** dengan pernyataan.
- RS** = Jika Anda merasa **Rendah Sekali** dengan pernyataan.

No.	Pernyataan	ST	T	K	R	RS
1.	Saya tidak suka menyelesaikan pekerjaan sampai selesai					
2.	Tugas yang diberikan oleh dosen saya kerjakan dengan segera					
3.	Saya malas mengerjakan tugas yang sulit, dan saya akan mengandalkan teman					
4.	Saya sadar bahwa kewajiban saya adalah konsentrasi belajar dan berusaha					
5.	Saya tidak suka membantu teman yang sedang kesulitan					
6.	Saya selalu semangat dalam mengerjakan apapun					
7.	Saya selalu optimis dengan semua yang saya lakukan					
8.	Saya tidak pernah berniat untuk mengerjakan tugas sendiri					
9.	Saya merasa senang bila ada dosen yang aktif dan mau bertanya sama saya.					
10.	Saya tidak suka mengerjakan tugas .					
11.	Setiap pekerjaan yang saya kerjakan saya lakukan dengan senang hati					
12.	Saya lebih suka mengerjakan tugas dengan tepat waktu					
13.	Saya tidak pernah suka menulis, jadi kalau ada tugas menulis saya suruh orang lain					
14.	Saya akan sangat kecewa jika ada teman saya yang datang terlambat.					
15.	Saya akan merasa senang bila melihat teman rajin mengerjakan tugas					
16.	Saya merasa senang mengerjakan tugas dengan cepat					
17.	Saya merasa bahwa saya harus bisa menyelesaikan tugas itu dengan baik.					
18.	Saya merasa menunda tugas itu adalah biasa					
19.	Saya merasa bahwa kalau menunda tugas akan merugikan					
20.	Saya merasa bahagia bila ada yang mau mengerjakan tugas saya					
21.	Saya merasa risih bila ada tugas yang banyak.					
22.	Bila ada tugas, saya kerjakan yang mudah-mudah saja					
23.	Saya suka meminjam pekerjaan teman.					
24.	Saya lebih suka berusaha terlebih dahulu untuk tugas yang saya dapatkan					

25.	Saya merasakan kebingungan dengan adanya tugas yang banyak dan saya malas mengerjakan					
26.	Saya merasa optimis dengan tugas yang saya kerjakan.					
27.	Saya merasa sangat malas mengikuti kuliah					
28.	Saya merasa semangat kuliah.					
29.	Saya sering menunda tugas .					
30.	Saya selalu datang lebih awal ketika kuliah					

5. Pedoman Pelatihan

Latihan mengisi Buku Harian, seperti:

- i. 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 endurance* seperti contoh di atas.
- ii. Mulai mengisi buku harian sesuai dengan tanggal dan situasi saat menulis buku harian *self endurance*, kemudian tulis kegiatan/ perilaku saat situasi tersebut sesuai dengan indikator *self endurance* dalam masing-masing kolom yang sudah dibuat.
- iii. 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).
- iv. Setelah memberikan skor lalu membuat grafik harian, mingguan dan bsiskan.

6. Pedoman singkat guru BK

1. Mempersiapkan RPBK *self endurance*
2. Mempersiapkan pedoman observasi
3. Mempersiapkan pedoman wawancara
4. Mempersiapkan buku harian *self endurance*
5. Mempersiapkan instrumen *self endurance*
6. Mempersiapkan media

7. Rekomendasi/Refleksi

Setelah diberikan bimbingan kelompok kepada 14 orang siswa dan diukur dengan kuesioner *self endurance* ditemukan 2 orang memiliki *self endurance* sangat tinggi, 5 orang memiliki *self endurance* tinggi. Sisanya sebanyak 7 orang berada pada kategori kurang sehingga penting untuk diperhatikan mengikuti konseling kelompok dalam rangka meningkatkan *self endurance* dalam proses konseling kelompok. Selanjutnya disajikan data-data sebagai berikut.

Tabel 11. Data Hasil Bimbingan Kelompok *Self endurance* pada Siswa Kelas X-IIS 1

NO	NAMA	SKOR	KATEGORI
1	Gede Mudita Puja Astawa	70	Tinggi
2	Gusti Komang Ayu Rusmini	82	Sangat Tinggi
3	I Gusti Ngurah Nyoman Trisna Indrawan	85	Sangat Tinggi
4	Kadek Ayu Ria Shanti Devi	55	Kurang
5	Kadek Yuni Adnyani Putri	75	Tinggi
6	Ketut Diva Astrawan Putra	55	Kurang
7	Komang Urip Arta Darma	70	Tinggi
8	Krisnawati	75	Tinggi
9	Kadek Supriadi	50	Kurang
10	Nyoman Robi Aria Pratama	75	Tinggi
JUMLAH		ST = 2	
		T = 5	
		K = 3	

LAMPIRAN 19. RPBK KONSELING KELOMPOK

RPBK

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

SETTING KONSELING KELOMPOK

PENGEMBANGAN SELF ENDURANCE



OLEH:

Ni Made Inggit Gita Yunidar



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
2020
LEMBAR PENGESAHAN
RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING
(RPBK)**

A. IDENTITAS

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK	: Ni Made Inggit Gita Yunidar
NIM/NIP	: 1511011011
Semester/Kelas	: 8/A
Program Studi	: Bimbingan Konseling
Email	: nimadeinggitgy@gmail.com
Setting	: Konseling Kelompok
Jenis Layanan	: Orientasi
Bidang Layanan	: Pribadi
Kelas	: X IIS 1
Sekolah	: SMA N 1 SUKASADA
Matkul	: PPL Real, Internship, Riset

Singaraja, 08 Desember 2019

Makons,

Ni Made Inggit Gita Yunidar
NIM. 1511011011

Guru Pamong

Dosen Pembimbing,

Ni Luh Kompiang Oka Pariasih, M.Pd
Kons
NIP. 196706061992032019

Prof. Dr. Ketut Dharsana, M.Pd.,
NIP. 1959119570801 198303 1 003

Menyetujui,
Ketua Kaprodi Bimbingan Konseling

Mengetahui,
Kepala SMA N 1 Sukasada

Dr. Kadek Suranata, S.Pd.,M.Pd
NIP. 19820816 200812 1 002

Drs. Putu Dana,M.Si
NIP. 19620818 198903 1 011

(RPBK)

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

Nama Sekolah : SMAN 1 SUKASADA
Kelas/ Semester : X/1
Siklus : I (SATU)
Pertemuan (P) : P1, P2, P3, P4
Alokasi Waktu : 30 menit (07.30- 08.00)
Bidang layanan : Pribadi
Jenis layanan : Orientasi (Konseling Kelompok)
Standar Kompetensi : Memahami Self Endurance
Kompetensi Dasar : Siswa mampu memahami, mengenal, dan menerapkan
Self endurance

A. Indikator :

1. Siswa dapat memahami pengertian *Self endurance* serta indikator *Self endurance* yaitu:
 - Disposisi seseorang untuk mengerjakan pekerjaan samapai selesai
 - Disposisi seseorang untuk berusaha mengerjakan pekerjaan sampai tuntas
 - Disposisi seseorang untuk bekerja keras pada suatu tugas
2. Siswa dapat mengetahui contoh-contoh orang yang memiliki minat persusive tinggi dan *Self endurance* rendah dari masing-masing indicator *Self endurance*
3. Siswa dapat menerapkan masing-masing indicator *Self endurance* dalam bidang pribadi

B. Tujuan :

Adapun tujuan layanan ini adalah:

1. Untuk dapat memahami pengertian *Self endurance* serta indicator *Self endurance* yaitu:
 - a. Disposisi seseorang untuk mendekati orang Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai
 - b. Disposisi seseorang untuk Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas
 - c. Disposisi seseorang untuk Bekerja keras pada suatu tugas
2. Untuk dapat mengetahui contoh-contoh orang yang memiliki *Self endurance* tinggi dan *Self endurance* rendah dari masing-masing indicator *Self Endurance*
3. Untuk dapat menerapkan masing-masing indikator *Self endurance* dalam bidang pribadi

C. Materi :

1. Pengertian Self Endurance

SelfEndurance adalah kebutuhan untuk tahan mengatasi rintangan meliputi mengerjakan sesuatu pekerjaan sampai selesai,berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas,bekerja keras pada suatu tugas (Dharsana:1000). Menurut kamus inggris-indonesia,Indonesia inggris keperibadian endurance adalah kemampuan untuk melakukan ketahanan aktifitas (ochis.m.jhon.2010."Kamusinggris-indonesia,Indonesia-inggris:20. Berikut ini dijelaskan indikator-indikator tersebut sebagai berikut:

- (1) Disposisi seseorang untuk Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai adalah keperibadian yang dimiliki seseorang untuk dapat mengerjakan suatu pekerjaan hingga selesai dan didapatkan hasil yang baik dari pekerjaan yang telah dikerjakan
Contohnya: konselor, guru, dan dosen.
- (2) Disposisi seseorang untuk Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas adalah keperibadian yang dimiliki seseorang untuk bisa menyelesaikan tugas ataupun pekerjaannya dengan cara bekerja sekeras mungkin sehingga pada akhirnya pekerjaan tersebut dapat terselesaikan
Contohnya: sales man /girl, manager, direktur, pemuka agama, pedagang, dan pelatih.
- (3) Disposisi seseorang untuk Bekerja keras pada suatu tugas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu bekerja keras terhadap tugas-tugas tertentu yang telah didapatnya,sehingga bisa selesai dengan baik.Contohnya: presiden, walikota, gubernur, ketua kelas, bupati, dan guide.

Sedangkan menurut ahli lainnya mengenai *Self endurance* yaitu menurut Rohadian dalam Kamus Dwibahasa Oxford (1999:208) *Self endurance* adalah Ketahanan. Definisi tersebut mengandung 1 indikator yaitu: (1) disposisi seseorang untuk Ketahan orang. Menurut Chulsum dkk.dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2006:530)

2. Contoh orang-orang yang memiliki minat persusive tinggi dan *Self endurance* rendah

Orang yang memiliki *Self endurance* tinggi:



Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons. Seorang dosen yang memiliki self endurance tinggi. Beliau adalah seorang yang mampu mengerjakan suatu pekerjaan sesuatu dengan semangat, selalu berusaha keras untuk mengerjakan tugasnya dan tidak pernah mengeluh.

Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S. adalah seorang dosen, ketua jurusan BK sekaligus menjabat sebagai PD I FIP Undiksha. Beliau sering menjadi narasumber dalam seminar dan workshop di dalam kampus maupun di luar kampus. Beliau mampu mengerjakan pekerjaan sampai selesai.



temannya di kelas. Ia sangat aktif di dalam kelas untuk mengemukakan pendapat, setiap pendapat yang disampaikan mudah untuk diterima temannya sehingga mereka terpengaruh.



Salah satu siswi ini adalah siswi berprestasi di sekolah. Ia aktif mengikuti organisasi dan juga sering mengikuti olimpiade mata pelajaran tertentu. Ia juga pernah mencalonkan sebagai ketua OSIS. Ia mampu untuk mendekati dan mempengaruhi temannya di kelas agar mau tetap berusaha keras dengan semua tugas-

Ketut Diva Astrawan P. adalah seorang ketua kelas di kelas X IIS 1. ia memiliki Self Endurance tinggi karena mampu Ia mampu untuk mendekati dan mempengaruhi temannya di kelas agar mau tetap berusaha keras dengan semua tugas-tugas yang didapatkan dikelas

Orang yang memiliki *Self endurance* rendah:



Beberapa siswa yang memiliki self endurance rendah, karna mereka tidak mau berusaha menyelesaikan tugasnya dengan baik dan selalu mengeluh

Salah satu siswa yang terkadang kurang focus untuk menerima pelajaran di kelas, ia sering terlihat mengganggu teman yang duduk di sebelahnya. Ia juga tidak pernah bersemangat dan selalu

Balik adalah salah satu siswa yang sulit untuk bisa mengerjakan tugasnya dengan baik dan selalau mengeluh dalam mengerjakan tugas dikelas



3. Penerapan *Self endurance* :

Penerapan *Self endurance* dapat dilakukan dengan cara atau teknik *modeling*. Siswa dapat dilatih melakukan standar-standar komunikasi

(senyum, sapa, salam, greating). Dilatih cara komunikasi yang baik, sopan, efektif, dan komunikatif. Penerapan dalam bidang pribadi ini yaitu mempengaruhi pada salah satu individu untuk mendapatkan kepercayaan serta dapat membujuk orang tersebut, misalkan saja siswa A sedang curhat pada temannya yaitu B, ia berani untuk menceritakan semua itu karena B memperoleh kepercayaan penuh dari A. Selain itu juga penerapannya dilakukan dengan memberikan sebuah pertunjukan sosiodrama, dimana pemilihan tokoh-tokohnya harus disesuaikan dengan kebutuhan *Self endurance* siswa yang sudah disesuaikan dengan prosedur dan langkah-langkah sosiodrama di bawah yang akan dijabarkan. Setelah dilakukan teknik tersebut dilanjutkan dengan konseling kelompok, dan terakhir pada konseling individual. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *Self endurance* tersebut ke dalam bidang pribadi.

Tabel 01. Data Konseling Kelompok dari Observasi Gejala *Self endurance* di kelas X-IIS 1

No	Nama siswa	Gejala perilaku
1	GMPA	Nampak suka mengerjakan tugas sampai selesai
2	GRP	Nampak selalu berjuang keras jika mendapat persoalan yang serius
3	GKR	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
4	GMAM	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas kuliah
5	IGNNTI	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
6	KARSD	Nampak selalu antusias dalam ikut perkuliahan
7	KMPD	Nampak selalu tergesa-gesa mengerjakan tugas kuliah
8	KM	Nampak tidak suka berusaha menyelesaikan tugas
9	KRA	Nampak selalu bekerja keras dengan tugas yang didapatnya
10	KS	Nampak selalu aktif dalam kelas
11	KYAP	Nampak tidak mau bekerja keras dengan tugas dari dosen yang tidak disukai
12	KDAP	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
13	KK	Nampak sangat bersemangat mengerjakan tugas kuliah
14	KMPD	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas
15	KTL	Nampak sangat semangat mengikuti kuliah
16	KUAD	Nampak tidak antusias dalam kegiatan kuliah

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 Behavioral

a. Filosofis

- 1) Teori konseling behavioral mengandung filosofis atau pandangan terhadap *Self endurance* yaitu mengenai penekanan pada perubahan tingkah laku. Karena seperti yang telah diketahui bahwa “konseling Behavioral adalah teori konseling yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses latihan. Oleh karena itu sasaran konseling behavioral adalah membentuk dan mempertahankan perilaku *Selfendurance* sehingga *Self endurance* tersebut dapat dimunculkan dan diterapkan dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir. Proses interaksi sosial dibangun melalui contoh-contoh di masyarakat, keluarga, dan lingkungannya yang baik dan sebaliknya.
- 2) Prosedur Konseling Behavioral

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

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

Langkah-langkah Konseling Behavioral

Mengandung langkah-langkah peningkatan *Self endurance* sebagai berikut:

- 1) memperkenalkan konsep *Self endurance*,
- 2) memberikan contoh-contoh *Self endurance*,
- 3) menerapkan/melakukan treatment *Self endurance* melalui teknik konseling.

E. Teknik Konseling *Modeling*

a. Pengertian Teknik *Modeling*

Modeling merupakan salah satu teknik konseling yang dikembangkan oleh Albert Bandura yang berakar dari teori belajar (*social learning*). Menurut Bandura (dalam Mochamad Nursalim, 2013:121) menyatakan bahwa yang dimaksud *modeling* adalah suatu teknik dalam konseling yang menggunakan proses belajar melalui pengamatan model dan perubahan perilaku yang terjadi karena peniruan.

b. Prosedur Melakukan Teknik *Modeling*

Untuk dapat melakukan hal itu dilanjutkan melalui prosedur sebagai berikut:

- 7) Menyebarkan lembaran tes self endurance
- 8) Menganalisis hasil tes self endurance
- 9) Menyebarkan lembaran kuesioner self endurance
- 10) Menganalisis hasil kuesioner self endurance
- 11) Menulis dan menyajikan RPBK serta melakukan pelatihan-pelatihan *modeling* dengan melatih self endurance
- 12) Menyaksikan tampilan *modeling*

c. Langkah-langkah Teknik Konseling *Modeling* :

Menurut Gantina Komalasari dkk, (2011:179) langkah-langkah proses *modeling* dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- 1) Menetapkan bentuk penokohan (*live model, symbolic model, multiple model*)
- 2) Pada *live model*, pilih model yang bersahabat atau teman sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti usia, status ekonomi, dan penampilan fisik.
- 3) Bila mungkin gunakan lebih dari satu model.
- 4) Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli.

- 5) Kombinasikan *modeling* dengan aturan, instruksi, behavioral rehearsal, dan penguatan.
- 6) Pada saat konseli memperhatikan penampilan tokoh berikan penguatan alamiah.
- 7) Bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila tidak makabuat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap peniruan tingkah laku yang tapat.
- 8) Bila perilaku bersifat kompleks, maka episode *modeling* dilakukan mulai dari yang paling mudah ke yang lebih sulit.
- 9) Skenario *modeling* harus dibuat realistik.

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?
 - 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
5. *Reflection of feeling* adalah kemampuan konselor merefleksikan perasaan konseli dalam proses konseling
6. *Reflection of meaning* adalah kemampuan konselor merefleksikan arti kata yang dikatakan atau diucapkan konseli dalam proses konseling.
7. *FocusingClien,problemother,we”intervenewer, cultural/environmental* adalah kemampuan konselor fokus kepadakonseli dalam wawancara,kebudayan atau konteksnya dalam proses konseling .

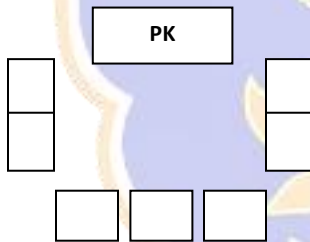
8. *Influencing skills* adalah ketrampilan yang mempengaruhi konselor dalam proses konseling, yang terdiri dari :
9. *Direktiv* adalah kemampuan konselor mengarahkan dan menunjukkan konseli ke arah yang lebih baik dalam proses konseling
10. *Logical consequences* adalah kemampuan konselor memberikan akibat yang baik dalam proses konseling.
11. *Interpretation* adalah kemampuan konselor menafsirkan apa yang terjadi dalam proses konseling
12. *Self disclosure* adalah kemampuan konselor membuka diri dalam proses konseling
13. *Advice/information/Explanation/instruction* adalah kemampuan konselor memberikan nasehat, informasi, penjelasan dan intuksi kepada konseli dalam proses konseling.
14. *Feedback* adalah kemampuan konselor memberikan motivasi kepada konseli dalam proses konseli contoh : “ya ibu yakin kamu pasti bisa melakukannya”,
15. *Influencing summary* adalah kemampuan konselor memberiksn ringkasan pada konseli dalam proses konseling.
16. *Confrontation* adalah kemampuan konselor memperhatikan konseli dalam proses konseling yang terdiri dari :
17. *Disrepancies* adalah kemampuan konselor mengutarakan ketidaksetujuan kepada klien dalam proses konseling
18. *Incognuit* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan ketidakcocokan yang dihadapi konseli dalam proses konseling.
19. *Skill sequencing adnstructuring the interview* adalah kemampuan konselor mengembangkan dan membuat wawancara yang terstruktur dalam proses konseling.
20. *Pesonal dan teory counseling skill integration* adalah kemampuan konselor memadukan dan menyatukan konseli dalam proses konseling.
21. *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 konseling saja.
 - b. Skill Mikro Konseling : Keterampilan Attending seperti:
Kontak Mata (melihat konseli pada saat di berbicara pada konseli begitu pula sebaliknya)
22. Ekspresi wajah (Tenang, ceria dan tersenyum)
 - a. Sapaan
 - b. Salam/jabat tangan
 - c. Kualitas Suara (ehem, iya)
 - d. Anggukan (body language)

- e. Posisi Tubuh (agak condong ke arah konseli, jarak antara konselor dengan konseli agak dekat, duduk akrab berhadapan atau berdampingan)
- 23. Mendengarkan (aktif penuh perhatian, tidak memotong pembicaraan konseli)
 - a. Group (kelompok)
 - b. *Class room* (kelas)

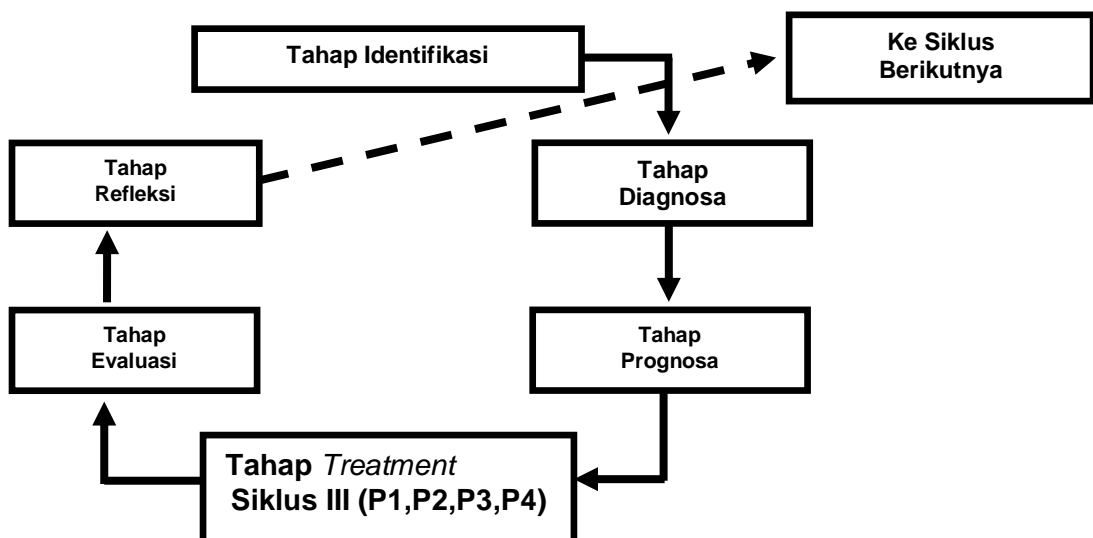
F. Langkah dan Prosedur Pelaksanaan Konseling Kelompok

1. Langkah-langkah :

- a. Persiapan RPBK
 - 1. Observasi
 - 2. Wawancara
 - 3. Penyebaran tes *Self endurance*
- b. Persiapan media
- c. Persiapan kelompok sosiodrama
- d. Persiapan pementasan sosiodrama
- e. Penyajian
- f. Penyebaran kuesioner (refleksi terlampir)
- g. Pelatihan pengisian buku harian (terlampir)
- h. Pembentukan Kelompok



Pelaksanaan Konseling Kelompok



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

1. 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 endurance* rendah dan sedang.

2. Tahap Diagnosa

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

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

4. Tahap *Treatment*

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

5. 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 endurance* siswa.

2. Prosedur :

a. Apersepsi

Ucapan Salam :

Selamat pagi anak-anak.

Om Swastyastu, Assalamualaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan pertemuan kita sebelumnya, ibu ingin bertanya pada kalian apakah sudah benar-benar paham mengenai *self endurance* itu seperti apa, kemudian contoh-contoh, dan penerapannya? 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.

b. Inti

Daftar Nama Bimbingan Kelompok Siswa Kelas X-IIS 1

Tabel 02. Daftar Nama Siswa Konseling Kelompok

NO	NAMA	KELOMPOK
1	Gede Mudita Puja Astawa	I
2	Gede Riski Pranata	
3	Gusti Komang Rusmini	
4	Gusti Made Ayu Mariani	
5	I Gusti Ngurah Nyoman Trisna Indrawan	
6	Kadek Ayu Ria Shanti Devi	
7	Kadek Mas Padma Dewi	
8	Kadek Mudana	
9	Kadek Restu Ardika	
10	Kadek Supriadi	II
11	Kadek Yuni Adnyani Putri	
12	Ketut Diva Astrawan Putra	
13	Ketut Krisnawati	
14	Komang Mas Puspa Dewi	
15	Komang Tri Lasmini	
16	Komang Urip Arta Darma	
17	Krisnawati	
18	Lucia Maria Dos Santos Salsinha	
19	Luh Juli Purnami	III
20	Luh Meli Andani	
21	Luh Putu Wulantari	
22	Luh Tudian Maharani	
23	Muhammad Nikko Syaputra	
24	Putu Agus Hendrawan	
25	Putu Ayu Merta Sari	

26	Putu Balik Widiastana	
27	Nyoman Robi Aria Pratama	

Tabel 03. Proses Konseling Kelompok

PROSES	<p>Tahap Pembentukan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. "Selamat pagi anak-anak" 2. "anak-anak agar kegiatan diskusi ini dapat berjalan dengan lancar, marilah kita berdoa sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing. Berdoa mulai...selesai" 3. "anak-anak, Ibu mengucapkan terima kasih karena telah bersedia hadir untuk ikut bersama-sama mendiskusikan masalah yang sedang kita hadapi dan mencari solusinya". 4. "anak-anak, tujuan dari konseling kelompok ini yaitu untuk mengentaskan masalah pribadi yang dialami anggota kelompok, sehingga memperoleh kemandirian serta dapat mengembangkan potensi diri, sosialisasi yang berguna, antara lain berani berbicara dimuka umum, berani mengemukakan pendapat dan berani menanggapi pendapat orang lain." 5. "anak-anak dalam pelaksanaan konseling kelompok ini ada tiga tahap yaitu : <ol style="list-style-type: none"> a. Tahap pembentukan b. Tahap kegiatan c. Tahap pengakhiran 6. "selain tiga tahap tersebut ada beberapa asas yang harus kita patuhi dalam kegiatan konseling kelompok yaitu : <ol style="list-style-type: none"> a. Asas kesukarelaan: setiap anggota kelompok diharapkan secara sukarela menyampaikan pendapat tanpa ada paksaan. b. Asas keterbukaan: agar kegiatan kelompok menjadi dinamis diharapkan anggota untuk lebih terbuka. c. Asas kegiatan: partisipasi dari semua anggota kelompok sangat diharapkan agar kegiatan menjadi lebih bermakna. d. Asas kenormatifan: dalam menyampaikan ide, pendapat, pengalaman dengan gaya bahasa yang baik dan benar dengan tidak memojokkan anggota kelompok. e. Asas kerahasiaan: apabila dalam pembicaraan nantinya berkaitan dengan kehidupan seseorang, diharapkan setiap anggota kelompok untuk merahasiakannya. 7. "Anak-anak, perkenalkan nama Ibu Siska (kemudian anggota kelompok memperkenalkan diri) 8. "Anak – anak agar lebih mengakrabkan dan menumbuhkan semangat kebersamaan antar anggota kelompok, marilah kita lanjutkan ke permainan. Untuk permainan yang kita lakukan adalah menyanyi yang disertai dengan memindahkan bolpoin dari satu anggota ke anggota kelompok yang lain. Salah satu anggota kelompok yang mendapatkan bolpoin tersebut pada akhir nyanyian, maka diberikan kesempatan untuk menyanyi atau bercerita. Karena waktu permainan telah usai, kita lanjutkan pada tahap selanjutnya yaitu tahap kegiatan"
	<p>Tahap Kegiatan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. "Anak – anak, masalah yang akan kita bahas nanti adalah masalah yang dialami anggota kelompok sehingga kita mengetahui masalah yang dialami anggota kelompok dan mampu mencari solusi yang tepat serta memecahkan masalah tersebut. Sekarang Ibu persilahkan anak- anak untuk menyampaikan masalah masing- masing"(anggota kelompok mengajukan permasalahan yang dialami) 2. "Tadi kalian sudah menyampaikan masalah yang kalian alami. Anak-anak, sekarang Ibu berikan waktu untuk memilih salah satu masalah kemudian tulis masalah tersebut didalam kertas yang sudah di bagikan. Setelah selesai ditulis, kumpulkan pada Ibu. (pemimpin kelompok mengumpulkan kertas yang di bagikan tadi setelah diisi masalah sesuai pilihan anggota kelompok kemudian dihitung). 3. "Masalah yang dibahas sesuai dengan hasil pilihan anggota kelompok dan masalah tersebut adalah masalah yang dianggap paling diprioritaskan untuk dibahas dalam konseling kelompok ini" nah dari topik/masalah yang telah kalian tulis tadi, ada 3 orang yang memilih masalah mengenai carameningkatkan <i>Self endurance</i> siswa di sekolah." "Nah anak-anak, masalah yang kita bahas dalam konseling kelompok ini adalah masalah mengenai bagaimana cara meningkatkan <i>Self endurance</i>

	<p>siswa di sekolah. Sebelumnya, siapa yang bisa menjelaskan apa itu <i>Self endurance</i> ?” (beberapa anak menjelaskan pengertian <i>Self endurance</i>). Nah dari beberapa pendapat teman kalian, dapat Ibu simpulkan bahwa <i>Self endurance</i> adalah mengerjakan pekerjaan sampai selesai, berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, bekerja keras pada suatu tugas. Maka dari definisi tersebut dalam hal ini <i>Self endurance</i> mengandung 3 aspek yaitu: (1) disposisi seseorang untuk mengerjakan pekerjaan sampai selesai (2) disposisi seseorang untuk berusaha mengerjakan pekerjaan sampai tuntas (3) disposisi seseorang untuk bekerja keras pada suatu tugas</p> <p>4. “Nah sekarang adakah yang bisa memberikan pendapat mengenai bagaimana ciri-ciri orang yang memiliki <i>Self endurance</i> yang tinggi? (beberapa siswa mengajukan pendapatnya mengenai ciri-ciri orang yang memiliki <i>Self endurance</i> yang tinggi)</p> <p>“anak-anak kita dapat mengenali ciri-ciri orang yang memiliki <i>Self endurance</i> tinggi dari hasil psikotes yang kalian punya tersebut. Dalam hasil psikotes di halaman belakang tersebut ada beberapa aspek yaitu: (1) disposisi seseorang untuk mengerjakan pekerjaan sampai selesai (2) disposisi seseorang untuk berusaha mengerjakan pekerjaan sampai tuntas (3) disposisi seseorang untuk bekerja keras pada suatu tugas</p> <p>5. “Nah sekarang kita lakukan lagi permainan ya, kalian terlihat tegang sekali. Mungkin dari anak-anak sekalian ada yang memiliki ide permainan apa yang asyik untuk kita mainkan sekarang”. salah satu siswa mengajukan permainan tebak gambar dimana dipilih salah satu ketua tim lalu anggota tim membalikkan badannya. Konselor memberikan klu pada ketua tim dan lalu dituangkan dalam bentuk gambar. Setiap orang memiliki waktu 10 detik untuk menggambarkan klu tersebut. setiap anggota dilarang mengeluarkan suara. Setelah ketua tim selesai menggambar, dilanjutkan dengan menepuk ungging anggota yang ada di depannya, lalu diperlihatkan gambarnya untuk digambar kembali, begitu selanjutnya. Jika anggota-anggota lain tidak dapat menjawab maka mereka akan dihukum sesuai kesepakatan.</p> <p>Tahap Pengakhiran</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. “Nah bagaimana perasaannya sekarang? Sudah kembali senang? Bagus sekali, dari apa yang sudah kita bahas tadi, kita sudah memahami tentang <i>Self endurance</i> , contoh orang yang memiliki <i>Self endurance</i> tinggi vs rendah, dan cara menerapkan <i>Self endurance</i> dalam kehidupan sehari-hari” 2. “Sekarang Ibu berikan kesempatan kepada anak-anak untuk menyampaikan penilaian anak-anak terhadap anggota kelompok yang lain mengenai kemajuan yang di capai masing-masing peserta (beberapa anak menyampaikan kemajuan yang di capai oleh anggota kelompok yang lain melalui buku harian mereka” 3. “Dari kegiatan konseling kelompok yang sudah kita laksanakan tadi, silahkan kemukakan pesan dan kesan anda tentang jalannya kegiatan ini. (Beberapa anggota kelompok menyampaikan kesan dan pesan serta tanggapannya tentang pelaksanaan konseling kelompok ini) 4. “Kegiatan kita cukupkan sampai disini, untuk selanjutnya kita kembali ke kegiatan masing-masing. Untuk pertemuan berikutnya kita sepakati minggu depan ya.” 5. “Anak-anak demikian kegiatan yang telah kita lakukan bersama, tidak lupa Ibu ucapkan terima kasih atas kesediaan serta partisipasinya karena sudah mengikuti kegiatan ini sampai akhir. 6. Karena kegiatan ini kita awali dengan doa, maka kita akhiri pula dengan doa, berdoa sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa.....mulai,.....selesai. 7. pertemuan kita akhiri sampai disini, sampai bertemu pada kesempatan berikutnya, selamat siang...
--	--

Penugasan

a. Berlatih melakukan standar-standar *Self endurance* yang baik

Contoh : melakukan *Self endurance* .

b. berlatih mengisi buku harian.

c. Mengisi, menulis buku harian dalam situasi *Self endurance* .

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 endurance* yang ada dalam diri kalian. Akhir kata, ibu mengucapkan terimakasih atas perhatian dan partisipasinya.
 Ucapan paramasanthi, Wassalamualaikum Wr. Wb.
 Ucapan terimakasih.

Tabel 04. Skor Kriteria *Self endurance*

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

- Chulsum, Umi dan Windy Nova.2006. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Surabaya: Yoshiko Press.
- 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.

H. Media dan Alat

- Media : Bermain peran sosiodrama, Kuesioner, Buku Harian,
 Alat : Laptop, LCD, Buku

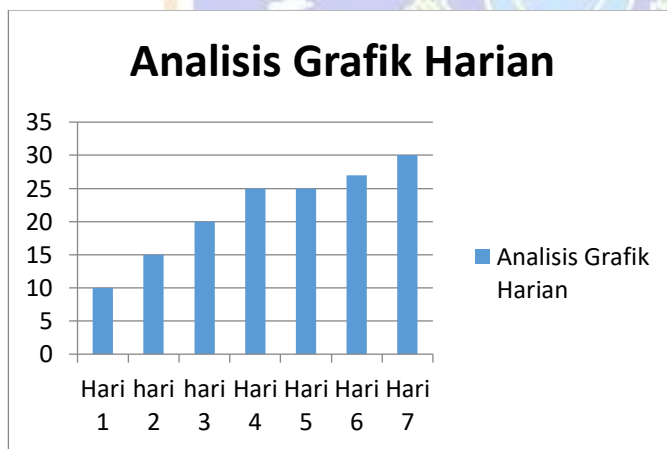
I. Buku Harian *Self endurance*

Tabel 04. Buku Harian *Self endurance*

No.	Hari/tanggal	Situasi	Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai	Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas	Bekerja keras pada suatu tugas adalah keberibadian	Kriteria pencapaian 0-100

1.	Senin/ 01 Apr 2015 Jam. 7.30-13.00	Belajar di kelas interaksi dengan teman	A: Yani, kamu sibuk tidak sekarang? B: tidak, ada apa Ulan?	A: Saya ingin meminta tolong untuk mengajarku matematika. B: Saya juga kurang faham semua materi itu Ulan.	A: Hanya pitagoras saja Yani, kamu pasti bisa. Kamukan cukup pandai pelajaran matematika. B: Ya, baiklah saya coba ya.	10
2.	Senin/ 01 Apr 2015 Jam. 13.00-15.00	Interaksi di kost	A: Lel, buat PR yang kemarin dikasih pak guru itu yuk? B: Memangnya kamu nyatat tugas PR yang kemarin lel?	A: Sudah kok lel, tapi aku masih belum mengerti ayo kita kerjakan sekrang B: ooh ya dah, ayo sekrang kita buat di rumahmu.	A: ia ayo kita jalan kerumahmu sekarang B: ayo, pake motornya kamu ya bonceng aku.	20
3.	Senin/ 01 Apr 2015 Jam. 17.00-18.00	Interaksi di kost dengan teman kost	A: Kak, saya boleh minta tolong tidak sekali saja! Saya benar-benar butuh bantuan kakak. B: Bantuan apa Ulan?	A: saya diberi tugas sama guru bhs inggris tetapi saya tidak menegrti kak, tolong ajarkan saya kak, soalnya kakak pintar bahasa inggris. B: ooh gitu, ia kakak coba bantu, tapi adik juga harus belajar dan denger kakak ya agar adik menegrti.	A: ia kak adek janji pasti akan belajar bener, agar saya mengerti bhasa inggris juga kak, saya akan bekerja keras dan berusaha dengan cara belajar kak. B : ia dek, nanti kerumah kakak aja ya, bawa kamus bahasa inggris agar nanti adek gampang nulis.	15

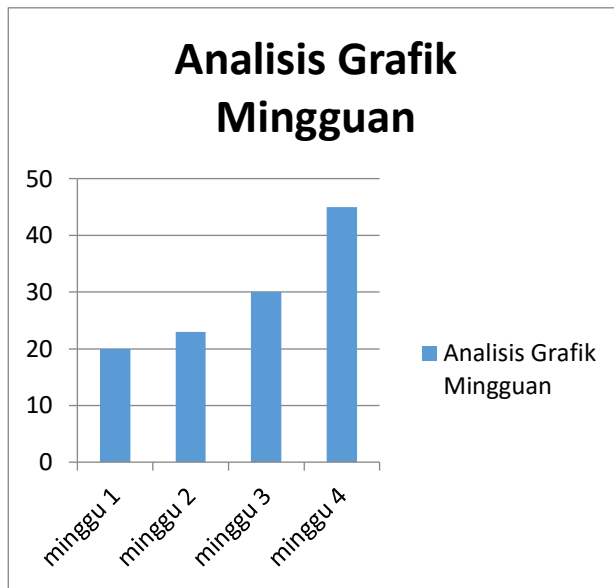
Grafik 01. Grafik Harian



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

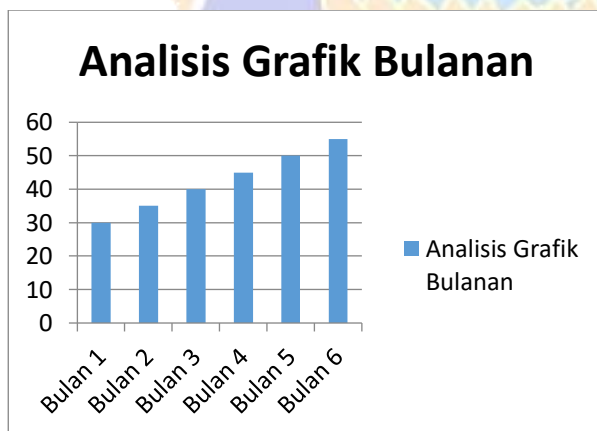
7

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. Pengertian Self Endurance

SelfEndurance adalah kebutuhan untuk tahan mengatasi rintangan meliputi mengerjakan sesuatu pekerjaan sampai selesai,berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, bekerja keras pada suatu tugas (Dharsana:1000) Menurut kamus inggris-indonesia,Indonesia inggris keperibadian endurance adalah kemampuan untuk melakukan ketahanan aktifitas (ochis.m.jhon.2010."Kamusinggris-indonesia,Indonesia-inggris:20. Berikut ini dijelaskan indikator-indikator tersebut sebagai berikut:

- a. Disposisi seseorang untuk Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai adalah keperibadian yang dimiliki seseorang untuk dapat mengerjakan suatu pekerjaan hingga selesai dan didapatkan hasil yang baik dari pekerjaan yang telah dikerjakan
Contohnya: konselor, guru, dan dosen.
- b. Disposisi seseorang untuk Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas adalah keperibadian yang dimiliki seseorang untuk bisa menyelesaikan tugas ataupun pekerjaannya dengan cara bekerja sekeras mungkin sehingga pada akhirnya pekerjaan tersebut dapat terselesaikan
Contohnya: sales man /girl, manager, direktur, pemuka agama, pedagang, dan pelatih.
- c. Disposisi seseorang untuk Bekerja keras pada suatu tugas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu bekerja keras terhadap tugas-tugas tertentu yang telah didapatnya,sehingga bisa selesai dengan baik.Contohnya: presiden, walikota, gubernur, ketua kelas, bupati, dan guide. Sedangkan menurut ahli lainnya mengenai *Self endurance* yaitu menurut Rohadian dalam Kamus Dwibahasa Oxford (1999:208) *Self endurance* adalah Ketahanan. Definisi tersebut mengandung 1 indikator yaitu: (1) disposisi seseorang untuk Ketahan orang. Menurut Chulsum dkk.dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2006:530)
- d. Contoh orang-orang yang memiliki minat persusive tinggi dan *Self endurance* rendah
Orang yang memiliki *Self endurance* tinggi:
Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons; Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S; I Dewa Agung Permana P.; Ulan Sari; Yani Aryaswari.
Orang yang memiliki *Self endurance* rendah:
Seseorang yang jarang bergaul dengan orang lain, sulit untuk memperoleh kepercayaan dari orang lain, dan juga orang yang tidak mampu memengaruhi orang lain.
- e. Penerapan *Self endurance* :
Penerapan *Self endurance* dapat dilakukan dengan cara atau teknik *modeling* Siswa dapat dilatih melakukan standar-standar komunikasi (senyum, sapa, salam, greating). Dilatih cara komunikasi yang baik, sopan, efektif, dan komunikatif. Penerapan dalam bidang pribadi ini yaitu mempengaruhi pada salah satu individu untuk mendapatkan kepercayaan serta dapat membujuk orang tersebut, misalkan saja siswa A sedang curhat pada temannya yaitu B, ia

berani untuk menceritakan semua itu karena B memperoleh kepercayaan penuh dari A. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *Self endurance* tersebut ke dalam bidang pribadi.

2. Definisi Operational

Instrumen ini digunakan untuk mengetahui pengertian *Self endurance*, orang yang memiliki *Self endurance*, dan mengetahui cara untuk menerapkan *Self endurance* 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 endurance</i>	7) Disposisi seseorang untuk Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai		
	8) Disposisi seseorang untuk Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas		
	9) Disposisi seseorang untuk Bekerja keras pada suatu tugas		

Tabel 07. Hasil Pengamatan Observasi *Self endurance* di Kelas VIII-b

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 endurance* Kelas X IIS1

No	Nama siswa	Gejala perilaku
1	GMPA	Nampak suka mengerjakan tugas sampai selesai
2	GRP	Nampak selalu berjuang keras jika mendapat persoalan yang serius
3	GKR	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
4	GMAM	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas kuliah
5	IGNNTI	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
6	KARSD	Nampak selalu antusias dalam ikut perkuliahan
7	KMPD	Nampak selalu tergesa-gesa mengerjakan tugas kuliah
8	KM	Nampak tidak suka berusaha menyelesaikan tugas
9	KRA	Nampak selalu bekerja keras dengan tugas yang didapatnya
10	KS	Nampak selalu aktif dalam kelas
11	KYAP	Nampak tidak mau bekerja keras dengan tugas dari dosen yang tidak disukai
12	KDAP	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
13	KK	Nampak sangat bersemangat mengerjakan tugas kuliah

14	KMPD	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas
15	KTL	Nampak sangat semangat mengikuti kuliah
16	KUAD	Nampak tidak antusias dalam kegiatan kuliah
17	KW	Nampak aktif dalam diskusi
18	LMDSS	Nampak semangat mengikuti kuliah
19	LJP	Nampak tidak terlalu semangat kuliah
20	LMA	Nampak rajin dalam kuliah
21	LPW	Nampak semangat mengikuti perkuliahan
22	LTM	Nampak malas mengerjakan tugas
23	MNS	Nampak tidak suka menunda tugas
24	PAH	Nampak semangat mengerjakan tugas
25	PAMS	Nampak suka menunda tugas
26	PBW	Nampak semangat mengikuti perkuliahan
27	NRA	Nampak senang tidak ikut perkuliahan

Pertanyaan	Jawaban Siswa	Keterangan
Coba kamu ulangi pengertian dari <i>Self endurance</i> yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, <i>Self endurance</i> adalah untuk mengerjakan pekerjaan sampai selesai mengerjakan pekerjaan sampai tuntas berusaha keras pada suatu tugas.	Siswa sudah paham tentang pengertian <i>Self endurance</i>
	Saya masih bingung bubblelun paham	Siswa belum paham tentang pengertian <i>Self endurance</i>
Coba sebutkan indikator-indikator dari <i>Self endurance</i> !	Indikator dari <i>Self endurance</i> adalah: 1. Disposisi seseorang untuk mengerjakan pekerjaan sampai selesai 2. Disposisi seseorang untuk berusaha mengerjakan pekerjaan sampai tuntas 3. Disposisi seseorang untuk bekerja keras pada suatu tugas	Siswa sudah paham
	Saya lupa bu, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator <i>Self endurance</i>
Siapa yang tau dan dapat menyebutkan contoh-contoh dari orang yang memiliki <i>Self endurance</i> tinggi dan rendah misalkan di dalam kelas?	Saya bu, contoh orang yang memiliki <i>Self endurance</i> yang tinggi adalah ketua kelas, kepala sekolah, pak dosen, pak bupati, pak gubernur, pak presiden dan menteri Kemudian orang yang memiliki <i>Self endurance</i> rendah adalah anak yang suka bolos tidak pernah masuk sekolah bu, jarang mengerjakan tugas.	Siswa sudah paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki <i>Self endurance</i>
	Saya tidak tau bu	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki <i>Self endurance</i>

3. Tabel Kisi-kisi Instrumen *Self endurance*

Tabel 10. Standar Kriteria *Self endurance*

Tabel 08. Kisi-kisi Instrumen

No	Nama Variabel	Indikator	Jumlah	No. Butir	
				+	-
1.	Self endurance	Disposisi seseorang untuk Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai	13	6,7,12,16,17,19,24.	3,8,20,21,22,23.
2.		Disposisi seseorang untuk Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas	8	2,9,15,28.	5,10,14,29
3.		Disposisi seseorang untuk Bekerja keras pada suatu tugas	9	4,11,26,30.	1,13,18,25,27.
Jumlah			30	15	15

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

Rumus:

Skor Ideal = jumlah item x skor maksimal

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

X_i

4. Instrumen Kuesioner

Kuesioner Self endurance

Identitas Responden:

Nama :

Kelas :

Sekolah :

Hari/ Tanggal :

Petunjuk

Berikut ini disajikan beberapa pernyataan tentang *Self endurance*. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban dengan memberi tanda cek (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan. Jawaban Anda tidak ada yang benar dan tidak ada yang salah, oleh karena itu dimohonkan agar mengisi sesuai dengan keadaan Anda yang sebenarnya.

Alternatif Jawaban:

ST = Jika Anda merasa **Sangat Tinggi** dengan pernyataan.

T = Jika Anda merasa **Tinggi** dengan pernyataan.

- K** = Jika Anda merasa **Kurang** dengan pernyataan.
R = Jika Anda merasa **Rendah** dengan pernyataan.
RS = Jika Anda merasa **Rendah Sekali** dengan pernyataan.

Pernyataan

No.	Butir (+/-)	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
1	-	Saya tidak suka menyelesaikan pekerjaan sampai selesai					
2	+	Tugas yang diberikan oleh dosen saya kerjakan dengan segera					
3	-	Saya malas mengerjakan tugas yang sulit, dan saya akan mengandalkan teman					
4	+	Saya sadar bahwa kewajiban saya adalah konsentrasi belajar dan berusaha					
5	-	Saya tidak suka membantu teman yang sedang kesulitan					
6	+	Saya selalu semangat dalam mengerjakan apapun					
7	+	Saya selalu optimis dengan semua yang saya lakukan					
8	-	Saya tidak pernah berniat untuk mengerjakan tugas sendiri					
9	+	Saya merasa senang bila ada dosen yang aktif dan mau bertanya sama saya.					
10	-	Saya tidak suka mengerjakan tugas .					
11	+	Setiap pekerjaan yang saya kerjakan saya lakukan dengan senang hati					
12	+	Saya lebih suka mengerjakan tugas dengan tepat waktu					
13	-	Saya tidak pernah suka menulis, jadi kalau ada tugas menulis saya suruh orang lain					
14	-	Saya akan sangat kecewa jika ada teman saya yang datang terlambat.					
15	+	Saya akan merasa senang bila melihat teman rajin mengerjakan tugas					
16	+	Saya merasa senang mengerjakan tugas dengan cepat					
17	+	Saya merasa bahwa saya harus bisa menyelesaikan tugas itu dengan baik.					
18	-	Saya merasa menunda tugas itu adalah biasa					
19	+	Saya merasa bahwa kalau menunda tugas akan merugikan					
20	-	Saya merasa bahagia bila ada yang mau mengerjakan tugas saya					
21	-	Saya merasa risih bila ada tugas yang banyak.					
22	-	Bila ada tugas, saya kerjakan yang mudah-mudah saja					
23	-	Saya suka meminjam pekerjaan teman.					
24	+	Saya lebih suka berusaha terlebih dahulu untuk tugas yang saya dapatkan					
25	-	Saya merasakan kebingungan dengan adanya tugas yang banyak dan saya malas mengerjakan					
26	+	Saya merasa optimis dengan tugas yang saya kerjakan.					
27	-	Saya merasa sangat malas mengikuti kuliah					
28	+	Saya merasa semangat kuliah.					
29	-	Saya sering menunda tugas .					
30	+	Saya selalu datang lebih awal ketika kuliah					

5. Pedoman Pelatihan

Latihan mengisi Buku Harian, seperti:

- 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 endurance* seperti contoh di atas.

- b. Mulai mengisi buku harian sesuai dengan tanggal dan situasi saat menulis buku harian *Self endurance* , kemudian tulis kegiatan/ perilaku saat situasi tersebut sesuai dengan indikator *Self endurance* dalam masing-masing kolom yang sudah dibuat.
- c. 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).
- d. Setelah memberikan skor lalu membuat grafik harian, mingguan dan bulanan.

6. Pedoman singkat guru BK

- a. Mempersiapkan RPBK *Self endurance*
- b. Mempersiapkan pedoman observasi
- c. Mempersiapkan pedoman wawancara
- d. Mempersiapkan buku harian *Self endurance*
- e. Mempersiapkan instrumen *Self endurance*
- f. Mempersiapkan media

7. Rekomendasi/Refleksi

Setelah diberikan konseling kelompok kepada 7 orang siswa dan diukur dengan kuesioner *Self endurance* ditemukan 4 orang memiliki *Self endurance* tinggi. Sisanya sebanyak 3 orang berada pada kategori kurang sehingga penting untuk diperhatikan mengikuti konseling individual dalam rangka meningkatkan *Self endurance* dalam proses konseling individual. Selanjutnya disajikan data-data sebagai berikut.

Tabel 11. Data Hasil Konseling Kelompok *Self endurance* pada Siswa Kelas X IIS 1

NO	NAMA	SKOR	KATEGORI
1	Gusti Komang Rusmini	65	Tinggi
2	I Gusti Ngurah Nyoman Trisna Indrawan	65	Tinggi
3	Kadek Yuni Adnyani Putri	60	Kurang
4	Kadek Supriadi	55	Kurang
5	Krisnawati	55	Kurang

LAMPIRAN 20. RPBK KONSELING INDIVIDU



RPBK

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

SETTING KONSELING INDIVIDUAL

PENGEMBANGAN *SELF ENDURANCE*



OLEH:

Ni Made Inggit Gita Yunidar

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

2020

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

A. IDENTITAS

Nama Calon Konselor/Konselor/Guru BK	: Ni Made Inggit Gita Yunidar
NIM/NIP	: 1511011011
Semester/Kelas	: 8/A
Program Studi	: Bimbingan Konseling
Email	: nimadeinggitgy@gmail.com
Setting	: Konseling Individu
Jenis Layanan	: Orientasi
Bidang Layanan	: Pribadi
Kelas	: X IIS 1
Sekolah	: SMA N 1 SUKASADA
Matkul	: PPL Real, Internship, Riset

Singaraja, 08 Desember 2019

Makons,

Ni Made Inggit Gita Yunidar
NIM. 1511011011

Guru Pamong

Dosen Pembimbing,

Ni Luh Kompiang Oka Pariasih, M.Pd
Kons
NIP. 196706061992032019

Prof. Dr. Ketut Dharsana, M.Pd.,
NIP. 1959119570801 198303 1 003

Menyetujui,
Ketua Kaprodi Bimbingan Konseling

Mengetahui,
Kepala SMA N 1 Sukasada

Dr. Kadek Suranata, S.Pd.,M.Pd
NIP. 19820816 200812 1 002

Drs. Putu Dana, M.Si
NIP. 19620818 198903 1 011

(RPBK)

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING

Nama Sekolah : SMAN 1 SUKASADA
Kelas/ Semester : X/1
Siklus : I (SATU)
Pertemuan (P) : P1, P2, P3, P4
Alokasi Waktu : 30 menit (07.30- 08.00)
Bidang layanan : Pribadi
Jenis layanan : Orientasi (Bimbingan Kelompok)
Standar Kompetensi : Memahami self endurance
Kompetensi Dasar : Siswa mampu memahami, mengenal, dan menerapkan self endurance

A. Indikator :

1. Siswa dapat memahami pengertian self endurance serta indikator *self endurance* yaitu:
 - Mengerjakan pekerjaan sampai selesai
 - Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas
 - Bekerja keras pada suatu tugas
2. Siswa dapat mengetahui contoh-contoh orang yang memiliki *self endurance* tinggi dan *self endurance* rendah dari masing-masing indikator self endurance
3. Siswa dapat menerapkan masing-masing indikator *self endurance* dalam bidang pribadi

B. Tujuan :

Adapun tujuan layanan ini adalah:

1. Untuk dapat memahami pengertian self endurance serta indikator *self endurance* yaitu:
 - Mengerjakan pekerjaan sampai selesai
 - Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas
 - Bekerja keras pada suatu tugas
2. Untuk dapat mengetahui contoh-contoh orang yang memiliki *Self endurance* tinggi dan *Self endurance* rendah dari masing-masing indikator Self Endurance
3. Untuk dapat menerapkan masing-masing indikator *Self endurance* dalam bidang pribadi

C. Materi :

1. Pengertian Self Endurance

SelfEndurance adalah kebutuhan untuk tahan mengatasi rintangan meliputi mengerjakan sesuatu pekerjaan sampai selesai,berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas,bekerja keras pada suatu tugas (Dharsana:1000). Menurut kamus inggris-indonesia,Indonesia inggris

keperibadian endurance adalah kemampuan untuk melakukan ketahanan aktifitas (ochis.m.jhon.2010."Kamusinggris-indonesia,Indonesia-inggris:20.

Berikut ini dijelaskan indikator-indikator tersebut sebagai berikut:

- a. Disposisi seseorang untuk Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai adalah keperibadian yang dimiliki seseorang untuk dapat mengerjakan suatu pekerjaan hingga selesai dan didapatkan hasil yang baik dari pekerjaan yang telah dikerjakan

Contohnya: konselor, guru, dan dosen.

- b. Disposisi seseorang untuk Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas adalah keperibadian yang dimiliki seseorang untuk bisa menyelesaikan tugas ataupun pekerjaannya dengan cara bekerja sekeras mungkin sehingga pada akhirnya pekerjaan tersebut dapat terselesaikan. Contohnya: sales man /girl, manager, direktur, pemuka agama, pedagang, dan pelatih.

- c. Disposisi seseorang untuk Bekerja keras pada suatu tugas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu bekerja keras terhadap tugas-tugas tertentu yang telah didapatnya, sehingga bisa selesai dengan baik. Contohnya: presiden, walikota, gubernur, ketua kelas, bupati, dan guide.

Sedangkan menurut ahli lainnya mengenai *Self endurance* yaitu menurut Rohadian dalam Kamus Dwibahasa Oxford (1999:208) *Self endurance* adalah Ketahanan. Definisi tersebut mengandung 1 indikator yaitu: (1) disposisi seseorang untuk Ketahan orang. Menurut Chulsum dkk. dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2006:530)

2. Contoh orang-orang yang memiliki *Self endurance* tinggi dan *Self endurance* rendah

Orang yang memiliki *Self endurance* tinggi:



00

Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons. Seorang dosen yang memiliki self endurance tinggi. Beliau adalah seorang yang mampu mengerjakan suatu pekerjaan sesuatu dengan semangat, selalu berusaha keras untuk

Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S. adalah seorang dosen, ketua jurusan BK sekaligus menjabat sebagai PD I FIP Undiksha. Beliau sering menjadi narasumber dalam seminar dan workshop di dalam kampus maupun di luar kampus. Beliau mampu mengerjakan pekerjaan sampai selesai.



Gusti Komang Rusmini adalah salah satu siswi yang cukup populer di kelas X IIS 1. Ia mampu untuk mendekati dan mempengaruhi temannya di kelas agar mau tetap berusaha keras dengan semua tugas-tugas yang didapatkan dikelas. Ia sangat aktif di dalam kelas untuk mengemukakan pendapat, setiap pendapat yang disampaikan mudah untuk diterima teman-temannya sehingga mereka terpengaruh.



Siswi ini adalah salah satu siswa berprestasi di sekolah. Ia aktif mengikuti organisasi dan juga sering mengikuti olimpiade mata pelajaran tertentu. Ia juga pernah mencalonkan sebagai ketua OSIS. Ia mampu untuk mendekati dan mempengaruhi temannya di kelas agar mau tetap berusaha keras dengan semua tugas-tugas yang didapatkan dikelas

Ketut Diva Astrawan P. adalah seorang ketua kelas di kelas X IIS 1. ia memiliki minat persuasive tinggi karena mampu Ia mampu untuk mendekati dan mempengaruhi temannya di kelas agar mau tetap berusaha keras dengan semua tugas-tugas yang didapatkan dikelas.

Orang yang memiliki *Self endurance* rendah:



Beberapa siswa yang memiliki self endurance rendah, karna mereka tidak mau berusaha menyelesaikan tugasnya dengan baik dan selalu mengeluh

Salah satu siswa yang terkadang kurang focus untuk menerima pelajaran di kelas, ia sering terlihat mengganggu teman yang duduk di sebelahnya. Ia juga tidak pernah bersemangat dan selalu mengeluh.



Balik adalah salah satu siswa yang sulit untuk bisa mengerjakan tugasnya dengan baik dan selalau menegelah dalam mengerjakan tugas dikelas

3. Penerapan *Self endurance* :

Penerapan *Self endurance* dapat dilakukan dengan cara atau teknik *modeling*. Siswa dapat dilatih melakukan standar-standar komunikasi (senyum, sapa, salam, greating). Dilatih cara komunikasi yang baik, sopan, efektif, dan komunikatif. Penerapan dalam bidang pribadi ini yaitu mempengaruhi pada salah satu individu untuk mendapatkan kepercayaan serta dapat membujuk orang tersebut, misalkan saja siswa A sedang curhat pada temannya yaitu B, ia berani untuk menceritakan semua itu karena B memperoleh kepercayaan penuh dari A. Selain itu juga penerapannya dilakukan dengan memberikan sebuah pertunjukan sosiodrama, dimana pemilihan tokoh-tokohnya harus disesuaikan dengan kebutuhan *Self endurance* siswa yang sudah disesuaikan dengan prosedur dan langkah-langkah sosiodrama di bawah yang akan dijabarkan. Setelah dilakukan teknik tersebut dilanjutkan dengan konseling individual. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *Self endurance* tersebut ke dalam bidang pribadi.

Tabel 01. Data Konseling Kelompok dari Observasi Gejala *Self endurance* di kelas X IIS 1

No	Nama siswa	Gejala perilaku
1	GMPA	Nampak suka mengerjakan tugas sampai selesai
2	GRP	Nampak selalu berjuang keras jika mendapat persoalan yang serius
3	GKR	Nampak sangat malas mengerjakan tugas

4	GMAM	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas kuliah
5	IGNNTI	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
6	KARSD	Nampak selalu antusias dalam ikut perkuliahan
7	KMPD	Nampak selalu tergesa-gesa mengerjakan tugas kuliah
8	KM	Nampak tidak suka berusaha menyelesaikan tugas
9	KRA	Nampak selalu bekerja keras dengan tugas yang didapatnya
10	KS	Nampak selalu aktif dalam kelas
11	KYAP	Nampak tidak mau bekerja keras dengan tugas dari dosen yang tidak disukai
12	KDAP	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
13	KK	Nampak sangat bersemangat mengerjakan tugas kuliah
14	KMPD	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas
15	KTL	Nampak sangat semangat mengikuti kuliah
16	KUAD	Nampak tidak antusias dalam kegiatan kuliah
17	KW	Nampak aktif dalam diskusi
18	LMDSS	Nampak semangat mengikuti kuliah
19	LJP	Nampak tidak terlalu semangat kuliah
20	LMA	Nampak rajin dalam kuliah
21	LPW	Nampak semangat mengikuti perkuliahan
22	LTM	Nampak malas mengerjakan tugas
23	MNS	Nampak tidak suka menunda tugas
24	PAH	Nampak semangat mengerjakan tugas
25	PAMS	Nampak suka menunda tugas
26	PBW	Nampak semangat mengikuti perkuliahan
27	NRA	Nampak senang tidak ikut perkuliahan

8. 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 keagamaan, kemampuan sosial, kemampuan belajar, wawasan dan perencanaan karir. (Dharsana, 2013:12)

9. 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)

10. 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)

11. Asas-asas 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 konseling saling 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 Behavioral

a. Filosofis

- 1) Teori konseling behavioral mengandung filosofis atau pandangan terhadap *Self endurance* yaitu mengenai penekanan pada perubahan tingkah laku. Karena seperti yang telah diketahui bahwa “konseling Behavioral adalah teori konseling yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses latihan. Oleh karena itu sasaran konseling behavioral adalah membentuk dan mempertahankan perilaku *Selfendurance* sehingga *Self endurance* tersebut dapat dimunculkan dan diterapkan dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir. Proses interaksi sosial dibangun melalui contoh-contoh di masyarakat, keluarga, dan lingkungannya yang baik dan sebaliknya.
- 2) Prosedur Konseling Behavioral
Mengandung prosedur-prosedur peningkatan *Self endurance* sebagai berikut:
 - 1) mengobservasi gejala *Self endurance*,
 - 2) mentabulasi gejala *Self endurance*,
 - 3) menganalisis gejala *Self endurance*,
 - 4) mengidentifikasi gejala *Self endurance*,
 - 5) melakukan diagnosa,
 - 6) melakukan prognosa dan
 - 7) melakukan tindakan/treatment

Langkah-langkah Konseling Behavioral

Mengandung langkah-langkah peningkatan *Self endurance* sebagai berikut:

- 1) memperkenalkan konsep *Self endurance*,
- 2) memberikan contoh-contoh *Self endurance*,
- 3) menerapkan/melakukan treatment *Self endurance* melalui teknik konseling.

2) Langkah-langkah untuk mengetahui minat persuasive

Mengandung langkah-langkah peningkatan minat persuasive sebagai berikut:

PERTEMUAN KE I

1. Melakukan Rapport
2. Mengecek absen siswa
3. Menjelaskan tujuan dilakukannya pertemuan ke ini
4. Merefleksi pertemuan sebelumnya (pengertian, contoh, dan penerapan)
5. Melaksanakan skill open question
6. Membentuk bimbingan kelompok pertemuan ke I
7. Melakukan bimbingan kelompok terkait *self endurance* siswa

8. Sharing buku harian *self endurance* dan skor pada grafik harian antar siswa di dalam bimbingan kelompok
9. Menampilkan sosiodrama di dalam bimbingan kelompok
10. Merefleksi penyajian *modeling* terkait *self endurance*
11. Pesan dan kesan selama mengikuti bimbingan kelompok
12. Mengisi kuesioner minat persuasive (seluruh siswa)
13. Merencanakan untuk pertemuan ke II
14. Teminasi pertemuan pertama

PERTEMUAN KE II:

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

3) Teknik Konseling *Modeling*

a. Pengertian Teknik *Modeling*

Modeling Modeling merupakan salah satu teknik konseling yang dikembangkan oleh Albert Bandura yang berakar dari teori belajar (*social learning*). Menurut Bandura (dalam Mochamad Nursalim, 2013:121) menyatakan bahwa yang dimaksud *modeling* adalah suatu teknik dalam konseling yang menggunakan proses belajar melalui pengamatan model dan perubahan perilaku yang terjadi karena peniruan.

b. Prosedur Melakukan Teknik *Modeling*

Untuk dapat melakukan hal itu dilanjutkan melalui prosedur sebagai berikut:

1. Menyebarkan lembaran tes *self endurance*
2. Menganalisis hasil tes *self endurance*
3. Menyebarkan lembaran kuesioner *self endurance*
4. Menganalisis hasil kuesioner *self endurance*
5. Menulis dan menyajikan RPBK serta melakukan pelatihan-pelatihan *modeling* dengan melatih *self endurance*
6. Menyaksikan tampilan *modeling*

c. Langkah-langkah Teknik Konseling *Modeling* :

Menurut Gantina Komalasari dkk, (2011:179) langkah-langkah proses *modeling* dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- a. Menetapkan bentuk penokohan (*live model, symbolic model, multiple model*)
- b. Pada *live model*, pilih model yang bersahabat atau teman sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti usia, status ekonomi, dan penampilan fisik.
- c. Bila mungkin gunakan lebih dari satu model.

- d. Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli.
- e. Kombinasikan *modeling* dengan aturan, instruksi, behavioral rehearsal, dan penguatan.
- f. Pada saat konseli memperhatikan penampilan tokoh berikan penguatan alamiah.
- g. Bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila tidak makabuat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap peniruan tingkah laku yang tepat.
- h. Bila perilaku bersifat kompleks, maka episode *modeling* dilakukan mulai dari yang paling mudah ke yang lebih sulit.
- i. Skenario *modeling* harus dibuat realistik.

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.
 - f. *Clien observation skill* adalah kemampuan konselor mengobservasi klien dalam proses konseling.
 - g. *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?
 - h. *Encourage* adalah kemampuan konselor mendorong, membesarkan hati, mengorbankan semangat konseli dalam proses konseling Contohnya : "ya.... pak yakin kamu pasti bisa.
 - i. *Paraphrase* adalah kemampuan konselor menafsirkan dan mengartikan apa yang telah di sampaikan dalam proses konseling
 - j. *Summaration* adalah kemampuan konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menyimpulkan pembicaraan yang telah dilakukan dalam proses konseling
 - k. *Reflection of feeling* adalah kemampuan konselor merefleksikan perasaan konseli dalam proses konseling
 - l. *Reflection of meaning* adalah kemampuan konselor merefleksikan arti kata yang dikatakan atau diucapkan konseli dalam proses konseling.

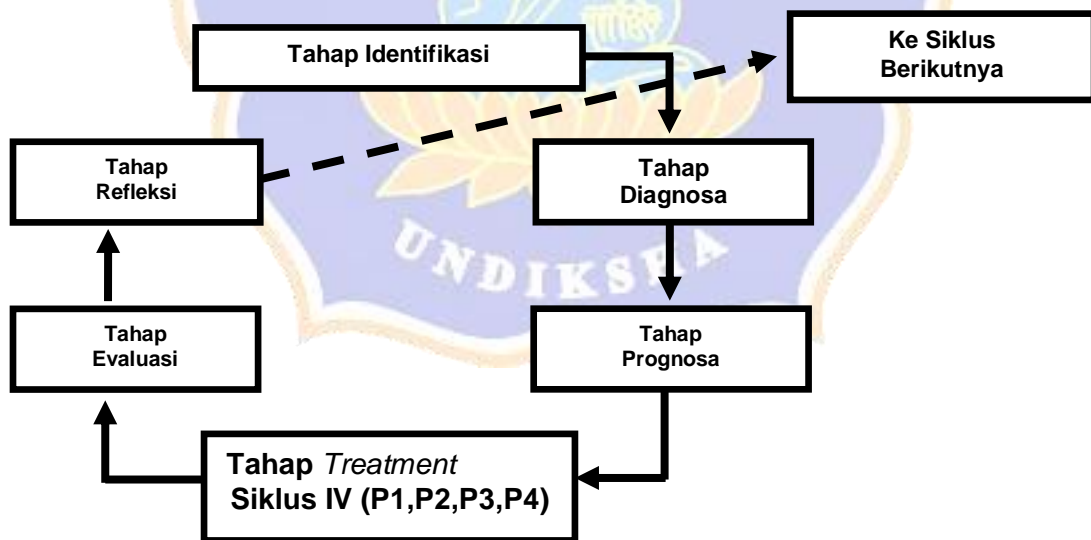
- m. *Focusing Client, problem, "we" interviewer, cultural/environmental* adalah kemampuan konselor fokus kepada konseli dalam wawancara, kebudayaan atau konteksnya dalam proses konseling .
3. *Influencing skills* adalah ketrampilan yang mempengaruhi konselor dalam proses konseling, yang terdiri dari :
- a. *Directive* adalah kemampuan konselor mengarahkan dan menunjukkan konseli ke arah yang lebih baik dalam proses konseling
 - b. *Logical consequences* adalah kemampuan konselor memberikan akibat yang baik dalam proses konseling.
 - c. *Interpretation* adalah kemampuan konselor menafsirkan apa yang terjadi dalam proses konseling
 - d. *Self disclosure* adalah kemampuan konselor membuka diri dalam proses konseling
 - e. *Advice/information/Explanation/instruction* adalah kemampuan konselor memberikan nasehat, informasi, penjelasan dan intuisi kepada konseli dalam proses konseling.
 - f. *Feedback* adalah kemampuan konselor memberikan motivasi kepada konseli dalam proses konseling contoh : "ya ibu yakin kamu pasti bisa melakukannya",
 - g. *Influencing summary* adalah kemampuan konselor memberikan ringkasan pada konseli dalam proses konseling.
4. *Confrontation* adalah kemampuan konselor memperhatikan konseli dalam proses konseling yang terdiri dari :
- a. *Discrepancies* adalah kemampuan konselor mengutarakan ketidaksetujuan kepada klien dalam proses konseling
 - b. *Incongruity* adalah kemampuan konselor untuk memperhatikan ketidakcocokan yang dihadapi konseli dalam proses konseling.
5. *Skill sequencing and structuring the interview* adalah kemampuan konselor mengembangkan dan membuat wawancara yang terstruktur dalam proses konseling.
6. *Personal and theory counseling skill integration* adalah kemampuan konselor memadukan dan menyatukan konseli dalam proses konseling.
7. *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:
8. Kontak Mata (melihat konseli pada saat di berbicara pada konseli begitu pula sebaliknya)
9. 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)
10. Mendengarkan (aktif penuh perhatian, tidak memotong pembicaraan konseli)
- a. Group (kelompok)
 - b. *Class room* (kelas)

e. Langkah dan Prosedur Pelaksanaan konseling Individual

1. Langkah-langkah :

- a. Persiapan RPBK
 1. Observasi
 2. Wawancara
 3. Penyebaran tes *Self endurance*
- b. Persiapan media
- c. Persiapan kelompok sosiodrama
- d. Persiapan pementasan sosiodrama
- e. Penyajian
- f. Penyebaran kuesioner (refleksi terlampir)
- g. Pelatihan pengisian buku harian (terlampir)
- h. Pelaksanaan Konseling Individual



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

1. 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 endurance* rendah dan sedang.

2. Tahap Diagnosa

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

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

4. Tahap Treatment

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

5. 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 endurance* siswa.

f. Prosedur :

Tabel 02. Proses Konseling Individual

	<p>1. Identifikasi</p> <p>Ditemukan seorang siswa yang mengalami masalah dalam <i>Self endurance</i> .</p> <p><u>Identitas siswa yang mengalami masalah :</u></p> <p>Nama Konseli : TTL : NIS : Alamat : Agama : Nama Orang Tua Ayah : Ibu : Pekerjaan Orang Tua Ayah :</p>
--	--

PROSES	Ibu : Alamat : No.HP :																			
	2.Diagnosa Pada tahap ini dibahas mengenai factor penyebab siswa mengalami masalah rendahnya <i>Self endurance</i> . Adapun penyebab rendahnya <i>Self endurance</i> siswa yaitu kurangnya pemahaman siswa mengenai cara meningkatkan <i>Self endurance</i> .																			
	3.Prognosa Setelah menemukan factor penyebab dari permasalahan yang dialami oleh siswa tersebut selanjutnya perlu diberikan upaya bantuan yang tepat untuk mengatasi permasalahan konseli. Adapun bantuan yang dapat diberikan yaitu memberikan pemahaman kepada konseli bagaimana cara meningkatkan self Endurance.																			
	1. Konseling Awal Konseling																			
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 33%;">Konselor</th> <th style="width: 33%;">Konseli</th> <th style="width: 33%;">Skill yang Digunakan</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Selamat Pagi dik, mari silahkan masuk dan duduk dulu,</td> <td>Selamat pagi bu</td> <td>Attending</td> </tr> <tr> <td>Bagaimana kabar adik hari ini?</td> <td>Baik bu, bagaimana dengan Ibu?</td> <td>Attending, Rapport</td> </tr> <tr> <td>Ibu juga baik-baik saja adik. Oya adik kemarin sudah melaksanakan tes intelegensi bukan?</td> <td>Ya bu.</td> <td>Closed Questions</td> </tr> </tbody> </table>			Konselor	Konseli	Skill yang Digunakan	Selamat Pagi dik, mari silahkan masuk dan duduk dulu,	Selamat pagi bu	Attending	Bagaimana kabar adik hari ini?	Baik bu, bagaimana dengan Ibu?	Attending, Rapport	Ibu juga baik-baik saja adik. Oya adik kemarin sudah melaksanakan tes intelegensi bukan?	Ya bu.	Closed Questions					
Konselor	Konseli	Skill yang Digunakan																		
Selamat Pagi dik, mari silahkan masuk dan duduk dulu,	Selamat pagi bu	Attending																		
Bagaimana kabar adik hari ini?	Baik bu, bagaimana dengan Ibu?	Attending, Rapport																		
Ibu juga baik-baik saja adik. Oya adik kemarin sudah melaksanakan tes intelegensi bukan?	Ya bu.	Closed Questions																		
Inti Konseling																				
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 33%;">Konselor</th> <th style="width: 33%;">Konseli</th> <th style="width: 33%;">Skill yang Digunakan</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Nah dari hasil tes intelegensi yang adik miliki, terlihat bahwa adik kurang memiliki Self Endurance</td> <td>Betul bu.</td> <td>Closed Questions</td> </tr> <tr> <td>Dari data intelegensi adik tersebut, dalam aspek <i>Self endurance</i> , menengerjakan tugas sampai selesai, berusaha mengerjakan pekerjaan sampai tuntas, bekerja keras pada suatu tugas.</td> <td>Saya memang kurang dalam hal <i>Self endurance</i> , yaitu saya masih sulit untuk menengerjakan tugas sampai selesai</td> <td>Eksplorasi</td> </tr> <tr> <td>Bisakah adik menjelaskan tidak bisa membuat tugas dalam hal apa?</td> <td>Saya bingung bagaimana cara agar saya bisa untuk mengerjakannya karena saya malas bu, saya tidak pernah mau mencoba mengerjakt tugas jika diberikan guru..</td> <td>Refleksi Perasaan</td> </tr> <tr> <td>Saya bisa mengerti dengan apa yang adik rasakan saat ini.</td> <td>Ya bu, saya akan berusaha untuk menerapkan apa yang Ibu sarankan</td> <td>Reflection of feeling</td> </tr> <tr> <td>Nah adik, untuk bisa meningkatkan <i>Self endurance</i> , adik harus belajar untuk berusaha mengerjakan pekerjaan sampai selesai, misalnya</td> <td>Selain itu juga hal yang dapat saya lakukan untuk dapat meningkatkan <i>Self endurance</i> , mungkin saya harus berusaha menegrjakan tugas, belajar dengan baik dan</td> <td>Penguatan</td> </tr> </tbody> </table>			Konselor	Konseli	Skill yang Digunakan	Nah dari hasil tes intelegensi yang adik miliki, terlihat bahwa adik kurang memiliki Self Endurance	Betul bu.	Closed Questions	Dari data intelegensi adik tersebut, dalam aspek <i>Self endurance</i> , menengerjakan tugas sampai selesai, berusaha mengerjakan pekerjaan sampai tuntas, bekerja keras pada suatu tugas.	Saya memang kurang dalam hal <i>Self endurance</i> , yaitu saya masih sulit untuk menengerjakan tugas sampai selesai	Eksplorasi	Bisakah adik menjelaskan tidak bisa membuat tugas dalam hal apa?	Saya bingung bagaimana cara agar saya bisa untuk mengerjakannya karena saya malas bu, saya tidak pernah mau mencoba mengerjakt tugas jika diberikan guru..	Refleksi Perasaan	Saya bisa mengerti dengan apa yang adik rasakan saat ini.	Ya bu, saya akan berusaha untuk menerapkan apa yang Ibu sarankan	Reflection of feeling	Nah adik, untuk bisa meningkatkan <i>Self endurance</i> , adik harus belajar untuk berusaha mengerjakan pekerjaan sampai selesai, misalnya	Selain itu juga hal yang dapat saya lakukan untuk dapat meningkatkan <i>Self endurance</i> , mungkin saya harus berusaha menegrjakan tugas, belajar dengan baik dan	Penguatan
Konselor	Konseli	Skill yang Digunakan																		
Nah dari hasil tes intelegensi yang adik miliki, terlihat bahwa adik kurang memiliki Self Endurance	Betul bu.	Closed Questions																		
Dari data intelegensi adik tersebut, dalam aspek <i>Self endurance</i> , menengerjakan tugas sampai selesai, berusaha mengerjakan pekerjaan sampai tuntas, bekerja keras pada suatu tugas.	Saya memang kurang dalam hal <i>Self endurance</i> , yaitu saya masih sulit untuk menengerjakan tugas sampai selesai	Eksplorasi																		
Bisakah adik menjelaskan tidak bisa membuat tugas dalam hal apa?	Saya bingung bagaimana cara agar saya bisa untuk mengerjakannya karena saya malas bu, saya tidak pernah mau mencoba mengerjakt tugas jika diberikan guru..	Refleksi Perasaan																		
Saya bisa mengerti dengan apa yang adik rasakan saat ini.	Ya bu, saya akan berusaha untuk menerapkan apa yang Ibu sarankan	Reflection of feeling																		
Nah adik, untuk bisa meningkatkan <i>Self endurance</i> , adik harus belajar untuk berusaha mengerjakan pekerjaan sampai selesai, misalnya	Selain itu juga hal yang dapat saya lakukan untuk dapat meningkatkan <i>Self endurance</i> , mungkin saya harus berusaha menegrjakan tugas, belajar dengan baik dan	Penguatan																		

	<p>jika adik diberikan tugas oleh guru maka adik harus semangat untuk mengerjakannya.</p> <p>Bagus sekali adik.</p> <p>Coba sekarang kamu langsung praktikkan di depan Ibu, misalkan saja sekarang Ibu berikan kamu tugas apakah kamu mau mengerjakannya, coba sekarang dikerjakan didepan Ibu</p>	<p>selalu mengerjakan tugas sampai selesai.</p> <p>Baik bu, (konseli mempraktikkan/ melakukan teknik <i>modeling</i> dengan konselor)</p>	<p>Eksplorasi</p> <p>Penguatan</p> <p>Mulai melakukan teknik <i>modeling</i></p>						
Akhir Konseling									
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th data-bbox="570 913 852 961" style="text-align: center;">Konselor</th> <th data-bbox="852 913 1133 961" style="text-align: center;">Konseli</th> <th data-bbox="1133 913 1360 961" style="text-align: center;">Skill yang Digunakan</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="570 961 852 1575"> <p>Nah adik, apa yang kamu rasakan sekarang?</p> <p>Ibu harapkan kamu bisa melatih itu dalam kehidupan sehari-hari, ini sudah awal yang sangat bagus nak. Berlatihlah terus ya? Nanti, jika memang masih ada yang ingin kamu sampaikan kamu langsung saja keruangan Ibu ya.</p> <p>Baiklah sepertinya bel istirahat sudah usai, dan kamu Ibu persilahkan kembali ke kelas.</p> <p>Baik silahkan</p> </td> <td data-bbox="852 961 1133 1575"> <p>Saya merasa bisa untuk menyelesaikan tugas bu, dan saya sudah bisa berusaha bekerja keras membuat tugas yang Ibu berikan, dan jika nanti saya diberikan tugas maka saya akan mengerjakannya bu.</p> <p>Ya bu, terima kasih banyak atas bantuannya bu,</p> <p>Ya bu, dan saya permisi dulu.</p> </td> <td data-bbox="1133 961 1360 1575"> <p>Menanyakan pengalaman konseli selama melakukan teknik <i>modeling</i></p> <p>Penguatan</p> <p>Pengakhiran</p> </td> </tr> </tbody> </table>				Konselor	Konseli	Skill yang Digunakan	<p>Nah adik, apa yang kamu rasakan sekarang?</p> <p>Ibu harapkan kamu bisa melatih itu dalam kehidupan sehari-hari, ini sudah awal yang sangat bagus nak. Berlatihlah terus ya? Nanti, jika memang masih ada yang ingin kamu sampaikan kamu langsung saja keruangan Ibu ya.</p> <p>Baiklah sepertinya bel istirahat sudah usai, dan kamu Ibu persilahkan kembali ke kelas.</p> <p>Baik silahkan</p>	<p>Saya merasa bisa untuk menyelesaikan tugas bu, dan saya sudah bisa berusaha bekerja keras membuat tugas yang Ibu berikan, dan jika nanti saya diberikan tugas maka saya akan mengerjakannya bu.</p> <p>Ya bu, terima kasih banyak atas bantuannya bu,</p> <p>Ya bu, dan saya permisi dulu.</p>	<p>Menanyakan pengalaman konseli selama melakukan teknik <i>modeling</i></p> <p>Penguatan</p> <p>Pengakhiran</p>
Konselor	Konseli	Skill yang Digunakan							
<p>Nah adik, apa yang kamu rasakan sekarang?</p> <p>Ibu harapkan kamu bisa melatih itu dalam kehidupan sehari-hari, ini sudah awal yang sangat bagus nak. Berlatihlah terus ya? Nanti, jika memang masih ada yang ingin kamu sampaikan kamu langsung saja keruangan Ibu ya.</p> <p>Baiklah sepertinya bel istirahat sudah usai, dan kamu Ibu persilahkan kembali ke kelas.</p> <p>Baik silahkan</p>	<p>Saya merasa bisa untuk menyelesaikan tugas bu, dan saya sudah bisa berusaha bekerja keras membuat tugas yang Ibu berikan, dan jika nanti saya diberikan tugas maka saya akan mengerjakannya bu.</p> <p>Ya bu, terima kasih banyak atas bantuannya bu,</p> <p>Ya bu, dan saya permisi dulu.</p>	<p>Menanyakan pengalaman konseli selama melakukan teknik <i>modeling</i></p> <p>Penguatan</p> <p>Pengakhiran</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 Bertanya kepada klien dengan tujuan untuk mengumpulkan informasi penting untuk konseling.</p> <p>b. Perincian Memasukkan informasi-informasi yang relevan ke dalam kategori-kategori yang jelas.</p> <p>c. Konfrontasi Menggunakan informasi-informasi tersebut untuk menunjukkan pada klien ada ketidakkonsekuensi.</p>								

	d. Penjelasan Memberitahu klien tentang apa yang dipikirkan ahli konseling yang akan terjadi
	e. Ilustrasi Perbandingan-perbandingan anekdot dan kiasan-kiasan digunakan ahli konseling untuk memperkuat penjelasan dan konfrontasi
	f. Konfirmasi Konfrontasi yang digunakan untuk mendukung istilah-istilah yang sama dari konfrontasi dari sebelumnya
	g. Interpretasi Mengemukakan cara-cara untuk memahami situasi dengan tujuan untuk mengoreksi distorsi dan pengelompokkan kembali pengalaman-pengalaman klien.
	h. Perwujudan Menyimpulkan posisi klien untuk membantu pembuatan keputusan
TEKNIK	Teknik yang digunakan dalam penelitian ini untuk meningkatkan <i>Self endurance</i> melalui sosiodrama. Teknik ini digunakan untuk memperkuat perubahan pola pikir yang berhubungan dengan pola interaksi social untuk membentuk komunikasi dan hubungan yang baik dengan orang lain.

Tabel 03. Skor Kriteria *Self endurance*

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

Penugasan

Langkah-langkah :

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

H. Sumber

Chulsum, Umi dan Windy Nova. 2006. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Surabaya: Yoshiko Press.

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.

I. Media dan Alat

Media : Bermain peran sosiodrama, Kuesioner, Buku Harian,

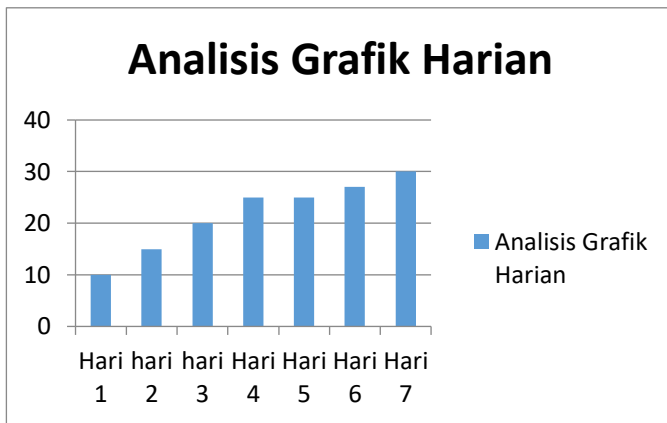
Alat : Laptop, LCD, Buku

J. Buku Harian *Self endurance*

Tabel 04. Buku Harian *Self endurance*

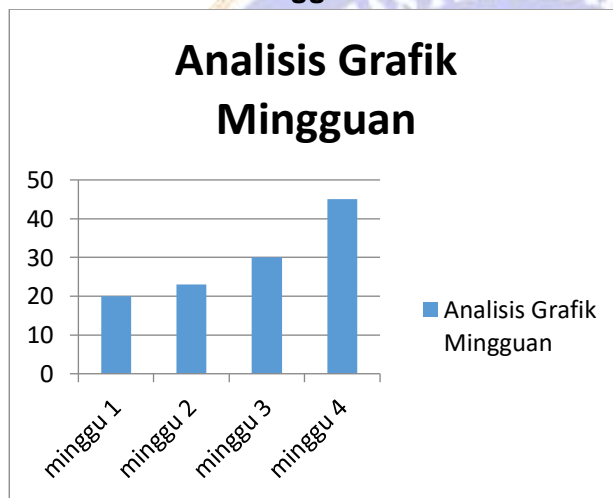
No.	Hari/tanggal	Situasi	Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai	Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas	Bekerja keras pada suatu tugas adalah keberibadian	Kriteria pencapaian 0-100
1.	Senin/ 01 Apr 2015 Jam. 7.30-13.00	Belajar di kelas interaksi dengan teman	A: Yani, kamu sibuk tidak sekarang? B: tidak, ada apa Ulan?	A: Saya ingin meminta tolong untuk mengajarku matematika. B: Saya juga kurang faham semua materi itu Ulan.	A: Hanya pitagoras saja Yani, kamu pasti bisa. Kamukan cukup pandai pelajaran matematika. B: Ya, baiklah saya coba ya.	10
2.	Senin/ 01 Apr 2015 Jam. 13.00- 15.00	Interaksi di kost	A: Lel, buat PR yang kemarin dikasih pak guru itu yuk? B: Memangnya kamu nyatat tugas PR yang kmarin lel?	A: Sudah kok lel, tapi aku masih belum mengerti ayo kita kerjakan sekrang B: ooh ya dah, ayo sekrang kita buat di rumahmu.	A: ia ayo kita jalan kerumahmu sekrang B: ayo, pake motornya kamu ya bonceng aku.	20
3.	Senin/ 01 Apr 2015 Jam. 17.00- 18.00	Interaksi di kost dengan teman kost	A: Kak, saya boleh minta tolong tidak sekali saja! Saya benar-benar butuh bantuan kakak. B: Bantuan apa Ulan?	A: saya diberi tugas sama guru bhs inggris tetapi saya tidak menegrti kak, tolong ajarkan saya kak, soalnya kakak pintar bahasa inggris. B: ooh gitu, ia kakak coba bantu, tapi adik juga harus belajar dan denger kakak ya agar adik menegrti.	A: ia kak adek janji pasti akan belajar bener, agar saya mengerti bhasa inggris juga kak, saya akan bekerja keras dan berusaha dengan cara belajar kak. B : ia dek, nanti kerumah kakak aja ya, bawa kamus bahasa inggris agar nanti adek gampang nulis.	15

Grafik 01. Grafik Harian



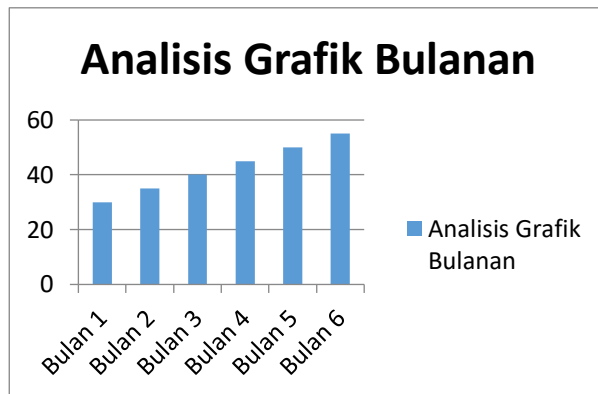
$$N = \frac{H1+H2+H3+H4+H5+H6+H7}{7}$$

Grafik 02. Grafik Mingguan



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

Grafik 03. Grafik Bulanan



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

K. Penyusunan Instrumen

1. Definisi Konsep

a. Pengertian *Self endurance*

Self Endurance adalah kebutuhan untuk tahan mengatasi rintangan meliputi mengerjakan sesuatu pekerjaan sampai selesai, berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, bekerja keras pada suatu tugas. (Dharsana:1000)

Menurut kamus inggris-indonesia, Indonesia inggris keperibadian endurance adalah kemampuan untuk melakukan ketahanan aktifitas (ochis.m.jhon.2010."Kamus inggris-indonesia, Indonesia-inggris:20. Berikut ini dijelaskan indikator-indikator tersebut sebagai berikut:

- i. Disposisi seseorang untuk Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai adalah keperibadian yang dimiliki seseorang untuk dapat mengerjakan suatu pekerjaan hingga selesai dan didapatkan hasil yang baik dari pekerjaan yang telah dikerjakan. Contohnya: konselor, guru, dan dosen.
- ii. Disposisi seseorang untuk Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas adalah keperibadian yang dimiliki seseorang untuk bisa menyelesaikan tugas ataupun pekerjaannya dengan cara bekerja sekeras mungkin sehingga pada akhirnya pekerjaan tersebut dapat terselesaikan
Contohnya: sales man /girl, manager, direktur, pemuka agama, pedagang, dan pelatih.
- iii. Disposisi seseorang untuk Bekerja keras pada suatu tugas adalah keperibadian yang dimiliki oleh seseorang untuk selalu bekerja keras terhadap tugas-tugas tertentu yang telah didapatnya, sehingga bisa selesai dengan baik. Contohnya: presiden, walikota, gubernur, ketua kelas, bupati, dan guide.

Sedangkan menurut ahli lainnya mengenai *Self endurance* yaitu menurut Rohadian dalam Kamus Dwibahasa Oxford (1999:208) *Self endurance* adalah Ketahanan. Definisi tersebut mengandung 1 indikator yaitu: (1) disposisi

seseorang untuk Ketahan orang. Menurut Chulsum dkk. dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2006:530)

- b. Contoh orang-orang yang memiliki *Self endurance* tinggi dan *Self endurance* rendah

Orang yang memiliki *Self endurance* tinggi:

Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons; Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S; I Dewa Agung Permana P.; Ulan Sari; Yani Aryaswari.

Orang yang memiliki *Self endurance* rendah:

Seseorang yang jarang bergaul dengan orang lain, sulit untuk mengerjakan pekerjaan dan sulit untuk menyelesaikan tugas.

- c. Penerapan *Self endurance* :

Penerapan *Self endurance* dapat dilakukan dengan cara atau teknik sosiodrama atau psikodrama. Siswa dapat dilatih melakukan standar-standar komunikasi (senyum, sapa, salam, greeting). Dilatih cara komunikasi yang baik, sopan, efektif, dan komunikatif. Penerapan dalam bidang pribadi ini yaitu mempengaruhi pada salah satu individu untuk mendapatkan kepercayaan serta dapat membujuk orang tersebut, misalkan saja siswa A sedang curhat pada temannya yaitu B, ia berani untuk menceritakan semua itu karena B memperoleh kepercayaan penuh dari A. Sehingga nantinya siswa dapat menerapkan *Self endurance* tersebut ke dalam bidang pribadi.

2. Definisi Operational

Instrumen ini digunakan untuk mengetahui pengertian *Self endurance* , orang yang memiliki *Self endurance* , dan mengetahui cara untuk menerapkan *Self endurance* 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 endurance</i>	10) Disposisi seseorang untuk Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai		
	11) Disposisi seseorang untuk Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas		
	12) Disposisi seseorang untuk Bekerja keras pada suatu tugas		

Tabel 06. Hasil Pengamatan Observasi *Self endurance* di Kelas VIII-b

- 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 07. Pedoman Wawancara Siswa Tentang *Self endurance* di kelas X IIS 1

No	Nama siswa	Gejala perilaku
1	GMPA	Nampak suka mengerjakan tugas sampai selesai
2	GRP	Nampak selalu berjuang keras jika mendapat persoalan yang serius
3	GKR	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
4	GMAM	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas kuliah
5	IGNNTI	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
6	KARSD	Nampak selalu antusias dalam ikut perkuliahan
7	KMPD	Nampak selalu tergesa-gesa mengerjakan tugas kuliah
8	KM	Nampak tidak suka berusaha menyelesaikan tugas
9	KRA	Nampak selalu bekerja keras dengan tugas yang didapatnya
10	KS	Nampak selalu aktif dalam kelas
11	KYAP	Nampak tidak mau bekerja keras dengan tugas dari dosen yang tidak disukai
12	KDAP	Nampak sangat malas mengerjakan tugas
13	KK	Nampak sangat bersemangat mengerjakan tugas kuliah
14	KMPD	Nampak tidak semangat mengerjakan tugas
15	KTL	Nampak sangat semangat mengikuti kuliah
16	KUAD	Nampak tidak antusias dalam kegiatan kuliah
17	KW	Nampak aktif dalam diskusi
18	LMDSS	Nampak semangat mengikuti kuliah
19	LJP	Nampak tidak terlalu semangat kuliah
20	LMA	Nampak rajin dalam kuliah
21	LPW	Nampak semangat mengikuti perkuliahan
22	LTM	Nampak malas mengerjakan tugas
23	MNS	Nampak tidak suka menunda tugas
24	PAH	Nampak semangat mengerjakan tugas
25	PAMS	Nampak suka menunda tugas
26	PBW	Nampak semangat mengikuti perkuliahan
27	NRA	Nampak senang tidak ikut perkuliahan

Pertanyaan	Jawaban Siswa	Keterangan
Coba kamu ulangi pengertian dari <i>Self endurance</i> yang sudah ibu jelaskan tadi?	Baik bu, <i>Self endurance</i> adalah minat untuk mendekati orang atau mempengaruhi orang atau meyakinkan orang	Siswa sudah udah paham tentang pengertian <i>Self endurance</i>
	Saya masih bingung bu belum paham	Siswa belum paham tentang pengertian <i>Self endurance</i>
Coba sebutkan indikator-indikator dari <i>Self endurance</i> !	Indikator dari <i>Self endurance</i> adalah:	Siswa sudah udah paham

	1. Disposisi seseorang untuk Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai 2. Disposisi seseorang untuk Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas 3. Disposisi seseorang untuk Bekerja keras pada suatu tugas	
	Saya lupa bu, tidak bisa	Siswa belum paham tentang indikator <i>Self endurance</i>
Siapa yang tau dan dapat menyebutkan contoh-contoh dari orang yang memiliki <i>Self endurance</i> tinggi dan rendah misalkan di dalam kelas?	Saya bu, contoh orang yang memiliki <i>Self endurance</i> yang tinggi adalah ketua kelas, kepala sekolah, pak dosen, pak bupati, pak gubernur, pak presiden dan menteri Kemudian orang yang memiliki <i>Self endurance</i> rendah adalah anak yang suka bolos tidak pernah masuk sekolah bu, tidak pernah mengerjakan tugas dan tidak mau berusaha menyelesaikan tugas	Siswa sudah paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki <i>Self endurance</i>
	Saya tidak tau bu	Siswa belum paham tentang contoh-contoh orang yang memiliki <i>Self endurance</i>

3. Tabel Kisi-kisi Instrumen *Self endurance*

Tabel 08. Kisi-kisi Instrumen

No	Nama Variabel	Indikator	Jumlah	No. Butir	
				+	-
1.	<i>Self endurance</i>	Disposisi seseorang untuk Mengerjakan suatu pekerjaan sampai selesai	13	6,7,12,16,17,19,24.	3,8,20,21,22,23.
2.		Disposisi seseorang untuk Berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas	8	2,9,15,28.	5,10,14,29
3.		Disposisi seseorang untuk Bekerja keras pada suatu tugas	9	4,11,26,30.	1,13,18,25,27.
Jumlah			30	15	15

Tabel 09. Standar Kriteria *Self endurance*

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

4. Instrumen Kuesioner

Kuesioner *Self endurance*

Identitas Responden:

Nama :

Kelas :

Sekolah :

Hari/ Tanggal :

Petunjuk

Berikut ini disajikan beberapa pernyataan tentang *Self endurance* . Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban dengan memberi tanda cek (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan. Jawaban Anda tidak ada yang benar dan tidak ada yang salah, oleh karena itu dimohonkan agar mengisi sesuai dengan keadaan Anda yang sebenarnya.

Alternatif Jawaban:

- ST** = Jika Anda merasa **Sangat Tinggi** dengan pernyataan.
T = Jika Anda merasa **Tinggi** dengan pernyataan.
K = Jika Anda merasa **Kurang** dengan pernyataan.
R = Jika Anda merasa **Rendah** dengan pernyataan.
RS = Jika Anda merasa **Rendah Sekali** dengan pernyataan.

Pernyataan

No.	Butir (+/-)	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
1	-	Saya tidak suka menyelesaikan pekerjaan sampai selesai					
2	+	Tugas yang diberikan oleh dosen saya kerjakan dengan segera					
3	-	Saya malas mengerjakan tugas yang sulit, dan saya akan mengandalkan teman					
4	+	Saya sadar bahwa kewajiban saya adalah konsentrasi belajar dan berusaha					
5	-	Saya tidak suka membantu teman yang sedang kesulitan					
6	+	Saya selalu semangat dalam mengerjakan apapun					
7	+	Saya selalu optimis dengan semua yang saya lakukan					
8	-	Saya tidak pernah berniat untuk mengerjakan tugas sendiri					
9	+	Saya merasa senang bila ada dosen yang aktif dan mau bertanya sama saya.					
10	-	Saya tidak suka mengerjakan tugas .					
11	+	Setiap pekerjaan yang saya kerjakan saya lakukan dengan senang hati					
12	+	Saya lebih suka mengerjakan tugas dengan tepat waktu					
13	-	Saya tidak pernah suka menulis, jadi kalau ada tugas menulis saya suruh orang lain					
14	-	Saya akan sangat kecewa jika ada teman saya yang datang terlambat.					

15	+	Saya akan merasa senang bila melihat teman rajin mengerjakan tugas					
16	+	Saya merasa senang mengerjakan tugas dengan cepat					
17	+	Saya merasa bahwa saya harus bisa menyelesaikan tugas itu dengan baik.					
18	-	Saya merasa menunda tugas itu adalah biasa					
19	+	Saya merasa bahwa kalau menunda tugas akan merugikan					
20	-	Saya merasa bahagia bila ada yang mau mengerjakan tugas saya					
21	-	Saya merasa risih bila ada tugas yang banyak.					
22	-	Bila ada tugas, saya kerjakan yang mudah-mudah saja					
23	-	Saya suka meminjam pekerjaan teman.					
24	+	Saya lebih suka berusaha terlebih dahulu untuk tugas yang saya dapatkan					
25	-	Saya merasakan kebingungan dengan adanya tugas yang banyak dan saya malas mengerjakan					
26	+	Saya merasa optimis dengan tugas yang saya kerjakan.					
27	-	Saya merasa sangat malas mengikuti kuliah					
28	+	Saya merasa semangat kuliah.					
29	-	Saya sering menunda tugas .					
30	+	Saya selalu datang lebih awal ketika kuliah					

5. Pedoman Pelatihan

Latihan mengisi Buku Harian, seperti:

- i. 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 endurance* seperti contoh di atas.
- ii. Mulai mengisi buku harian sesuai dengan tanggal dan situasi saat menulis buku harian *Self endurance* , kemudian tulis kegiatan/ perilaku saat situasi tersebut sesuai dengan indikator *Self endurance* dalam masing-masing kolom yang sudah dibuat.
- iii. 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).
- iv. Setelah memberikan skor lalu membuat grafik harian, mingguan dan bulanan.

6. Pedoman singkat guru BK

- Mempersiapkan RPBK *Self endurance*
- Mempersiapkan pedoman observasi
- Mempersiapkan pedoman wawancara
- Mempersiapkan buku harian *Self endurance*
- Mempersiapkan instrumen *Self endurance*
- Mempersiapkan media

7. Rekomendasi/Refleksi

Setelah diberikan konseling individual kepada 3 orang siswa dan diukur dengan kuesioner *Self endurance* siswa-siswa tersebut dinyatakan telah mampu mengubah perilaku yang awalnya memiliki *Self endurance* yang rendah, saat ini mereka sudah mampu meningkatkan *Self endurance* dalam dirinya, serta mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.



LAMPIRAN 21. DOKUMENTASI FOTO PENELITIAN



Gambar 1. Pelaksanaan bimbingan klasikal



Gambar 2. Pelaksanaan bimbingan kelompok



Gambar 3. Pelaksanaan konseling Kelompok



Gambar 4. Pelaksanaan konseling individu



